



## **Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Senam Fantasi**

**Fadlun Maulin<sup>1✉</sup>, Lizza Suzanti<sup>2</sup> & Rr. Deni Widjayatri<sup>3</sup>**

<sup>1✉</sup>Universitas Pendidikan Indonesia, fadlunmaulina88@gmail.com, Orcid ID: [0000-0003-1631-8913](https://orcid.org/0000-0003-1631-8913)

<sup>2</sup>Universitas Pendidikan Indonesia, lizzasuzanti@upi.edu, Orcid ID: [0000-0001-5736-2625](https://orcid.org/0000-0001-5736-2625)

<sup>3</sup>Universitas Pendidikan Indonesia, deniwidjayatri@upi.edu, Orcid ID: [0000-0003-3261-996X](https://orcid.org/0000-0003-3261-996X)

### **Article Info**

#### *History Articles*

Received:

Februari 2019

Accepted:

Maret 2019

Published:

April 2019

### **Abstract**

This research was conducted based on findings in the field regarding the gross motor abilities of children in A Muharram group that have not been optimal. It is necessary to find the appropriate method to develop their gross motoric skills. Gross motoric skill development is very important for early childhood because it can affect their future. One of various ways to develop their motoric skills is through fantasy gymnastic method. This study aims to improve the gross motor skills of children aged 4-5 years through fantasy gymnastic methods. The method used is a classroom action research method. The subjects of this study were nine children aged 4-5 years of Muharram group consisting of five boys and four girls in early childhood education of Bina Bangsa Islamic School of Serang. The data collection techniques are conducted through interviews and observations using designed form of interview and observation sheets. The data analysis techniques used interactive model by Miles and Huberman. The percentage result obtained from the pre cycle was 34,70% (bad), then increased in cycle I to be 62,80% (good) and then in cycle II to be 87,50% (very good). It can be concluded that the fantasy gymnastic method can improve gross motor skills of children aged 4-5 years of early childhood education of Bina Bangsa Islamic School of Serang. The result propose the use of gymnastic and other method to be used in the other aspects of motoric development.

### **Keywords:**

Gross Motoric Skills, Fantasy Gymnastic, Motoric Development

### **How to cite:**

Maulin, F., Suzanti, L., & Widjayatri, R. D. (2019). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui metode senam fantasi. *EduBasic Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 52-61.

## PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan sosok individu yang sedang mengalami proses perkembangan dengan pesat dan fundamental untuk kehidupan selanjutnya, meliputi berbagai aspek di dalamnya termasuk aspek perkembangan kemampuan motorik kasar (Siti, 2010).

Menurut Saputra dan Rudyanto (2005) motorik kasar merupakan kemampuan anak dalam beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besar. Kemampuan ini dapat anak lakukan untuk meningkatkan kualitas gerakannya. Banyak anggapan bahwa perkembangan motorik kasar akan berkembang otomatis dengan bertambahnya usia anak. Namun anggapan tersebut merupakan anggapan yang keliru. Karena perkembangan motorik kasar anak memerlukan bantuan dari lingkungan sekitar seperti orang tua dan pendidik untuk mengarahkan dengan tepat apa jenis latihan yang aman bagi anak yang sesuai dengan tahapan usianya dan kegiatan motorik yang menyenangkan.

Sering kali kegiatan pembelajaran di TK lebih memfokuskan aspek perkembangan motorik halus daripada motorik kasar. Padahal kemampuan motorik kasar anak usia dini juga perlu memperoleh bimbingan. Perkembangan motorik kasar anak usia dini sering diabaikan bahkan dilupakan oleh orang tua atau guru (Farida, 2016). Hal ini dikarenakan belum pahamnya mereka bahwa perkembangan motorik kasar merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak. Menurut Hurlock (dalam Nugroho, 2012) fungsi perkembangan motorik bagi anak sangat penting yaitu anak dapat bermain dengan teman sebaya, dapat berbuat sendiri untuk dirinya, dan dapat menghibur dirinya serta memperoleh perasaan senang.

Tujuan dari pengembangan motorik kasar yaitu dapat memelihara dan meningkatkan kesehatan jasmani, meningkatkan keterampilan gerak dan menanamkan sikap percaya diri (Saputra & Rudyanto, 2005).

Catron dan Allen (dalam Sujiono, 2009) mengemukakan bahwa kemampuan motorik merupakan kesempatan yang luas

untuk bergerak, pengalaman belajar untuk menemukan dan aktivitas sensor motorik termasuk penggunaan otot-otot kecil dan besar yang memungkinkan anak untuk memenuhi perkembangan perseptual motorik. Sedangkan menurut Papalia, Olds, Feldman (dalam Rudyanto, 2016) kemampuan motorik kasar (*gross motor skill*) merupakan kemampuan fisik yang melibatkan otot-otot besar seperti melompat dan berlari.

Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 menjelaskan bahwa motorik kasar mencakup kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan (<https://www.paud.id/2015/03/download-permendikbud-137-tahun-2014-standar-paud.html>).

Menurut Gallahue (dalam Samsudin, 2008) untuk mengembangkan pola-pola gerak anak, sebaiknya dilakukan melalui aktivitas-aktivitas seperti olahraga, senam, menari dan permainan. Mengacu kepada pendapat ini aktivitas stimulasi motorik kasar yang telah dilakukan anak-anak di PAUD Bina Bangsa Islamic School Kota Serang antara lain senam irama, senam fantasi, dan olah raga. Aktivitas motorik kasar yang biasa dilakukan anak adalah senam irama, olah raga, lempar tangkap bola dan bergerak sesuai arahan guru. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di PAUD Bina Bangsa Islamic School Kota Serang mengenai kemampuan motorik kasar pada anak kelompok A Muharram, diketahui bahwa aspek tersebut belum dikembangkan secara optimal oleh guru. Hal ini terlihat dari sembilan anak yang belum seluruhnya memiliki kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Hal ini disebabkan rutinitas kegiatan yang dilakukan anak hanya seperti senam irama, olah raga, lempar tangkap bola, dan melewati papan titian. Anak membutuhkan kegiatan fisik baru dan berbeda sehingga memacu rasa keingintahuannya dan optimalkan perkembangan motorik kasar.

Dari beberapa variasi kegiatan yang diharapkan mampu mengoptimalkan aspek perkembangan dan memacu rasa ingin tahu anak usia dini adalah senam fantasi. Senam fantasi, selain melibatkan gerakan motorik

kasar anak juga terkoneksi dengan perkembangan kognitif, sosio-emosi, bahasa dan seni musik (Jamila, 2015). Dengan masa perkembangan usia emas yang berperan untuk mengoptimalkan motorik kasar anak, senam fantasi merupakan alternatif yang sangat baik untuk anak usia dini.

Pelaksanaan senam fantasi juga sangat menarik karena dapat melibatkan kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, gerakan lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan sesuai arahan guru. Faktor atraksi dari senam fantasi adalah anak-anak bebas bergerak sesuai imajinasinya (Lubis, 2016). Guru mengarahkan dengan memberikan stimulasi narasi yang melibatkan emosi anak sehingga munculah imajinasi anak untuk bergerak sesuai arahan (Sujiono et al., 2010). Dengan demikian penerapan senam fantasi dapat berpengaruh terhadap motorik kasar anak.

Penelitian serupa sudah pernah dilakukan oleh Firsty (2014) yang membuktikan kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan setelah dilakukan pembelajaran senam fantasi pada setiap kategori. Rekomendasi yang diberikan untuk guru yaitu kegiatan senam fantasi dapat dijadikan alternatif pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Demikian juga menurut penelitian Daroyah, Jaya dan Surachman (2018) serta Aini dan Mahmudah (2016) yang menegaskan bahwa terdapat pengaruh yang ditunjukkan melalui menunjukkan bahwa ada peningkatan aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 4-6 tahun.

Senam fantasi yang akan digunakan yaitu senam fantasi bentuk cerita tanpa alat. Cerita yang akan digunakan yaitu pada setiap siklusnya berbeda. Gerakan pada cerita disesuaikan dengan tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Dalam Permendikbud No. 137 Tahun 2014, indikator tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun terdapat enam indikator yaitu (1) menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, (2) melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi, (3) melempar sesuatu

secara terarah, (4) menangkap sesuatu secara tepat, (5) melakukan gerakan antisipasi, dan (6) menendang sesuatu secara terarah. (<https://www.paud.id/2015/03/download-permendikbud-137-tahun-2014-standar-paud.html>)

Untuk itu penelitian ini bertujuan menjawab rumusan masalah yaitu “bagaimanakah peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui metode senam fantasi di PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang?”

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode yang Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Menurut Hanifah, (2014) penelitian tindakan kelas mengacu pada model Kemmis dan Mc Taggart. Penelitian tindakan kelas ini terdiri dari siklus dan setiap siklusnya terdiri dari beberapa tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Setiap siklus dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan. Penilaian dilakukan di akhir pertemuan.

Subjek dalam penelitian ini yaitu 9 anak kelompok A Muharram yang terdiri dari 5 anak laki-laki dan 4 anak perempuan di PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang yang beralamat di Jalan Jendral Sudirman No. 25B Kelurahan Sumur Pecung Komplek Stadion Maulana Yusuf, Ciceri - Banten. Alasan memiliki lokasi ini karena subjek memenuhi karakteristik cakupan dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara dan observasi. Wawancara bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik kasar anak, pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar, hambatan apa saja yang ditemukan saat pembelajaran motorik kasar dan upaya yang dilakukan untuk mengatasi hambatan tersebut (Yusmarni, 2012). Adapun berdasarkan hasil observasi terlihat sembilan anak belum seluruhnya memiliki kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Dengan mengacu pada Permendikbud

No. 137 Tahun 2014, indikator tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah enam indikator yaitu (1) menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, (2) melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi, (3) melempar sesuatu secara terarah, (4) menangkap sesuatu secara tepat, (5) melakukan gerakan antisipasi, dan (6) menendang sesuatu secara terarah (Utami, 2014).

Prosedur dalam penelitian tindakan kelas merupakan penelitian yang bersiklus yaitu pra siklus, siklus I, siklus II dan seterusnya. Pra siklus dilakukan sebelum diberikan tindakan. Sedangkan siklus I diberikan tindakan sesuai dengan yang telah direncanakan. Setiap siklus terdiri dari empat tahap. Tahap perencanaan yaitu membuat pedoman wawancara dan observasi, membuat RPPH, dan membuat naskah senam fantasi. Pada tahap pelaksanaan yaitu melaksanakan rencana ke dalam tindakan. Tahap observasi yaitu melakukan pengamatan pada saat pembelajaran motorik kasar melalui metode senam fantasi, dan tahap refleksi yaitu menganalisis dan mensintesis semua informasi dan data yang diperoleh.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan model Miles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi (Sahid, 2011). Data yang dianalisis berupa data hasil skala peringkat mengenai kemampuan motorik kasar anak. Kategori penilaian yang digunakan ada 4 yaitu mulai dari skor 1 untuk BB (Belum Berkembang), 2 untuk MB (Mulai Berkembang), 3 untuk BSH (Berkembang Sesuai Harapan) dan 4 untuk BSB (Berkembang Sangat Baik). Setelah itu seluruh data dihitung dengan persentase rumus dari Arikunto (2010) yaitu sebagai berikut:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal ideal}} \times 100\%$$

Skor maksimal ideal yaitu jumlah indikator dikali 4 (skor maksimal).

Data penelitian dapat dikriteriakan menjadi lima kriteria yaitu:

Sangat baik	: 81% - 100%
Baik	: 61% - 80%
Cukup	: 41% - 60%
Kurang	: 21% - 40%
Kurang sekali	: 0% - 20%

Penelitian ini dianggap berhasil apabila  $\geq 80\%$  dari anak kelompok A Muharram PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang mencapai kriteria Sangat Baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilaksanakannya tindakan, peneliti melakukan wawancara yang dilakukan pada tanggal 16 Juli 2019 bersama guru kelas A Muharram dengan tujuan untuk mengetahui pembelajaran dan kemampuan motorik kasar anak dan serta hambatan dan upaya yang dilakukan guru dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. dapat diketahui dari hasil wawancara bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok A Muharram masih kurang dikarenakan pembelajaran yang digunakan hanya melalui alat permainan edukatif seperti bakiak, ban, hulahop, trampolin, papan titian, yoyo dan lain-lain tanpa menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi. PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang juga belum pernah menggunakan metode senam fantasi untuk pembelajaran motorik kasar anak.

### Pra Siklus

Peneliti melakukan pengamatan untuk mengetahui kondisi awal atau pra siklus di kelompok A Muharram pada tanggal 19 Juli 2019 dengan tema "Diriku" dan sub tema "Anggota Tubuh". Diketahui bahwa pembelajaran motorik kasar dilakukan melalui gambar-gambar contoh gerakan dan anak menirukannya. Metode pembelajaran tersebut kurang efektif karena anak hanya menirukan gerakan sesuai dengan gambar. Anak-anak kurang tertarik untuk bergerak dan hanya fokus melihat gambar.



**Gambar 1.** Kegiatan guru dan anak pada pra siklus menggunakan flash card

Adapun berdasarkan hasil observasi, terlihat sembilan anak belum seluruhnya memiliki kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Hasil dari observasi kondisi awal kemampuan motorik kasar anak kelompok A Muharram masih kurang. Dalam instrumen penelitian yang telah divalidasi terdapat 10 indikator kemampuan motorik kasar yang digunakan selama observasi yaitu menirukan gerakan binatang (A), gerakan pohon tertiuip angin (B), gerakan pesawat terbang (C), bergelayut (D), melompat kedepan (E), meloncat dengan 2 kaki (F), berlari cepat sampai batas tertentu (G), melempar bola sampai batas tertentu (H), menangkap bola dari batas tertentu (I), dan menendang bola sampai batas tertentu (J). Berikut hasil observasi motorik kasar pada pra siklus:

**Tabel 1.** Hasil observasi pra siklus

No	Nama Anak	Indikator										Skor
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
1	AF	2	1	0	1	1	2	2	1	2	2	14
2	AS	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	14
3	BY	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	FZ	2	1	1	2	1	2	3	1	1	1	15
5	GT	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6	NR	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	14
7	NZ	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	12
8	HS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	SN	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	13
Jumlah Skor											<b>91</b>	
Persentase											<b>34,7</b>	
Kriteria Nilai											<b>kurang</b>	

Berdasarkan paparan tabel di atas skor setiap kolom indikator nilai maksimum adalah 4 (Sangat Baik) dengan kategori anak mampu mandiri dalam melakukan kegiatan fisik sesuai arahan. Angka 3 berarti sudah mandiri hanya memerlukan stimulasi lanjutan di rumah, angka 2 berarti masih dalam bimbingan guru dalam mengerjakan aktivitas fisik dan angka 1 adalah anak mulai melakukan namun dengan bantuan guru. Sedangkan angka 0 adalah anak masih belum ingin bergabung untuk beraktivitas.

Dari pelaksanaan prasiklus muncul kriteria kurang dengan persentase 34,7%. Hal tersebut dapat dilihat dari anak yang mengalami kesulitan saat melakukan: gerakan pesawat terbang, bergelayut, menangkap bola dari batas tertentu, dan menendang bola sampai batas tertentu. Sedangkan untuk aktivitas gerakan pohon tertiuip angin, melompat kedepan, meloncat dengan 2 kaki, berlari cepat sampai batas tertentu sudah mulai baik. Karena persentase belum mencapai standar keberhasilan minimum maka dilanjutkan ke siklus berikutnya. Oleh karena itu, perlu adanya perbaikan aktivitas motorik kasar serta metode yang sesuai. Perbaikan pembelajaran akan dilakukan pada siklus I.

### Siklus I

Siklus I dilaksanakan pada tanggal 22-24 Juli 2019 karena dalam satu siklus peneliti melakukan tiga pertemuan dan satu penilaian. Penilaian dilakukan pada pertemuan ketiga. Peneliti membuat RPPH dengan tema "Diriku" dan sub tema "Anggota Tubuh". Peneliti juga membuat cerita untuk senam fantasi dengan judul "Memetik Buah Jambu di Kebun".



**Gambar 2.** Kegiatan Guru dan Anak pada Siklus I

Penggunaan metode senam fantasi pada siklus I sangat membantu anak dalam melakukan kegiatan motorik kasar. Penerapan metode senam fantasi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar melempar bola dari batas tertentu sudah mulai terlihat peningkatannya. Hal ini dapat dilihat pada saat pra siklus anak tidak mau melakukan kegiatan motorik tetapi saat kegiatan senam fantasi anak mau melakukan gerakan sesuai dengan cerita. Berikut hasil observasi kemampuan motorik kasar anak kelompok A Muharram pada siklus I:

**Tabel 2.** Hasil observasi siklus I

No	Nama Anak	Indikator										Skor
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
1	AF	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	23
2	AS	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	26
3	BY	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	24
4	FZ	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	27
5	GT	3	2	2	1	1	3	3	2	2	3	23
6	NR	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29
7	NZ	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	24
8	HS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	SN	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	25
Jumlah Skor											<b>201</b>	
Persentase											<b>62,8</b>	
Kriteria Nilai											<b>Cukup</b>	

Hasil penilaian kemampuan motorik kasar pada siklus I ada peningkatan dari tahap pra siklus. Beberapa anak sudah mulai berkembang gerakan pesawat terbang, bergelayut, menangkap bola dari batas tertentu, dan menendang bola sampai batas tertentu akan tetapi masih harus dibimbing dengan baik.

Beberapa masalah dan kendala ditemukan pada siklus I yaitu anak-anak masih kesulitan melakukan gerakan bergelayut, melompat kedepan dan meloncat dengan 2 kaki. Hal tersebut akan dijadikan pedoman untuk melaksanakan siklus selanjutnya. Berdasarkan hasil observasi kemampuan motorik kasar anak kelompok A Muharram melalui metode senam fantasi yaitu dengan persentase sebesar 62,80% dengan kriteria baik yang meningkat dari

hasil pra siklus. Namun peningkatan tersebut belum sesuai dengan yang diharapkan yaitu  $\geq 80\%$  sehingga dilanjutkan ke siklus II.

### Siklus II

Untuk mengatasi masalah pada siklus I, maka dilakukan tindakan pada siklus II. Siklus II dilaksanakan pada tanggal 25-29 Juli 2019. Seperti siklus I, siklus II juga dilakukan tiga pertemuan dengan penilaian pada pertemuan ketiga. Peneliti RPPH dengan tema diriku dan subtema anggota tubuh. Peneliti juga membuat cerita untuk senam fantasi dengan judul "Bertamasya ke Bukit". Aktivitas dilakukan di luar ruangan dengan menggunakan alat yang tersedia di luar lapangan. Sehingga bisa menstimulasi gerakan yang belum optimal.



**Gambar 3.** Kegiatan guru dan anak pada siklus II di luar kelas

Dari penilaian kemampuan motorik kasar anak kelompok A Muharram sudah banyak mengalami peningkatan dari siklus sebelumnya. Anak sudah mampu bergelayut, mengikuti gerakan pesawat terbang, menangkap bola dari batas tertentu, dan menendang bola sampai batas tertentu dengan mandiri tanpa bantuan. Terlihat dari hasil observasi kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui metode senam fantasi yakni sebagai berikut:

**Tabel 3.** Hasil observasi siklus II

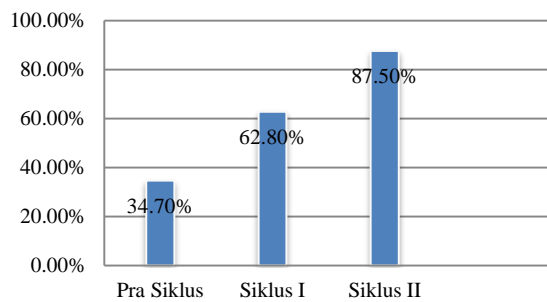
No	Nama Anak	Indikator										Skor
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
1	AF	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	33
2	AS	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	37
3	BY	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	34
4	FZ	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	37
5	GT	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	33

6	NR	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	38
7	NZ	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	34
8	HS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	SN	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	34
Jumlah Skor												<b>280</b>
Persentase												<b>87,5</b>
Kriteria Nilai												<b>Sangat Baik</b>

Berdasarkan hasil dari tindakan pada siklus II, hampir seluruh anak pada kelompok A Muharram telah mengalami peningkatan pada kemampuan motorik kasarnya. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil observasi siklus I hanya sebesar 62,80% termasuk dalam kategori cukup dan pada siklus II sebesar 87,50% termasuk dalam kategori sangat baik. Peningkatan terjadi karena anak-anak merasa senang, melalui cerita anak-anak dapat menirukan gerakan-gerakan yang ada dalam cerita. Maka dengan demikian perolehan persentase anak sudah mencapai keberhasilan yang diharapkan yaitu 80% atau lebih dan penelitian ini dihentikan sampai pada siklus II.

## Pembahasan

Adapun rekapitulasi hasil observasi kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui metode senam fantasi yaitu sebagai berikut:



**Gambar 4.** Rekapitulasi hasil observasi kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui metode senam fantasi

Dari hasil diagram dapat dilihat bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun pada setiap tahapan selalu mengalami peningkatan. Pada tahap pra siklus persentase yang diperoleh sebesar 34,70%, pada siklus I

persentase sebesar 62,80% dan pada siklus II meningkat dengan persentase sebesar 87,50%.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan di PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang sebelum diberikan tindakan ditemukan bahwa kemampuan motorik kasar anak masih rendah. Rendahnya kemampuan motorik kasar anak disebabkan karena dalam proses pembelajaran guru menggunakan metode yang kurang bervariasi sehingga kegiatan pembelajaran motorik kasar tidak berlangsung secara maksimal. Anak-anak hanya bermain bebas melalui permainan yang ada tanpa diarahkan dengan baik.

Menurut Sujiono (2005) salah satu kemampuan anak usia dini yang berkembang pesat adalah kemampuan motoriknya. Proses perkembangan kemampuan motorik kasar anak berhubungan dengan proses perkembangan kemampuan gerak anak. Peningkatan kemampuan motorik kasar anak juga erat kaitannya dengan aktivitas bermain yang merupakan kegiatan utama anak usia dini. Oleh karena itu, peneliti menggunakan metode senam fantasi untuk dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

Berdasarkan hasil pengamatan yang diperoleh, maka peneliti mencari solusi dan permasalahan yang telah ditemukan. Oleh karena itu, peneliti menggunakan metode senam fantasi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak karena di PAUD Terpadu Bina Bangsa Islamic School Kota Serang belum pernah menggunakan metode senam fantasi. Dengan digunakannya metode senam fantasi diharapkan anak-anak akan tertarik dan merasa senang sehingga dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Guru dengan kemampuan mengelola kelas yang baik akan lebih mudah menerapkan metode senam fantasi ini dalam pembelajaran motorik kasar.

Saat penerapan metode senam fantasi pada siklus I dan siklus II anak-anak merasa tertarik dan senang karena dilakukan melalui cerita. Anak-anak mendengarkan cerita dan tanpa disadari anak-anak juga melakukan kegiatan motorik kasar sesuai dengan cerita. Anak-anak sangat bersemangat saat senam fantasi berlangsung karena metode senam

fantasi baru pertama kali dilaksanakan. Melalui metode senam fantasi, anak-anak dapat melakukan aktivitas motorik kasar dengan mudah. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi siklus I yang meningkat dari pra siklus dengan persentase 34,70% menjadi 62,80%. Karena belum menunjukkan kriteria yang diharapkan maka dilaksanakan tindakan pada siklus II. Pada siklus II diperoleh hasil yang memuaskan yaitu 87,50% dengan kriteria sangat baik. Karena pada siklus II mendapatkan hasil yang memuaskan yakni sesuai dengan yang diharapkan, maka penelitian ini sudah berhasil.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui metode senam fantasi, kemampuan motorik kasar anak dapat meningkat. Metode senam fantasi dipilih sebagai salah satu stimulus untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak. Senam fantasi sendiri merupakan gerakan fantasi dimana anak-anak menirukan gerakan manusia, hewan, tumbuhan dan benda-benda.

Apabila mengacu pada Permendikbud No. 137 Tahun 2014, capaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun terdapat enam indikator yaitu menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb, melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi, melempar sesuatu secara terarah, menangkap sesuatu secara tepat, melakukan gerakan antisipasi, dan menendang sesuatu secara terarah semua sudah dilakukan dalam penelitian ini dan benar berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak. Jika pada saat observasi anak-anak seluruhnya belum mampu menggerakkan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Kini sudah mampu melakukan semua aktivitas dengan percaya diri, senang dan mandiri.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian Permatasari dan Surtikanti (2018), Hamalena dan Rukiyah (2016), Firsty (2014), Daroyah et al. (2018) serta Aini dan Mahmudah (2016) yang menegaskan bahwa terdapat pengaruh yang ditunjukkan melalui menunjukkan bahwa ada peningkatan aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia

4-6 tahun. Namun ada beberapa perbedaan yaitu penggunaan media flash card ukuran kecil pada pra siklus, alat-alat senam di dalam ruangan pada siklus I dan optimalisasi alat permainan TK di lapangan lembaga.

Senam fantasi merupakan alternatif yang menuntut kreativitas guru dalam menemukan antusiasme anak dalam bergerak melalui senam. Senam tidak hanya dilakukan di dalam ruangan namun dapat juga di luar ruangan (Sugiyarti, 2012). Apabila lembaga tidak memiliki sarana bermain bisa memanfaatkan kondisi sekitar, misalnya pohon, taman umum, dll. Selain itu penggunaan media flash card dengan ukuran yang sesuai antara jumlah anak dengan luas ruangan juga bisa mempengaruhi ketertarikan anak dalam menyimak guru. Penggunaan media dalam pra siklus masih kecil sehingga dampaknya belum optimal bagi anak.

## KESIMPULAN

Kemampuan motorik kasar merupakan hal sangat penting bagi anak usai dini. Karena ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas gerak dapat membuat anak tidak percaya diri. Kemampuan motorik kasar anak yang masih rendah harus ditingkatkan.

Senam fantasi dilakukan dengan cara guru membacakan cerita dan anak-anak mengikuti gerakan sesuai dengan cerita. Saat diberikan tindakan melalui metode senam fantasi, anak-anak terlihat sangat antusias dan bersemangat dalam melakukan aktivitas motorik kasar.

Metode senam fantasi terbukti dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Hal ini dapat dilihat dari pemerolehan hasil persentase pada setiap siklusnya. Pada tahap pra siklus persentase yang diperoleh hanya sebesar 34,70% termasuk dalam kriteria kurang. Kemudian meningkat pada siklus I sebesar 62,80% termasuk dalam kriteria cukup dan pada siklus II sebesar 87,50% termasuk dalam kriteria sangat baik. Hasil pada siklus II telah mencapai kriteria yang diharapkan, sehingga dapat disimpulkan melalui metode senam fantasi, kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun dapat meningkat.

Penelitian ini ditujukan untuk menambah referensi penelitian terkait



peningkatan motorik kasar melalui metode senam fantasi. Dengan demikian guru dapat menjadikan senam fantasi menjadi alternatif dalam optimalisasi motorik kasar anak usia dini. Peran serta alat yang mendukung juga diperlukan oleh guru sehingga lembaga PAUD baiknya menyediakan fasilitas yang memadai

## PERSEMBAHAN

Terima kasih kepada TK Islamic School Bina Bangsa untuk kesempatan yang diberikan sehingga penelitian ini bisa diselesaikan dengan optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Rineka Cipta
- Daroyah, M., Jaya, M. T. B, & Surachman, M. (2018). Pengaruh aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4 (2), 1-8
- Farida, A. (2016). Urgensi perkembangan motorik kasar pada perkembangan anak usia dini. *Jurnal Raudhah*, 4(2), 1-10. doi:10.30829/raudhah.v4i2.52
- Firsty, D. N. (2014). *Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Senam Fantasi: Penelitian Tindakan Kelas Pada Kelompok B Di Paud Alfani Kecamatan Kemang Kabupaten Bogor Tahun Ajaran 2013-2014*. Disertasi. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hanifah, N. (2014). *Memahami Penelitian Tindakan Kelas: Teori dan Aplikasinya*. Bandung: UPI Press.
- Jamila, J. (2015) *Penerapan Senam Fantasi Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Pada PAUD HUTARI di Kecamatan Kabawetan Kabupaten Kepahiang (Penelitian Tindakan Kelas di PAUD HUTARI Kecamatan Kabawetan Kabupaten Kepahiang*. Disertasi. Bengkulu: Universitas Bengkulu.
- Lubis, A. (2016). *Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Keterampilan Fisik Motorik Kasar Anak Kelompok B di Paud Al-Ma'ruf Palembang*. Disertasi. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Nugroho, I. H. (2012). *Bahan Ajar PLPG Metode Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. Kediri: UNP.
- Permatasari, I. & Surtikanti, M. P. (2018). *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Fantasi Pada Kelompok TK B Di KB Surya Alam Aisyiyah Sawit, Boyolali Tahun Ajaran 2017/2018*. Disertasi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Aini, F. Q., & Mahmudah, S. (2016). Pengaruh senam fantasi terhadap kemampuan motorik kasar anak kelompok A. *PAUD Teratai*, 5(2), 1-5.
- Rudianto, A. (2016). *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. Lampung: Darussalam Press Lampung.
- Sahid, R. (2011). *Analisis Data Penelitian Kualitatif Model Miles dan Huberman*. Surakarta: UMS.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Saputra, M. Y. & Rudyanto. (2005). *Pembelajaran Kooperatif untuk Meningkatkan Keterampilan Anak TK*. Jakarta: Direktorat P2TK2PT. Depdiknas, Dikti

Siti, A. (2010). *Pengembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.

Sugiyarti, S. (2012). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Senam Fantasi Menurut Cerita Pada Anak Kelompok B1 Tk Aba Kraguman I Jogonalan Klaten Tahun Ajaran 2012/2013*. Disertasi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Sujiono N. Y. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.

Sujiono, B. (2005). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2010). *Hakikat Perkembangan Motorik Anak. Modul PGTK*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

Utami, N. (2014). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Berbasis Soft Skill Melalui Pembelajaran Senam Fantasi pada Siswa Kelompok A RA Muslimat NU Sukosari Bandooyo Magelang*. Skripsi. Semarang: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Tersedia di <http://digilib.uinsuka.ac.id/>.

Yusmarni. (2012). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui senam fantasi menurut cerita di Taman Kanak-kanak Negeri Pembina Padang Pariaman. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, 1(2), 1-11