

---

**PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR DAN  
KECERDASAN KINESTETIK MELALUI PERMAINAN SENAM  
PADA ANAK TK**

*(The Improving Gross Motor and Kinesthetic Intelligence Through Gymnastic At  
Early Childhood)*

Desmalah

TK Al – Fatah Bumi Ciruas Permai

[desmalahkusno@yahoo.com](mailto:desmalahkusno@yahoo.com),

Luluk Asmawati

Teknologi Pembelajaran Pascasarjana Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

[nialuluk@yahoo.com](mailto:nialuluk@yahoo.com).

**Abstract**

*This study aims to determine the increase in gross motor skills and kinesthetic intelligence through gymnastic in early childhood aged 5-6 years in kindergarten Al - Fatah Ciruas Serang District of subjects were as many as 20 students at the kindergarten B2 group Al - Fatah District of Ciruas Serang. Methodology in this study using action research Kemmis and Taggart which includes four stages: planning, action, observation, and reflection, carried out in three cycles of this study show that there is a significant increase in gross motor skills through games and kinesthetic exercises. Teachers use a variety of learning methods to motivate children to improve gross motor skills and kinesthetic intelligence. From the analysis of the data obtained that there is a complete learn from each cycle. Gross motor abilities of cycle 1 was 50 % rising to 69,2% of cycle 2, and became 84.6 in cycle 3. For kinesthetic intelligence from 48,2 % to 67.5 % cycle 1 cycle 2, and increased to 81.9% of cycle 3. It can be concluded that exercise games can improve gross motor skills and kinesthetic Early Childhood (AUD) aged 5-6 year in kindergarten Al - Fatah Ciruas District of Serang District .*

*Keywords: Gross Motor, Kinesthetic Intelligence, Games, Gymnastics*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses peningkatan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada anak usia dini usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang. Subjek penelitian ini adalah sebanyak 20 orang siswa kelompok B2 TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang. Metodologi dalam penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas Kemmis dan Taggart yang meliputi empat tahap yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, dilaksanakan dalam tiga siklus. Penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam. Guru menggunakan berbagai metode pembelajaran yang dapat memotivasi anak untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik. Dari hasil analisis data didapat bahwa terdapat ketuntasan belajar dari tiap siklus. Kemampuan motorik kasar dari siklus 1 sebesar 50% naik menjadi 69,2% siklus 2, dan menjadi 84,6 pada siklus 3. Untuk kecerdasan kinestetik dari 48,2% siklus 1 menjadi 67,5% siklus 2, dan naik menjadi 81,9% siklus 3. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permainan senam dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik Anak Usia Dini (AUD) usia 5-6 Tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.

Kata kunci: *Motorik Kasar, Kecerdasan Kinestetik, Permainan, Senam*

## A. PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang

Anak dapat tumbuh kembang secara optimal sesuai nilai, norma, serta harapan masyarakat. Dalam upaya mengoptimalkan segala kemampuan yang dimiliki anak usia dini yang berdasarkan prinsip PAUD, seharusnya setiap pendidikan anak usia dini memahami setiap tahapan pertumbuhan dan perkembangan karena segenap upaya yang di lakukannya harus berdasarkan pada tahapan tumbuh kembang anak agar mencapai hasil yang optimal.

Pendidikan juga perlu mengetahui kebutuhan setiap anak untuk mengembangkan otot-otot besar dan kecilnya pada setiap tingkatan usia. Motorik anak perlu dikembangkan karena tubuh anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru di pelajarnya. Anak lebih berani pada waktu kecil, tanggung jawab dan kewajiban anak lebih kecil. Pendidikan juga perlu mengetahui hal-hal penting sehingga anak dapat mempelajari keterampilan motorik yaitu kesiapan belajar, kesempatan belajar, adanya model yang baik, bimbingan, motivasi.

Cerdas melalui bermain merangkul kecerdasan gerak kinestetik, dengan kemampuan menggunakan gerak seluruh tubuh untuk mengekspresikan ide, dan perasaannya serta keterampilan mempergunakan tangan untuk mencipta atau mengubah sesuatu. Kecerdasan ini meliputi kemampuan motorik yang spesifik, seperti koordinasi keseimbangan keterampilan, kekuatan, kelenturan, kecepatan dan keakuratan menerima rangsangan sentuhan dan tekstur. Latihan-latihan gerak dasar ini lebih ditekankan dalam bentuk permainan yang sifatnya informal sesuai prinsip pembelajaran di TK, yakni bermain sambil belajar atau belajar seraya bermain.

Melihat kenyataan bahwa demikian kompleks permasalahan tentang pengembangan motorik kasar pada anak usia dini, sudah seharusnya PAUD memaksimalkan perannya untuk turut mengembangkan beragam kebutuhan anak didik dalam proses peningkatan motorik kasar. Pada kenyataannya tidak sesederhana apa yang tertuang dalam berbagai teori. Banyak sebab yang menjadikan upaya pengembangan motorik kasar pada anak kurang optimal.

Berbagai kendala dan hambatan sebagaimana yang dimaksud seperti yang ditemukan pada kegiatan pembelajaran di TK

Al-Fatah Kecamatan Ciruas, Kabupaten Serang khususnya kelompok B yang menjadi subjek penelitian. Kemampuan motorik kasar anak masih terbatas, dan upaya pemberiannya tidak atau kurang terprogram. Dalam beberapa kegiatan permainan fisik yang diharapkan bisa mengembangkan motorik kasar anak didik yang diberikan oleh guru, masih banyak anak yang belum dapat melakukan dengan benar, seperti anak kurang merespon dengan baik dalam permainan senam. Di samping itu kurang kesadaran akan kepentingan pengembangan motorik kasar pada diri anak, sehingga anak didik menjalankan kurang sungguh-sungguh.

Untuk mengatasi masalah ini, maka dicoba mencari alternatif penyelesaian yaitu melalui senam. Menurut Syahara (2010: 61) bahwa : aktivitas ritmik termasuk senam adalah suatu proses pembentukan gerak dasar. Si anak akan selalu merasa penasaran bagaimana mereka dapat mengetahui dirinya melalui gerakan. Proses ini akan berjalan dengan baik sejauh guru memberikan kegiatan ini secara tepat, tepatdi artikan memberikan kebebasan kepada si anak untuk dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan melalui gerakan.

Melalui kegiatan ini anak dapat mengembangkan perkembangan keterampilan motorik kasar. Istilah-istilah yang berlawanan seperti cepat/lambat, tinggi/rendah, naik/turun, dapat membantu memberikaraharah terhadap gerakan anak sehingga membuat pola gerakan anak lebih produktif. Salah satu aspek yang terdapat dalam gerakan ini adalah gerak dasar. Selain dapat melatih gerak dasar, melalui kegiatan kemampuan anak mengayunkan tangan juga dapat menyalurkan kebutuhan untuk bergerak secara ekspresif dan kreatif. Melalui kemampuan anak mengayunkan tangan dapat mengekspresikan keinginan, perasaan, dan ide yang ada dalam pikirannya. Kegiatan senam sebagai bahan penting dari keseluruhan pengalaman gerak yang memberikan sumbangan berarti bagi perkembangan gerak kinestetik dan keterampilan motorik kasar anak.

Agar kegiatan motorik kasar anak dapat terlaksana dengan baik, maka anak dituntut memiliki perhatian dan daya tahan yang baik pula. Seperti disiplin, kerjasama, kecepatan bereaksi, jujur, berkonsentrasi sesuai kemampuan anak. Dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di

TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.

## 2. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana perencanaan kegiatan pembelajaran keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah kecamatan Ciruas Kabupaten Serang ?
- b. Bagaimana pelaksanaan kegiatan pembelajaran keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang ?
- c. Bagaimana evaluasi pengembangan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang ?
- d. Apakah terjadi peningkatan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik setelah dilakukan penelitian melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang?

## 3. Tujuan Penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui tahapan perencanaan pembelajaran kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.
- b. Untuk mengetahui langkah-langkah pelaksanaan pembelajaran kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.
- c. Untuk mengetahui hasil evaluasi pembelajaran kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.
- d. Permainan senam dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik pada AUD usia 5-6 tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang.

## B. KAJIAN TEORETIK

### 1. Motorik Kasar

Rosdiani (2012: 108) aktivitas jasmani adalah semua bentuk menggerakkan badan, termasuk gerak berjalan kaki, berlari, melempar, menangkap, merayap, merangkak, berloncat, dan bentuk gerak dasar lainnya. Dalam hubungan dengan teori belajar gerak, lebih mudah di kenali dalam bentuk gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulative atau dikenal juga istilah *gross motor* dan *fine motor*.

Menurut pendapat Barrow sebagaimana dikutip Rosdiani (2012: 110) yang menyatakan bahwa: Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai “ pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan kependidikan di capai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk olahraga (sport), permainan senam, dan latihan (*exercise*). Hasil yang ingin di capai... individu yang terdidik secara fisik, nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu.

Perkembangan motorik sangat berpengaruh terhadap aspek-aspek perkembangan lainnya. Anak yang kondisi fisiknya terlatih akan memiliki kesempatan lebih banyak dalam mengeksplorasi lingkungannya sehingga dapat lebih mengenal dan memahami lingkungannya. Hal ini menggambarkan mengapa perkembangan fisik (motorik) berkaitan erat dengan perkembangan mental intelektual anak.

Perkembangan sosial emosional anak juga sangat dipengaruhi oleh perkembangan fisiknya. Anak yang fisiknya lemah akan memiliki kepercayaan diri yang kurang, terutama ketika ia membandingkan dirinya dengan anak-anak lain yang sebayanya. Kegagalan untuk menguasai motorik akan membuat anak kurang menghargai dirinya sendiri. Oleh karena itu agar anak dapat mencapai dan melewati perkembangannya dengan optimal, perlu diperhatikan tahap-tahap perkembangan motorik anak dengan stimulasinya yang tepat dan sesuai dengan usia perkembangannya. Di samping itu perlu dilakukan evaluasi terhadap perkembangan fisik anak agar dapat terdeteksi secara dini jika dalam proses perkembangannya terjadi penyimpangan atau hambatan yang akan mengganggu optimalisasi perkembangannya Menurut Utami, dkk. (2012: 250) perkembangan motorik seorang anak tidak selalu berjalan dengan sempurna. Ada beberapa faktor yang

mempengaruhi perkembangan motorik anak, baik faktor internal maupun faktor eksternal.

Berikut akan diuraikan faktor-faktor tersebut:

- a. Sifat dasar genetik
- b. Kondisi pra lahir ibu
- c. Kondisi lingkungan
- d. Kesehatan dan gizi
- e. IQ (*Intelligence Quotient*)
- f. Adanya stimulasi, dorongan, dan kesempatan
- g. Pola asuh
- h. Cacat Fisik

## 2. Kecerdasan Kinestetik

Gardner dan Chekley (1997: 12) mengatakan bahwa kecerdasan jasmaniah-kinestetik itu merupakan kemampuan untuk menggunakan seluruh bagian tubuh badan secara fisik seperti menggunakan tangan, jari-jari, lengan dan berbagai kegiatan fisik lain dalam menyelesaikan masalah, membuat sesuatu, atau dalam menghasilkan berbagai macam produk. Contoh yang paling nampak untuk diamati adalah aktivitas yang menyertai para atlet atau dalam pertunjukan seni seperti menari atau berakting. Yaumi (2012: 18) kecerdasan kinestetik disebut juga kecerdasan olah tubuh karena dapat merangsang kemampuan seseorang untuk mengolah tubuh secara ahli, atau untuk mengekspresikan gagasan dan emosi melalui gerakan. Kemampuan seperti ini juga dapat diamati pada anak yang pandai berolahraga dan menari atau berdansa, termasuk kemampuan menangani suatu benda dengan cekatan dan membuat sesuatu. Dengan demikian karir yang pantas untuk ditukuni oleh mereka yang memiliki kecerdasan kinestetik adalah menjadi penari, atlet, aktor, pelatih, interpreter bahasa isyarat, ahli bedah, artis.

Kecerdasan kinestetik memungkinkan kita manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, dengan demikian memungkinkan tubuh untuk memanipulasi objek dan menciptakan gerakan. Semua anak tumbuh, dengan pertumbuhan datang berbagai tingkat perkembangan fisik. Bayi yang lahir tidak berdaya ketika lahir akhirnya akan tumbuh menjadi anak-anak yang dapat berjalan, berlari, melompat, dan melakukan tugas-tugas fisik yang sejajar dengan kemampuan orang dewasa

Beberapa orang terkenal yang mempunyai kecerdasan kinestetik yang tinggi adalah

legendaris senam Indonesia di Arena Sea Games 1985 di Thailand (Eva Butar ), atlet senam Sea Games 2005 di Manila (M. Adila Akbar). Orang yang memiliki kelebihan dalam kecerdasan kinestetik cenderung mempunyai perasaan yang kuat dan kesadaran mendalam tentang gerakan-gerakan fisik. Mereka mampu berkomunikasi dengan baik melalui bahasa tubuh dan sikap dalam bentuk fisik lainnya. Mereka juga mampu melakukan tugas dengan baik setelah melihat orang lain melakukannya terlebih dahulu, kemudian meniru dan mengikuti tindakannya. Namun orang yang memiliki kecerdasan ini sering merasa tidak tenang ketika duduk dalam waktu yang relatif lama dan merasa bosan jika segala sesuatu yang dipelajari atau disampaikan tanpa disertai dengan tindakan yang bersifat demonstratif.

## 3. Permainan Senam pada Anak Usia Dini

Pada umumnya manusia memiliki kecenderungan selalu ingin bergerak sambil bersenang-senang untuk menyalurkan segala potensi yang ada pada dirinya. Biasanya bentuk kegiatan tersebut disalurkan melalui permainan. Bermain bagi anak-anak TK merupakan suatu kebutuhan yang sangat penting di dalam kehidupannya, bahkan hampir sebagian dari waktunya dihabiskan untuk bermain.

Menurut Ellis sebagaimana dikutip Tedjasaputra (2001: 12) menganggap bermain sebagai aktivitas mencari rangsang (*stimulus*) yang dapat meningkatkan *arousal* secara optimal. Bermain menambah stimulasi dengan menggunakan objek dan tindakan baru serta tidak biasa.

Hurlock (1996: 333) permainan dan olahraga bukan saja bentuk permainan yang menyenangkan melainkan juga mempunyai nilai penting sebagai penunjang sosialisasi. Dari kegiatan ini anak belajar bagaimana bergaul dengan anak lain, bekerjasama dalam berbagai kegiatan, melainkan peran pemimpin dan sebagai pengikut, serta menilai diri dan kemampuannya secara realistik dengan membandingkan diri dan prestasinya dengan teman sebayanya. Menurut Mansur (2011: 151) permainan merupakan prasyarat untuk keahlian anak selanjutnya, suatu praktek untuk kemudian hari. Permainan penting sekali untuk perkembangan kemampuan kecerdasan. Dalam permainan, anak-anak dapat bereksperimen tanpa gangguan, sehingga dengan demikian

akan mampu membangun kemampuan yang kompleks.

Senam dalam bahasa Inggris disebut “*Gymnastic*” yang berasal dari kata “*Gymnos*” bahasa Greka Yunani yang berarti berpakaian minim atau telanjang. Tujuannya untuk mendapatkan kekuatan dan keindahan jasmani. Yang melakukannya hanya kaum pria. Senam di negeri kita sudah dikenal sejak zaman penjajahan Belanda yang dikenal dengan istilah “*Gymnastiek*” ; zaman Jepang dinamakan “*Taiso*” pemakaian istilah senam sendiri kemungkinan bersamaan dengan pemakaian kata olahraga sebagai pengganti kata sport.

Menurut Tamat (2004: 3.4) Senam adalah latihan jasmani/olahraga yang bentuk-bentuk gerakannya dipilih dan disusun secara sistematis berdasarkan prinsip-prinsip tertentu sesuai dengan kebutuhan atau tujuan penyusun.

Ciri dan kaidah senam adalah:

- a. Gerakan-gerakan latihannya selalu dapat direncanakan dipilih dan diciptakan oleh guru, pelatih, bahkan pelaku sendiri;
- b. Gerakan latihan terpilih itu harus disusun secara sistematis (merupakan suatu kebulatan latihan);
- c. Penyusunan pemilihan gerakan harus sesuai dengan prinsip-prinsip tertentu sesuai dengan tujuan atau kebutuhan sipelaku.

Senam di Taman kanak-kanak kita mulai dengan latihan dasar seperti pelepasan sendi, penguluran otot, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, keberanian, kecepatan, keuletan, daya lompat dan sebagainya. Pada pelajaran senam dasar tujuan yang hendak dicapai secara sistematis adalah memperbaiki kelainan-kelainan sikap anak, membentuk tubuh yang serasi, meningkatkan kemampuan dan keterampilan hingga anak-anak siap untuk mempelajari seni gerak. Bagian-bagian dalam senam anak usia dini:

- a. Pemanasan/Pendahuluan/Pengantar/Permulaan
- b. Bagian Inti atau Pokok
- c. Bagian penenangan atau penutup.

Faktor-faktor yang mempengaruhi permainan anak, sebagai berikut:

- a. Kesehatan
- b. Perkembangan
- c. Intelegensi
- d. Jenis kelamin.
- e. Lingkungan.

### C. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang. Subjek dalam penelitian tindakan ini adalah guru dan siswa kelompok B2 TK Al-Fatah Ciruas, Serang. Adapun pemilihan kelas B2 dilakukan karena kelompok B2 adalah kelompok yang memiliki kesiapan dan kematangan dalam usia untuk menerima pembelajaran keterampilan motorik kasar. Jumlah siswa yang diteliti dalam penelitian tindakan ini adalah 20 orang.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Penelitian tindakan kelas berarti menguji coba gagasan dalam praktek sebagai sarana perbaikan dan peningkatan pengetahuan mengenai kurikulum, metode pengajaran, dan proses belajar mengajar yang hasilnya berupa perbaikan apa yang terjadi di kelas.

Bentuk penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas kualitatif yang bersifat partisipatif dan kolaboratif (*Partisipatif and collaborative action research*). Ini merupakan suatu bentuk kajian yang dilaksanakan oleh praktisi pendidikan, untuk meningkatkan praktik pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dalam pembelajaran. Dalam penelitian ini seorang guru dapat meneliti sendiri praktik pembelajaran yang dilakukan di dalam kelas, melalui tindakan kelas yang telah direncanakan, dilaksanakan, dievaluasi, serta adanya umpan balik.

Desain penelitian ini menggunakan model Kemis and MC. Taggart yang terdiri atas tahapan-tahapan dalam suatu proses yang disebut siklus, dalam setiap siklus terdiri atas empat tahapan yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*).

Teknik pengumpulan data yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah mengacu pada paradigma penelitian kualitatif. Dengan demikian data dikumpulkan sejak awal melakukan penelitian sampai berakhirnya program tindakan.

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah:

1. Observasi  
Pelaksanaan observasi adalah peneliti sebagai instrumen utama dan dibantu oleh kolaborator, dengan mengamati proses tindakan dan pengaruh, kendala atau masalah yang ditimbulkan selama proses tindakan berlangsung, observasi

dilakukan terhadap fokus permasalahan yang ada. Dari hasil observasi diadakan diskusi balikan (*feedback discussion*)/refleksi kolaboratif antara peneliti (dalam hal ini adalah guru yang mengajar di kelas sumber penelitian) dengan kolaborator.

## 2. Wawancara

Di setiap siklus diadakan wawancara dengan maksud untuk memantapkan data yang diperoleh dari observasi. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data yang diungkapkan secara lisan dari siswa mengenai kesulitan yang ditemuinya ketika pembelajaran berlangsung.

Mencatat hasil wawancara, hasil wawancara harus segera di catat setelah selesai melakukan wawancara agar tidak lupa bahkan hilang. Karena wawancara dilakukan secara terbuka dan tidak berstruktur maka peneliti perlu membuat rangkuman yang lebih sistematis terhadap hasil wawancara. Dari berbagai sumber data, perlu dicatat mana data yang dianggap lebih penting, yang tidak penting, data yang sama dikelompokkan. Hubungan satu data dengan data yang lain perlu dikonstruksikan, sehingga menghasilkan pola atau makna tertentu. Data yang masih diragukan perlu ditanyakan kembali kepada sumber data

lama atau yang baru agar memperoleh ketuntasan atau kepastian.

## 3. Analisis Dokumen

Teknik pengumpulan data ini diperoleh dari dokumen dan arsip. Dokumen itu berupa daftar nilai, daftar hadir, dan arsip-arsip lain yang dimiliki guru, hal ini berfungsi untuk mengetahui kondisi siswa sebelum dilakukan penelitian. Ini dimaksudkan untuk data tambahan tentang permasalahan yang akan dibahas dengan sasaran utama rancangan kegiatan pembelajaran di samping dokumen lainnya yang berisi informasi tentang sumber daya serta sarana dan prasarana pendukung. Dokumen lain seperti foto digunakan untuk memperhatikan suasana latar selama kegiatan berlangsung, pemotretan dilakukan beberapa kali untuk mendapatkan data yang lebih lengkap.

Data hasil belajar akan dianalisis dengan statistik dekriftif. Peningkatan hasil belajar akan dilihat dari kecenderungan kenaikan rata-rata dari siklus ke siklus. Data dari lembar observasi dan pedoman wawancara akan dianalisis secara kualitatif. Kemudian dilihat juga kecenderungan dari siklus ke siklus. Menafsirkan hasil pengolahan data berdasarkan kriteria-kriteria sebagai berikut:

Tabel 1. Pengolahan Data Berdasarkan Frekwensi

No	Skor	Skala	Nilai Angka
1	4	76-100	Baik (B)
2	3	51-75	Cukup ( C )
3	2	26-50	Kurang ( K )
4	1	0-25	Sangat Kurang (S K )

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu pengolahan data, paparan data, dan penyimpulan data,

dengan mengelompokkannya dalam data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif dianalisis dengan cara membuat skor terhadap item-item yang perlu diberi skor. Kemudian memprosentase, hasil prosentase ditafsirkan dalam bentuk kalimat kuantitatif dan disimpulkan kedalam bentuk kalimat deskriptif.

Dalam Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan pada anak kelompok B2 TK Al-Fatah

Kecamatan Ciruas Kabupaten serang. Ketuntasan yang diharapkan dicapai anak-anak sebesar 75% .

## D. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

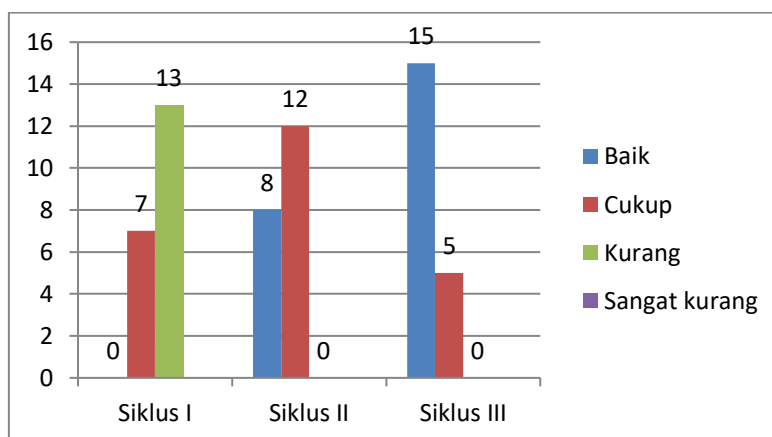
Hasil penelitian motorik kasar siklus I,II dan III dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Tes Siklus I, II, III Keterampilan Motorik Kasar

No	Tes	Nilai rata-rata	Kategori Angka	Keterangan
1	Siklus I	50	K	Kurang
2	Siklus II	69,2	C	Meningkat
3	Siklus III	84,6	B	Tuntas

Dari tabel 2 diatas dapat disimpulkan pada penelitian siklus I nilai rata-rata siswa hanya mencapai 50%, pada siklus II terjadi peningkatan dari 50% menjadi 69,2% , pada

siklus III terjadi peningkatan yang signifikan menjadi 84,6%. Penelitian hanya sampai siklus 3.



Grafik 1. Grafik Rangkuman Siklus I,II,III Keterampilan Motorik Kasar

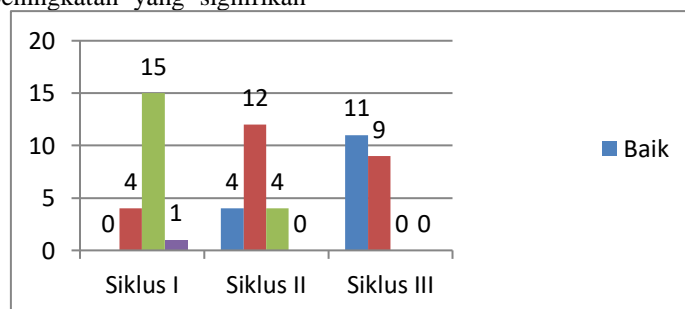
Hasil Penelitian Kecerdasan Kinestetik siklus I,II,III dapat dibuat kesimpulan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Tes Siklus I,II,III Kecerdasan Kinestetik

No	Tes	Nilai rata-rata	Nilai mutu	Ket
1	Siklus I	48,2	K	Kurang
2	Siklus II	67,5	C	Meningkat
3	Siklus III	81,9	B	Tuntas

Dari tabel 3 diatas dapat disimpulkan pada penelitian siklus I nilai rata-rata siswa hanya mencapai 48,2%, pada siklus II terjadi peningkatan dari 48,2% menjadi 67,5%, pada siklus III terjadi peningkatan yang signifikan

menjadi 81,9% . Penelitian hanya sampai siklus III karena ketuntasan kelas sudah sesuai dengan yang diharapkan 81,9%.



Grafik 2. Grafik Rangkuman Siklus I,II,III Kecerdasan Kinestetik

### Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan komponen-komponen apa saja yang diperlukan dalam pelaksanaan tindakan. Kegiatan ini merancang kegiatan pembelajaran yang dijadikan pijakan dalam penelitian.

Hal-hal yang harus dipersiapkan dalam perencanaan ini yaitu: menyiapkan dan membuat RKH, menentukan materi pembelajaran yaitu tema Binatang, sub tema binatang darat ( kelinci), menentukan indikator senam sesuai irama musik, menyiapkan media audio (tape recorder),menyiapkan instrument penilaian ,mempersiapkan langkah-langkah senam si buyung (kelinci) dan senam sehat ceria. Langkah selanjutnya pada tahap ini adalah berkoordinasi dengan guru kelompok B2 untuk melaksanakan tindakan. Berdasarkan hasil refleksi tindakan siklus I, maka langkah awal sebelum melakukan tindakan siklus 2 adalah mempersiapkan beberapa komponen pembelajaran yaitu: berkaitan dengan rencana kegiatan harian (RKH) yang akan digunakan pada siklus 2 dan 3 adalah RKH siklus 1 yang sudah mengalami penyempurnaan diantaranya pada saat pelaksanaan kegiatan senam sudah menggunakan media LCD. Saat memperagakan gerakan senam juga dibantu kolaborator untuk mengurangi kesulitan guru pada saat harus mengatasi beberapa siswa yang belum menguasai gerakan secara sempurna.

Dengan adanya perbaikan dan penyempurnaan dalam rencana kegiatan harian (RKH) maka diharapkan terjadi peningkatan kemampuan siswa dalam hal motorik kasar dan kecerdasan kinestetik.

### Pelaksanaan Tindakan

Dalam kegiatan pembelajaran terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam masih dijumpai hambatan-hambatan, hal ini dikarenakan tingkat penguasaan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik masih rendah. Sebagian siswa masih menunjukkan kurang perhatian terhadap kegiatan pembelajaran, terlihat dari beberapa siswa yang masih mengobrol, selain itu suasana kelas menjadi kurang terkendali mengingat pembelajaran yang dilakukan masih menggunakan metode konvensional.

Untuk mengatasi permasalahan yang ditemukan pada siklus I peneliti akan merubah metode permainan senam yang semula hanya menggunakan tape recorder diganti dengan media LCD. Aktivitas siswa terlihat ada

perubahan karena media dalam pembelajaran menarik dan terlihat jelas, siswa merasa senang karena dapat melihat contoh seluruh gerakan yang harus dikuasai

Penerapan metode praktek langsung dalam pembelajaran senam dapat meningkatkan kemampuan melakukan gerakan siswa sehingga siswa lebih mengetahui bagaimana cara melakukan senam. Hal ini terungkap dari data secara kualitatif bahwa siswa merasa antusias dalam belajar karena mereka dapat secara aktif menyesuaikan teori tentang gerakan dengan praktek langsung yang ditunjukkan oleh guru maupun peneliti.

Siswa merasa lebih mudah memahami dan akhirnya mempraktekan secara langsung macam-macam gerakan pada senam. Siswa dapat bertanya langsung apabila ada gerakan yang agak rumit untuk dikuasai secara langsung kepada guru sehingga tidak ada keragu-raguan lagi saat melakukan gerakan.

Melalui metode ini guru tidak terlalu banyak bicara melainkan unjuk kerja sehingga kinerjanya semakin membaik, dimana setiap gerakan dicontohkan kepada siswa selanjutnya dipraktekan, dengan metode ini guru dapat meningkatkan suasana kelas menjadi kondusif untuk pembelajaran senam yang dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik. Secara umum pembelajaran senam menuntut kemampuan motorik kasar siswa dan kecerdasan kinestetik sehingga hasil belajar siswa diukur dalam bentuk kemampuan melakukan gerakan senam.

### Pengamatan Tindakan

Data menunjukkan sebelum dilakukan tindakan siswa yang dapat melakukan senam dengan benar hanya 50% setelah dilakukan tindakan naik menjadi 84,6%. Metode praktek langsung cocok digunakan untuk mata pelajaran yang mengutamakan penguasaan gerakan seperti pada pembelajaran senam. Metode ini juga telah memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan gerakan sesuai dengan model yang ditirunya. Metode ini menjadikan pembelajaran berlangsung secara efektif karena tidak ada keragu-raguan bagi siswa saat melakukan gerakan karena sudah diberikan contoh.

### Refleksi Tindakan

Evaluasi ini untuk memperoleh gambaran tentang kemampuan siswa terhadap keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik, merencanakan metode pembelajaran dan pelaksanaan pembelajaran dalam



pengembangan fisik motorik. Kegiatan pembelajaran dilakukan dalam situasi asli baik guru maupun siswa dalam pembelajaran dan menggunakan media yang biasa digunakan guru, sehingga peneliti mengetahui kemampuan siswa dalam permainan senam.

Selama berlangsungnya kegiatan pembelajaran pada tindakan siklus 1 ini, peneliti melakukan pengamatan dan penilaian terhadap aktivitas belajar siswa kelompok B2. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah di siapkan. Data temuan observasi adalah sebagai berikut: 1. Sebagian siswa yakni 50% masih menunjukkan kurang perhatian terhadap kegiatan pembelajaran, ini terlihat dari beberapa siswa yang masih asyik bermain sendiri saat pembelajaran sedang berlangsung karena pembelajaran kurang menarik untuk diikuti. 2. Metode yang dipakai guru masih metode konvensional.

Kegiatan ini bertujuan mengadakan pengamatan tentang pelaksanaan kegiatan senam sibuyung dan senam sehat ceria, tindakan yang dilakukan untuk mengetahui perubahan dan peningkatan hasil belajar siswa pada siklus 1.

Selama berlangsungnya kegiatan pembelajaran pada tindakan siklus 2 ini, peneliti melakukan pengamatan dan penilaian terhadap aktivitas belajar siswa. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dipersiapkan. Data temuan observasi adalah sebagai berikut: 1. Pada saat guru mendemonstrasikan gerakan senam sudah menggunakan media audiovisual yaitu LCD. 2. Guru meminta kepada kelompok lainnya untuk tetap memperhatikan kelompok yang sedang mempraktekan senam sibuyung dan senam sehat ceria.

Guru menjadi kesulitan harus membagi perhatian karena disetiap kelompok ada saja kesalahan gerak dari siswa yang harus dibetulkan. Refleksi yang dilakukan yaitu mengadakan diskusi bahwa dalam proses pembelajaran motorik kasar dan kecerdasan kinestetik perlu adanya perbaikan-perbaikan dalam proses pembelajaran.

Keterampilan lain yang harus ditingkatkan dari hasil refleksi siklus 2 dan 3 adalah keterampilan mengadakan variasi. Kegiatan ini bertujuan untuk mengatasi kebosanan siswa, karena yang tampil hanya beberapa orang atau kelompok sedangkan kelompok atau siswa lainnya menunjukkan

kebosanan atau tidak antusias maka disaat inilah guru harus mampu memberikan stimulus yang bervariasi terhadap siswa.

#### **Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar dan Kecerdasan kinestetik melalui Permainan senam.**

Hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Peningkatan Kemampuan Motorik kasar dan Kecerdasan kinestetik Melalui Permainan Senam pada AUD Usia 5-6 Tahun di TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang di dukung oleh teori Barrow sebagaimana dikutip Rosdiani (2012: 110) yang menyatakan bahwa:

Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai “ pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan kependidikan di capai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk olahraga (sport), permainan senam, dan latihan (exercise). Hasil yang ingin di capai 75 % individu yang terdidik secara fisik, nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu”.

#### **E. KESIMPULAN DAN SARAN**

Simpulan dari Penelitian Tindakan kelas yang dilakukan pada anak kelompok B2 TK Al-Fatah Kecamatan Ciruas kabupaten Serang Sebagai berikut:

1. Perencanaan dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik yaitu: membuat rencana kerja mingguan (RKM), membuat rencana kerja harian (RKH), menentukan indikator melakukan gerakan senam sesuai irama musik, jenis gerakan yang harus dikuasai siswa sebanyak sepuluh gerakan, memakai media LCD yang menunjukkan contoh seluruh gerakan.
2. Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui metode permainan senam memakai media audiovisual (LCD). Penggunaan metode permainan senam menjadikan pelaksanaan pembelajaran menjadi lebih menarik karena siswa merasa lebih tertantang untuk melakukan gerakan senam. Siswa merasa lebih mudah memahami dan akhirnya mempraktekkan secara langsung macam-macam gerakan pada senam. Melalui metode ini guru tidak terlalu banyak bicara melainkan unjuk kerja, dimana setiap gerakan

dicontohkan kepada siswa selanjutnya dipraktekkan, sehingga suasana kelas menjadi kondusif yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik.

3. Dalam melakukan evaluasi kegiatan pembelajaran keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui permainan senam menggunakan tes unjuk kerja, indikator yang dinilai meliputi: gerakan berdiri dengan tegak, gerakan jalan ditempat, gerakan melompat, gerakan memutar badan, gerakan mengayunkan badan, gerakan kombinasi (kekiri dan kekanan), keseimbangan tubuh saat melakukan gerakan, kelenturan tubuh, melakukan gerakan sesuai irama musik, dan kekuatan tubuh dalam melakukan gerakan senam.
4. Terdapat peningkatan terhadap keterampilan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik melalui metode permainan senam, dengan nilai rata-rata keterampilan motorik kasar siklus I sebesar 50%, siklus II 73,3%, dan siklus III 84,6%, sedangkan kecerdasan kinestetik diketahui setiap siklus meningkat yaitu siklus I sebesar 48,1%, siklus II 67,5%, dan siklus III 81,9%. Metode permainan senam dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik pada Anak Usia Dini usia 5-6 tahun di TK Al-fatah Kecamatan Ciruas kabupaten Serang.

Hasil penelitian ini diharapkan pihak sekolah untuk memberikan peluang lebih banyak kepada siswa untuk mempelajari gerakan senam, dengan kebijakan itu akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk terus meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik yang akan sangat berguna buat kehidupan anak dimasa depan. Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dengan memberikan fasilitas yang memadai sesuai dengan acuan standar nasional.

#### 1. Bagi Guru

Bagi guru TK yang memiliki perhatian pada pendidikan anak usia dini agar dapat lebih kreatif memilih pembelajaran yang sesuai dan menarik bagi pendidikan anak usia dini. Penggunaan metode permainan senam dapat dijadikan

sebagai model pembelajaran yang efektif dan efisien. Suasana belajar lebih dinamis dan menciptakan motivasi atau minat pada siswa untuk tertarik pada pengembangan fisik motorik khususnya pembelajaran senam yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik

2. Bagi Peneliti Selanjutnya Penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Peneliti berharap adanya tindak lanjut dari para calon peneliti lainnya yang tertarik untuk mengkaji sejauhmana efektivitas permainan senam untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar dan kecerdasan kinestetik, serta mengembangkan model-model pembelajaran senam yang tepat sesuai dengan perkembangan zaman.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Gardner, Howard (1999) *Intelligence Reframed*, New York: Basic Books.
- Hurlok, Elizabeth (1996) *Perkembangan Anak*, Jakarta: Erlangga.
- Kunandar (2012) *Langkah mudah penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta: Raja Grafindo persada.
- Mansur (2011) *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rosdiani, Dini (2012) *Model Pembelajaran langsung dalam Pendidikan Jasmani dan kesehatan*, Jakarta: Alfabeta.
- Tamat, Tisnowati (2004) *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta: Universitas Terbuka.
- Tedjasaputra (2001) *Bermain, Mainan, dan Permainan*, Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Utami, dkk. (2012) *Modul PLPG TK*, Jakarta: Universitas Negeri Jakarta
- Yaumi, Muhammad (2012) *Pembelajaran Berbasis multiple Intelligences*, Jakarta: Dian Rakyat.