

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR  
ANAK MENGGUNAKAN MEDIA *PLAYMAT* PADA PESERTA  
DIDIK KELOMPOK A TK ISLAM ALIFAH**



*Intelligentia - Dignitas*

**TIARA ANANDITA ALIFAH PRAMESWARI  
1601621012**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS ILMU OLAH RAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing 1,

Prof. Dr. Taufik Rihatno  
NIP. 19641001992031001



31/07/2025

Pembimbing 2,

Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198210282015041002



28/07/2025

Nama

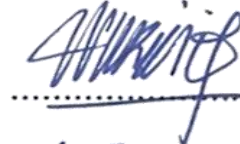
Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

1. Dr. Wahyuningtyas Puspitorini,  
S.Pd, M.Kes. AIFO  
NIP. 197205222006042001

Ketua



31/07/2025

2. Dr. Eka Fitri Novitasari., S.Pd, M.Pd  
NIP. 197908252005012002

Sekretaris



28/07/2025

3. Prof. Dr. Taufik Rihatno  
NIP. 19641001992031001

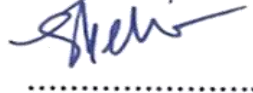
Anggota



31/07/2025

4. Dr. Shela Ginanjar, M.Pd  
NIP. 198804142022031003

Anggota



28/07/2025

5. Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198210282015041002

Anggota



28/07/2025

Tanggal Lulus : 17 Juli 2025

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Tiara Anandita Alifah Prameswari  
NIM 1601621012



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : TIARA ANANDITA ALIFAH PRAMESWARI  
NIM : 1601621012  
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN  
Alamat email : [tiaranandita123@gmail.com](mailto:tiaranandita123@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR  
ANAK MENGGUNAKAN MEDIA PLAYMAT PADA  
PESERTA DIDIK KELOMPOK A TK ISLAM ALIFAH

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 1 Agustus 2025

Penulis

  
( TIARA ANANDITA

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti haturkan kepada Allah Subhana Wa Ta'ala atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Sholawat dan salam kepada Rasulullah Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wasallam yang telah menjadi suri tauladan terbaik bagi peneliti. Terima kasih kepada keluarga saya terutama kedua orang tua saya Ibu Neneng dan Bapak Endang Kushendar yang senantiasa memberikan doa serta dukungan selama melakukan penelitian dan penulisan skripsi ini.

Bapak Prof. Dr. Taufik Rihatno Dosen Pembimbing 1 dan Bapak Dr. Slamet Sukriadi, S. Pd, M. Pd., selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, rasa hormat dan bangga bisa menjadi mahasiswa bimbingan Bapak. Terima kasih atas segalanya dan semoga Bapak selalu di beri kesehatan dan dalam lindungan-Nya.

Keluarga besar Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta (KOP Karate UNJ) yang telah menjadi rumah pertama saya dalam memulai perkuliahan ini dan menjadi keluarga baru di sini. Terima kasih banyak atas semua perhatian Pelatih, Senior, dan Junior yang telah banyak memberikan pelajaran, pengalaman, support, bimbingan, dan selalu menginspirasi saya, menerima segala kurang dan lebih yang ada diri saya.

Terima kasih banyak kepada Senior 2019, Ka Egi, Ka Febby atas segala arahan dan bimbingannya pada seluruh proses pengerjaan skripsi ini. Tidak lupa untuk Bu eka selalu membimbing saya untuk proses penyelesaian skripsi dan kedua orang tua saya yang selalu membangkitkan semangat agar tetap optimis. Serta teman – teman terdekat Sabiq, Fajri, Viona, Keisha, Ambar, Clarisa terima kasih selalu menjadi tempat curhat rasa bingung, sedih, dan bahagia.

Bapak dan Ibu seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, terutama Bapak Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah memberikan ilmu pengetahuan, mendidik, dan membimbing peneliti selama perkuliahan. Rasa hormat dan bangga, peneliti bisa berkesempatan diajarkan dan dibimbing oleh Bapak dan Ibu dosen. Terima kasih banyak dan semoga Bapak dan Ibu selalu dilimpahkan kesehatan, kemudahan, dan dalam lindungan-Nya. Seluruh staf Akademik dan Tata Usaha Prodi, Fakultas, dan Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta

*Intelligentia - Dignitas*

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat- Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta atas kelancaran birokrasi yang di berikan;

1. **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes. AIFO** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani
2. Bapak **Prof. Dr. Taufik Rihatno, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing I Skripsi
3. Bapak **Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing 2 Skripsi yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini
4. Ibu **Dr. Eka Fitri Novitasari, S.Pd, M.Pd**, selaku validator perkembangan peserta didik dalam penelitian ini
5. Ibu **Dr. Juriana, S.Psi., M.Si. Psikolog**, selaku validator ahli gerak dasar dalam penelitian ini
6. Ibu **Dr. Eka Fitri Novitasari, S.Pd, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing Akademik selama menjadi mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta

7. Ibu **Siti Khodijah, SE** selaku kepala sekolah TK ISLAM ALIFAH
8. Ibu **Anggita Rahma, S.IP**, selaku validator sebagai guru TK A TK Islam Alifah

Keluarga besar **KOP Karate UNJ**, yang telah banyak membantu saya dan memberikan motivasi serta semangat dalam proses penyusunan skripsi ini; serta seluruh Staf Akademik, Prodi dan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah banyak membantu dan memudahkan urusan administrasi peneliti. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 16 Juli 2025

TAAP

*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR ISI

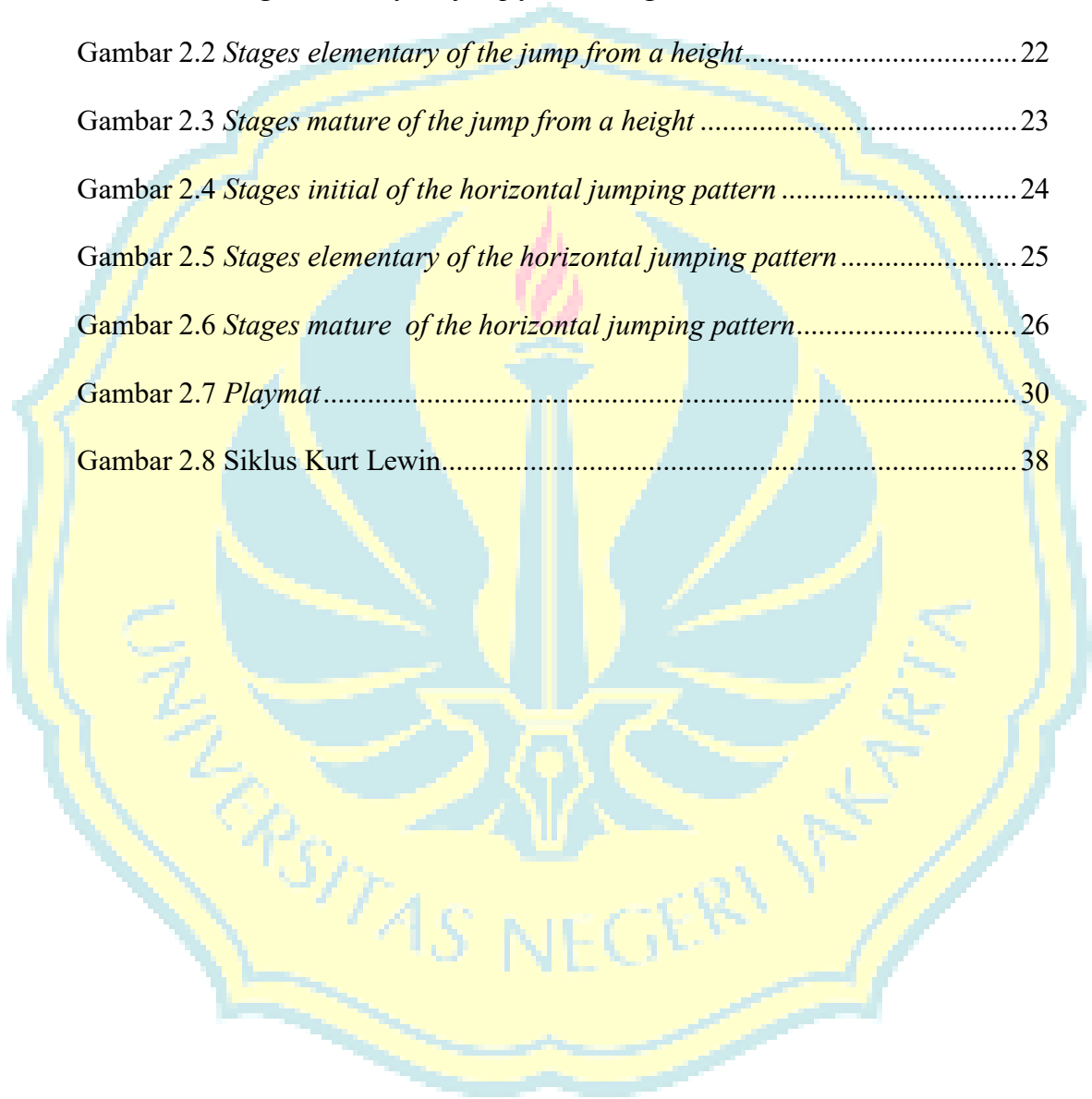
|                                                    |      |
|----------------------------------------------------|------|
| PERNYATAAN ORISINALITAS .....                      | ii   |
| ABSTRAK .....                                      | iii  |
| <i>ABSTRACT</i> .....                              | iv   |
| LEMBAR PERSEMBAHAN .....                           | v    |
| KATA PENGANTAR .....                               | vii  |
| DAFTAR ISI .....                                   | ix   |
| DAFTAR GAMBAR .....                                | xi   |
| DAFTAR TABEL .....                                 | xii  |
| DAFTAR GRAFIK .....                                | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                              | xiv  |
| BAB I                                              |      |
| PENDAHULUAN .....                                  | 1    |
| A. Latar Belakang .....                            | 1    |
| B. Fokus Penelitian .....                          | 7    |
| C. Perumusan Masalah .....                         | 8    |
| D. Kegunaan Penelitian .....                       | 8    |
| BAB II                                             |      |
| KAJIAN TEORI .....                                 | 11   |
| A. Perkembangan Motorik .....                      | 11   |
| B. Melompat .....                                  | 19   |
| C. Media Playmat .....                             | 27   |
| D. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini ..... | 31   |
| E. Konsep Penelitian Tindakan .....                | 35   |
| BAB III                                            |      |
| METODOLOGI PENELITIAN .....                        | 39   |
| A. Tujuan Penelitian .....                         | 39   |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....               | 39   |
| C. Prosedur Penelitian Tindakan .....              | 40   |
| 1. Perencanaan ( <i>Planning</i> ) .....           | 40   |

|                                          |     |
|------------------------------------------|-----|
| 2. Pelaksanaan ( <i>Acting</i> ) .....   | 41  |
| 3. Pengamatan ( <i>Observing</i> ) ..... | 41  |
| 4. Refleksi ( <i>Reflecting</i> ) .....  | 41  |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....         | 42  |
| E. Validasi Data.....                    | 45  |
| BAB IV                                   |     |
| PEMBAHASAN .....                         | 53  |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian.....       | 53  |
| 1. Siklus I Pertemuan I.....             | 53  |
| 2. Siklus I Pertemuan II .....           | 60  |
| 3. Siklus II Pertemuan I .....           | 71  |
| 4. Siklus II Pertemuan II.....           | 77  |
| B. Pembahasan.....                       | 84  |
| BAB V                                    |     |
| KESIMPULAN DAN SARAN .....               | 92  |
| A. Kesimpulan .....                      | 92  |
| B. Saran .....                           | 93  |
| DAFTAR PUSTAKA.....                      | 94  |
| LAMPIRAN .....                           | 97  |
| RIWAYAT HIDUP.....                       | 132 |

*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 <i>Stages initial of the jump from a height</i> .....            | 22 |
| Gambar 2.2 <i>Stages elementary of the jump from a height</i> .....         | 22 |
| Gambar 2.3 <i>Stages mature of the jump from a height</i> .....             | 23 |
| Gambar 2.4 <i>Stages initial of the horizontal jumping pattern</i> .....    | 24 |
| Gambar 2.5 <i>Stages elementary of the horizontal jumping pattern</i> ..... | 25 |
| Gambar 2.6 <i>Stages mature of the horizontal jumping pattern</i> .....     | 26 |
| Gambar 2.7 <i>Playmat</i> .....                                             | 30 |
| Gambar 2.8 <i>Siklus Kurt Lewin</i> .....                                   | 38 |



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2.1 Kemampuan Melompat Disetiap Usianya.....                                                                              | 21 |
| Tabel 3.1 Instrumen Penilaian Kemampuan Motorik Kasar Melompat Anak Usia 4-5 Tahun menggunakan Permainan Playmat.....           | 42 |
| Tabel 3.2 Daftar pakar yang menvalidasi penelitian .....                                                                        | 45 |
| Tabel 3.3 Skala Penelitian Anak Usia Dini.....                                                                                  | 46 |
| Tabel 3.4 Kriteria penilaian hasil pembelajaran .....                                                                           | 48 |
| Tabel 3.5 Deskripsi Penilaian Instrumen Kemampuan Motorik Kasar Melompat Anak Usia 4-5 Tahun menggunakan Permainan Playmat..... | 49 |
| Tabel 4.1 Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Hasil Observasi Siklus I Pertemuan I .....                                       | 55 |
| Tabel 4.2 Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Siklus I Pertemuan II Setiap Skala Penilaian Per Indikator .....                 | 63 |
| Tabel 4.3 Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Siklus II Pertemuan I Setiap Skala Penilaian Per Indikator .....                 | 73 |
| Tabel 4.4 Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Siklus II Pertemuan II Setiap Skala Penilaian Per Indikator .....                | 80 |
| Tabel 4.5 Hasil Observasi Akhir dalam bentuk Narasi.....                                                                        | 87 |

*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR GRAFIK

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| Grafik 4.1 Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Melompat Siklus I        |    |
| Pertemuan I dan Siklus I Pertemuan II.....                               | 65 |
| Grafik 4.2 Rata- Rata Perkembangan Motorik Kasar Melompat Pada Siklus II |    |
| Pertemuan I dan Siklus II Pertemuan II .....                             | 82 |
| Siklus I Dan Siklus II .....                                             | 88 |



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                 |     |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Ilustrasi permainan playmat.....                    | 97  |
| Lampiran 2. Prosedur permainan Playmat .....                    | 100 |
| Lampiran 3. Cara Bermain .....                                  | 101 |
| Lampiran 4. Teks Cerita Situasional Siklus I Pertemuan I.....   | 102 |
| Lampiran 5. Teks Cerita Situasional Siklus I Pertemuan II.....  | 103 |
| Lampiran 6. Teks Cerita Situasional Siklus II Pertemuan I.....  | 104 |
| Lampiran 7 Teks Cerita Situasional Siklus II Pertemuan II ..... | 105 |
| Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).....  | 106 |



*Intelligentia - Dignitas*