

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR  
LOKOMOTOR SISWA TK B DENGAN METODE BERBASIS  
PERMAINAN PADA SISWA TK SUMBANGSIH JAKARTA  
BARAT**



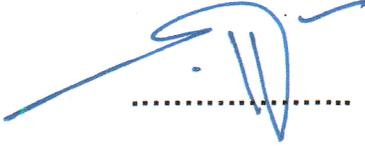
**Disusun Oleh :**

**Muhamad Ficry Haryono  
6135127789  
PENDIDIKAN JASMANI**

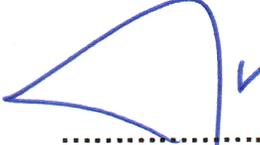
**Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk  
mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan**

**OLAHRAGA PENDIDIKAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2015**

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**  
**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> <u>Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd</u> NIP. 196212101 199003 1 007	 .....	14 / 02 17 .....
<b>Pembimbing II</b> <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 19641126 198803 1 002	 .....	02 / 02 17 .....

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Ketua</b> <u>Dr. Samsudin, M.Pd</u> NIP. 19661011 199203 1 004	 .....	14 / 02 17 .....
<b>Sekretaris</b> <u>Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd</u> NIP. 19580306 198503 1 003	 .....	14 / 02 17 .....
<b>Anggota I</b> <u>Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd</u> NIP. 196212101 199003 1 007	 .....	14 / 02 17 .....
<b>Anggota II</b> <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 19641126 198803 1 002	 .....	02 / 02 17 .....
<b>Anggota III</b> <u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP. 19821028 201504 1 002	 .....	01 / 02 17 .....

Tanggal Lulus: 19 Januari 2017

## **ABSTRACT**

### **Mochamad Ficry Haryono. improve learning outcomes basic locomotor movements kindergarten and using games on students tk contribution west Jakarta**

This research aims to improve basic locomotor movement skills in a kindergarten class B contribution Jakara West. The method digunakanya Clasroom action research methods to capture qualitative and quantitative data. the conduct of research involving the class teachers as collaborators, namely mother misti, research conducted in November and December 2016, was done 2 cycles of one cycle consists of 4 meetings and cycle 2 consists of 4 meetings 1

The first cycle activities realized through the act of giving the following results: 1) Teachers give motivation to students according to plan and design the learning, the result is 11 students actively participating in the learning, two students were. based on the learning cycle 1 grade students in learning basic locomotor movements (road) 66, (running) 66, and (skip) 65.

The second cycle activities are realized through the reflection of the outcome measures silklus 1 gives the following results: 1) teachers to motivate students to plan and design the learning, the result is 13 students actively participating in the learning. 2) based on the results of students in the

second cycle value - average in learning basic locomotor movements 77  
(street), 72 (run), 72 (jump)

After doing research the game it can be concluded that with the implementation of activities berbasis games in learning can improve learning outcomes of basic locomotor movements graders tk b contribution jakarta west

## **RINGKASAN**

**MOCHAMAD FICRY HARYONO. UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA TK B DENGAN MENGGUNAKAN METODE BERBASIS PERMAINAN PADA ANAK TK SUMBANGSIH JAKARTA BARAT.**

Penelitian ini bertujuan untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Pada Kelas TK B Sumbangsih Jakarta Barat. Metode yang digunakannya itu metode penelitian tindakan kelas (Classroom Action Research) dengan pengambilan data kualitatif dan kuantitatif. Pelaksanaan penelitian melibatkan satu orang guru kelas sebagai kolaborator yaitu Ibu Mistiani S.Pd penelitian dilaksanakan pada bulan November dan Desember 2016, dilakukan sebanyak 2 siklus, yaitu siklus 1 terdiri dari 4 kali pertemuan dan siklus 2 terdiri dari 4 kali pertemuan.

Kegiatan siklus pertama yang di realisasikan melalui tindakan memberikan hasil sebagai berikut : 1) Guru memberikan motivasi kepada siswa sesuai rencana dan design pembelajaran, hasilnya adalah 11 siswa aktif mengikuti pembelajaran, 2 siswa sedang. Berdasarkan hasil belajar siklus 1 nilai siswa dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor (Jalan ) 66, (Lari) 66 dan (Lompat) 65.

Kegiatan siklus kedua yang di realisasikan melalui tindakan hasil refleksi dari siklus 1 memberikan hasil sebagai berikut : 1) Guru memberikan motivasi kepada siswa sesuai rencana dan design pembelajaran, hasilnya

adalah 13 siswa aktif mengikuti pembelajaran. 2) Berdasarkan Hasil Belajar siswa pada siklus 2 nilai rata – rata dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor ( Jalan ) , (Lari), (Lompat).

Setelah melakukan permainan penelitian maka dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan kegiatan berbasis permainan dalam pembelajaran mampu meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa Kelas TK B Sumbangsi Jakarta Barat.

## **Kata Pengantar**

Puji dan syukur kehadiran Allah S.W.T atas berkah, rahmat, hidayah serta kekuatan yang selalu dilimpahkan kepada kita semua sehingga Skripsi penelitian tindakan kelas (Classroom Action Research) dengan judul “UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA TK B DENGAN MENGGUNAKAN METODE BERBASIS PERMAINAN PADA ANAK TK SUMBANGSIH JAKARTA BARAT”. Selesai dengan baik dan tepat pada waktunya Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta . Dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada kedua orang tua. Alm Bapak Taswan dan Ibu Iis Sayibah yang selama ini telah memotivasi dan memberikan semangat serta mendoakan sehingga diberikan kelancaran dalam menyusun pembuatan skripsi ini.

Kemudian peneliti selaku mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan terwujudnya dan selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah mendorong dan membimbing saya dalam memberikan ide – ide dan masukan kepada saya , oleh karena itu dalam kesempatan ini saya penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar – besarnya kepada Bapak Dr. Abdul Sukur, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan selaku Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Bapak Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd selaku Pembimbing Akademik dan selaku Pembimbing Skripsi 1, Bapak Prof. Dr. Moch Asmawi, M.Pd. selaku Pembimbing Skripsi 2 Bapak Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd. dan dosen – dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Kepala sekolah, guru dan siswa siswi TK Sumbangsih Jakarta Barat. Teman – teman Penjas Non reguler 2012, teman teman SMA dan Warjo, terutama odon. Orang orang yang selalu memberikan semangat semoga segala bantuan

tidak ternilai harga nya ini mendapat imbalan dari ALLAH SWT sebagai amal ibadah.

Kepada seluruh pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa disebutkan satu persatu namun tidak mengurangi rasa terima kasih saya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi perbaikan perbaikan kedepan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Jakarta, Januari 2017

MFH

## DAFTAR ISI

Ringkasan .....	i
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi .....	v
Daftar Tabel .....	vii
Daftar Gambar .....	viii

### **BAB I Pendahuluan**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Kegunaan Penelitian .....	7

### **BAB II KAJIAN TEORITIS DAN KERANGKA BERFIKIR**

A. Kerangka Teoritik .....	8
1. Hakikat hasil belajar .....	8
2. Hakikat Gerak Motorik .....	12
3. Hakikat Gerak Lokomotor .....	16
4. Hakikat Metode Bermain .....	25
5. Hakikat Karakteristik anak usia 5 – 6 tahun .....	50
6. Karakteristik gerak anak usia 5 - 6 tahun .....	52
B. Kerangka berfikir .....	55

C. Pengajuan Hipotesis .....	56
------------------------------	----

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	58
B. Lokasi dan Waktu.....	58
C. Subyek Penelitian .....	58
D. Metode Penelitian .....	59
E. Hakikat Penelitian Tindakan Kelas.....	69
F. Karakteristik Penelitian Tindakan Kelas .....	62
G. Desain Penelitian .....	62
H. Perencanaan Penelitian Tindakan .....	67
a) Definisi Konseptual.....	67
b) Definisi Operasional .....	68
I. Pelaksanaan Tindakan.....	69
J. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	71
K. Teknik Analisis data.....	79

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Proses Pelaksanaan Penelitian	
1. Deskripsi Awal.....	84
2. Pelaksanaan Siklus 1 .....	88
3. Pelaksanaan Siklus 2 .....	91
4. Pengamatan Kolaborator .....	96

5. Keterbatasan Hasil Penelitian ..... 97

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan..... 104  
B. Saran..... 104  
Daftar Pustaka ..... 106  
Lampiran ..... 107 - 136

## Daftar Tabel

Tabel 1	Kelebihan dan Kekurangan Metode Permainan .....	22
Tabel 2	Instrumen Tes Kemampuan Gerak Lokomotor .....	59
Tabel 3	Data Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal .....	69
Tabel 4	Data Distribusi Frekuensi Siklus I .....	75
Tabel 5	Data Distribusi Frekuensi Siklus II .....	79
Tabel 6	Pembahasan Hasil Penelitian .....	80

## Daftar Gambar

Gambar 1 Posisi Telapak Kaki .....	15
Gambar 2 Posisi Gerakan Badan Saat Berjalan .....	16
Gambar 3 Posisi Badan Saat Berlari .....	18
Gambar 4 Posisi Gerakan Saat Melompat .....	20
Gambar 5 Pembahasan Hasil Penelitian .....	70
Gambar 6 Diagram Histogram Tes Awal .....	70
Gambar 7 Diagram Histogram Siklus I .....	76
Gambar 8 Diagram Histogram Siklus II .....	80
Gambar 9 Diagram Batang Hasil Penelitian Gerak Lokomotor.....	81

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaan pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani cenderung tradisional, yaitu pembelajaran dengan guru yang menjadi peran utama dan siswa hanya mengikuti segala yang diinstruksikan guru. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditunjukkan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya, konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru pendidikan jasmani.

Tujuan pendidikan jasmani ialah mengembangkan keterampilan gerak. Dengan berkembangnya berbagai macam karakteristik jasmani, dan kematangan anak, maka berkembang juga ungkapan anak dalam membentuk keterampilan geraknya. Sebagian besar dari perilaku manusia atau perbuatan manusia adalah dipelajar atau diajarkan. Manusia

mempunyai masa belajar yang panjang. Salah satu faktor penentu untuk mempelajari perbuatan itu adalah faktor perkembangan anak dan kematangannya. Faktor kemandirian ini membatasi jenis keterampilan dan jumlah jenis keterampilan. Perluasan dan penguasaan keterampilan gerak sama tergantung pada derajat kemajuan perkembangan anak disamping peran dari lingkungan.

Dalam menentukan pembelajaran gerak lokomotor dengan tepat, maka guru harus memilih bahan ajar dengan tepat, mengetahui perkembangan anak didik, mengetahui karakteristik gerakan anak pada setiap tahap perkembangan. Ketetapan menentukan metode mengajar, penguasaan tahap pertumbuhan, perkembangan motorik anak, merupakan kunci suksesnya pembelajaran pendidikan jasmani.

Anak dalam bermain akan menemukan berbagai pengalaman baru, dengan kata lain anak bermain sambil belajar. Sehingga aktifitas bermain bagi anak telah merupakan modal dasar menunjang pendidikan jasmani mencapai tingkat yang optimal. Peneliti berusaha mencari metode yang tepat yang sesuai dengan karakteristik siswa dan dapat mengembangkan hasil kemampuan siswa lebih maksimal khususnya dalam pencapaian hasil belajar disegala aspek, dalam pendidikan jasmani ada 3 aspek yang menjadi penilaian dan tujuan dari pendidikan jasmani yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Aspek penilaian pendidikan jasmani ini merupakan hasil belajar didapat siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Bagaimana membuat gerakan dengan benar dan sempurna dengan penanaman nilai pendidikan merupakan tugas guru pendidikan jasmani. Namun, tidak semua siswa dapat melakukan sesuai dengan apa yang diinginkan. Kesalahan melakukan gerakan dan dilakukan terus – menerus dapat mendapat otomatisasi gerak dan akhirnya sulit untuk melakukan gerakan yang benar. Pemecahan masalah ini salah satunya dengan menerapkan metode mengajar yang tepat yang dapat memotivasi siswa dan meningkatkan kemampuan siswa.

Permasalahan ini mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian tindakan kelas dengan menggunakan metode mengajar bermain dengan alat. Metode mengajar bermain dengan alat yang peneliti pilih untuk melaksanakan penelitian ini dikarenakan ingin mengaplikasikan metode mengajar bermain ini untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan pengembangan peran siswa aktif dalam pembelajaran. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru, tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara menyampaikan harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara menyampaikan harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditunjukkan bukan hanya hanya mengembangkan keterampilan olahraga,

tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru yang mengajar pendidikan jasmani.

Tujuan pendidikan jasmani yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Guru pendidikan jasmani harus dapat melaksanakan pembelajaran efektif dan mampu membuat siswa mengeluarkan kemampuan yang dimilikinya. Dengan metode berbasis permainan ini dapat memberikan informasi kepada semua guru disekolah. Pembelajaran pendidikan jasmani dengan metode berbasis permainan.

Berdasarkan observasi tersebut, peneliti menemukan berbagai fenomena sebagai berikut : Pertama, kurangnya keseimbangan tubuh siswa dalam setiap gerakan seperti berlari, dan melompat ketempat yang dituju masih kurang tepat, oleh karena itu peneliti mencoba meneliti dan mengetahui apakah metode mengajar dengan menggunakan pendekatan bermain dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor anak TK sumbangsih.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah diatas, maka penulis akan mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah pemilihan metode mengajar yang tepat oleh guru di TK sumbangsih Jakarta Barat mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran?
2. Bagaimana memilih metode yang tepat untuk pembelajaran pendidikan jasmani?
3. Apakah dengan metode mengajar bermain dengan alat anak TK sumbangsih Jakarta Barat dapat melakukan gerak dasar lokomotor dengan benar?
4. Apakah dengan metode mengajar bermain dengan alat anak TK sumbangsih Jakarta Barat lebih aktif dalam proses pembelajaran?
5. Bagaimana proses pembelajaran gerak lokomotor di TK Sumbangsih?
6. Apakah dengan metode mengajar bermain dengan alat dapat meningkatkan hasil gerak belajar gerak dasar lokomotor anak TK sumbangsih?
7. Bagaimana cara mengajar di TK Sumbangsih?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas agar tidak terlalu luas pembahasan dalam penelitian ini maka masalahnya di rumuskan pada aspek peningkatan hasil belajar gerak dasar

lokomotor melalui metode mengajar bermain dengan menggunakan alat terhadap anak TK Sumbangsih.

#### **D. Perumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor dengan menggunakan metode mengajar bermain dengan alat pada siswa TK sumbangsih Jakarta Barat?

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di gunakan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap kesegaran jasmani pada anak TK Sumbangsih.
2. Sebagai informasi ilmiah dan masukan bagi guru TK dalam penggunaan metode bermain.
3. Sebagai bahan masukan bagi guru untuk mengetahui strategi pembelajaran yang bervariasi guna memperbaiki dan meningkatkan minat terhadap pelajaran.
4. Meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran



## **BAB II**

### **Kajian Teoritis, Kerangka berfikir dan Hipotesis**

#### **A. Deskripsi Teoritis**

##### **1. Hakikat Hasil Belajar**

Belajar merupakan sebuah proses kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup sejak masih bayi hingga meninggal. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut baik perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotorik) maupun nilai dan sikap (afektif).

Belajar merupakan kegiatan sehari-hari siswa disekolah. Kegiatan ini dilakukan secara sadar dan terencana yang mengarah pada pencapaian tujuan dari kegiatan belajar yang mudah dirumuskan dan diterapkan sebelumnya. Keberhasilan dalam belajar tidak terlepas peran aktif guru yang mampu memberikan motivasi dan dapat menciptakan iklim belajar yang harmonis.

Dalam the *guidance of learning activities* W.H Burton (1984) mengemukakan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku pada

diri individu dengan individu dan individu lingkungannya sehingga mereka lebih mampu berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>1</sup>

Pengertian belajar dikemukakan oleh Aline Crow dan Dgrow yang dikutip Roestiyah NK sebagai berikut:

Belajar adalah perubahan individu dalam kebiasaan pengetahuan dan sikap<sup>2</sup>. seseorang mengalami proses belajar kalau ada perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dalam menguasai ilmu pengetahuan.

Sumardi Surya Subrata, mengemukakan tentang pengertian belajar sebagai berikut:

- a. Belajar membawa perubahan dalam arti *behavior changes actual* maupun potensial
- b. Bahwa perubahan itu pada pokoknya adalah didapatnya kecakapan baru
- c. Bahwa perubahan itu terjadi karena usaha

Definisi: “Belajar adalah berubah” dalam hal ini yang dimaksud belajar berarti usaha mengubah tingkah laku. Jadi belajar akan membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan itu tidak hanya berkaitan dengan penambahan ilmu pengetahuan, tetapi juga berbentuk kecakapan,

---

<sup>1</sup>Evelin Siregar dan Hartini Nara, Teori belajar dan Pembelajaran (Jakarta : Universitas Negeri Jakarta 2007), h 2

<sup>2</sup>Roestiyah NK, Didaktik Metodik (jakarta : Bumi aksara, 200) h.8

keterampilan, sikap, pengertian, harga diri, minat, watak, penyesuaian diri. Jelasnya menyangkut segala aspek organisme dan tingkah laku pribadi seseorang.

Dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa belajar itu adalah sebagai rangkaian kegiatan jiwa raga, psiko-fisik untuk menuju ke perkembangan pribadi manusia seutuhnya berarti mengandung unsur cipta, rasa dan karsa, ranah kognitif, afektif dan psikomotorik.

Berbagai perspektif pengertian belajar sebagaimana dijelaskan diatas maka dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu aktivitas mental atau psikis (yang berlangsung dalam berbagai situasi dan kondisi beberapa kajian teori diatas, pada hakikatnya belajar yang dilakukan sengaja disekolah, berdasarkan kondisi belajar yang tercipta dan adanya rangsangan-rangsangan dari tuntutan pelajaran serta tuntutan perubahan dalam hal pengetahuan, sikap, mental, keterampilan dan pengalaman.

Hasil belajar menurut Oemar Hamalik adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut dari tidak tahu menjadi tahu. Tingkah laku manusia terdiri dari sejumlah aspek hasil belajar akan tampak pada setiap perubahan aspek-aspek antara lain : hubungan sosial, kebiasaan jasmani, keterampilan, etis atau budi pekerti, apresiasi sikap.

Seseorang akan berhasil dalam belajar kalau pada dirinya sendiri ada keinginan untuk belajar. Hasil belajar merupakan suatu gambaran prestasi siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar pada suatu jenjang yang diikuti.

Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar. Howard Kingsley dalam Nana Sudjana membagi tiga macam hasil belajar yakni : keterampilan dan kebiasaan, pengetahuan dan pengertian, sikap dan cita-cita masing-masing jenis hasil belajar dapat diisi dengan bahan yang ditetapkan dengan kurikulum.

Robert M. Gagne mengelompokkan kondisi-kondisi belajar dalam (sistem lingkungan belajar) sesuai dengan tujuan-tujuan belajar yang ingin dicapai.

Gagne menemukan 8 macam yang kemudian disederhanakan menjadi lima macam kemampuan manusia yang merupakan hasil belajar, sehingga pada gilirannya, membutuhkan sekian macam kondisi belajar (sistem lingkungan belajar) untuk pencapaiannya kelima macam hasil belajar tersebut adalah :

- a. Keterampilan intelektual, yang merupakan hasil belajar terpenting dari sistem lingkungan sekolah

- b. Strategi kognitif, mengatur cara belajar dan berfikir seseorang di dalam arti seluas – luasnya, termasuk kemampuan memecahkan masalah
- c. Informasi verbal, pengetahuan dalam arti informasi dan fakta
- d. Keterampilan motorik yang diperoleh dari sekolah, antara lain : keterampilan menulis, mengetik, menggunakan, jangka, dan sebagainya
- e. Sikap dan nilai berhubungan dengan arah satu intensitas emosional yang dimiliki seseorang, sebagaimana dapat disimpulkan dari kecenderungannya bertingkah laku terhadap orang, barang dan kejadian.

Dari uraian diatas, dapat diambil pengertian yang cukup sederhana mengenai hasil belajar. Hasil belajar adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan dan pengalaman belajar yang mengakibatkan perubahan tingkah laku dalam diri siswa dari aktivitas belajar jadi hasil yang dimaksud dalam penelitian ini adalah hasil belajar siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, yaitu gerakanya dari tidak bisa menjadi bias.

## **2. Hakikat Gerak Motorik**

Pembelajaran Motorik adalah suatu proses belajar yang mengarah pada dimensi gerak. Dalam konteks ini, pembelajaran motorik diwujudkan melalui respons – respons muscular (otot) yang diekspresikan dalam gerakan

tubuh atau bagian tubuh yang spesifik untuk meningkatkan kualitas gerak tubuh<sup>3</sup>

Kemampuan motorik atau kemampuan gerak dibangun oleh dua kata asing yaitu *motor* dan *ability*, Muhibbin Syah menjelaskan bahwa :

Kata motor digunakan sebagai istilah yang menunjuk pada hal, kegiatan yang melibatkan otot – otot dan gerakan – geraknya, juga kelenjar sekresi – sekresinya, secara singkat sebagai segala keadaan yang meningkatkan atau menghasilkan stimulasi atau rangsangan terhadap kegiatan organ – organ fisik.<sup>4</sup>

Dalam kamus bahasa inggris – indonesia *ability* memiliki arti sebagai kemampuan atau potensi.<sup>5</sup> Berarti kemampuan motorik sama dengan *motor ability*.

Nurhasan dalam bukunya mengatakan bahwa :

Pengertian secara sederhana kemampuan motorik adalah kemampuan umum seseorang untuk bergerak, sedangkan pengertian secara spesifik kemampuan motorik mengandung pengertian sebagai kapasitas seseorang untuk melakukan bermacam – macam gerakan, yang memerlukan keberanian dalam olahraga<sup>6</sup>

Sugiyanto dan Sudjarwo menyatakan tentang kemampuan motorik yang ada pada saat lahir hanya berupa gerakan menghentakkan kaki dan

<sup>3</sup> Heri Rahyubi, Teori – teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik (Majalengka : Nusa Media, 2012), h. 208

<sup>4</sup> Muhibbin Syah, Psikologi Belajar ( Jakarta: Grafindo Persada, 2003), h.13

<sup>5</sup> D. Dwidyo Seputro, Kamus inggris indonesia (Jakarta : Indah Surabaya, 1989) h.375

<sup>6</sup> Nurhasan, Tes Pengukuran Pendidikan Olahraga ( Jakarta : Indah Surabaya, 1989), h. 50

tangan, akan berkembang sedikit demi sedikit, dari gerakan yang sederhana menjadi gerakan – gerakan yang kompleks.<sup>7</sup>

Kemampuan gerak motorik sudah melekat pada seseorang sejak manusia lahir, mula – mula seorang anak yang baru lahir hanya memiliki sedikit sekali kendala terhadap aktifitas alat – alat jasmaninya, pada saat perkembangan berlangsung.

Seorang anak sudah mulai duduk, dapat meraih dan menggenggam benda – benda mainannya bahkan mulai bisa untuk membuang dengan cara melemparnya, ini menandakan bahwa ia telah memiliki kemampuan motorik dasar yang terjadi secara otomatis tanpa perlu mempelajarinya terlebih dahulu, seperti pendapat dari Kennedy dalam Muhibbinsyah tentang *Grasp reflex*, yakni gerakan otomatis untuk menggenggam, inilah refleks yang ada sejak dahulu kala yang diwariskan tanpa dipelajari<sup>8</sup>. Respon otomatis yang juga dimiliki seorang bayi sebagai bekal dan dasar perkembangannya ialah *rooting reflex*, yang berarti dukungan yakni gerakan kepala dan mulut yang otomatis.<sup>9</sup> Kedua macam refleks tersebut merupakan kapasitas motorik yang sampai umur kurang lebih lima bulan belum memerlukan kemampuan. Daya

---

<sup>7</sup> Sugiyanto dan Sudjarwa, *Perkembangan dan belajar gerak modul 1- 6* (Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Proyek penataran guru SD Setara D – II, 1991), h.3

<sup>8</sup> Muhibbin Syah, Op cit h.13

<sup>9</sup> Ibid, h.14

pikir karena belum matangnya sel – sel otaknya untuk berfungsi sebagai pengendali.

Kemampuan motorik merupakan suatu potensi yang dimiliki siswa untuk melakukan gerakan yang perlu latihan, dimana penampilan kemampuan tersebut yakni antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya tidak sam, sebagai ilustrasi marilah kita perhatikan uraian sebagai berikut: Jika berada disuatu tempat permainan ada beberapa orang yang melempar bola kesasaran jauh didepannya, hasilnya akan berbeda – beda, kalau dilihat dari bentuk kesasaran jauh didepannya, hasilnya akan berbeda – beda, kalau dilihat dari bentuk gerakanya sesungguhnya gerak dasar melempar tadi sama, perbedaan hasil lempar disebabkan oleh potensi yang dimiliki masing – masing orang, pendayagunaan potensi untuk melakukan lemparan sehingga menghasilkan lemparan yang berbeda merupakan suatu kemampuan, kemampuan atau ability merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi berbagai macam keterampilan atau lebih tepatnya dikatakan sebagai kemampuan gerak dasar individu yang berbeda, pernyataan ini sama seperti yang dikatakan oleh Santosa Muwarni bahwa “hasil observasi menunjukan masing – masing anak memiliki kemampuan yang berbeda – beda dalam hal melempar<sup>10</sup>.

---

<sup>10</sup> Santosa Muwarni, Pengukuran dan Evaluasi Untuk Guru Penjas ( Jakarta : Program Pasca Sarjana IKIP Jakarta, 1997 ), h. 21

Aktivitas Motorik merupakan pengendalian gerakan tubuh melalui aktivitas yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak dan urat saraf tulang belakang. Berdasarkan jenisnya, aktivitas motorik bisa dibedakan menjadi dua, yaitu aktivitas motorik kasar (*gross motor activity*) dan aktivitas motorik halus (*fine motor activity*)<sup>11</sup>.

Aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot – otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor (gerakan yang menyebabkan perpindahan tempat) seperti berjalan, berlari, menendang, naik – turun tangga, melompat, meloncat dan sebagainya<sup>12</sup>.

Kemudian aktivitas motorik halus (*fine motor activity*) didefinisikan sebagai keterampilan yang memerlukan kemampuan untuk mengoordinasikan atau mengatur otot – otot kecil/halus. Misalnya, berkaitan dengan gerakan mata dan tangan yang efisien, tepat, dan adaptif.<sup>13</sup>

### **3. Hakikat Gerak Locomotor**

Gerak dasar merupakan kegiatan gerak yang umum dengan tujuan yang umum dengan tujuan yang umum. Gerak dasar meliputi gerak lokomotor, nonlokomotor, manipulasi dan menyadari gerak, yang akan merupakan dasar macam-macam keterampilan dan dapat melaksanakannya

---

<sup>11</sup> Heri Rahyubi, Op Cit, h 222

<sup>12</sup> Ibid, hal 222

<sup>13</sup> Ibid hal 222

dengan tangkas. Gerak dasar merupakan dasar untuk lebih mengembangkan aktivitas gerak yang spesifik, yang biasa disebut keterampilan olahraga.

Lokomotor adalah keterampilan yang digunakan untuk menggerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain.<sup>14</sup> Sebagian besar keterampilan lokomotor berkembang sebagai hasil beberapa tahap kematangan, namun, berlatih dan memperoleh pengalaman merupakan suatu yang penting untuk mencapai kematangan. Gerak dasar lokomotor terdiri dari jalan, lari dan loncat.

Gerak dasar lokomotor adalah suatu pola atau keterampilan gerak dasar yang kompleks, spesifik dan mempunyai irama gerak yang teratur seperti jalan, lari dan lompat.

### 1.Hakikat Jalan

Jalan adalah perpindahan berat badan dari satu kaki ke kaki yang lainnya dengan paling tidak salah satu kaki selalu berhubungan dengan lantai. Sewaktu gerakan dilakukan, setiap kaki akan selalu berperan saling bergantian antara kedua fase yaitu, fase tumpuan dan fase ayunan. Tumit akan menyentuh terlebih dahulu dan kemudian kaki belakang akan mendorong dan lepas dari lantai, kemudian berat badan selanjutnya dipindahkan dari tumit ke telapak kaki bagian luar, ujung telapak kaki kira-kira

---

<sup>14</sup>Amung Ma'mum, Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak (jakarta : 2000) h. 20

selebar bahu. Lengan diayun secara berirama berlawanan dengan tungkai kaki; lengan kanan mengayun kedepan secara bersamaan dengan tungkai/kaki kanan.<sup>15</sup>

Jalan bisa diartikan juga merupakan keterampilan memindahkan anggota badan dari suatu tempat ke tempat lainnya dengan cara melangkahkan kaki tanpa adanya posisi melayang. Keterampilan ini bersifat alamiah karena setiap orang dimungkinkan dapat melakukannya tanpa kesulitan. Jalan merupakan aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Namun demikian sikap berjalan yang benar sesuai dengan kaidah tetap harus dipelajari dan dilatih sejak usia dini. Melakukan gerakan berjalan yang benar akan memberikan efisiensi tenaga untuk tidak cepat lelah.<sup>16</sup>

Berjalan mulai dapat dilihat pada anak berumur 9 sampai 15 bulan pada umumnya keterampilan berjalan ini dikuasai pada saat anak berumur 12 bulan. Berjalan kesamping dan kebelakang biasanya dilakukan setelah anak menguasai jalan kedepan, sekitar umur 4-5 bulan. Dalam berlatih berjalan sebaiknya kedua telapak kaki diusahakan berdekatan, selebar dengan bahu, jari-jari kaki tetap menghadap kedepan, kedua telapak kaki sejajar. Diusahakan agar posisi tersebut dipertahankan. Boleh saja jari-jari kaki sedikit menyamping, tetapi kedua tumit tidak boleh membentuk sudut.

---

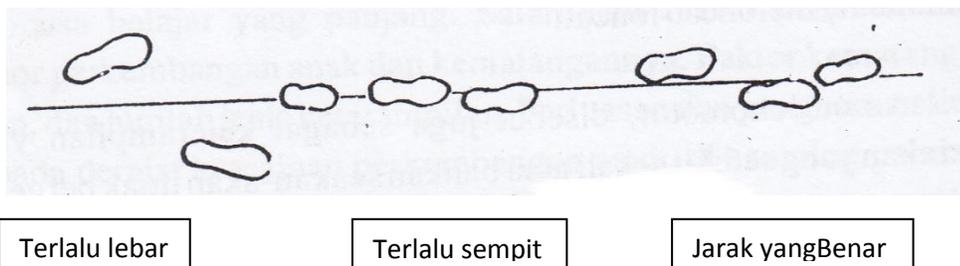
<sup>15</sup>Samsudin, Pembelajaran motorik di Taman Kanak-kanak (jakarta :2008) hal 75

<sup>16</sup>Yudha Saputra, Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Dirjen Pendidikan Islam Departemen Agama Republik Indonesia (jakarta : 2009) hal 10

Kesalahan dari posisi ini mengakibatkan tungkai cenderung membentuk huruf x (kaki x). Bila penggeseran lebih kesamping luar hingga berat badan akan bertumpu pada garis tepi telapak kaki bagian luar maka anak akan berjalan dengan paha yang terbuka ke luar.

Berjalan salah satu bagian dari koordinasi gerak. Berikut deifinisi dari koordinasi gerak adalah hubungan timbal balik antara pusat susunan syaraf dengan alat gerak dalam mengatur dan mengendalikan inplus tenaga dan kerja otot serta proses – proses motorik yang terjadi untuk pelaksanaan gerak<sup>17</sup>

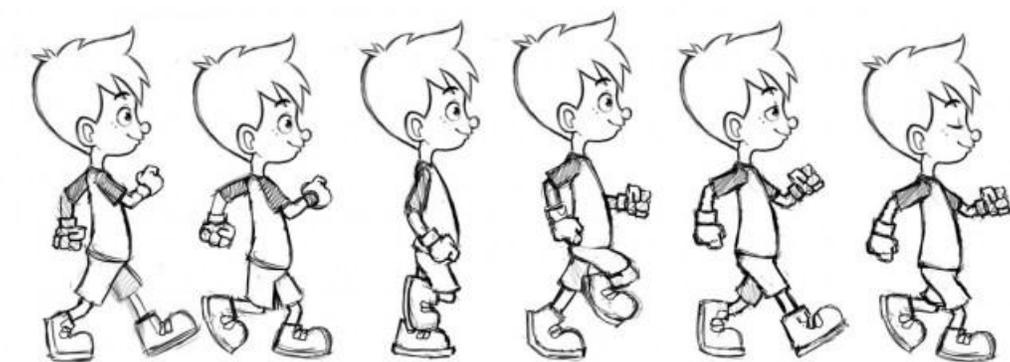
Gerakan jalan yang dilakukan dengan benar adalah dengan posisi badan tegak, kepala tegak, dada dibuka, pandangan ke depan. Pada waktu berjalan, terlebih dahulu langkahkan kaki kiri ke depan, dengan lutut sedikit ditekuk. Pada saat melangkah, gerakan kaki dan lengan harus berlawanan. Sebagai contoh, ketika kaki kiri melangkah ke depan, maka lengan kanan diayunkan ke depan.



<sup>17</sup>[https : //raranatasha.wordpress.com](https://raranatasha.wordpress.com)

Gambar 1 : Posisi Telapak Kaki  
Sumber : Teori Bermain, J. Matakupan

Berjalan merupakan kegiatan dasar yang pada umumnya sangat berguna dalam kelanjutan hidup, dan merupakan dasar penguasaan kemampuan keterampilan yang lainnya. Untuk membentuk keterampilan yang kompleks, maka berjalan dapat dilihat dengan cara tunggal, maupun dengan gerakan-gerakan lainnya secara bersama. Berjalan merupakan dasar segala macam keterampilan gerak lokomotor.



Gambar 2 : Posisi Badan Berjalan Yang Baik

Oleh sebab itu orang tua dan guru pendidikan jasmani diharapkan memperhatikan hal seperti ini agar sikap tubuh tidak salah dan dapat menciptakan macam-macam permainan dengan tujuan mengajar berjalan dengan baik.

## 2. Hakikat lari

Lari merupakan fase pengembangan lanjutan dari berjalan, dan memiliki khususan. Yaitu pada suatu saat tidak ada kontak dengan tanah atau tidak terjadi tumpuan pada tanah, saat ini dikatakan melayang dimana badan dalam keadaan yang kurang stabil.<sup>18</sup>

Lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecenderungan badan melayang. Artinya, pada waktu lari kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah.<sup>19</sup>

Pada umur 5 tahun biasanya anak sudah bisa menunjukkan kemampuan berlari dengan baik, dan mampu berlari lebih cepat dengan arah lurus ke depan. Dan setelah ini dikuasai, maka dapat dilanjutkan dengan lari mengubah arah, seperti lari berkelok-kelok<sup>20</sup>

Pada tahap dasar, tiap sikap atau bagian-bagian gerakan pada anak saat berlari dapat diamati, kecuali sikap melayang. Sebab mereka melayang tidak lama karena langkah mereka terlalu pendek, dan paha tidak diangkat dengan tinggi. Meskipun demikian gerakan lengan terlihat mencapai sikap vertikal, namun sebenarnya terbatas sampai gerakan horizontal. Pada saat

---

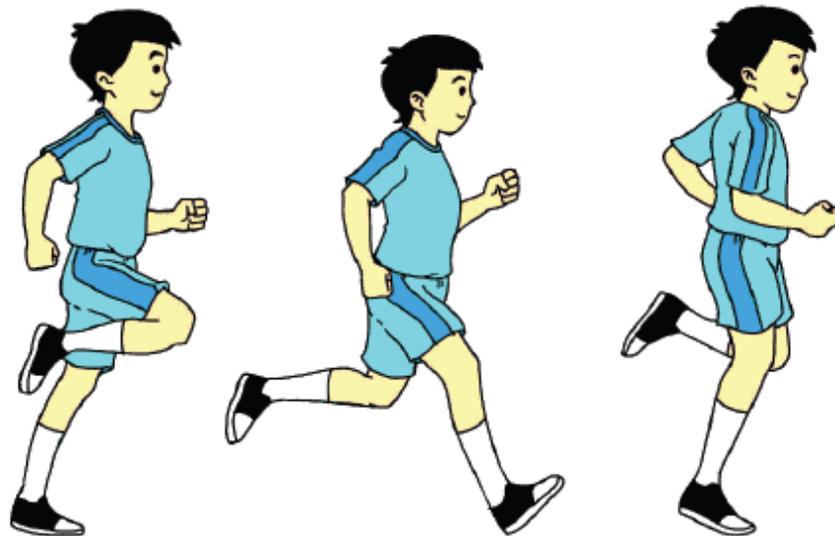
<sup>18</sup>J Matakupan op cit h. 35

<sup>19</sup>Djumidar A Widya, op cit, h 13

<sup>20</sup>J Matakupan op cit h.35

kaki tumpu akan melaksanakan tolakan, dengan merentangkan tungkai, tungkai yang ada dibelakang diayunkan melawati garis tengah badan sampai tempat kontak antara kaki dan tanah.

Tahap matang dapat juga disebut tahap sempurna. Lengan mereka tertekuk pada siku, dan membentuk sudut yang mendekati sempurna, serta diayun mengarah vertikal. Lengan ayunan ini bertentangan dengan kaki ayun. Kaki ayun diangkat tinggi-tinggi, dan diayunkan ke depan dengan cepat pada saat kaki tumpu ditekuk secara pelan dan halus, kemudian direntangkan dengan penuh secara cepat melalui pinggul, lutut dan pergelangan kaki. Panjang langkah dan lamanya melayang sangat bergantung pada kemampuan maksimum mereka masing-masing.



Deskripsi lain pada lari yang baik diutarakan oleh Wickstrom sebagai berikut:

- a. Badan diatur condong kedepan seimbang dengan pola langkah yang dilakukan
- b. Kedua lengan diayun secara luas dalam garis vertikal dan seirama dengan gerakan kaki yang berlawanan
- c. Kaki tumpu bersentuhan dengan tanah dengan rata, dan hampir di bawah titik berat badan
- d. Lutut pada kaki tumpu ditekuk secara halus setelah kaki tumpu itu bersentuhan dengan tanah
- e. Perentangan tungkai yang bersentuhan dengan tanah, pada pinggul, lutut, dan pergelangan kaki mendorong badan kearah depan dan mengangkat kaki yang bukan kaki tumpu
- f. Lutut pada kaki ayun diayunkan ke depan dengan cepat, sampai setinggi lutut mereka terangkat, bersamaan dengan itu terjadi penekukan tungkai bagian bawah<sup>21</sup>

Lari merupakan suatu gerakan meluncur secara cepat dengan putaran kaki yang cepat. Lari dapat dilakukan ke berbagai arah, seperti ke depan, samping, belakang dan serong. Lari dapat dilakukan dengan kecepatan yang berbeda-beda, seperti lari cepat, lari langkah sedang, dan lari langkah

---

<sup>21</sup>Ibid h. 35

lambat. Contoh yang dapat divariasikan dalam pengembangan pembelajaran lari adalah lintasan lari, peralatan yang digunakan dan gerakan larinya itu sendiri.

### 3. Hakikat lompat

Lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik<sup>22</sup>

Pemahaman tentang keterampilan gerak dominan pada gerakan melompat, membantu guru dalam mengembangkan kemampuan siswa secara optimal. Perlu dipahami, siswa TK sangat rentan mengalami cedera, akibat eksplosif yang membahayakan. Untuk itu, guru harus lebih teliti dalam mengamati berbagai gerakan yang dilakukan anak didiknya.



Gambar 4 : Sikap Melompat  
Sumber : Pembinaan Multirateral Bagi atlet pemula, Lia Rumintuarso

---

<sup>22</sup>Ibid h. 38

Berdasarkan uraian diatas, lompat adalah bertolak dengan satu kaki dan membawa badan keatas lepas dari tanah. Lompat merupakan salah satu pengembangan kemampuan daya gerak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lainnya. Lompat bagi siswa TK, merupakan salah satu aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lainnya. Gerakan melompat merupakan salah satu bentuk gerak lokomotor. Untuk membina dan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak siswa TK, maka guru perlu merancang bentuk-bentuk gerakan yang menarik bagi siswa TK. Pendekatan bermain, menjadi kata kuncinya, karena bagi siswa TK memiliki karakteristik belajar sambil bermain

### **3. Pengertian Metode Bermain**

Bermain merupakan suatu kegiatan yang didalamnya terdapat kesenangan. Definisi dari bermain banyak sekali dikemukakan oleh para ahli, menurut Drs. M Saputra Yudha dalam bukunya yang berjudul "Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar" adalah sebagai berikut:

Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan. Kegiatan bermain sangat disukai oleh anak-anak. Bermain yang dilakukan secara tertata sangat bermanfaat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat

berharga untuk anak. Pengalaman itu bisa berupa jalinan hubungan sosial untuk mengungkapkan perasaannya dengan sesama temannya dan menyalurkan hasrat.<sup>23</sup>

Dalam metode bermain, pembelajaran pendidikan jasmani harus diciptakan suasana yang menyenangkan. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu hal yang baru yang akan mampu menarik minat siswa untuk mencoba permainan yang dirancang untuk mengarah ke pembelajaran gerak lokomotor, ataupun seorang guru menyajikan permainan yang sudah ada namun disajikan dengan cara semenarik mungkin, sehingga peserta didik akan merasa senang mengikuti pelajaran yang diberikan yakni bergerak melalui pendekatan bermain anak dalam suasana riang gembira.

Kata kunci dari metode bermain adalah : “Bermain – Bergerak – Ceria”. Serta tujuan dari pembelajaran penjas menggunakan cara pendekatan bermain adalah siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran di sekolah, meningkatkan kemungkinan keberhasilan peserta didik dalam secara langsung, serta peserta didik dalam berpartisipasi secara langsung, serta peserta didik akan dapat melakukan pola gerakan dengan benar

---

<sup>23</sup>Saputra Yudha, Pembelajaran, Atletik di Sekolah Dasar (Jakarta : Direktorat Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar Bagian Proyek Pembinaan Olahraga Usia Dini SD, 2001) h. 6

Adapun semua pendekatan belajar pasti terdapat kekurangan maupun kelebihan, semua itu banyak dipengaruhi oleh usia atau tingkatan belajar anak.

**Tabel 1. Kelebihan dan Kekurangan Metode Permainan**

METODE BERMAIN	
Kelebihan	Kekurangan
1. Memberikan kesempatan mengembangkan segi-segi sosial siswa yang sesuai dengan adat kebiasaan masyarakat.	1. Terlalu banyak waktu sehingga kurang efisien dalam membina keterampilan teknik gerakan.
2. Suasana yang cenderung bebas dan informal memberikan kebebasan dalam membuat keputusan.	2. Karena bebas dan informal sering terjadi kehilangan sasaran dan lebih menekankan pada segi hura-hura ketimbang peningkatan gerak keterampilannya <sup>24</sup> .

Pendekatan metode bermain ini harus disesuaikan dengan karakteristik siswa Taman Kanak-kanak.

Hal ini sesuai dengan sifat dasar psikologis anak Usia 4-6 tahun yaitu:

<sup>24</sup> J Matakupan, Teori Bermain dan Permainan, Depdikbud ( Jakarta : 1995 ). H.56

- Imajinatif
- Senang suara dan gerak berirama
- Senang mengulang-ulang aktivitas tertentu
- Senang aktivitas kompetitif
- Rasa ingin tahunya besar
- Selalu memikirkan apa yang dibutuhkan dan di ingini
- Lebih senang aktivitas kelompok dengan teman sebaya dan berjenis kelamin sama daripada aktivitas individual
- Mulai berminat melakukan permainan yang memakai peraturan, tetapi yang sederhana
- Mudah gembira karena pujian, dan mudah kecewa karena kritik
- Senang menirukan idolanya<sup>25</sup>

Menyajikan proses pembelajaran yang dapat menyenangkan anak-anak merupakan suatu proses yang tidak terjadi sendirinya, namun proses tersebut adalah proses yang tidak terjadi sendirinya, namun proses tersebut adalah proses yang sengaja dilakukan oleh guru dengan terus menggali pendekatan yang baik dengan kemampuan siswa, materi belajar, media pembelajaran, waktu, dan aspek lainnya yang dapat mempengaruhi hasil belajar.

---

<sup>25</sup>Sugiyanto, Pertumbuhan dan Perkembangan gerak (Jakarta: koni pusat, 1993) h. 17 - 18

Salah satu keputusan penting yang harus diambil dalam menyusun strategi belajar mengajar adalah menetapkan suatu metode pengajaran yang dinilai dapat menjanjikan hasil belajar yang efektif. Proses penetapan itu harus didasarkan pada prinsip-prinsip yang mendasar pada proses belajar mengajar. Penetapan pada prinsip itu tidak selamanya dapat secara utuh penuh dicapai. Oleh karena itu, upaya itu sering disebut “pendekatan” bahkan ada yang menyebutnya “penghampiran”.

W. Gulo mengemukakan bahwa pendekatan pembelajaran adalah suatu pandangan dalam mengupayakan cara siswa berinteraksi dengan lingkungannya. Sementara Perceival dan Ellington, mengemukakan bahwa ada 2 (dua) kategori pendekatan pembelajaran. Kategori tersebut itu adalah 1.) Pendekatan berorientasi pada guru (teacher oriented), dan 2.) Pendekatan pembelajaran berorientasi pada siswa (learned oriented).

Suatu pendekatan dapat dijabarkan ke dalam berbagai metode pembelajaran, dapat pula dikatakan bahwa metode adalah prosedur pembelajaran yang difokuskan pencapaian tujuan.

Metode mengajar merupakan salah satu cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan interaksi dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran. Oleh karena itu, peranan metode mengajar sebagai alat untuk proses belajar mengajar.

Menurut Handari Nawawi metode mengajar adalah kesatuan langkah kerja yang dikembangkan oleh guru berdasarkan pertimbangan rasional tertentu, masing-masing jenisnya bercorak khas dan ke semuanya berguna untuk mencapai tujuan tertentu.<sup>26</sup>

Salah satu tugas guru adalah memberikan pengajaran kepada anak didik. Mereka harus memperoleh kecakapan dan pengetahuan dari sekolah, disamping pengembangan pribadinya. Pemberian kecakapan dan pengetahuan kepada murid-murid yang merupakan proses pengajaran (proses belajar mengajar) itu dilakukan oleh guru sekolah dengan menggunakan metode-metode tertentu. Cara-cara demikianlah yang harus dimasukkan sebagai metode pengajaran di sekolah bahwa metode pengajaran adalah cara-cara pelaksanaan dari pada proses pengajaran, atau soal bagaimana teknis suatu bahan pengajaran diberikan kepada murid-murid di sekolah.

Dalam kegiatan belajar mengajar, menurut Dra. Roestiyah N.K : guru harus memiliki strategi agar siswa dapat belajar secara efektif dan efisien, mengenai pada tujuan yang diharapkan. Salah satu langkah untuk memiliki strategi itu adalah menguasai teknik penyajian atau biasanya disebut metode pembelajaran sebagai alat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Metode adalah suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Dalam kegiatan belajar mengajar, metode diperlukan oleh guru dan penggunaannya bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

---

<sup>26</sup>Suryosubroto, Proses Belajar Mengajar Di Sekolah, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), h.33

Kedudukan metode sebagai alat motivasi dalam strategi pengajaran, dan sebagai alat mencapai tujuan. Metode pembelajaran didefinisikan merupakan alat mencapai tujuan pembelajaran. Tetapi pelaksanaan sesungguhnya, metode dan teknik memiliki perbedaan. Metode pembelajaran bersifat prosedural yang berisi tahapan-tahapan, sedangkan teknik adalah cara yang digunakan, yang bersifat implementasi.

Metode bermain dalam proses belajar mengajar adalah usaha yang dilakukan guru dalam proses belajar agar tujuan pengajaran yang sudah ditetapkan dalam program pengajaran agar dapat diserap oleh siswa secara efektif. Metode bermain salah satu bentuk kegiatan di dalam proses mengajar pendidikan jasmani, hal ini dikarenakan bermain dalam pendidikan merupakan bagian dari belajar, hal ini didasari oleh:

Bermain dan permainan merupakan alat pendidikan melalui aktifitas jasmani, bahwa dengan bermain akan terjadi stimuli mengembangkan daya pikir dan kemampuan fisik atau jasmani. Bila anak-anak mendapat kesempatan bermain yang sesuai dengan pilihan, maka tidak akan pernah terjadi hal-hal yang merugikan, bahkan akan menjadi nilai tambah bagian mengenai kebutuhan materi pengembangan diri dan pengembangan emosional<sup>27</sup>.

Beberapa pendidik mengatakan bahwa bermain adalah belajar menyesuaikan diri dengan keadaan. Anak-anak bermain di dalam daerahnya

---

<sup>27</sup>J.Matakupan, op cit, h. 50

serta benda-benda yang berada di daerahnya itu. Dengan bermain mereka akan dapat mengenal ciri-ciri benda yang dimainkannya.

Metode bermain merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam proses belajar mengajar yang ditunjukkan adalah untuk mencapai tujuan pengajaran yang sudah ditetapkan dalam perencanaan pengajaran agar dapat terwujud tujuan tersebut, adapun tujuan yang hendak dicapai dalam metode bermain adalah:

a. Sasaran Jasmani yang terdiri dari:

- Pertumbuhan dan Perkembangan anak
- Kemampuan anak
- Kesegaran Jasmani

b. Sasaran Psiskis terdiri dari:

- Sasaran budipekerti
- Sasaran sosialisasi

Sasaran yang akan di capai dengan menggunakan metode bermain dalam proses belajar mengajar perlu digaris bawahi bahwa sasaran tersebut pada intinya adalah hasil belajar pada proses yang diharapkan akan terjadi perubahan perilaku pada siswa baik perubahan pengetahuan, keterampilan dan sikap. Dengan demikian metode bermain merupakan strategi pengajaran

yang dilaksanakan oleh guru agar tujuan tercapai efektif dan efisien. Bermain dalam pendidikan jasmani sangat penting untuk memacu kemampuan akademik atau pengetahuan dan keterampilan khususnya pada anak-anak. Dengan demikian metode bermain merupakan salah satu sarana untuk mencapai tujuan pengembangan diri baik intelektual dan keterampilan.

Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Oleh sebab itu permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas pendidikan jasmani. Mengapa bermain dan permainan harus dipahami oleh para guru pendidikan jasmani? Karena pada kenyataannya permainan itu telah disenangi dan mempengaruhi kepribadian dan kehidupan manusia, kapan dan dimana ada manusia disitu ada permainan.

Teori bermain membahas tentang aktivitas jasmani anak yang dilakukan dengan rasa senang, serta kaitan bermain dengan sebagai wahana pencapaian tujuan pendidikan.

Tujuan pemahaman teori bermain, agar para calon guru pendidikan jasmani mengetahui bermain terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak didik. Calon guru pendidikan jasmani dapat memilih dan menentukan kemampuan anak, kebutuhan anak, kesenangan anak, bahan ajar, dan metode pembelajaran dengan tepat.

Metode bermain merupakan salah satu cara upaya penerapan pengajaran yang dilakukan oleh guru secara terencana dan sistematis dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan pengajaran yang sudah ditetapkan dalam perencanaan pengajaran dapat tercapai secara efektif, efisien dan pada akhirnya terjadi perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan gerak.

Agar bisa melakukan metode bermain, maka guru pendidikan jasmani perlu memahami metode bermain yang menurut J. Matakupan pada garis besarnya metode permainan ini terdiri dari beberapa jenis yaitu:

- a. Permainan meniru adalah gerak atau pokok bahasan meniru perilaku hewan, manusia atau mesin yang bergerak
- b. Permainan peran adalah memerankan perilaku atau gerak suatu profesi jabatan atau pekerjaan tertentu.
- c. Permainan fantasi adalah gerakan atau pokok bahasan yang diambil dari dunia atau imajinasi yang lain.
- d. Permainan dramatisasi adalah memainkan suatu lakon berdasarkan langkah drama

Didasari oleh karakteristik dan metode bermain, maka guru pendidikan jasmani perlu memahami lebih jauh tentang peranan dan fungsi metode bermain dalam proses pengajaran sehingga dalam penerapannya perlu

disesuaikan dengan keadaan situasi dan kondisi. Sedangkan Supandi menjelaskan bahwa penggunaan metode bermain didasari oleh anak-anak di lingkungan masyarakat telah terbiasa dengan bermain.

Metode bermain adalah salah satu bentuk penyampaian materi pelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani dengan cara bermain sebagai alat pendidikan jasmani. Sedangkan peranan bermain dalam pendidikan jasmani menurut J Matakupan adalah sebagai berikut:

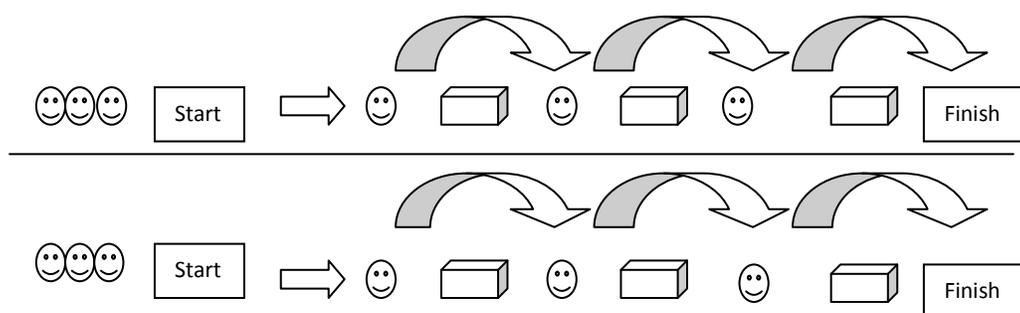
- a. Bermain bagi anak adalah hidup dan kehidupan
- b. Bermain bagi anak untuk menemui diri
- c. Bermain bagi anak adalah kebebasan yang positif
- d. Bermain bagi anak penemu lingkungan.
- e. Bermain bagi kegembiraan
- f. Bermain bagi anak hubungan interaksi dengan orang lain
- g. Bermain untuk anak belajar atau bermain untuk belajar.

Berdasarkan uraian peranan bermain dalam pendidikan jasmani tersebut diatas maka dapat disimpulkan bahwa metode mengajar bermain adalah satu cara memberikan pengalamana belajar pada siswa dengan

bermain yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Adapun permainan metode bermain dalam gerak dasar lokomotor diantaranya:

### 1..Permainan Halang Rintang Kardus



Jumlah Pemain : Tidak terbatas

Alat yang digunakan : peluit dan kardus

Tempat : di lapangan atau di halaman yang luas

Tujuan permainan ini meliputi:

#### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan
- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat.

b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud )

c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Meningkatkan pertumbuhan, perkembangan dan kematangan pada siswa
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti : Berjalan dan berlari

Aturan permainan:

Dalam permainan ini siswa melakukan jalan dengan jarak 20 meter, namun jalan tersebut memiliki rintangan kardus yang tingginya sekitar 30 sentimeter dan jarak setiap kardus dipasang sekitar 1 meter. Untuk melewati rintangan tersebut siswa harus melompat atau mengangkat paha lebih tinggi lagi untuk bisa melewati rintangan kardus tersebut dan menjadi pemenang.

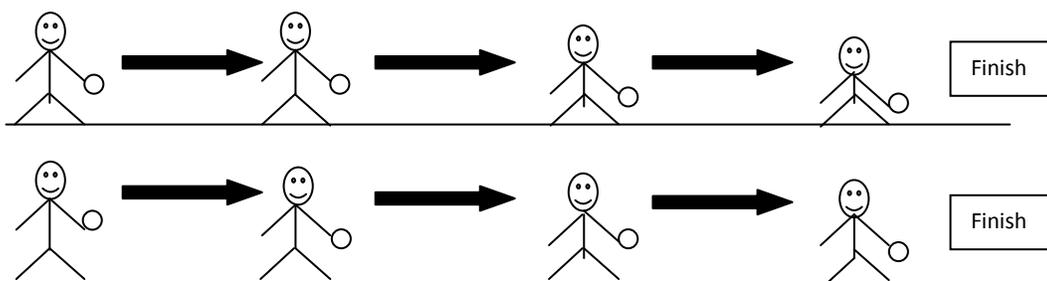
Penilaian Permainan Halang Rintang Kardus :

Nilai 3 : Untuk siswa yang dapat berjalan melewati 5 kardus tanpa merusak atau menginjak kardus rintangan sama sekali.

Nilai 2 : Untuk siswa yang hanya dapat melewati 3 kardus rintangan.

Nilai 1 : Untuk siswa yang tidak dapat melewati kardus rintangan sama sekali

## 2. Permainan Bola Estafet



Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan : peluit dan bola-bola plastik kecil

Tempat : di lapangan atau di halaman yang luas

Tujuan permainan ini meliputi :

### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat
- ❖ Meningkatkan kerja sama antara siswa dan kelompok
- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan.

### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud, warna)
- ❖ Mengetahui macam-macam bola yang dapat digunakan untuk bermain dan berolahraga

- ❖ Mengetahui wujud dan penggunaan bola dalam cabang olahraga (basket, sepak bola, bola tenis)

### c. Ranah Psikomotor

- ❖ Meningkatkan pertumbuhan, perkembangan dan kematangan pada siswa
- ❖ Meningkatkan kerja otot kecil dan besar dalam tubuh
- ❖ Membentuk, membangun dan memperkuat tubuh siswa

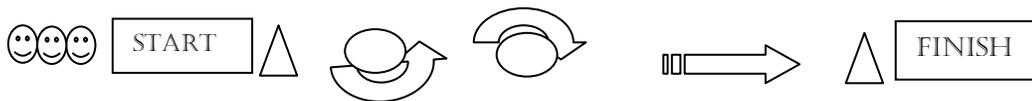
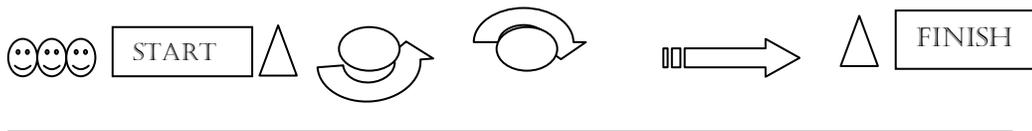
#### Aturan permainan:

Dalam permainan ini siswa melakukan lari menuju teman dan memberikan bola secara estafet dengan cara sambil berjalan sampai tempat yang sudah diberi batas dan setiap siswa memegang bola plastik kecil, bola plastik kecil tersebut diberikan ke teman yang berada didepan dan siswa tersebut harus menangkapnya atau meraihnya, bila bola tersebut jatuh maka siswa harus mengulanginya lagi dari awal.

#### Penilaian Permainan bola estafet :

- Nilai 3 : Untuk kelompok yang dapat lebih dulu finish dan dapat mengambil bola tanpa terjatuh ke lantai
- Nilai 2 : Untuk kelompok yang dapat mengambil bola tanpa terjatuh ke lantai
- Nilai 1 : Untuk kelompok yang yang kalah dan terjatuh saat mengambil bola

### 3 . Lari 8



Nama Permainan : Lari 8

Jumlah pemain : Tidak terbatas

Alat yang di gunakan : cone, pluit dan meteran

Tujuan permainan ini meliputi:

#### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan
- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat.

#### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud )

#### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Meningkatkan pertumbuhan, perkembangan dan kematangan pada siswi

❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti : Berjalan dan berlari

Aturan Permainan :

Permainan bikin pertandingan setiap kelompok terdiri dari 3 orang, orang pertama berdiri di garis start setelah tanda dimulai orang pertama berlari melewati cone yang mengikuti alur angka 8 dan melakukan gerakan berlari melewati 4 cone.

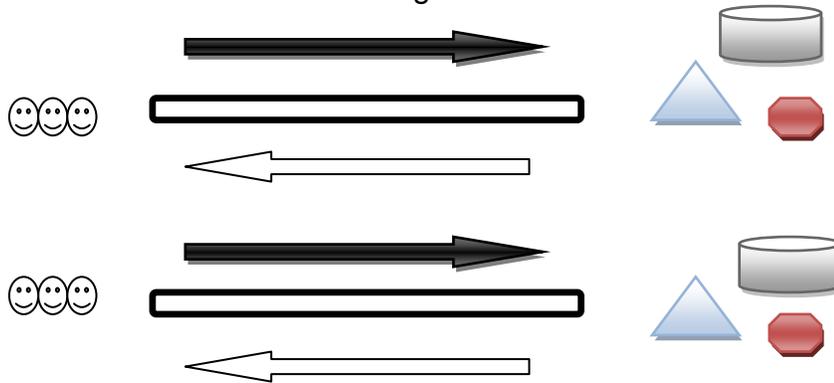
Penilaian Permainan lari 8 :

Nilai 3 : Untuk siswa yang dapat melakukan gerakan berlari dengan benar dan memutari cone seperti angka 8 tanpa menyentuh cone

Nilai 2 : Untuk siswa yang dapat melakukan gerakan berlari dengan benar tapi masih menyentuh cone pada saat berlari

Nilai 1 : Untuk siswa yang tidak dapat melakukan gerakan berlari dengan benar dan masih menyentuh pada cone saat berlari

#### 4. Permainan Jembatan webbing



Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan :

Tujuan permainan ini meliputi:

##### a. Ranah afektif

- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat
- ❖ Meningkatkan kerja sama antara siswa dan kelompok
- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan

##### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud, warna)

##### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Mengembangkan koordinasi, keseimbangan, konsentrasi pada anak
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti : Berjalan

Aturan permainan:

Dalam permainan ini siswa harus memindahkan suatu benda dari tempat yang satu ke tempat yang lainnya namun dalam memindahkan benda tersebut siswa harus menyebrangi jembatan webbing berdiameter. Waktu memindahkan benda dan berjalan di atas webbing siswa tidak boleh keluar dari webbing.

Penilaian Permainan Jembatan Webbing :

Nilai 3 : Siswa dapat berlajan sambil memindahkan barang dengan cepat dengan melewati garis lurus sesuai dengan gerakan berjalan yang diajarkan

Niali 2 : Siswa dapat berjalan melewati garis sambil memindahkan barang dengan lambat tapi gerakan berjalan sesuai dengan yang diajarkan

Nilai 1 : Siswa tidak dapat melewati garis lurus sambil memindahkan barang dengan gerakan yang diajari

## 5. Permainan Kelinci melompat

Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan : *Leader drill*

Tujuan permainan ini meliputi :

### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa berhati-hati dalam melakukan tindakan
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan

### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan kesadaran gerak tubuh siswa
- ❖ Mengembangkan konsep arah ( belakang, depan, samping, kanan, kiri )

### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Mengembangkan koordinasi, daya ledak, reaksi, keseimbangan, daya tahan.
- ❖ Meningkatkan kerja otot kecil dan besar dalam tubuh
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti: Melompat dan meloncat

Aturan permainan:

Dalam permainan ini siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan membentuk 2 baris lalu siswa berlomba untuk sampai ke wilayah seberang dengan melompat seperti kelinci tapi dengan menggunakan leader

drill, yang kelompok nya duluan sampai maka kelompok tersebut lah yang menang.

Permainan Kelinci Melompat :

Nilai 3 : Untuk kelompok yang dapat lebih dulu melewati *leader drill* dengan melompat tanpa melongkapi kotak *leader drill*.

Nilai 2 : Untuk kelompok yang melewati *leader drill* dengan melompati tanpa melongkapi kotak *leader drill*.

Nilai 1 : Untuk kelompok yang melewati *leader drill* dengan melongkapi kotak dalam *leader drill*.

## 6. Permainan Lompat Kangguru

Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan : Hula Hop, Kertas karton

Tujuan permainan ini meliputi :

### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa berhati-hati dalam memilih angka
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan

### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan kesadaran gerak tubuh siswa
- ❖ Meningkatkan kemampuan daya ingat anak
- ❖ Membuat siswa mengetahui angka-angka tersebut

### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Meningkatkan kerja otot kecil dan besar dalam tubuh
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti: Meloncat

Aturan permainan:

Tiap anak harus melompat ke dalam lingkaran untuk mengambil angka yang telah diperintahkan. Di sebelum garis finish ditulis sebuah angka. Setelah siswa mengambil angka tersebut mereka harus berlari sampai ke garis finish. Latihan ini untuk melatih alat indra, daya ingatan, insiatif dan reaksi.

Permainan Lompat Kangguru :

Nilai 3 : Siswa dapat melompat ke dalam hula hop dengan gerakan melompat yang benar dan dapat mengambil angka yang sesuai dengan yang diperintahkan.

Nilai 2 : Siswa dapat melompat ke dalam hula hop dengan gerakan melompat yang benar tapi tidak dapat mengambil angka yang diperintahkan.

Nilai 1 : Siswa tidak dapat melompat ke dalam hula hop dengan benar dan tidak dapat mengambil angka yang diperintahkan.

#### 7. Permainan Lari Memindahkan mobil

Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan : Cone, Mobil mainan dan pita panjang

Tujuan permainan ini meliputi :

##### a. Ranah Afektif

- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat
- ❖ Meningkatkan kerja sama antara siswa dan kelompok
- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan.

### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan kesadaran gerak tubuh siswa
- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud, warna)

### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Meningkatkan kerja otot kecil dan besar dalam tubuh
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti: Berlari

Aturan permainan:

Tiap anak harus di bagi menjadi 2 kelompok dan masing masing kelompok terdiri dari 6 – 7 orang, lalu diberi tempat batasan awal untuk berlari tiap siswa harus mengambil 1 mainan mobil di keranjang, kelompok yang lebih dulu menaruh semua mobil ke dalam keranjang maka kelompok itu dinyatakan menang.

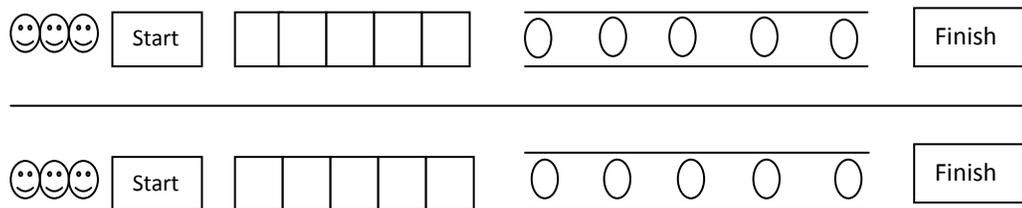
Penilaian Permainan Memindahkan Mobil :

Nilai 3 : Untuk kelompok yang lebih dulu dapat memindahkan mobil kedalam keranjang lebih dulu dengan gerakan berlari yang benar

Nilai 2 : Untuk kelompok yang dapat memindahkan mobil kedalam keranjang dengan gerakan berlari yang benar

Nilai 1 : Untuk kelompok yang dapat memindahkan mobil kedalam keranjang dengan gerakan yang salah

### 8. Permainan Jalan Rintangan



Nama Permainan : Jalan Rintangan

Jumlah Pemain : Tidak terbatas

Alat Yang Digunakan : *Ladder drill*, pluit dan cone ukuran kecil

#### a. Ranah afektif

- ❖ Melatih siswa untuk dapat melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat
- ❖ Melatih siswa agar mampu bekerja sama untuk meraih suatu kemenangan
- ❖ Melatih siswa untuk lebih sportif dalam menerima kekalahan.

#### b. Ranah Kognitif

- ❖ Mengembangkan pengetahuan siswa tentang konsep sains ( bentuk, ukuran, wujud, warna)

#### c. Ranah Psikomotorik

- ❖ Mengembangkan koordinasi, keseimbangan, konsentrasi pada anak
- ❖ Melatih keterampilan gerak siswa, seperti : Berjalan

Aturan Permainan :

Dalam permainan ini di bikin pelombaan individu, siswa berdiri di garis start setelah pluit di mulai orang pertama berjalan melewati *leader drill* dengan menggunakan satu kaki setiap kotaknya setelah itu berjalan lurus sejauh 5 meter dan setiap satu meter harus melewati cone dengan berjalan lurus dan hingga garis finish setelah pemain pertama selesai yang berikutnya

Penilaian Permainan Jalan Rintangannya :

Nilai 3 : Untuk siswa yang berjalan melewati *leader drill* dan melewati cone tanpa menyentuh dengan cone ataupun *leader drill*

Nilai 2 : Untuk siswa yang dapat berjalan melewati *leader drill* tapi tidak dapat melewati cone

Nilai 1 : Untuk siswa yang tidak dapat berjalan melewati *leader drill* dan tidak melewati cone

#### **4.Karakteristik Anak Usia 5-6 Tahun**

Ketika anak menginjak usia 4 tahun, maka anak tersebut akan memasuki taman kanak-kanak. Anak tersebut mendapatkan pendidikan atau pelajaran yang sederhana, dan didalamnya akan lebih banyak bermain. Karena pada umur ini anak selalu bermain dan belajar untuk mulai megenal lingkungan di luar keluarganya. Pendidikan anak usia dini di indonesia,

khususnya taman kanak-kanak telah diselenggarakan sejak lama, yaitu sejak awal kemerdekaan Indonesia, Ki Hajar Dewantara (1889-1959), pendiri “taman Indriya” di sekolah ini anak usia 4-5 tahun mendapatkan tempat untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dalam berbagai bentuk kegiatan belajar dalam bermain. Bentuk kegiatan ini diwujudkan dalam berbagai ekspresi diri secara kreatif.<sup>28</sup>

Sejalan dengan kemajuan bangsa Indonesia dan kesadarannya terhadap pendidikan maka perkembangan taman kanak-kanak. Lembaga pendidikan ini tidak saja dikelola oleh pemerintah akan tetapi juga dikelola oleh lembaga swadaya masyarakat.

Anak usia 5-6 tahun memiliki karakteristik antara lain:

1. Berkaitan dengan perkembangan fisik, anak sangat aktif melakukan berbagai kegiatan.
2. Perkembangan bahasa semakin baik.
3. Perkembangan kognitif sangat pesat ditunjukkan dengan rasa ingin tahu anak yang luar biasa terhadap lingkungan sekitar.
4. Bentuk permainan anak masih bersifat individu bukan permainan sosial<sup>29</sup>.

---

<sup>28</sup> Martini Jamaris, Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak-kanak (Jakarta: Prodi PAUD PPS Universitas Negeri Jakarta, 2004) Hal 3

<sup>29</sup> Hastuti, Psikologi perkembangan (Yogyakarta : Tugu Publisher, 2012) hal 12

Dapat dilihat karakter anak usia 5-6 tahun tersebut, maka tidak heran ada anak yang bersifat individu. Karena mereka masih malu-malu terhadap lingkungan dan teman-teman baru, namun mereka akan selalu mencoba apa yang tidak pernah dilihat sebelumnya dalam lingkungan baru tersebut.

### **5.Karakteristik Kemampuan Gerak anak usia 5-6 tahun**

Anak usia 5-6 tahun, pada umumnya lebih berani mengambil resiko. Anak senang berlari dan berlomba dengan teman sebayanya, anak usia 5-6 tahun memiliki kekuatan fisik yang mulai berkembang, tetapi rentang konsternasinya pendek, cenderung berpindah-pindah dari satu tempat ke tempat lain. Meskipun memiliki rentang konsentrasi yang relatif pendek, mereka mulai belajar memecahkan masalahnya sendiri dan dapat memusatkan perhatian untuk satu periode yang cukup lama jika topik yang dibahas menarik bagi mereka.

Kegiatan pembelajaran pada anak usia dini , menurut sujiono ( yuliani Nurani Sujiono, 2009: 138), pada dasarnya adalah pengembangan kurikulum secara konkret berupa seperangkat rencana yang berisi sejumlah pengalaman belajar melalui bermain yang diberikan pada anak usia dini berdasarkan potensi dan tugas perkembangan yang harus dimiliki oleh anak. Atas dasar pendapat diatas dinyatakan bahwa pembelajaran untuk anak usia dini memiliki karakteristik sebagai berikut :

Pembelajaran yang berorientasi pada perkembangan. Pembelajaran yang berorientasi pada perkembangan mencakup pada 3 hal penting yaitu : 1) berorientasi pada usia yang tepat, 2) berorientasi pada individu yang tepat, dan 3) berorientasi pada konteks sosial yang tepat ( Masitoh dkk, 2005: 3.12).

Pembelajaran yang berorientasi pada perkembangan harus sesuai tingkat usia anak, artinya pembelajaran harus diminati kemampuan yang diharapkan dapat dicapai, serta kegiatan belajar tersebut untuk dilakukan anak di usia tersebut.

Manusia merupakan makhluk individu. Perbedaan individual juga menjadi pertimbangan guru dalam merancang, menerapkan kegiatan, berinteraksi dan memenuhi harapan anak. Selain berorientasi pada usia dan individu yang tepat, pembelajaran berorientasi perkembangan harus mempertimbangkan konteks sosial anak untuk dapat mengembangkan program pembelajaran yang bermanfaat. Guru hendaknya melihat anak dalam konteks keluarga, masyarakat dan budaya yang melingkupinya.

Perkembangan keterampilan motorik sangat penting bagi perkembangan *self - concept* atau kepribadian anak. Stimulasi yang bisa diberikan untuk mengoptimalkan perkembangan motorik anak adalah sebagai berikut :

1. Keterampilan berolahraga
2. Gerakan permainan, seperti melompat, memanjat, dan berlari
3. Berbaris – baris secara sederhana untuk menanamkan kebiasaan kedisiplinan dan ketertiban

Kemampuan motorik pada setiap anak berbeda, hal ini dipengaruhi aktivitas dan gerakan fisik yang aktif, tetapi pada usia-usia tertentu seorang anak sudah dapat melakukan gerak lokomotor yang hampir sama dapat dilakukan oleh anak seusianya. Seperti berikut ini:

Karakteristik gerak lokomotor anak usia 5-6 tahun sebagai berikut:

1. Berjalan pada garis lurus
2. Berjalan pada jari kaki (jinjit), belajar mundur sejauh 3 meter
3. Berdiri dengan tumit dengan keseimbangan
4. Melompat di tempat / melompat kedepan dan kebelakang
5. Berlari dengan cepat tanpa kendala
6. Bermain bola, misalnya menendang bola atau menangkap bola
7. Melompat kedepan dengan satu dan dua kaki
8. Berlari bervariasi

9. Dapat mengkombinasikan gerakan jalan, lari, melompat, dan melempar

## **B. Kerangka Berfikir**

Secara sederhana kemampuan dipandang sebagai perbuatan dari suatu indikator, dan merupakan daya yang dimiliki seseorang untuk melakukan suatu tindakan secara sadar. Pada anak usia 5-6 tahun memiliki kemampuan yang berbeda-beda, dapat dikatakan mampu apabila anak dapat melakukan suatu perbuatan sesuai dengan indikator yang telah ditentukan secara cepat dan akurat.

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia 5-6 tahun sudah dapat dikatakan mampu untuk melayani kebutuhan fisik yang sudah mulai tumbuh, hal ini terlihat dari kesehatan mereka misalnya berjalan dilingkungan sekolah, berlari saling mengejar, meloncat-loncat dari sudut ruangan kelas, dan melompat dengan teman sebaya. Gerakan-gerakan yang mereka lakukan merupakan gerakan yang melibatkan otot-otot besar yang dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan fisik-motorik, kesehatan, memperkuat tubuh, melatih berfikir dengan cepat dan sosial emosional anak. Ketika anak sedang asyik bermain melibatkan motorik kasarnya tanpa disadari anak tersebut sedang melatih kemampuan motoriknya namun belum melakukan gerakan yang sempurna sehingga anak belum dapat memenuhi tugas motorik kasar sebagaimana mestinya untuk itu perlunya merancang

dan menyusun tugas-tugas perkembangan tersebut ke dalam suatu permainan yang menunjang kepada pencapaian peningkatan dan perkembangan anak dapat terstimulasi dan meningkat dengan baik, khususnya perkembangan motorik kasarnya. Serta anak dapat memenuhi tugas-tugas fisik motorik kasarnya.

Permainan harus menyenangkan anak sehingga mereka dapat terlibat aktif, tidak terpaksa, pemilihan permainan yang tepat berpengaruh terhadap peningkatan motorik kasar anak. Permainan diatas, tidak hanya meningkatkan kemampuan gerak lokomotor saja namun kemampuan-kemampuan lain pun dapat meningkat seperti kemampuan berfikir dengan menggunakan kecerdasan untuk memecahkan masalah, kemampuan berinteraksi serta sosialisasi, kemampuan mengontrol diri atau sosial emosional dan kemampuan berkomunikasi. Untuk itu pentingnya menentukan permainan yang dapat meningkatkan motorik kasar anak. Dengan permainan kecil kemampuan motorik kasar anak seusianya 5-6 tahun dapat ditingkatkan.

### **C. HipotesisTindakan**

Berdasarkan kerangka teoritis dan kerangka berfikir di atas maka hipotesis dan penelitian ini adalah penerapan permainan dapat meningkatkan

kemampuan gerak lokomotor anak usia 5-6 tahun di TK Sumbangsih Jakarta Barat.

## **BAB III**

### **METODELOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor pada siswa TK Sumbangsih Jakarta Barat melalui metode mengajar bermain dengan alat.

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

- Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan di TK Sumbangsih Jakarta Barat.
- Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 1 November – 13 Desember 2016 yaitu 8 kali pertemuan ( setiap Selasa) yang diawali dengan tes awal dan diakhiri dengan tes akhir.

#### **C. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian adalah anak TK Sumbangsih Jakarta Barat dengan jumlah 13 siswa terdiri dari 7 siswa laki-laki dan 6 siswi perempuan.

#### **D. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan pengambilan data kualitatif pelaksanaan penelitian melibatkan rekan sebagai kolaborator.

#### **E. Hakikat Penelitian Tindakan Kelas**

Rancangan penelitian tindakan kelas yaitu tindakan peneliti dengan melakukan keberadaan pemecahan suatu masalah, merencanakan solusi melakukan tindakan, mengevaluasi, mengubah masalah dan sekaligus menggunakan kritik orang lain sebagai tolak ukur dalam pengambilan kesimpulan terhadap masalah yang dikembangkan, sehingga hal tersebut dapat digunakan untuk menilai validilitas uraiannya. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi barometer terhadap hasil pemecahan masalah dan pengambilan keputusan melalui pertimbangan yang mengarah kepada pertimbangan secara terstruktur.

Langkah yang diambil dalam pemecahan masalah menjadi semakin memiliki ketepatan yang mengarah pada peningkatan. Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor anak TK Sumbangsih Jakarta Barat melalui metode mengajar bermain.

Penelitian Tindakan Kelas diperkenalkan oleh Kurt Lewin sekitar tahun 1946 digunakan sebagai penelitian sistematis untuk menjawab masalah

sosial yang berkembang, simultan dan menjurus kepada terwujudnya suatu perbaikan sistem yang dilakukan dengan bentuk perbaikan terstruktur dengan melalui kajian perencanaan, tindakan, observasi, refleksi, dan pengulangan perencanaan.

Penelitian tindakan memiliki langkah-langkah sistematis yang terdiri dari perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian tindakan merupakan penelitian yang memerlukan perlakuan. Perlakuan dalam penelitian tindakan adalah dengan menggunakan program aksi, dimana program rencana kerja yang diimplementasikan berupa kerangka pelaksanaan aksi agar sesuai dengan kondisi kelas penelitian.

Seluruh hal-hal yang terkait dalam penelitian tindakan merupakan perencanaan program yang dirancang berdasarkan rencana yang disusun, dibahas antara peneliti dan kolaborator. Penelitian ini bersifat partisipatif dan kolaboratoris. Artinya penelitian ini diteliti oleh peneliti itu sendiri dan diamati bersama rekan-rekan peneliti. Selanjutnya, hal-hal yang berkait dalam program aksi akan dibahas setelah kondisi awal penelitian.

Kemampuan awal siswa dapat diketahui dengan melakukan pengamatan atau observasi terhadap siswa dalam melakukan gerak dasar lokomotor. Kemampuan awal yang dimaksud adalah kemampuan yang

belum mendapatkan perlakuan proses aksi dan merupakan kemampuan siswa yang sebenarnya.

Penelitian tindakan merupakan penelitian untuk perbaikan atau peningkatan mutu yang dalam hal ini diarahkan untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Perubahan atau peningkatan merupakan tujuan yang ingin dicapai dalam program aksi, hal ini merupakan kunci pokok dalam suatu proses.

Kolaborator dalam penelitian tindakan berfungsi sebagai pengamat, pengawas, pemberi saran dan sebagai penentu dalam penelitian sistematis yang dilakukan sehingga tercapainya tujuan sesuai yang diharapkan. Dengan demikian, tahapan akhir yang menjadi terminologi proses rancangan program aksi tergantung pada tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti dan kolaborator sebagai pelaku praktis dalam penelitian ini.

Berbagai unsur penting dibawah ini merupakan prinsip penelitian tindakan kelas. Uraianannya mencakup pada kritik refleksi (merupakan evaluasi program dan ini menjadi prinsip perubahan dan perbaikan yang harus dilakukan), kritik dialektik (merupakan pemahaman hubungan antar fenomena yang diteliti), kolaborator, gangguan beresiko (berupa gangguan yang akan terjadi dan berhubungan dengan kesanggupan peneliti untuk tetap tunduk pada aturan yang digunakan sebagai landasan kerja riset aksi tersebut

dilaksanakan), struktur jamak (dalam penelitian jenis ini peneliti merupakan peneliti tunggal, namun yang bersangkutan harus tunduk pada 4 prinsip yang telah dijabarkan pada penelitian yang digariskan di atas sesuai program aksi berdasarkan struktur rancangan program).

#### **F. Karakteristik Penelitian Tindakan Kelas**

Ciri-ciri penelitian tindakan kelas adalah: (1) refleksi diri, maksudnya dalam penelitian tindakan dipandang sebagai suatu cara untuk memberi ciri bagi seperangkat berbagai macam kegiatan yang direncanakan untuk meningkatkan mutu pendidikan, pada pokoknya ia merupakan suatu cara yang dituangkan ke dalam suatu program refleksi diri, (2) penelitian tindakan mencoba untuk mengidentifikasi kriteria dari kegiatan-kegiatan untuk melakukan perbaikan dalam program refleksi diri, (3) penelitian tindakan kelas bersifat partisipatif dan kolaboratoris karena melibatkan orang lain sebagai bagian dari suatu penelitian.

#### **G. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan siklus, setiap siklus terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut:

#### a. Perencanaan

Perencanaan tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Peneliti dan Kolaborator melihat kondisi awal dari kemampuan siswa dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor
2. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil dari kemampuan awal siswa dalam mempraktikkan gerak dasar lokomotor
3. Peneliti dan kolaborator menyiapkan materi-materi yang akan diberikan kepada siswa
4. Peneliti dan kolaborator menyiapkan strategi pembelajaran
5. Peneliti membuat instrumen pengamatan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung

#### b. Tindakan

Tahap pelaksanaan tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan proses pembelajaran mengikutsertakan observer dan guru pendamping, yang melakukan observasi sampai selesai pembelajaran.

2. Pelaksanaan observasi akan dilakukan oleh semua tim peneliti untuk mengumpulkan data. Pelaksanaan siklus pertama dilakukan sebanyak dua kali tatap muka.
3. Pelaksanaan refleksi dan evaluasi dilakukan oleh semua anggota tim peneliti, setelah memperoleh kesimpulan pada siklus pertama serta menentukan apa yang perlu diperbaiki. Setelah itu menentukan langkah yang kemudian akan dilakukan pada siklus kedua.

#### c. Observasi

Langkah-langkah pengamatan dan observasi yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

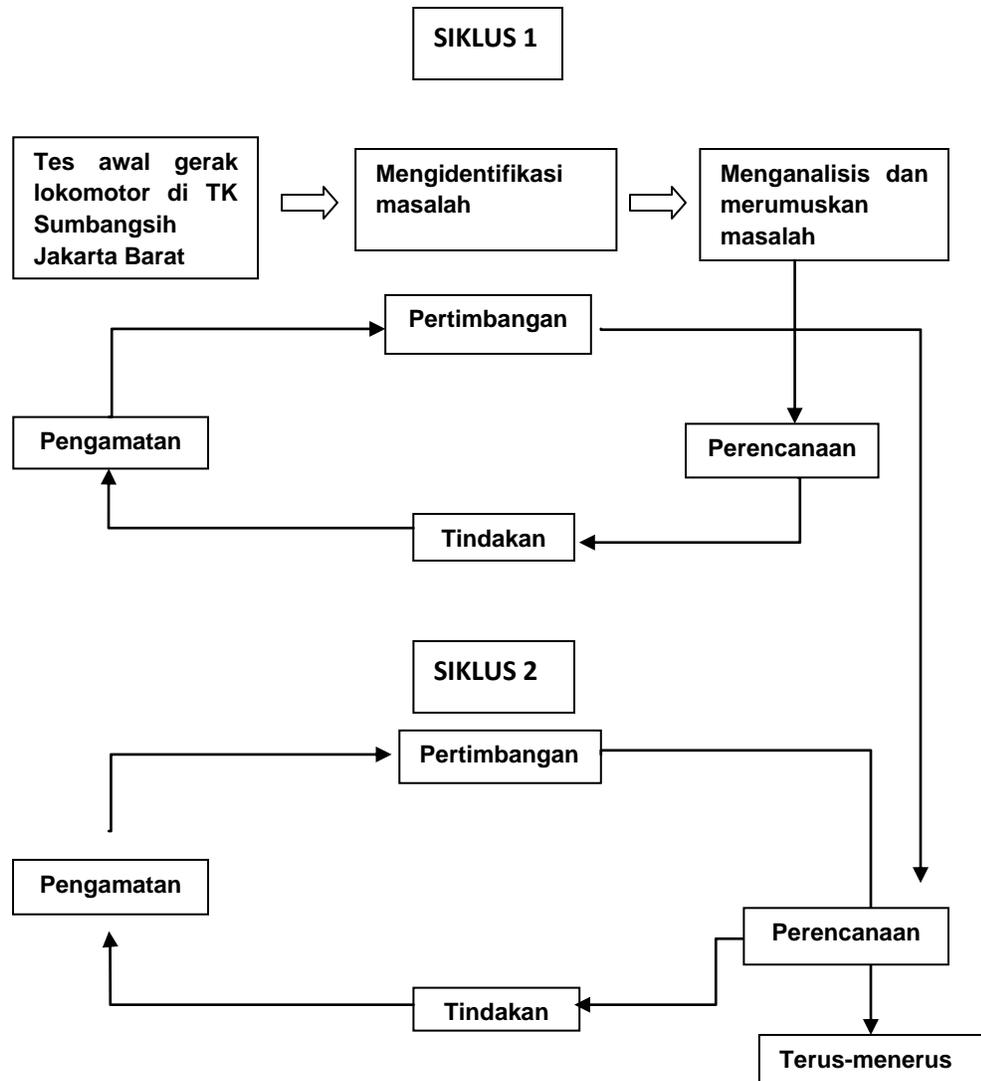
1. Peneliti dan kolaborator mengamati proses pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan menggunakan metode mengajar bermain dengan alat kepada siswa.
2. Peneliti dan kolaborator melakukan pengamatan dan penilaian terhadap hasil belajar siswa
3. Peneliti mencatat segala hal yang terjadi selama pelaksanaan tindakan.

#### d. Refleksi

Pada tahap ini peneliti dan kolaborator mendiskusikan pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan menggunakan metode

mengajar bermain dengan alat serta hasil tindakan yang diberikan apakah sudah berjalan baik atau belum. Selanjutnya peneliti melaksanakan siklus berikutnya sampai terdapat kemajuan pada diri siswa yang memenuhi standar penilaian

## Desain Penelitian Tindakan



**Gambar 5. PTK Model Lewin**

**Sumber : Trianto Penelitian Tindakan Kelas**

**(Jakarta : Prestasi Pustakaraya, 2011)**

## H. Perencanaan Penelitian Tindakan

### a) Definisi Konseptual

Gerak lokomotor yaitu gerak memindahkan tubuh dari suatu tempat ke tempat yang lain. Macam macam gerak lokomotor, yaitu : lari, lompat, Jalan. Jalan yaitu merupakan perpindahan berat badan dari satu kaki ke kaki lainnya dengan paling tidak salah satu kaki selalu berhubungan dengan lantai.

Lari yaitu kelanjutan dari jalan dengan ciri khusus adanya masa dimana badan seakan dilepaskan dari landasannya ( fase melayang ) dari salah satu kaki.

Lompat yaitu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik yang lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik

Berdasarkan pendapat ahli gerakan lokomotor ( lari, lompat, jalan) itu dapat dibagi menjadi beberapa bagian yaitu:

- a. Bagian persiapan ( awal)
- b. Pelaksanaan ( sikap inti )
- c. Gerakan Lanjutan ( sikap akhir )

Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah proses dan gerakan lokomotor ( lari, lompat, jalan ) dengan 2 kali percobaan dan instrument

penelitian ini menggunakan kisi – kisi penelitian gerak teknik dasar lari, lompat dan jalan sebagai pengumpulan data yang di dalamnya mencakup indikator – indikator dengan indikator penelitian sebagai data kualitatif.

### **b) Definisi Operasional**

Gerak dasar lokomotor (jalan) merupakan gerak yang harus dikuasai dengan baik dengan cara melakukan antara lain, sikap persiapan yaitu pandangan siswa ke depan, badan rileks, lengan di samping badan, kaki bersiap melangkah. Sikap pelaksanaan atau inti yaitu pandangan siswa kearah depan ,badan rileks, lengan mengayun secara bergantian kaki siswa melangkah lurus kedepan. Sikap akhir yaitu pandangan siswa ke depan, badan rileks, lengan di samping badan, kaki siswa lurus ke depan.

Gerak dasar lokomotor ( lari ) cara melakukan antara lain, sikap persiapan atau awal yaitu pandangan siswa kearah depan, badan rileks, lengan di samping badan salah satu kaki di depan. Sikap pelaksanaan atau inti yaitu pandangan siswa kearah depan, badan rileks, lutut di angkat, lengan di ayunkan kearah depan secara bergantian. Sikap akhir yaitu pandangan siswa ke depan, badan rileks lengan di samping badan salah satu kaki di depan.

Gerak dasar lokomotor ( lompat ) cara melakukan antara lain, sikap persiapan atau awal yaitu pandangan siswa kearah sasaran mendarat, badan

rileks, lengan di samping badan, lutut siswa ditekuk, kaki siswa dibuka sejajar bahu. Sikap inti pelaksanaan yaitu pandangan siswa kearah, sasaran mendarat, lengan di ayunkan kedepan, kedua lutut siswa di angkat. Sikap akhir yaitu pandangan siswa kearah sasaran mendarat, bertumpu sejajar dengan kedua kaki, badan siswa agak condong kedepan, lengan siswa di samping tubuh.

Dalam penilaian hasil belajar gerak dasar lokomotor penilaian akan diambil berdasarkan proses gerak yang dilakukan siswa dari gerak awal hingga gerak akhir dengan ditambah dengan beberapa kali pengulangan gerak yang dilakukan 2 kali setiap orangnya. Penilaian ini menggunakan skor 1 sampai dengan 3.

- a) Nilai 3: Jika anak dapat berjalan maju sesuai dengan semua indikator penilaian
- b) Nilai 2: Jika anak dapat berjalan maju sesuai dari 3 indikator penilaian
- c) Nilai 1: Jika anak hanya dapat melompat dengan 2 indikator penilaian

## **I. Pelaksanaan Penelitian Tindakan**

Penelitian ini menggunakan dua siklus, dimana setiap siklus mempunyai langkah-langkah seperti yang dijelaskan diatas.

- Perencanaan tindakan siklus pertama

Pelaksanaan proses pembelajaran pada siklus ini yaitu dengan menerapkan metode mengajar bermain dengan alat dalam mengajarkan gerak dasar lokomotor. Kegiatan pembelajaran akan dilakukan secara individu. Materi pokok yang akan diajarkan adalah sikap, pandangan, sikap badan, sikap lengan, dan sikap kaki dalam melakukan gerak dasar lokomotor. Pencapaian proses yaitu bagaimana siswa dapat melaksanakan setiap bagian tugas gerak dengan benar.

- Perencanaan tindakan siklus kedua

Materi perencanaan pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui metode mengajar bermain dengan alat yang dirancang di siklus kedua dilakukan seperti yang dilaksanakan pada siklus sebelumnya. Peneliti dan kolaborator terus memantau bagaimana perkembangan siswa dalam penguasaan gerak dan penilaian terhadap aspek-aspek yang telah ditentukan sebagai tujuan pembelajaran. Pada tahap akhir siklus kedua dilaksanakan sebuah tes untuk mengukur kemampuan siswa dalam melaksanakan pembelajaran. Dan hasil tes merupakan penentu apakah akan dilakukan siklus berikutnya atau siklus berakhir pada siklus kedua ini.

## **J. Teknik dan Alat Pengumpulan Data**

Teknik dan Pengumpulan data dilaksanakan melalui tahapan tes, dan observasi terhadap siswa yang kurang dalam gerak dasar lokomotifnya. Adapun instrumen atau alat pengumpul data dalam penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes berbentuk tes melakukan jalan diatas garis lurus, lari cepat, lompat katak dan observasi aktivitas siswa serta observasi aktivitas guru selama kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Tes hasil belajar disusun dalam bentuk tes melakukan gerak dasar lokomotor (jalan, lari, lompat). Tes diusahakan mencakup gerak dasar lokomotor, kemudian tes hasil belajar disusun oleh tiga orang validilator yaitu dua orang dosen ahli permainan, dan satu orang guru bidang studi pendidikan jasmani.

Teknik pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dengan menyiapkan lembar evaluasi hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan prestasi belajar siswa
2. Membandingkan rata-rata hasil tes, yaitu dari nilai rata-rata siklus I, dan siklus II

3. Melakukan observasi atau pengamatan yang merupakan suatu teknik atau cara mengumpulkan data dengan jalan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan pedoman observasi

### **Pelaksanaan**

- Siswa melakukan tes jalan di atas garis lurus, lari cepat dengan jarak 10 meter dan lompat dari garis ke garis
- Penilaian di setiap pelaksanaan gerak disesuaikan dengan uraian sikap yang terdapat pada kisi-kisi gerak dasar lokomotor

**Tabel 2. Instrumen Tes Kemampuan Gerak Lokomotor Anak usia 5-6 tahun (kelas B) di TK**

DIMENSI	INDIKATOR	BUTIR PERNYATAAN
Gerak Lokomotor	Jalan	
	a. Awalan	1.1 Sikap Awal
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan lurus ke depan</li> <li>• Tegak dan susunan tulang belakang lurus</li> <li>• Lengan rileks berada di samping badan</li> <li>• Kedua telapak kaki sejajar selebar dengan bahu</li> </ul>
	b. Pelaksanaan	1.2 Saat Melakukan Gerakan Berjalan
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan lurus ke depan</li> <li>• Tegak dan dada dibuka</li> <li>• Lengan di ayunkan dari belakang kedepan secara bergantian, wajah, dan tidak kaku</li> <li>• Lengan mengayun secara bergantian dan berlawanan pada gerakan kaki</li> <li>• Langkahkan kaki kiri kedepan dengan lutut sedikit ditekuk</li> <li>• Saat melakukan tumit terangkat dan menolak pangkal jari</li> <li>• Gerakan kaki dan lengan harus berlawanan</li> </ul>

	c. Akhiran	1.3 Sikap Akhir
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan lurus kedepan</li> <li>• Badan rileks dan dada dibuka</li> <li>• Lengan kiri dan kanan tetap rileks dan diayunkan secara bergantian</li> <li>• Saat telapak kaki menapak tanah, ujung, kaki terlebih dahulu agar berat badan terjaga</li> </ul>

## 2. Lari

DIMENSI	INDIKATOR	BUTIR PERNYATAAN
Gerak Lokomotor	Lari	
	a. Awalan	1.1 Sikap Awal
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan pada saat start lurus kedepan</li> <li>• Badan pada saat start rileks agak condong kedepan</li> <li>• Lengan pada saat start rileks</li> <li>• Pada saat melakukan start salah satu kaki tumpu berada di belakang garis start</li> <li>• Posisi lutut kaki tumpu sedikit di tekuk</li> </ul>

	b. Pelaksanaan	1.2 Saat Melakukan Gerakan Berlari
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan pada saat berlari lurus kedepan</li> <li>• Badan condong kedepan saat berlari</li> <li>• Lengan kiri dan kanan ditekuk dan diayun secara bergantian pada saat berlari</li> <li>• Gerakan ayunan lengan dari depan dagu sampai kebelakang</li> <li>• Kaki kiri dan kanan diayun setinggi paha sampai batas pinggang secara bergantian</li> </ul>
	c. Akhiran	1.3 Sikap Akhir
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan pada saat finish lurus kedepan</li> <li>• Badan condong ke depan pada saat finish</li> <li>• Lengan kirir dan kanan diayun secara bergantian</li> <li>• Gerakan ayunan lengan dari depan dagu sampai kebelakang</li> <li>• Kaki kiri dan kanan diayun setinggi paha sampai batas pinggang secara bergantian</li> </ul>

### 3. Lompat

DIMENSI	INDIKATOR	BUTIR PERNYATAAN
	Lompat	
	a. Awalan	1.1 Sikap Awal
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan lurus kedepan</li> <li>• Badan rileks dengan sedikit membungkuk</li> <li>• Lengan berada dibelakang</li> <li>• Penekukan sendi – sendi tungkai</li> </ul>
	b. Pelaksanaan	1.2 Sikap saat melayang diudara
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kearah tujuan lompatan</li> <li>• Badan mengangkat keatas dan kedepan</li> <li>• Lengan diayunkan dari daratan atau diudara</li> </ul>
	c. Akhiran	1.3 Sikap Akhir
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan mengarah ketempat pendaratan</li> <li>• Posisi badan rileks dan tetap sedikit membungkuk</li> <li>• Lengan berada sedikit tepat disamping badan</li> <li>• Pendaratan pertama menggunakan kaki dan berat badan dipindahkan kedepan untuk menjaga keseimbangan</li> </ul>

### A. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini teknik yang yang digunakan dalam menganalisis data

NO	Pernyataan	Penilaian		
		1	2	3
1	Melompat ke depan			
2	Berjalan maju pada garis lurus sejauh 10 meter			
3	Berjalan mundur pada garis lurus sejauh 10 meter			
4	Berlari hingga 10 jarak meter			

#### Keterangan:

Nilai 1: kurang baik

Nilai 2 : baik

Nilai 3 : sangat baik

**Uraian penilaian indikator kemampuan gerak lokomotor pada anak usia  
5 - 6 tahun di TK**

**1. Melompat kedepan**

Nilai 3 : Jika anak dapat melompat sesuai dengan semua indikator  
penilaian

Nilai 2 : Jika anak dapat melompat sesuai dari 3 indikator penilaian

Nilai 1 : Jika anak hanya dapat melompat dengan 2 indikator penilaian

**2. Berjalan maju pada garis lurus garis sejauh 10 meter**

Nilai 3 : Jika anak dapat berjalan maju sesuai dengan semua indikator  
penilaian

Nilai 2 : Jika anak dapat berjalan maju sesuai dari 3 indikator penilaian

Nilai 1: Jika anak hanya dapat melompat dengan 2 indikator penilaian

### **3. Berjalan mundur pada garis lurus sejauh 10 meter sambil membawa benda**

Nilai 3 : Jika anak dapat berjalan mundur sesuai dengan semua indikator penilaian

Nilai 2 : Jika anak dapat berjalan mundur sesuai dari 3 indikator penilaian

Nilai 1 : Jika anak hanya dapat melompat dengan 2 indikator penilaian

### **4. Berlari hingga jarak 10 meter**

Nilai 3 : Jika anak dapat berlari hingga jarak 10 meter sesuai dengan semua indikator penilaian.

Nilai 2 : Jika anak dapat berlari hingga jarak 10 meter sesuai dengan 2 indikator penilaian

Nilai 1 : Jika anak hanya dapat melompat dengan 1 indikator penilaian

### **K. Teknik Analisis data**

Pada penelitian ini teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa dan tim peneliti dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan

berupa proses pengajaran gerak dasar lokomotor dengan menerapkan metode mengajar bermain dalam proses pembelajaran. Data tersebut ditunjang dengan data kualitatif guna mencari gambaran yang lebih naturalistik pada siswa dengan model pembelajaran ini.

Dalam penilaian hasil belajar siswa terhadap pembelajaran gerak dasar lokomotor terdapat tiga aspek yang dapat diambil siswa yaitu aspek psikomotorik, aspek afektif, dan aspek kognitif. Aspek yang paling dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah kemampuan gerak atau aspek psikomotorik. Namun, kedua aspek lainnya juga masuk kedalam penilaian pendidikan jasmani. Dalam penelitian ini untuk penilaian aspek psikomotorik pengambilan data menggunakan data kuantitatif. Aspek afektif dan aspek kognitif pengambilan data menggunakan data kualitatif.

Dalam penilaian aspek psikomotorik terdapat rentang nilai dan kriterianya sebagai berikut:

Skor 3 = baik

Skor 2 = cukup baik

Skor 1 = kurang baik

Jumlah maksimal skor dari 4 aspek yang menjadi penilaian adalah 36 dan nilai yang didapat untuk hasil pembelajaran gerak dasar lokomotor dihitung dengan rumus

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Untuk nilai kkm ( kriteria ketuntasan minimum ) yang digunakan disesuaikan dengan kompleksitas (kesulitan) sumber daya pendukung dan intake siswa (tingkat kemampuan rata-rata siswa). Tingkat kompleksitas KD (kompetensi dasar) tinggi, dikarenakan materi yang dilaksanakan hanya satu gerak dasar lokomotor dan tahapan gerakan yang masih dasar. Sumber daya pendukung pembelajaran ini termasuk baik, dikarenakan alat pembelajaran tersedia dan tempat yang cukup. Dan intake siswa dilihat dari hasil-hasil belajar pendidikan jasmani sebelumnya termasuk dalam kriteria rendah, maka nilai KKM dapat ditentukan yaitu 65.

Indikator keberhasilan penelitian ini ditentukan oleh :

1. Hasil belajar siswa meningkat dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan penerapan metode mengajar bermain dengan alat dalam proses pembelajarannya.
2. Siswa menjadi termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran gerak dasar lokomotor.

3. Terjadi interaksi yang kondusif di antara siswa dengan siswa, maupun guru dengan siswa.
4. Siswa memiliki kemampuan dan berkomunikasi dengan baik dan keberanian mengemukakan pendapat.
5. Guru mampu merencanakan dan menyajikan proses pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan penerapan metode mengajar bermain dengan alat.
6. Suasana belajar siswa aktif terlihat.

Penelitian ini dikatakan berhasil apabila:

1. Hasil belajar siswa meningkat dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan penerapan metode mengajar bermain dengan alat dalam proses pembelajarannya.
2. Siswa mampu memberikan peranan yang lebih besar pada proses pembelajaran
3. Suasana belajar mengajar kondusif dan menyenangkan siswa.
4. Terjadi interaksi yang kondusif antara siswa dengan siswa, maupun guru dengan siswa.

5. Siswa menunjukkan peningkatan dalam pelaksanaan gerak dasar lokomotor sesuai dengan KKM.
6. Sebagian besar (80%) siswa merasa senang dan aktif dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan metode mengajar bermain dengan alat.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Proses Pelaksanaan Penelitian

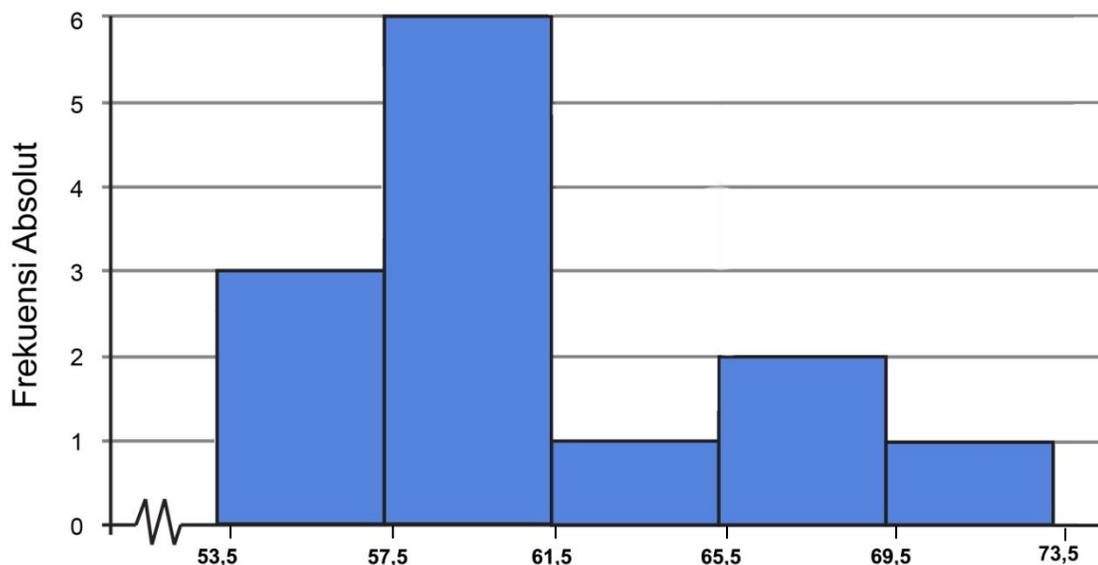
##### 1. Deskripsi Awal

Penelitian ini diawali dengan diadakannya tes awal, peneliti melakukan pelaksanaan kegiatan tes awal pada 1 November 2016 untuk mengidentifikasi kondisi awal kemampuan psikomotor terutama kemampuan gerak lokomotor anak – anak. Subjek penelitian adalah siwa – siswi kelas B TK Sumbangsih, yang berjumlah 13 siswa – siswi. Dari hasil pengambilan data test awal didapatkan nilai tertinggi yaitu 73 dan nilai terendah 54

**Tabel 3. Data Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal**

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
54-57	55.5	3	23,07%
58-61	59.5	6	46,15%
62-65	63.5	1	7,70%
66-69	67.5	2	15,38%
70-73	71.5	1	7,70%
Jumlah		13	100%

Dari tabel distribusi frekuensi tes awal dapat dilihat bahwa frekuensi terbesar terdapat pada kelas interval 58 – 61 dengan jumlah frekuensi absolute yaitu 6, dan frekuensi relatif sebesar 46,15%. Sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada kelas interval 62–65 dan 70 – 73 dengan jumlah frekuensi absolute 1 dan frekuensi relatif sebesar 7,70%. Selain itu dari tes awal ini didapatkan data 3 anak dinyatakan “tuntas” karena telah memenuhi batas nilai minimum yaitu 65 dan sisanya yaitu 10 orang dinyatakan “tidak tuntas” karena tidak memenuhi batas nilai minimum. Sehingga didapatkan prosentase ketuntasan dari tes awal ini yaitu sebesar 23,07%. Hasil tes awal kemampuan gerak lokomotor pada siswa – siswi TK B Sumbangsih Jakarta barat dapat dilihat dalam grafik dibawah ini:



**Gambar 7. Diagram Histogram Hasil Tes Awal**

Hasil penelitian pada tes awal merupakan refleksi awal penelitian untuk membuat perencanaan penelitian, tindakan dan refleksi selanjutnya pada tiap siklusnya. Dari hasil tes awal kemampuan gerak lokomotor anak telah diketahui dan selanjutnya akan diberikan tindakan dengan permainan kecil dalam upaya meningkatkan kemampuan gerak lokomotor menggunakan metode berbasis permainan pada siswa – siswi kelas B TK sumbangsih Jakarta Barat.

Penelitian ini dalam bentuk siklus yang diawali dengan membuat perencanaan. Dalam membuat perencanaan berdasarkan hasil diskusi peneliti dan kolaborator merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan jenis permainan kecil yang sesuai untuk anak usia 5 – 6 tahun yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerak lokomotor dan perlengkapan yang dibutuhkan untuk membantu proses pembelajaran.

Setelah perencanaan selesai peneliti melanjutkan ketahap siklus berikutnya yaitu tindakan dan observasi. Pada tahap ini tetap dibantu oleh kolaborator. Metode tindakan ini menekankan terhadap pembelajaran gerak lokomotor melalui permainan kecil. Selama proses tindakan berlangsung peneliti mengobservasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses belajar siswa, perilaku yang ditunjukkan, kemampuan siswa menerima dan merespon terhadap tindakan yang diberikan.

Tahap siklus selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan bagaimana keberhasilan, kekurangan dan kegagalan dalam penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai pedoman dalam perencanaan siklus berikutnya.

Melihat hasil dari refleksi siklus sebelumnya dan identifikasi hasil belajar siswa, peneliti menerapkan permainan kecil, diharapkan dengan menerapkan permainan kecil yang tepat dan ditunjukkan untuk meningkatkan kemampuan hasil belajar lokomotor anak usia 5 – 6 tahun. Dilanjutkan dengan tahap siklus berikutnya sehingga kemampuan hasil belajar gerak lokomotor anak kelas B meningkat.

## 2. Pelaksanaan Siklus

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan jam pelajaran olahraga di sekolah. Waktu yang digunakan di beri kebebasan oleh sekolah berhubung ada kegiatan bebas pada jam tersebut jadi penelitian ini mengambil waktu 40 menit. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus, setiap siklus dilaksanakan sebanyak 2 kali sesuai dengan pertemuan yang ada dalam rancangan kegiatan harian. Siklus ini terhenti sampai siswa memperlihatkan peningkatan yang sesuai dengan target yang telah ditentukan.

### 3. Pelaksanaan Siklus I

#### a. Perencanaan Tindakan I

Tujuan yang diharapkan :

- a) Siswa dapat mengikuti pembelajaran lokomotor dengan senang dan gembira
- b) Siswa dapat mengikuti pembelajaran lokomotor tanpa paksaan
- c) Dapat meningkatkan keinginan, perhatian dalam mengikuti pembelajaran gerak lokomotor
- d) Dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak lokomotor

#### b. Pelaksanaan Tindakan I

Peneliti dan kolaborator mulai menerapkan metode mengajar bermain agar dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan apa yang telah direncanakan.

Peneliti memberikan materi pelajaran gerak lokomotor melalui permainan kecil dengan tiga pertemuan, dimana terus melakukan diskusi dengan kolaborator tentang kemajuan siswa dan mencatat semua perilaku siswa di lapangan.

Pada pertemuan siswa, diberikan materi yang sesuai dengan Rencana Kegiatan Harian yang telah dibuat sekolah dengan

menggunakan permainan. Guru memberikan pengarahannya tentang kontrak pembelajaran yang akan lebih banyak pada aplikasi dan memberitahukan ada sedikit perbedaan dalam pembelajaran kali ini

#### c. Hasil Observasi

Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut:

- a) Masih ada 1 siswa yang kurang minat dalam mengikuti pelajaran gerak lokomotor contohnya, siswa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lokomotor

#### d. Analisis dan Refleksi

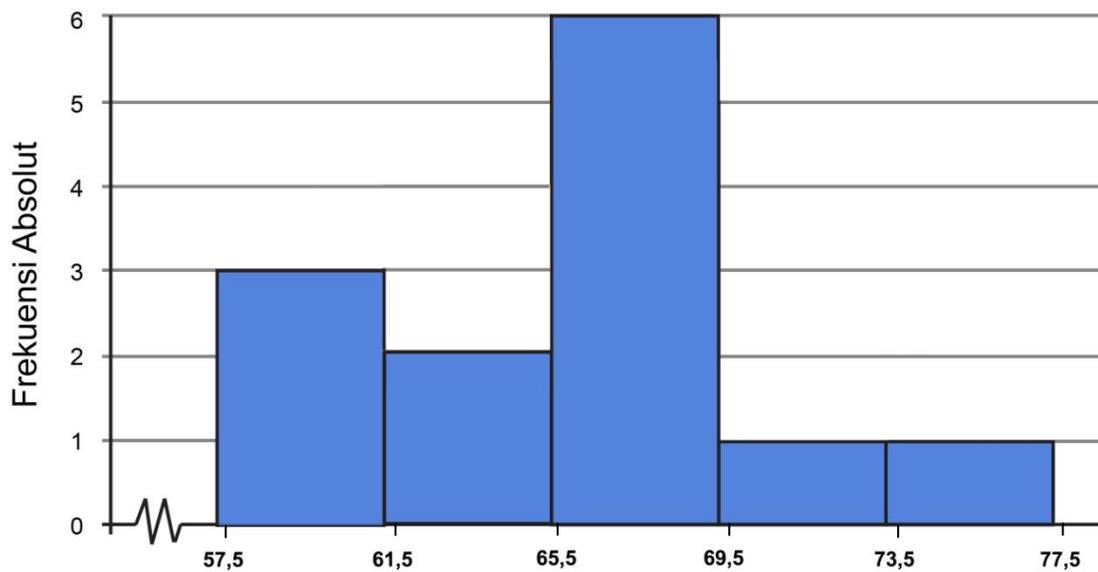
Tujuan dari pembinaan yang telah dilakukan seperti telah dijelaskan pada bagian terdahulu, yaitu dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor anak dalam melakukan pembelajaran gerak lokomotor dengan senang tanpa paksaan. Untuk itu peneliti dan kolaborator terus menggunakan metode bermain yang sesuai dan tepat sebagai gaya mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan lokomotor anak.

**Table 4. Data Distribusi Frekuensi Hasil Siklus I**

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
58-61	59.5	3	23,07%
62-65	63.5	2	15,38%
66-69	67.5	6	46,15%
70-73	71.5	1	7,70%
74-77	75.5	1	7,70%
Jumlah		13	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 66 – 69 dengan presentase 46,15% dan frekuensi terkecil terdapat pada interval 70 – 73 dan 74 – 77 dengan presentase 7,70%. Selain itu dari siklus I ini didapatkan data 8 anak yang dinyatakan tuntas “ karena telah memenuhi batas nilai minimum yaitu 65 dan sisanya yaitu 5 anak dinyatakan “ tidak tuntas “ karena tidak memenuhi batas nilai minimum. Sehingga di dapatkan prosentase ketuntasan dari siklus I ini yaitu sebesar 61,53%. Dengan demikian ditinjau dari presentase ketuntasan belajar tes awal sebesar 23,07% dan presentase ketuntasan belajar siklus I sebesar 61,53% telah terjadi peningkatan sebesar 38,46%. Berdasarkan aspek penilaian pada siklus I sudah terjadi peningkatan namun belum

mencapai ketuntasan kelas minimum 80% dari jumlah siswa, sehingga peneliti melanjutkan ke siklus berikutnya. Hasil siklus I kemampuan gerak lokomotor siswa – siswi kelas B TK Sumbangsih Jakarta Barat dapat dilihat grafik dibawah ini:



**Gambar 8. Diagram Histogram Hasil Siklus I**

#### 4. Pelaksanaan Siklus II

##### a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi dari siklus I, yaitu peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan yang terjadi dari siklus pertama sebagai berikut :

- 1) Masih ada sedikit siswa yang kurang antusias mengikuti pelajaran gerak lokomotor.
- 2) Masih ada beberapa siswa yang melakukan gerakan secara tidak benar.
- 3) Masih ada 1 siswa yang merasa bosan dengan pembelajaran gerak lokomotor.

Hasil belajar pada siklus pertama menghasilkan solusi untuk perencanaan siklus kedua antara lain, peneliti dan kolaborator menyiapkan materi – materi permainan yang mengarah pada materi inti sehingga proses belajar dapat terlaksana sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan siswa dapat melakukan gerakan lokomotor dengan baik.

Tujuan yang diharapkan pada siklus kedua dengan melihat dari siklus pertama,

- a) Siswa dapat mengikuti pelajaran gerak lokomotor dengan senang dan gembira
- b) Siswa dapat melakukan gerakan lokomotor dengan baik
- c) Siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor

b. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti dan kolaborator memulai pelajaran gerak lokomotor pada siklus yang kedua ini, yang merupakan siklus terakhir dari pembelajaran gerak lokomotor dengan menggunakan metode bermain, memberikan permainan yang lebih seru dan menarik sebelumnya.

#### c. Hasil Observasi

Hasil Observasi yang diperoleh selama berlangsungnya tindakan kedua adalah sebagai berikut:

- 1) Siswa tertarik dan memiliki keinginan serta dorongan yang kuat untuk mengikuti pelajaran gerak lokomotor
- 2) Siswa sudah dapat melakukan gerak lokomotor dengan baik
- 3) Tingkat antusias dan minat siswa dalam mempelajari gerak lokomotor meningkat

#### 4. Analisis dan Refleksi

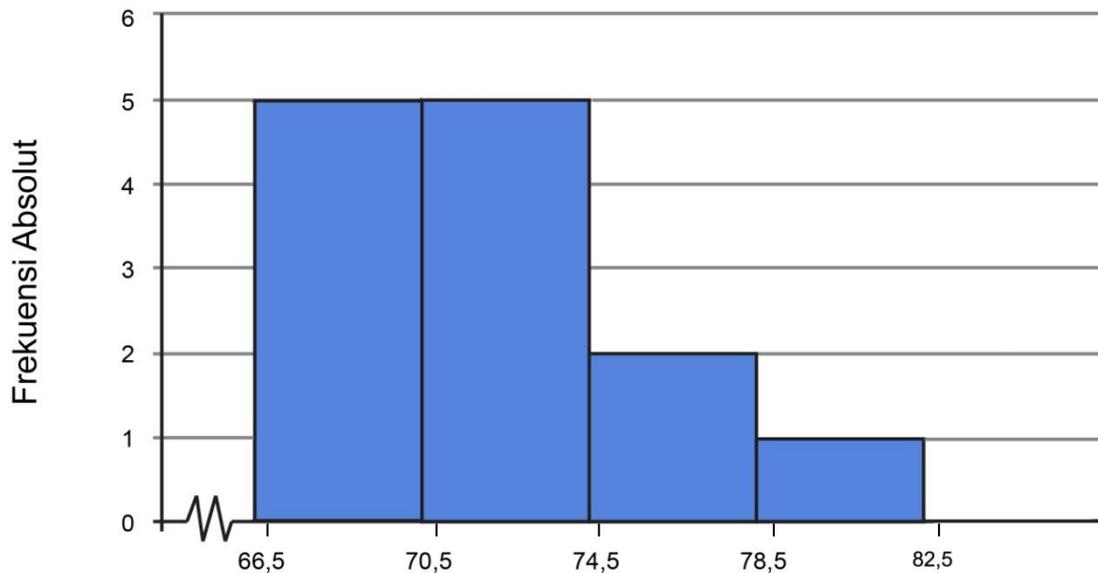
Tujuan pembelajaran tahap ini adalah agar siswa mulai merasakan metode belajar bermain yang diterapkan sebagai upaya kesadaran dalam belajar. Siswa sudah melakukan gerak lokomotor dengan baik. Ada hal menarik bagi peneliti yaitu, beberapa siswa yang sudah mahir dalam melakukan gerak lokomotor. Peneliti dan kolaborator berhasil menemukan cara terbaik untuk meningkatkan kemampuan gerak lokomotor para siswa

**Table 5. Data Distribusi Frekuensi Hasil Siklus II**

Kelas Interval	Nilai Tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
63 - 66	64.5	1	7,70%
67 - 70	68.5	4	30,77%
71 - 74	72.5	5	38,45%
75 - 78	76.5	2	15,38%
79 - 82	80.5	1	7,70%
Jumlah		13	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 71 – 74 dengan presentase 38,45% dan frekuensi terkecil terdapat pada interval 63 – 66 dan 79 – 82 dengan presentase 7,70%. Selain itu dari siklus II ini didapatkan data 13 anak yang dinyatakan “tuntas” karena telah memenuhi batas nilai minimum yaitu 65 . Sehingga didapatkan prosentase ketuntasan siklus II yaitu sebesar 100%. Dengan demikian ditinjau dari presentase ketuntasan belajar siklus I sebesar 61,53% dan presentase ketuntasan siklus II sebesar 100% telah terjadi peningkatan 38,47%. Berdasarkan aspek penilaian pada siklus II sudah terjadi peningkatan dan telah mencapai ketuntasan kelas minimum yaitu 80% dari jumlah siswa, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode dengan permainan

dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor anak. Hasil siklus II kemampuan gerak lokomotor siswa – siswi kelas B TK Sumbangsih Jakarta Barat dapat dilihat dalam grafik dibawah ini:



**Gambar Diagram 9. Histogram Hasil Siklus II**

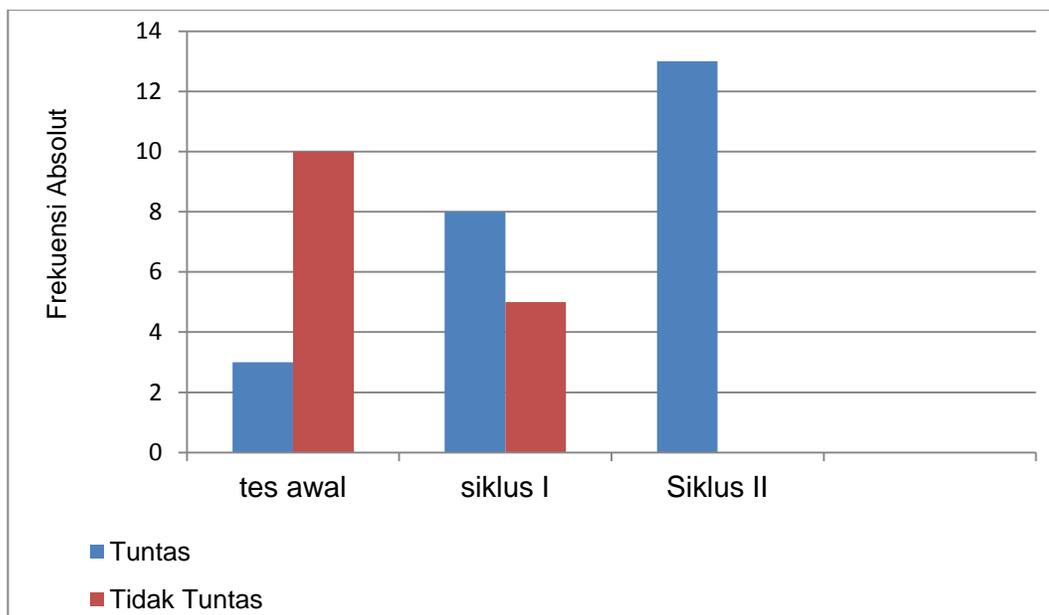
**Tabel 6. Pembahasan Hasil Penelitian**

**Kemampuan gerak lokomotor**

Kategori	Nilai Ketuntasan	Tes Awal		Siklus I		Siklus II	
		F	%	F	%	F	%
Tuntas	$\geq 65$	3	23,07%	8	61,53%	13	100%
Tidak Tuntas	$\leq 65$	10	76,93%	5	38,47%	0	0%
$\Sigma$		13	100%	13	100%	13	100%

## 5. Pengamatan Kolaborator

Peneliti dan kolaborator telah menemukan jawaban yang telah menjadi bahan penelitian bahwa permainan ternyata dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa terhadap pelajaran olahraga. Menurut peneliti dan kolaborator penelitian berhenti sampai disini dan tidak ditindak lanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahannya sudah terjawab melalui penelitian pengembangan metode berbasis permainan. Setelah selesai ditindakan ke siklus kedua, para kolaborator mengutarakan hasil pengamatan mereka pada penelitian. Berupa angka – angka kuantitatif yang dibandingkan dari siklus I dan II.



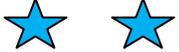
**Gambar 5. Diagram Batang Hasil Penelitian Gerak Locomotor**

## **6. Keterbatasan Hasil Penelitian**

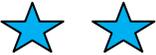
Penelitian ini telah dilaksanakan oleh peneliti dengan semaksimal mungkin. Peneliti menggambarkan keadaan yang sebenarnya di lapangan. Namun, dalam pelaksanaan terdapat hal – hal yang perlu diperhatikan dan harus diungkapkan sebenar – benarnya oleh peneliti yang menjadi permasalahan pada saat peneliti berlangsung. Hal tersebut antara lain karakteristik siswa yang masih kanak – kanak, seperti masih sangat menunjukkan sikap egosentris pada saat bermain, ingin jadi terbaik diantara teman yang lainnya, memiliki rentang daya konsentrasi yang pendek atau mudah bosan dan sangat aktif melakukan berbagai kegiatan, memiliki rasa ingin tahu yang besar, selain itu kehadiran siswa yang absen pada saat pembelajaran gerak lokomotor dan jumlah pertemuan yang cukup terbatas karena hanya dilakukan waktu jam pelajaran olahraga.

**Hasil Pengamatan Tes Awal Kemampuan Gerak Lokomotor  
Anak Usia 5 – 6 Tahun (Kelas B) di TK Sumbangsih**

No	Nama	Keterangan	Nilai
1	Arimbi Utami	Kemampuan gerak lokomotor arimbi utami kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan kaki bahkan sikap pandangan masih perlu di perbaiki	
2	Bahqiz Zhafira Prabanca	Kemampuan gerak lokomotor bahqiz zhafira kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan kaki bahkan sikap pandangan masih perlu di perbaiki	
3	Callysta Putri Hermanto	Kemampuan gerak lokomotor Callysta kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan kaki bahkan sikap pandangan masih perlu di perbaiki.	
4	Shayfira Qulistha Fadhli	Kemampuan gerak lokomotor Shayfira cukup baik dalam hal jalan dan lari, namun untuk gerak melompat sikap kaki dan sikap lengan masih perlu di perbaiki	
5	Raihanah Lily Malinoy	Kemampuan gerak lokomotor Raihanah lily kurang baik dalam hal jalan, lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan kaki bahkan sikap pandangan masih perlu di perbaiki.	
6	Shaqila Ahza Widjaya	Kemampuan gerak lokomotor Shaqila kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	

7	Sayid Mardanuah Akbar	Kemampuan gerak lokomotor Sayid cukup baik dalam hal jalan dan lompat, namun untuk gerak berlari sikap lengan masih perlu di perbaiki.	
8	Russel Putra Wagusdi	Kemampuan gerak lokomotor Russel Putra kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	
9	Muhamad Fathan	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Fathan baik dalam hal jalan, lari dan lompat namun untuk gerak berlari sikap lengan dan kaki masih perlu sedikit perbaiki.	
10	Daztan Artha	Kemampuan gerak lokomotor Daztan kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	
11	Abdul Fikar Ahmad	Kemampuan gerak lokomotor Abdul Fikar kurang baik dalam hal jalan, lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	
12	Muhamad Rizky Pratama	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Rizky kurang baik dalam hal lari dan lompat, baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	
13	Aldy Alvianto	Kemampuan gerak lokomotor Aldy Alvianto kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki	

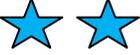
**Hasil Pengamatan Siklus I Kemampuan Gerak Lokomotor  
Anak Usia 5 – 6 Tahun (Kelas B) di TK Sumbangsih**

No	Nama	Keterangan	Nilai
1	Arimbi Utami	Kemampuan gerak lokomotor Arimbi Utami sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	
2	Bahqiz Zhafira Prabanca	Kemampuan gerak lokomotor Bahqiz Zhafira kurang baik dalam hal lari dan lompat baik dari sikap lengan, tubuh dan sikap kaki perlu diperbaiki.	
3	Callysta Putri Hermanto	Kemampuan gerak lokomotor Callysta Putri sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	
4	Shayfira Qulistha Fadhli	Kemampuan gerak lokomotor Shayfira Qulistha sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	
5	Raihanah Lily Malinoy	Kemampuan gerak lokomotor Raihanah Lily sudah meningkat untuk gerakan jalan, namun untuk melompat dan berlari masih kurang baik dalam hal ini sikap tubuh, pandangan, dan kaki masih perlu di perbaiki	
6	Shaqila Ahza Widjaya	Kemampuan gerak lokomotor Shaqila Ahza sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	
7	Sayid Mardanuah Akbar	Kemampuan gerak lokomotor Sayid Mardanuah sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	

8	Russel Putra Wagusdi	Kemampuan gerak lokomotor Russel Putra sudah meningkat untuk gerakan jalan, namun untuk melompat dan berlari masih kurang baik dalam hal ini sikap tubuh, pandangan, dan kaki masih perlu di perbaiki	
9	Muhamad Fathan	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Fathan baik dalam hal jalan, lari dan lompat namun untuk gerak berlari sikap lengan perlu sedikit di perbaiki	
10	Daztan Artha	Kemampuan gerak lokomotor Daztan Artha sudah meningkat untuk gerakan jalan, namun untuk melompat dan berlari masih kurang baik dalam hal ini sikap tubuh, pandangan, dan kaki masih perlu di perbaiki	
11	Abdul Fikar Ahmad	Kemampuan gerak lokomotor Abdul Fikar sudah meningkat untuk gerakan jalan, namun untuk melompat dan berlari masih kurang baik dalam hal ini sikap tubuh, pandangan, dan kaki masih perlu di perbaiki	
12	Muhamad Rizky Pratama	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Rizky Pratama sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	
13	Aldy Alvianto	Kemampuan gerak lokomotor Aldy Alviantosudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di perbaiki	

**Hasil Pengamatan Tes Siklus II Kemampuan Gerak  
Lokomotor Anak Usia 5 – 6 Tahun (Kelas B) di TK  
Sumbangsih**

No	Nama	Keterangan	Nilai
1	Arimbi Utami	Kemampuan gerak lokomotor Arimbi Utami sudah baik dalam hal jalan, lari dan lompat	
2	Bahqiz Zhafira Prabanca	Kemampuan gerak lokomotor Bahqiz Zhafira Prabanca sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di tingkatkan	
3	Callysta Putri Hermanto	Kemampuan gerak lokomotor Callysta Putri sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap pandangan masih perlu di tingkatkan	
4	Shayfira Qulistha Fadhli	Kemampuan gerak lokomotor Shayfira Qulistha sudah baik dalam hal jalan, lari dan lompat	
5	Raihanah Lily Malinoy	Kemampuan gerak lokomotor Raihanah Lily sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap pandangan masih perlu di tingkatkan	
6	Shaqila Ahza Widjaya	Kemampuan gerak lokomotor Shaqila Ahza sudah meningkat dari sebelumnya untuk gerakan lompat, jalan dan lari, namun untuk berlari masih sudah cukup baik walau masih harus di tingkatkan	
7	Sayid Mardanuah Akbar	Kemampuan gerak lokomotor Sayid Mardanuah sudah baik dalam hal jalan, lari dan lompat	

8	Russel Putra Wagusdi	Kemampuan gerak lokomotor Russel Putra sudah meningkat dari sebelumnya untuk gerakan lompat, jalan dan lari , namun untuk berlari masih sudah cukup baik walau masih perlu sedikit di tingkatkan	
9	Muhamad Fathan	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Fathan sudah baik dalam hal jalan, lari dan lompat	
10	Daztan Artha	Kemampuan gerak lokomotor Daztan Artha sudah meningkat dari sebelumnya untuk gerakan lompat, jalan dan lari , namun untuk berlari masih sudah cukup baik walau masih perlu sedikit di tingkatkan	
11	Abdul Fikar Ahmad	Kemampuan gerak lokomotor Abdul Fikar Prabanca sudah meningkat untuk gerakan lompat dan jalan, namun untuk berlari masih kurang baik dalam hal sikap lengan masih perlu di tingkatkan	
12	Muhamad Rizky Pratama	Kemampuan gerak lokomotor Muhamad Rizky sudah meningkat dari sebelumnya untuk gerakan lompat, jalan dan lari , namun untuk berlari sikap lengan masih perlu sedikit di perbaiki	
13	Aldy Alvianto	Kemampuan gerak lokomotor Aldy Alvianto sudah meningkat dari sebelumnya untuk gerakan lompat, jalan dan lari , namun untuk berlari sikap lengan masih perlu sedikit di perbaiki	

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah diadakan penelitian penerapan upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5 – 6 tahun melalui metode permainan di TK Sumbangsih Jakarta Barat dapat disimpulkan bahwa :

Dari penelitian ini dapat dilihat bahwa melalui metode permainan sangat efektif diterapkan dalam proses pembelajaran gerak lokomotor pada anak usia 5 – 6 tahun di TK Sumbangsih Jakarta Barat untuk meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa.

Hasil penelitian memperlihatkan adanya peningkatan presentase ketuntasan kelas dari tes awal sebesar 23,07 %, kemudian meningkat 38,46% disiklus I menjadi sebesar 61,53%, meningkat kembali di siklus II sebesar 38,47% sehingga nilai ketuntasan kelas menjadi 100% dan telah memenuhi presentase minimum ketuntasan kelas karena telah melebihi angka 80%. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode permainan dapat meningkatkan kemampuan gerak lokomotor pada anak usia 5 – 6 tahun siswa TK Sumbangsih Jakarta Barat.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas, maka peneliti dapat memberikan saran – saran sebagai berikut :

1. Kreativitas guru dalam menyampaikan materi pembelajaran lokomotor hendaknya tidak terpaku kepada salah satu strategi mengajar, pemilihan strategi mengajar hendaknya disesuaikan dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan.
2. Dibutuhkan kerjasama antar guru dan orang tua yang berkaitan dengan kemampuan gerak lokomotor siswa usia 5 – 6 tahun
3. Dengan adanya penelitian tentang pembelajaran gerak lokomotor diharapkan dapat memotivasi guru – guru lainnya untuk melakukan penelitian tindakan kelas dalam rangka meningkatkan profesionalisme
4. Dengan adanya penelitian tindakan kelas diharapkan dapat memperbaiki kualitas pembelajaran khususnya pembelajaran gerak lokomotor
5. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan bagi sekolah untuk mengambil kebijakan dalam peningkatan hasil belajar siswa

### Daftar Pustaka

- Amung Ma'mum, Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak , Jakarta : Bumi Aksara, 2001
- D. Dwidyo Seputro, Kamus inggris indonesia (Jakarta : Indah Surabaya, 1999)
- Dini Rosdiani, Model Pembelajaran langsung dalam Penjaskes , Bandung 2012
- Djumidar, Dasar dasar Atletik , Universitas Terbuka, Jakarta 2001
- Evelin Siregar dan Hartini Nara, Teori belajar dan Pembelajaran , Jakarta 2007
- Hastuti, Psikologi Perkembangan Yogyakarta, 2012
- Heri Rahyubi, Teori – teori Belajar dan Aplikasi Pembelajar Motorik Majalengka : Nusa Media, 2012
- Muhibbin Syah, Psikologi Belajar ( Jakarta: Grafindo Persada, 2003 )
- Nurhasan, Tes Pengukuran Pendidikan Olahraga ( Jakarta : Indah Surabaya, 1989 )
- J Matakupan, Teori Bermain Depdikbud Jakarta 1995
- J Matakupan, Strategi Belajar Mengajar Penjaskes, Dinas Pendidikan dan pengajaran Proyek Peningkatan Ekstra Kurikuler, Jakarta 1992
- Martini Jamaris, Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak – kanak , Jakarta : Prodi PAUD UNJ, 2004
- Mursid M.Ag, Pengembangan Pembelajaran PAUD (Bandung : Perpustakaan UPI 2009)
- Roestiya NK, Didaktik Metodik , Jakarta : Bumi Aksara, 2001
- Samsudin, Pembelajaran Motorik di Taman Kanak – kanak , Jakarta : 2008
- Santosa Muwarni, Pengukuran dan Evaluasi Untuk Guru Penjas ( Jakarta : Program Pasca Sarjana IKIP Jakarta, 1997 )
- Sugiyanto dan Sudjarwa, Perkembangan dan belajar gerak modul 1- 6 (Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Proyek penataran guru SD Setara D – II, 1991 )
- Sugiyanto, Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak , Jakarta : Koni Pusat, 1993

- Suryosubroto, Proses Belajar Mengajar di Sekolah Jakarta : PT Rineka Cipta, 2002
- Triatno, Penelitian Tindakan Kelas , Jakarta : Prestasi Pustakarya, 2012
- Yudha Saputra, Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar , Jakarta : Direktorat Taman Kanak – kanak dan Sekolah Dasar Bagian Proyek Pembinaan Olahraga Usia Dini SD, 2001
- Yudha Saputra, Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Dirjen Pendidikan Islam Departemen Agama Republik Indonesia, 2009
- [http://raranatsha. Wordpress](http://raranatsha.wordpress.com), (diakses 10 september 2016 jam 13.13)

## Lampiran 1

Catatan Lapangan no. 1

Hari / Tanggal : Selasa, 1 November 2016

Waktu : 07.00

Pada pukul 07.00 siswa berada di lapangan untuk berbaris, sebelum memulai kegiatan tes awal siswa melakukan senam pagi selama 15 menit sampai pukul 07.15. setelah itu peneliti mulai mempersiapkan kegiatan inti untuk melakukan tes awal. Siswa mulai masuk ke dalam kelas untuk menjalani tes awal.

Guru menyiapkan siswa agar duduk rapi sebelum memulai kegiatan pelajaran, proses belajar mengajar diawali dengan membaca doa sebelum melakukan kegiatan, setelah berdoa guru memberikan pengarahan dan memperkenalkan peneliti yang akan mengadakan penelitian di sekolah.

Para siswa pun bingung dan menanyakan tentang penelitian tersebut, lalu guru secara perlahan dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian ini, maka para siswa pun sudah mulai memahami walaupun masih ada siswa yang bingung.

Tes Awalpun mulai dilakukan, peneliti memberikan materi dan para kolaborator mulai melakukan pengamatan untuk melihat apakah ada perubahan terhadap tes awal dan tes akhir nanti.

Tanggapan pengamat :

Dari hasil tes awal menunjukkan siswa belum dapat melakukan gerakan – gerakan lokomotor dengan baik sesuai dengan indikator penilaian kemudian dibuatlah perencanaan dan tindakan untuk memasuki siklus awal terhadap kemampuan gerak lokomotor dalam mengikuti pembelajaran gerak lokomotor dengan menggunakan metode bermain.

## Lampiran 2

Catatan Lapangan no 2

Hari / Tanggal : Selasa, 8 November 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.20 siswa telah selesai melakukan kegiatan rutin senam pagi, kemudian siswa mulai masuk ke kelas untuk mulai kegiatan inti. Di dalam kelas siswa melakukan doa untuk memulai kegiatan di pagi hari, setelah selesai berdoa siswa berbaris dan diberikan pengarahan sebelum melakukan permainan. Sebelum bermain guru mengabsen nama – nama siswa, setelah itu bu guru berkata “siapa yang mau main?” siswa pun menjawab “saya bu”. Setelah itu guru memberikan pengarahan dan motivasi agar siswa tetap semangat untuk melakukan permainan yang akan diberikan oleh guru.

Pemanasan dilakukan dalam bentuk permainan “koloni kecil”, peneliti memberikan penjelasan dalam peraturan permainan. Aturan permainannya berbunyi siswa membentuk lingkaran kecil sambil menyanyikan lagu lagu anak lalu ketika peneliti meneriakan suatu angka, lalu para murid langsung berpecah membentuk kelompok dengan jumlah orang sesuai yang disebutkan oleh peneliti, kemudian setelah selesai siswa berkumpul dan peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk menghilangkan rasa haus, setelah permainan “koloni kecil” lalu dilanjutkan pada permainan utamanya yaitu halang rintang rubber disini siswa diharuskan untuk

melompati rubber dengan ketinggian kurang lebih 10 cm dan banyak rubber yang harus dilompati ada 4 rubber, setelah melewati rubber siswa diharuskan mengambil kartu bergambar yang yang berada diujung rintangan setelah selesai mengambil kartu bergambarpun siswa pun kembali masuk kebarisan semula, setelah siswa selesai melakukan permainan halang rintang rubber siswa diharuskan melakukan cooling down yang dipimpin oleh peneliti dan berdoa setelah itu siswa diberikan waktu untuk minum atau istirahat sebentar.

Tanggapan Pengamat:

Semua Siswa antusias dan bersemangat dalam bermain. Namun ketika melakukan berbagai permainan yang diberikan, mereka sudah tergerak aktif dalam permainan dan tanpa paksaan oleh kolaborator.

### Lampiran 3

Catatan Lapangan no 3

Hari / Tanggal : Selasa, 15 November 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.20 siswa telah selesai melakukan kegiatan rutin pada setiap Selasa pagi yaitu “senam pagi” setelah selesai melakukan kegiatan senam siswa pun diminta untuk ke kelas untuk melakukan kegiatan penelitian dari saya. Setelah masuk kelas dan berbaris siswa diberikan pengarahan sebelum melakukan permainan. Sebelum bermain kolaborator / guru menunjuk salah satu siswa untuk memimpin doa, kemudian guru / kolaborator mengabsen nama-nama siswa. Ada beberapa siswa yang tidak hadir namun tidak mengurangi rasa semangat siswa.

Setelah itu kolaborator memberikan pengarahan bahwa hari ini akan melakukan permainan kembali. Kemudian siswa pun bertanya “hari ini mau main apa ka” melihat siswa yang antusias dan penasaran dengan permainan yang akan dimainkan.

Permainan Berlari zig – zag, dalam permainan ini siswa diharuskan berlari zig – zag sambil melewati cone, dipertandingan ini dibuat sistem kompetisi atau lomba yang terdiri dari 2 kelompok untuk membuat permainan ini menarik, permainan ini dilakukan sebanyak 3 kali dalam pertandingan ini tim yang kalah akan mendapatkan hukuman yaitu siswa yang kalah diharuskan berjoget sambil bernyanyi, suasana kelas pun terasa

sangat menyenangkan dan penuh tawa semua siswa pun merasa senang dan terhibur dalam permainan ini .

Tanggapan Pengamat :

Terlihat peningkatan yang baik dari hari sebelumnya meskipun ada 1 siswa yang terjatuh saat melakukan permainan karena terpeleset, namun tidak menjadikan hambatan untuk meneruskan kembali bermain. Akan tetapi kolaborator harus banyak memberikan pengarahan lagi kepada siswa agar lebih berhati – hati dan tidak melakukan hal – hal yang membahayakan diri sendiri atau siswa lain.

#### **Lampiran 4**

Catatan Lapangan no 4

Hari / Tanggal : Selasa, 22 November 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.20 siswa telah selesai melakukan kegiatan rutin pada setiap Selasa pagi yaitu “senam pagi”, anak-anak dipersiapkan oleh kolaborator di kelas untuk bersiap memulai kegiatan, kolaborator memimpin doa sebelum melaksanakan kegiatan dan mengabsen para siswa. Setelah itu kolaborator melakukan tes siklus 1 untuk melihat peningkatan kemampuan perkembangan gerak pada anak, kolaborator yang dibantu peneliti menjelaskan dan mempragakan gerakan – gerakan yang harus dilakukan siswa saat melakukan tes, masing-masing siswa mempragakan masing-masing gerakan sebanyak 2 kali, ada 1 siswa sempat tidak mau melakukan gerakan tersebut karena malu atau kurang percaya diri melakukan gerakan di depan seluruh teman – teman sekelasnya, lalu peneliti memberi motivasi / dukungan siswa tersebut pun akhirnya bersedia ikut tes dan melakukan gerakan dalam tes sebanyak 2 kali.

Tanggapan Pengamat:

Dari hasil tes siklus I yang diikuti 13 siswa, terlihat bahwa siswa sudah mulai menunjukkan peningkatan yang lebih baik dari sebelumnya, namun siswa belum sepenuhnya dapat melakukan gerakan – gerakan lokomotor

dengan kategori sangat baik sesuai dengan indikator penilaian yang telah dibuat, karena masih ada 5 orang yang mendapatkan nilai dibawah Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan dibuatlah suatu perencanaan dalam merancang permainan yang lebih menunjukkan aktivitas gerak yang lebih banyak dari permainan pada siklus I dan dilakukan lah siklus II.

## Lampiran 5

Catatan Lapangan no 5

Hari / Tanggal : Selasa, 29 November 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.20 siswa telah selesai melakukan kegiatan rutin senam pagi, kemudian siswa mulai masuk ke kelas untuk mulai kegiatan inti. Didalam kelas siswa melakukan doa untuk memulai kegiatan di pagi hari, setelah selesai berdoa siswa berbaris dan diberikan pengarahan sebelum melakukan permainan. Kali ini kolaborator dan peneliti memberikan suatu permainan dengan aktivitas bergerak yang lebih banyak dari sebelumnya, disini tiap siswa diperintahkan untuk berlari dengan jarak 10 M sambil memindahkan 5 bola kedalam keranjang, sistem permainan ini dibuat kompetisi yang terdiri dari 2 kelompok untuk membuat anak – anak lebih semangat dalam bermain, tentu saja sebelum permainan dilakukan siswa diberitahu lebih dulu teknik berlari yang tepat sehingga permainan ini bisa dimaksimalkan dengan 2 tujuan, yang pertama siswa merasa senang dan gembira dalam pelajaran olahraga bahkan menjadi menyukai pelajaran olahraga dan yang kedua membentuk teknik berlari menjadi lebih baik dari sebelumnya. Meskipun semua siswa merasa capek tapi mereka masih semangat untuk melanjutkan terus permainan tersebut tapi karena sudah habis jam yang diberikan sekolah untuk melakukan kegiatan penelitian ini

maka kelas diakhiri dengan *cooling down* dan berdoa setelah itu siswa pun berikan waktu istirahat selama 10 menit.

Tanggapan Pengamat :

Semua siswa sangat bersemangat hari itu bahkan padahal sebelum melakukan permainan mereka melakukan senam pagi terlebih dahulu, dan 3 siswa yang sudah memiliki kemampuan gerak yang sangat baik dibandingkan teman - teman lainnya, dan 10 siswa yang lain juga sudah mengalami peningkatan dalam gerakan lokomotor.

## Lampiran 6

Catatan Lapangan no 6

Hari / Tanggal : Selasa, 6 Desember 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.20 siswa telah selesai melakukan kegiatan rutin senam pagi, kemudian siswa mulai masuk ke kelas untuk mulai kegiatan inti. Di dalam kelas siswa melakukan doa untuk memulai kegiatan di pagi hari, setelah selesai berdoa siswa berbaris dan diberikan pengarahan sebelum melakukan permainan. Permainan utama kali ini dibuat menjadi 2 permainan yaitu lari bola estafet dan juga lompat kardus, dalam lari bola estafet siswa dibagi menjadi 2 kelompok aturan permainan nya sama seperti lari estafet hanya saja media tongkat untuk dioper ke teman kelompok di ganti menggunakan bola kecil plastik. Sedangkan untuk lompat kardus siswa diperintahkan melompati 5 kardus dan kembali kebarisan dengan berlari. Untuk menyelesaikan 2 permainan ini memakan waktu 1 setengah jam siswa. Ada 1 siswa ketika melompati kardus, kardus tersebut terinjak hancur bahkan sampai 3 kardus hancur karena ia gagal melompati kardus tersebut dengan lancar, tentu saja ini jadi pertimbangan kolaborator dengan peneliti untuk jenjang selanjutnya.

Tanggapan Pengamat :

Semua siswa melakukan apa yang diperagakan kolaborator dengan baik dan suasana pelajaran pun menyenangkan, tapi ada 1 siswa yang sempat membuat keributan sehingga suasana pun sempat tidak kondusif dan ini pula yang membuat kolaborator memberikan teguran kepada siswa yang membuat ulah dan memberikan nasihat agar tidak melakukan suatu kegiatan yang tidak baik.

### **Lampiran 7**

Catatan Lapangan no 7

Hari / Tanggal : Sabtu, 10 Desember 2016

Waktu : 10.00

Pada pukul 10.00 siswa telah selesai melakukan latihan menari untuk bersiap lomba pada hari senin tanggal 12 dikemayoran, masuk ke lapangan untuk mulai kegiatan inti. Di dalam kelas siswa melakukan doa untuk memulai kegiatan di pagi hari, setelah selesai berdoa siswa berbaris dan diberikan pengarahan sebelum melakukan permainan. Dalam pertemuan ke 7 siswa diberikan materi permainan Jalan rintangan dan permainan Lompat Kangguru, dipertandingan jalan rintangan ini siswa diharuskan berjalan dengan sikap dan gerakan yang benar dengan menggunakan leder drill dan berlari melewati cone. Untuk permainan lompat kangguru, siswa diharuskan melompat zig – zag kedalam area hula hop sambil memindahkan kartu bergambar yang di perintahkan ambil oleh kolaborator / guru. Dalam permainan ini masih ada siswa yang salah mengambil kartu bergambar yang disuruh guru untuk diambil namun itu tidak menjadi masalah dalam permainan yang bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor.

#### Tanggapan Pengamat:

Ada 1 siswa nampak jenuh sebelum melakukan permainan karena habis melakukan kegiatan menari untuk perlombaan tanggal 12, namun semua siswa tersebut akhirnya ikut gembira dalam bermain.



Catatan Lapangan no 8

Hari / Tanggal : Selasa, 13 November 2016

Waktu : 07.20

Pada pukul 07.00 siswa berada di lapangan untuk berbaris, sebelum memulai kegiatan tes akhir siswa melakukan senam pagi selama 15 menit sampai pukul 07.20. setelah itu peneliti mulai mempersiapkan kegiatan inti untuk melakukan tes akhir. Siswa mulai masuk ke dalam kelas untuk menjalani tes awal.

Guru menyiapkan siswa agar duduk rapi sebelum memulai kegiatan pelajaran, proses belajar mengajar diawali dengan membaca doa sebelum melakukan kegiatan tes akhir untuk penilaian dan melakukan sedikit pemanasan, setelah itu ambil nilai tes akhirpun dilakukan.

Setelah tes akhir dilakukan disini ada 1 siswa bernama Abdul Fikar memiliki nilai dibawah KKM karena masih kurang memenuhi dalam penilaian gerak lokomotor.

Tanggapan Pengamat :

Siswa bernama Abdul Fikar ini agak kesulitan dalam pembelajaran gerak karena memiliki tubuh yang sangat besar untuk ukuran anak TK, sehingga proses perkembangan gerak dari Abdul Fikar ini tidak terlalu maksimal sehingga Abdul Fikar mendapat nilai kurang dari KKM yang diberikan oleh Kolaborator

**Lampiran 9**

Tabel Data Hasil Test Awal

No	Nilai Item Pernyataan												Jumlah	Nilai	%	Ket
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	3	1	20	55	55%	TT
2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	2	21	58	58%	TT
3	2	1	2	2	2	3	3	1	2	3	2	1	22	61	61%	TT
4	2	2	1	2	3	3	2	1	2	3	2	1	24	66	66%	T
5	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	21	58	58%	TT
6	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	3	3	22	61	61%	TT
7	2	2	1	2	2	3	3	1	3	3	2	1	25	69	69%	T
8	2	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	2	21	58	58%	TT
9	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	1	2	26	72	72%	T
10	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	22	61	61%	TT
11	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	20	55	55%	TT
12	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	1	20	55	55%	TT
13	2	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	2	21	58	58%	TT
$\Sigma$	27	23	21	24	23	24	20	20	28	29	22	20	285	787	787%	
													21,92	60,53	60,53%	

Ket : T = Tuntas

TT = Tidak Tuntas

## Lampiran 10

Tabel Data Hasil Test Siklus I

No	Nilai Item Pernyataan												Jumlah	Nilai	%	Ket
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	23	63	63%	TT
2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	22	61	61%	TT
3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3	3	1	25	69	69%	T
4	2	3	3	1	2	2	1	2	3	3	2	1	25	69	69%	T
5	2	2	1	2	2	3	2	1	2	3	3	1	22	61	61%	TT
6	2	2	1	2	3	3	2	1	3	2	1	2	24	66	66%	T
7	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	1	1	26	72	72%	T
8	3	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	1	23	63	63%	TT
9	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	2	2	28	77	77%	T
10	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	24	66	66%	T
11	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	21	58	58%	TT
12	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	24	66	66%	T
13	3	2	1	2	3	3	2	1	2	2	1	2	24	66	66%	T
$\Sigma$	30	29	23	22	30	29	20	21	30	34	26	21	311	857	857%	
													23,92	65,93	65,93%	

Ket :

T = Tuntas

TT = Tidak Tuntas

## Lampiran 11

Tabel Data Hasil Test Siklus II

No	Nilai Item Pernyataan												Jumlah	Nilai	%	Ket
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1	3	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	26	72	72%	T
2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	25	69	69%	T
3	3	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	26	72	72%	T
4	3	3	3	1	2	2	1	2	3	3	2	1	26	72	72%	T
5	3	3	2	1	2	3	3	1	2	2	1	2	25	69	69%	T
6	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	1	2	26	72	72%	T
7	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	28	77	77%	T
8	3	2	3	1	2	1	2	2	2	3	3	1	25	69	69%	T
9	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	29	80	80%	T
10	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	1	2	26	72	72%	T
11	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	22	66	66%	TT
12	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	3	24	66	66%	T
13	3	3	2	1	2	3	3	1	2	2	1	2	25	69	69%	T
$\Sigma$	37	36	27	21	30	29	26	20	31	29	23	24	333	925	925%	
													25,61	72	72%	

Ket : T = Tuntas

TT = Tidak Tuntas

## Lampiran 12

Tabel Data Hasil Test

No	Nama	Hasil Test		
		Awal	Siklus 1	Siklus 2
1	Arimbi Utami	55	63	72
2	Bahqiz Zhafira Prabanca	58	61	69
3	Callysta Putri Hermanto	61	69	72
4	Shayfira Qulistha Fadhli	66	69	77
5	Raihanah Lily	58	61	69
6	Shaqila Ahza	61	66	72
7	Sayid Mardanuah A	69	72	77
8	Russel Putra	58	63	69
9	Muhammad Fathan	72	77	80
10	Daztan Artha	61	66	72
11	Abdul Fikar Ahmad	55	58	66
12	Muhamad Rizky	55	66	69
13	Aldy Alvianto	58	66	72
	<b>Jumlah</b>	<b>787</b>	<b>857</b>	<b>936</b>
	<b>Rata- rata</b>	<b>60,53</b>	<b>65,93</b>	<b>72,11</b>
	<b>Jumlah Siswa Tuntas</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>13</b>
	<b>Presentase Ketuntasan</b>	<b>23,07%</b>	<b>61,53%</b>	<b>100%</b>

## Lampiran 13

1. **Arimbi Utami** : arimbi utami memiliki nilai test awal 55 dan test akhir 72 maka dapat disimpulkan bahwa arimbi utami mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 17% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
2. **Bahqiz Zhafira Prabanca** : bahqiz memiliki nilai test awal 58 dan test akhir 69 maka dapat disimpulkan bahwa bahqiz zhafira mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
3. **Callysta Putri** : callysta memiliki nilai test awal 61 dan test akhir 72 maka dapat disimpulkan bahwa callysta mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
4. **Shayfira Qulistha** : shayfira memiliki nilai test awal 66 dan test akhir 77 maka dapat disimpulkan bahwa shayfira mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
5. **Raihanah Lily** : raihanah memiliki nilai test awal 58 dan test akhir 69 maka dapat disimpulkan bahwa raihanah mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
6. **Shaqila Ahza Widjaya** : shaqila memiliki nilai test awal 61 dan test akhir 72 maka dapat disimpulkan bahwa shaqila mengalami peningkatan

kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.

7. **Sayid Mardanuah Akbar** : sayid memiliki nilai test awal 69 dan test akhir 77 maka dapat disimpulkan bahwa sayid mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 8% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
8. **Russel Putra** : russel putra memiliki nilai test awal 58 dan test akhir 69 maka dapat disimpulkan bahwa russel mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
9. **Muhammad Fathan** : fathan memiliki nilai test awal 72 dan test akhir 80 maka dapat disimpulkan bahwa fathan mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 8% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
10. **Daztan Artha** : daztan memiliki nilai test awal 61 dan test akhir 72 maka dapat disimpulkan bahwa daztan mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
11. **Abdul Fikar** : fikar memiliki nilai test awal 55 dan test akhir 66 maka dapat disimpulkan bahwa fikar mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 11% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.
12. **Muhammad Rizky Pratama** : rizky memiliki nilai test awal 55 dan test akhir 69 maka dapat disimpulkan bahwa rizky mengalami peningkatan

kemampuan gerak lokomotor sebesar 14% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.

13. **Aldy Alvianto** : aldy memiliki nilai test awal 58 dan test akhir 72 maka dapat disimpulkan bahwa aldy mengalami peningkatan kemampuan gerak lokomotor sebesar 14% dan memenuhi kriteria ketuntasan minimum.

## Surat Keterangan Validitas

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Dr Fahmy Fachrezy M.Pd

Jabatan : Dosen Ahli

Dengan ini menyatakan bahwa

Nama : Mochamad Ficry Haryono

No Reg : 6135127789

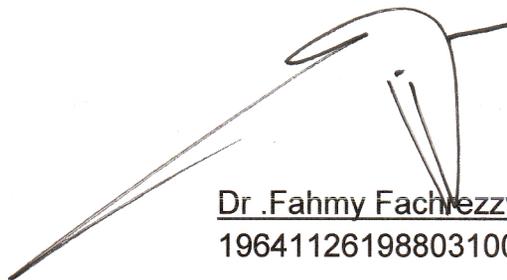
Jurusan : Olahraga Pendidikan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Instrumen penelitian tentang gerak lokomotor anak TK kelas B, cocok (valid) untuk dijadikan sebagai instrumen untuk pengambilan data dengan judul "UPAYA MENINGKATKAN GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA TK B DENGAN MENGGUNAKAN METODE BERBASIS PERMAINAN PADA ANAK TK SUMBANGSIH JAKARTA BARAT"

Demikian surat keterangan ini dibuat digunakan sebagaimana mestinya\

Dosen Ahli



Dr .Fahmy Fachrezy M.Pd  
196411261988031002



**YAYASAN PERGURUAN SUMBANGSIH**  
**TK SUMBANGSIH**  
JALAN dr Muwardi II/13 Tg Grogol TELP. 5631875  
JAKARTA BARAT

Jakarta, 20 Desember 2016

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 45/F/TK/XII/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Budiarti,S. Pd  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Nama Lembaga : TK Sumbangsih  
Alamat : Jl Dr Muwardi II/13 Grogol Jakarta Barat

Menerangkan bahwa :

Nama : Mochamad Ficry Haryono  
Jenis kelamin : Laki-laki  
No Reg : 6135127789  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta

Nama tersebut diatas adalah benar, telah melaksanakan dan mengadakan Penelitian untuk penulisan Skripsi di TK Sumbangsih Grogol dari tgl 1 Nov s/d 13 Desember 2016 Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagai syarat untuk penulisan skripsi.

Hormat kami

Ka TK Sumbangsih



Budiarti,S. Pd



*Building  
Future  
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220

Telepon/Faximile : Rektor : (021) 4893854, PR I : 4895130, PR II : 4893918, PR III : 4892926, PR IV : 4893982

BAUK : 4750930, BAAK : 4759081, BAPSI : 4752180

Bagian UHTP : Telepon. 4893726. Bagian Keuangan : 4892414, Bagian Kepegawaian : 4890536, Bagian HUMAS : 4898486

Laman : [www.unj.ac.id](http://www.unj.ac.id)

Nomor : 3374/UN39.12/KM/2016

19 Oktober 2016

Lamp. : -

Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian  
untuk Penulisan Skripsi

Yth. Kepala Sekolah TK Sumbangsih  
Jl. Dr. Muwardi II No.13 Grogol Petamburan  
Jakarta Barat

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Mochamad Ficry Haryono  
Nomor Registrasi : 6135127789  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta  
No. Telp/HP : 088212499255

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul :

**"Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Lokomotor Dengan Menggunakan Metode Berbasis Permainan Pada Anak TK Sumbangsih Jakarta Barat"**

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi  
Akademik dan Kemahasiswaan

Tembusan :

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Kaprog Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi