

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN KESEIMBANGAN MELALUI
PERMAINAN SIMPAI PADA KELOMPOK A TK NASIONAL PAKARTI
LUHUR SEMARANG TAHUN AJARAN 2016/2017**

Mila Setianingrum

Ismatul Khasanah

Abstrak

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan keseimbangan anak. Hal ini disebabkan karena keterampilan dan keseimbangan anak pada saat melakukan gerakan fisik motorik belum stabil, anak juga belum mampu mempertahankan posisi tubuh tertentu untuk tidak bergoyang atau roboh. Permasalahan dalam penelitian ini adalah 1) Bagaimana upaya meningkatkan keseimbangan anak usia dini melalui kegiatan bermain simpai. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan anak melalui permainan simpai di TK Nasional Pakarti Luhur Semarang Tahun Ajaran 2016/2017. Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilakukan oleh peneliti sebagai fasilitator. Subjek penelitian adalah siswa umur 4-5 tahun yang berjumlah 18 anak dengan 10 laki-laki dan 8 perempuan. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui dokumentasi, observasi. Data penelitian dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian melalui metode permainan lompat simpai pada kondisi awal hanya terlihat pada kriteria cukup sejumlah 5 anak (27,78%), kriteria kurang sejumlah 10 anak (55,56%), dan kriteria baik sejumlah 3 anak (16,67%). Setelah dilakukan pada siklus I hasilnya pada kemampuan keseimbangan melalui permainan lompat simpai yang dapat dilihat untuk kriteria baik sejumlah 11 anak (61,11%) kriteria cukup ada 4 anak (22,22%), dan untuk kriteria kurang berjumlah 3 anak (16,67%). Pada siklus II berkembang sangat baik dapat dilihat kriteria baik sejumlah 15 anak (83,33%) kriteria cukup sejumlah 2 anak (11,11%) dan kriteria kurang sejumlah 1 anak (5,56%). Penelitian tindakan kelas ini menyimpulkan bahwa permainan lompat simpai dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan anak.

Kata kunci: Simpai, kemampuan keseimbangan

Abstract

Background of the problem in this research is low of childrens balance ability. It is because of childrens skills and balance when they were doing physical motoric movement was not stable, the childrens not been to be able maintain body position to not wobble or fall. The problem in this reseach is 1) How efforts to improve the balance of early childhood through play activities hoop. This study aims to improve the balance of children in kindergarten through hoops game

National Pakarti Semarang in Academic Year 2016/2017. There is kind of this research is classroom measure research conducted by researchers as a facilitator. The subject of research are students 4-5 years old were 18 children consist of 10 men and 8 women. The data in this research were obtained through documentation, observation. Data were analyzed in quantitative and qualitative. The result of research through hoop jumping game method in the initial condition is only seen in fair criterion wereof 5 children (27.78%), the criterion of less were 10 children (55.56%), and the good criterion were 3 children (16,67%). After doing first cycle results on the ability of balance through the hoop jumping game that can be seen for good criterion were 11 children (61,11%). Fair criterion there were 4 children (22,22%), and for less criterion there were 3 children (16,67%). In second cycle can be seen very well developed good criterion there were 15 children (83,33%) fair criterion there were 2 children (11,11%) and less criterion there were 1 chaidren (5,56%). This research of classroom measure included that hoop jumping game can improve the balance of children ability.

Keywords: Hoop, balance of ability

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Keterampilan motorik kasar merupakan salah satu keterampilan yang sangat penting untuk dikembangkan pada anak usia dini. Keterampilan ini merupakan keterampilan dalam menggunakan otot-otot besar yang mampu mengembangkan keterampilan gerak pada anak. Gerak itulah, yang dapat mengekspresikan segala apa yang ada dalam pikirannya. Dalam pembelajaran di TK kegiatan pengembangan kemampuan motorik kasar tidak terlepas dari pembelajaran jasmani. Contoh dari kegiatan jasmani yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar adalah berlari, melompat, menendang bola, melempar, menangkap, memantulkan bola, memukul, dan berjalan. Selain dapat membuat anak lebih sehat, pembelajaran jasmani pada anak juga dapat membuat anak lebih terlihat segar dan bersemangat dalam belajar di sekolah.

Menurut Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 tingkat pencapaian perkembangan anak usia 5-6 tahun meliputi: Menirukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan koordinasi gerakan kaki, tangan dan kepala saat melakukan

tarian/senam, melakukan permainan fisik dengan aturan, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan melakukan kegiatan kebersihan diri.

Undang-Undang tentang Sistem Pendidikan Nasional UU Nomor 20 Tahun 2003 Bab 1 Pasal 1 Ayat 14 dinyatakan bahwa yang termasuk anak usia dini adalah anak yang masuk dalam rentang usia 0-6 tahun dan pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai 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 yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal dan informal.

Pemberian stimulasi yang baik dan optimal sangat diperlukan untuk mengembangkan enam aspek perkembangan pada anak. Enam aspek perkembangan pada anak Taman Kanak-Kanak (TK) yang perlu dikembangkan adalah aspek perkembangan agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional dan kreatifitas anak. Perencanaan pembelajaran yang tepat dan terarah sesuai dengan tahap perkembangan dapat dikembangkan untuk semua aspek perkembangan. Salah satu aspek perkembangan yang perlu dikembangkan ialah aspek perkembangan fisik-motorik. Perkembangan fisik-motorik sangat berkaitan dengan perkembangan fisik anak, dan berbagai aktivitas fisik yang mampu menunjang keterampilan motorik anak. Hal ini memudahkan anak dalam mengembangkan berbagai aspek perkembangan lainnya.

Dalam meningkatkan motorik kasar anak khususnya keseimbangan gerakan fisikmotorik anak usia dini dibutuhkan rangsangan dan stimulasi agar anak dapat melakukan kegiatan yang telah direncanakan oleh guru. Dengan stimulasi yang diberikan maka anak akan tertarik dan melakukannya dengan senang hati dan tanpa paksaan. Demikian juga dalam bermain sampai ini stimulasi yang diberikan harus bisa membuat anak senang dan nyaman, dengan memberinya pijakan-pijakan sebelum main, saat main dan sesudah main.

Realitas dilapangan khususnya TK Nasional Pakarti Luhur Semarang menunjukkan bahwa upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak khususnya keseimbangan gerakan fisik motorik, maka anak sudah melakukan berbagai permainan. Namun, kebanyakan anak belum dapat kreatif dalam melakukan permainan untuk melatih keseimbangan gerkan fisik motorik. Selama ini media pembelajaran yang digunakan untuk melatih keseimbangan pada anak baru terbatas pada papan titian atau berjalan diatas garis lurus, serta metode yang digunakan kurang optimal untuk melatih fisik motorik anak. Hal ini terbukti saat anak disuruh melompat dengan satu kaki maupun dua kaki sendiri tanpa bantuan, dan anak masih suka terjatuh. Anak juga belum mampu mempertahankan posisi tubuh tertentu untuk tidak bergoyang atau roboh. Hal ini disebabkan karena keterampilan dan keseimbangan anak pada saat melakukan gerakan fisik motoriknya belum stabil. Siswa yang seimbang yaitu siswa yang bisa melompat dengan satu kaki maupun dua kaki dari satu simpai ke simpai lainnya tanpa terjatuh, sedangkan siswa yang belum seimbang melompat dengan satu kaki atau dua kaki mereka masih terjatuh, belum bisa menyeimbangkan tubuhnya. Oleh karena itu, agar keseimbangan gerakan fisik motorik anak berkembang dengan baik sesuai dengan tahapan kemampuan motorik kasarnya, maka anak perlu berlatih keterampilan dan keseimbangan gerakan fisik motoriknya melalui bermain. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot untuk melakukan suatu aktivitas tubuh. Aktivitas motorik kasar misal: berlari, melompat, mendorong, melempar, menangkap, menendang dan lain sebagainya, kegiatan itu memerlukan dan menggunakan otot-otot besar pada tubuh seseorang.

Mengingat kurangnya kemampuan koordinasi keseimbangan pada gerakan fisik motorik anak, dan anak sering tidak menyelesaikan permainan fisik motorik yang diberikan oleh guru, maka untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini penulis memakai cara metode bermain simpai, karena simpai aman digunakan untuk anak-anak simpai ini terbuat dari bahan yang lunak yaitu dari rotan atau logan (pengikat bingkai). Melalui bermain

simpai diharapkan anak dapat memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik. Dengan kesempatan yang diberikan, anak dapat mengeksplorasi semua gerakan fisik motorik yang dia miliki, karena pada saat bermain simpai seluruh tubuh anak aktif. Selain itu dengan bermain simpai, anak memperoleh keterampilan, penguasaan dan keseimbangan badan yang sangat diperlukan dalam kehidupannya dikemudian hari.

Dengan menggunakan kegiatan bermain, diharapkan tidak hanya perkembangan motorik kasar saja yang meningkat, namun semua aspek perkembangan ditingkatkan seperti : aspek kognitif, nilai agama dan moral, bahasa, kreatifitas serta sosial emosional anak. Melalui bermain simpai anak dapat menyalurkan energinya yang berlebihan, serta peredaran darah, pencernaan makanan dan pernapasan anak menjadi teratur. Hal itu akan berpengaruh pada keseimbangan gerakan anak pada aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang masalah yang terjadi, penulis berupaya melakukan penelitian tindakan kelas yang berkaitan dengan peningkatan keseimbangan anak. Topik penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah “Upaya Meningkatkan Kemampuan Keseimbangan Melalui Permainan Simpai Pada Kelompok A TK Nasional Pakarti Luhur Semarang Tahun Ajaran 2016/2017”.

2. KAJIAN TEORI

a. Pengertian Perkembangan Motorik Kasar

Gerak motorik kasar adalah gerak anggota badan secara kasar atau keras. Menurut Laura E. Berk, semakin anak bertambah dewasa atau bertambah kuat tubuhnya, maka gaya gerakannya semakin sempurna. Hal ini mengakibatkan tumbuh-kembang otot semakin membesar dan menguat. Dengan membesar dan menguatnya otot tersebut, keterampilan baru selalu bermunculan dan semakin bertambah kompleks (Suyadi, 2010:68).

Menurut Muhibbin juga menyebutkan motorik dengan istilah “*motor*”. Menurutnya motor diartikan dengan istilah yang menunjukkan pada hal, keadaan, dan kegiatan yang melibatkan otot-otot juga gerakannya, demikian

pula kelenjar-kelenjar juga eksresinya (pengeluaran cairan/getah-getah). Secara singkat, motor dapat pula dipahami sebagai segala keadaan yang meningkatkan atau menghasilkan stimulasi/rangsangan terhadap kegiatan organ-organ fisik, karena motorik (motor) menyebabkan terjadinya suatu gerak (*movement*), maka setiap penggunaan kata motorik selalu diikatkan dengan gerak dan di dalam penggunaan sehari-hari sering tidak dibedakan antara motorik dengan gerak. Namun yang harus selalu diperhatikan adalah bahwa gerak yang dimaksud di sini bukan hanya semata-mata berhubungan dengan gerak seperti yang kita lihat sehari-hari, yakni geraknya anggota tubuh (tangan, lengan, kaki dan tungkai) melalui alat gerak tubuh (otot dan rangka). Tetapi gerak yang di dalamnya melibatkan fungsi motorik seperti otak, saraf, otot dan rangka (Samsudin, 2008:10).

Gerakan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir, seperti orang dewasa. Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan koordinasi. Beberapa gerakan motorik kasar yang dicapai anak tentu sangat berguna bagi kehidupannya (Sujiono, 2012:1.13)

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keseimbangan

Menurut Soedarminto (2008:4.34) ada beberapa faktor yang mempengaruhi stabilitas atau keseimbangan, faktor-faktor tersebut diantaranya:

1) Tingginya Titik Berat

Biasanya titik berat orang dewasa dalam berdiri normal terletak kira-kira setinggi sepertiga os sacrum sebelah atas. Jika kedua tangan diangkat keatas atau jika membawa beban di atas pinggang, titik berat bergeser ke tempat yang lebih tinggi dan lebih sukar untuk memelihara keseimbangan.

2) Letaknya Garis Berat

Sebuah objek akan tetap pada keadaan seimbang hanya selama garis beratnya jatuh di dalam dasar penumpu. Bila gaya yang ditentang oleh badan itu gaya ke bawah dari gravitasi maka makin dekat garis berat kepada titik pusat dasar penumpu, makin stabil keseimbangannya, dan sebaliknya, makin dekat garis berat kepada tepi dasar penumpu makin goyah keseimbangannya. Sekali garis berat itu keluar dari tepi. Dasar penumpu keseimbangan hilang dan harus dibuat dasar penumpu yang baru.

3) Luas Dasar Penumpu

Jelaslah bahwa dasar penumpu yang luas menambah stabilitas dari suatu objek. Makin luas dasar penumpu makin mudah memelihara keseimbangan. Namun Menurut Decaprio (2013:185) ada yang harus diingat dalam pembelajaran motorik, seorang siswa dapat menjaga keseimbangannya atas dasar pengaruh beberapa faktor, seperti : Usia, Motivasi, Kognisi, Lingkungan, Kelelahan Pengaruh obat, Pengalaman terdahulu. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa yang paling mempengaruhi keseimbangan adalah usia yang menentukan masa objek, lingkungan, dan kondisi psikologis seseorang.

c. Bermain Simpai

Teori bermain membahas tentang aktivitas jasmani anak yang dilakukan dengan rasa senang, sederhana serta kaitan bermain sebagai wahana pencapaian tujuan pendidikan 33 (Sukintaka dalam Victor. Simanjuntak, 2008: 3). Permainan adalah berbagai bentuk kompetisi bermain penuh yang hasilnya ditentukan oleh: Keterampilan fisik, Strategi, atau kesempatan.yang dilakukan secara perorangan atau gabungan Loy,Mc Pherson, dan Kenyon (Mudjihartono, 2009: 10). Froebel dalam (Solehuddin, dkk 2012:5.9) menyatakan bahwa bermain merupakan ekspresi tertinggi dari perkembangan manusia pada anak karena bermain sendiri merupakan ekspresi bebas dari jiwa anak. Hurlock dalam (Sujiono 2006:27) menyatakan bahwa usia 3-5 tahun adalah masa permainan.

Berasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan dan dilakukan tanpa paksaan. Bermain itu alamiah dan spontan, anak-anak tidak diajarkan bermain tetapi timbul minat dengan sendirinya. Bermain sangat disukai oleh anak usia dini, karena dengan bermain mereka dapat bereksplorasi pada lingkungan sekitarnya melalui bermain bersama dengan kelompok atau sendiri tanpa orang lain, anak mengalami kesenangan yang lalu memberikan kepuasan baginya.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (1991: 841) simpai ialah lingkaran atau gelang-gelang dari rotan atau logam (pengikat bingkai) untuk mengeratkan atau menegangkan. Simpai adalah suatu alat yang berbentuk lingkaran dengan bahan lunak terbuat dari rotan yang dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai macam aktivitas gerak atau permainan yang bisa dilakukan secara individu, berpasangan dan berkelompok yang dapat dilakukan dimana saja (Muhyi M, 2009: 2). Simpai yang sering digunakan di TK, terbuat dari rotan yang memiliki diameter kecil sekitar 50cm. Simpai yang digunakan termasuk kedalam simpai kecil, berbeda dengan simpai yang dimainkan oleh orang dewasa, hal ini dikarenakan tubuh anak yang masih kecil, sehingga dalam penggunaan alat permainan lain yang digunakan di TK juga harus disesuaikan dengan kondisi anak. Permainan dengan simpai dapat dilakukan secara berkelompok maupun secara individu, namun mengingat waktu pembelajaran di TK hanya sebentar, permainan dengan simpai dilakukan secara berkelompok. Anak diharuskan untuk belajar bergerak dan mengkoordinasi otot-otot besar dalam permainan dengan simpai, yang kemudian diaplikasikan dalam bentuk gerakan seperti gerakan melompat dan gerakan menerobos.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan dengan simpai ialah kegiatan permainan yang dilakukan dengan menggunakan alat simpai berdiameter 50cm yang dapat digunakan untuk melatih kemampuan gerak motorik kasar anak dan melatih koordinasi otot-otot besarnya.

3. Metode Penelitian

Penelitian tindakan kelas akan dilaksanakan pada semester I bulan Juli. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di kelompok usia 4-5 tahun TK Nasional Pakarti Luhur. Subyek dalam penelitian ini adalah anak didik kelompok usia 4-5 tahun TK Nasional Pakarti Luhur tahun pelajaran 2016/2017 yang memiliki jumlah 18 anak didik yang terdiri dari 8 orang perempuan dan 10 orang laki-laki. Sumber Data diperoleh dari anak/siswa, guru, teman sejawat, dan kepala sekolah.

Penelitian dilakukan dengan menggunakan Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Masing-masing siklus terdiri dari 4 tahap yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi.

a. Teknik pengumpulan data

1) Observasi

Kegunaan pengamatan anak melihat seberapa jauh efek tindakan yang mencapai sasaran Suharsimi Arikunto (2010:272). Observasi berguna untuk mengumpulkan data tentang partisipasi anak dan guru dalam meningkatkan kemampuan keseimbangan motorik kasar anak.

2) Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data tentang keadaan anak dan profil TK Nasional Pakarti Luhur Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017.

b. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam (Sugiyono, 2013: 147). Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau dinamakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Karena pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian.

Tabel 1: Instrumen Penelitian kemampuan motorik kasar keseimbangan

Instrumen	Aspek	Butir Instrument	Skor		
			1	2	3
Menggunakan anggota tubuh untuk pengembangan motorik kasar dan halus (KD 4.3)	Kelenturan	1. Anak tidak kaku dalam mengikuti gerakan tubuh yang telah di contohkan guru dengan benar.			
	Kelincahan	2. Anak mampu mengikuti gerakan yang sudah dicontohkan oleh guru dengan benar dan lincah.			
	Keseimbangan	3. Anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya dalam mengikuti gerakan yang sudah dicontohkan guru. 4. Anak mampu mengikuti gerakan melompat dengan arah lurus yang sudah dicontohkan oleh guru dengan baik dan benar. 5. Anak mampu mengikuti gerakan melompat dengan arah zig zag yang sudah dicontohkan oleh guru dengan baik dan benar.			

c. Indikator Kerja

Indikator kinerja adalah suatu kriteria yang digunakan untuk melihat tingkat keberhasilan dari kegiatan penelitian dalam meningkatkan atau memperbaiki mutu proses pembelajaran di sekolah. Penenrapan metode bermain simpai diharapkan dapat meningkatkan keseimbangan gerak fisik motorik pada anak didik TK Nasional Pakarti Luhur Semarang.

Tabel 2: Klasifikasi Kategori Tindakan dan Presentase

No	Kriteria	Nilai Presentase
1.	Baik	>73
2.	Cukup	50-73
3.	Kurang	26-49
4.	Pasif	<26

Sumber: supardi (2015:61)

B. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

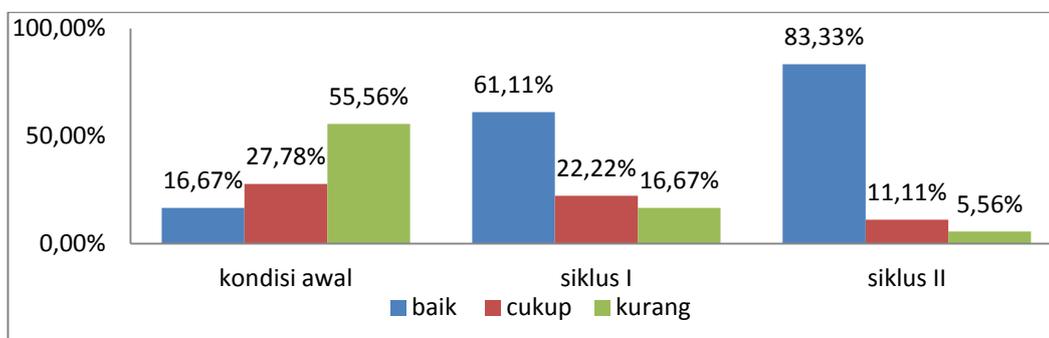
1. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I dan II menunjukkan bahwa menggunakan permainan simpai dapat meningkatkan keseimbangan anak usia 4-5 tahun di TK Nasional Pakarti Luhur tahun ajaran 2016/2017. Hal ini berdasarkan observasi yang dilakukan pada proses pembelajaran ini menghasilkan data peningkatan keseimbangan motorik kasar pada pra siklus, siklus I dan siklus II yang disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3: Rekapitulasi Nilai Keseimbangan Motorik Kasar

Indikator	Keterangan	Pra Siklus	Siklus I	Siklus II
Megguna- kan anggota tubuh untuk pengemban gan motorik kasar dan halus	Baik	16,67%	61,11%	83,33%
	Cukup	27,78%	22,22%	16,67%
	Kurang	55,56%	16,67%	0%

Selengkapnya dapat dilihat pada grafik berikut ini :



Gambar 1. Grafik Peningkatan Keseimbangan Motorik Kasar Antar Siklus

2. Pembahasan

Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan dua siklus dan masing-masing siklus terdiri dari tahap perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Pada kondisi awal hanya terlihat pada kriteria baik hanya ada 3 anak (16,67%), kriteria cukup hanya sejumlah 5 anak (27,78%), dan kriteria kurang sejumlah 10 anak (55,56%). Setelah dilakukan tindakan pada siklus I hasilnya pada keseimbangan motorik kasar melalui permainan simpai yang dapat dilihat yaitu untuk kriteria baik ada sejumlah 11 anak (61,11%), kriteria cukup ada sejumlah 4 anak (22,22%), dan untuk kriteria kurang ada sejumlah 3 anak (16,67%). Pada siklus II keseimbangan motorik kasar anak berkembang sangat pesat hal ini dapat dilihat pada kriteria baik ada sejumlah 15 anak (83,33%), kriteria cukup ada sejumlah anak (16,67%), dan sudah tidak ada anak pada kriteria kurang (0%).

Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I dan II menunjukkan bahwa menggunakan permainan simpai dapat meningkatkan keseimbangan motorik kasar anak-anak usia 4-5 tahun di TK Nasional Pakarti Luhur tahun ajaran 2016/2017. Hal ini terlihat dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap kegiatan yang melibatkan aktivitas fisik dimana terdapat peningkatan keseimbangan motorik kasar anak di siklus I yang mengalami peningkatan di siklus II.

Secara umum presentase siswa pada siklus I masih belum memenuhi indikator kinerja, berdasarkan kekurangan yang terdapat pada siklus I yaitu banyak anak yang belum mampu berjalan mengikuti lingkaran, banyak anak yang terjatuh ketika melompati lingkaran simpai, dan masih terlihat kebingungan ketika menirukan gerakan lompat simpai.

Pada siklus II tahap pelaksanaan peneliti mengkondisikan anak untuk lebih fokus dan aktif dalam mengikuti permainan lompat simpai, agar kegiatan pembelajaran dapat berjalan lebih maksimal. Peneliti juga memberitahu kepada anak-anak bahwa pada siklus II ini permainan lompat simpai akan berbeda dengan siklus I, pada siklus II ini akan melakukan melompat simpai dengan menggunakan satu kaki. Pada siklus II ini anak-anak lebih berantusias untuk bermain lompat simpai. Hal ini dikarenakan lompatan simpai lebih menantang. Pada siklus II ini anak-anak terlihat lebih mampu mengontrol

lompatannya, sehingga anak berusaha keras menjaga keseimbangan tubuhnya pada saat melompat simpai.

C. PENUTUP

1. Simpulan

Menurut hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dari mulai beberapa tindakan yakni kondisi awal dan beberapa siklus, berdasarkan seluruh pembahasan dan penilaian yang telah disimpulkan bahwa permainan lompat simpai merupakan permainan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak. Nilai Rata-rata kemampuan motorik kasar anak dengan menggunakan permainan lompat simpaikelompok A TK Nasional Pakarti Luhur Semarang, pada kondisi awal 16,67% kemudian disiklus I meningkat menjadi 61,11% dan pada siklus II mengalami peningkatan menjadi 83,33% yang mengalami keberhasilan pada indikator kinerja. Mengacu pada data tersebut maka indikator kinerja penelitian ini dikatakan berhasil pada siklus II sehingga tidak diperlukan siklus ke III.

Berdasarkan analisis tersebut keseimbangan tubuh akan optimal sejalan dengan perkembangan motorik kasar anak, juga didukung oleh pendapat Decaprio (2013: 182) bahwa keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan gerakan, tingkah laku, sikap, dan konsentrasi otak ketika melakukan praktik pembelajaran. Dalam pembelajaran motorik, keseimbangan juga bisa dimaknai sebagai kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu, terutama saat posisi tegak. Selain itu, keseimbangan juga diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan gerakan motorik dalam posisi keseimbangan maupun dalam posisi keseimbangan maupun dalam keadaan statis atau dinamis, serta menggunakan aktivitas otot yang minimal.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa melalui permainan lompat simpai dapat meningkatkan keseimbangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Nasional Pakarti Luhur tahun ajaran 2016/2017.

Daftar Pustaka

- Decaprio, Richard (2013). *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Jogjakarta : DIVA Press. Halaman 182.
- Hasan, Maimunah (2009). PAUD (Karakteristik Pendidikan Anak Usia Dini). Jogjakarta : DIVA Press. Halaman 9.
- Jamaris, Martini. 2006. *Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: PT Grasindo.
- Noorlaila, Iva 2010. *Panduan Lengkap Mengajar PAUD*. Yogyakarta: Pinus (KPP). Halaman 50.
- Pratiwi, Yhana. 2014. Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek Di Kelompok B TK Tunas Rimba II Tahun PAELAJARAN 2014/2015. *Skripsi*. PAUD UNIVERSITAS PGRI Semarang.
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera.
- Suyadi, 2010. *Psikologi Belajar PAUD*. Yogyakarta: PT Pustaka Insan Madani. Halaman 68.
- Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, 2012. *Metodologi Pengembangan Fisik*. Tangerang: Universitas Terbuka Halaman 1.13.