



Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Lari Estafet: Studi Literatur

¹Fitria Sari, ²Rafita Sari

Prodi PG-PAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Dharmas Indonesia

Mahasiswa prodi PG-PAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Dharmas Indonesia

ijtvvet@gmail.com¹prosiding@yahoo.com²

Abstract

This research is motivated by the low development of gross motor skills of early childhood, this is caused by the gross motor learning of children is still not so optimally implemented so that the gross motor skills of young children is still low, researchers overcome the problem by using relay games. This study aims to improve the gross motor development of early childhood through relay running games. This research uses the literature study method. The results showed that there was an influence on the application of relay games to the development of gross motor skills of early childhood. This is evidenced from the results of analyzing 12 article and 2 books, showing that the application of relay games can improve gross motor skills of young children. Correspondingly, the abilities of children have increased rapidly through the relay game, so that children feel happy and feel comfortable in doing the game. Children are also more eager to learn, and can increase children's confidence. So that through relay games the child becomes a more independent, strong and confident person to appear in public.

Keywords: *development, gross motor skills, relay running games*

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya perkembangan motorik kasar anak usia dini, hal ini disebabkan oleh pembelajaran motorik kasar anak masih belum begitu maksimal dilaksanakan sehingga kemampuan motorik kasar anak usia dini masih rendah, peneliti mengatasi masalah dengan menggunakan permainan lari estafet. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan lari estafet. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penerapan permainan lari estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Hal tersebut dibuktikan dari hasil menganalisis 12 jurnal dan 2 buku, menunjukkan bahwa penerapan permainan lari estafet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Sejalan dengan itu, maka kemampuan yang dimiliki anak meningkat dengan pesat melalui permainan lari estafet, sehingga anak merasa senang dan merasa nyaman dalam melakukan permainan tersebut. Anak juga lebih bersemangat belajar, dan dapat meningkatkan rasa percaya diri anak. Sehingga melalui permainan lari estafet anak menjadi pribadi yang lebih mandiri, kuat dan percaya diri untuk tampil di depan umum.

Kata Kunci: Perkembangan, Motorik Kasar, Lari Estafet

© 2020 Jurnal IJTVET

1. PENDAHULUAN

Pendidikan berasal dari kata didik. Kata didik mendapatkan awalan “me” sehingga menjadi “mendidik”, berarti memelihara dan memberi latihan.

Proses dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya sebuah pengajaran, tuntunan dan pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Kemudian pengertian pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau

kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui usaha pengajaran dan pelatihan. Dalam bahasa Inggris pendidikan adalah education dan kata education berasal dari kata educate berarti memberi peningkatan, dan mengembangkan. Namun education dalam pengertian sempit berarti perbuatan atau proses perbuatan untuk memperoleh. Sedangkan pendidikan dalam arti yang luas dapat diartikan sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga individu memperoleh pengetahuan, pemahaman dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan [1].

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendidikan berasal dari kata dasar didik (mendidik), yaitu : memelihara dan memberi latihan (ajaran, pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Sedangkan pendidikan mempunyai pengertian : proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan, proses perbuatan, cara mendidik. Ki Hajar Dewantara mengartikan pendidikan sebagai daya upaya untuk memajukan budi pekerti, pikiran serta jasmani anak, agar dapat memajukan kesempurnaan hidup yaitu hidup dan menghidupkan anak yang selaras dengan alam dan masyarakatnya[2]. Untuk itu dalam dunia pendidikan, keluarga, sekolah dan masyarakat merupakan pusat pendidikan. Ketiga lembaga ini mempunyai peranan yang sama untuk mengantarkan manusia menjadi makhluk yang berbudaya dan berpengetahuan. Sebagaimana dalam undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan, yang diperlukan dirinya, masyarakat, dan Negara.

Pada hakikatnya belajar harus berlangsung sepanjang hayat demi menciptakan generasi yang berkualitas. Pendidikan harus dilakukan sejak usia dini. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) ditujukan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, agar memiliki kesiapan memasuki pendidikan lebih lanjut. Sebagaimana tercantum dalam peraturan (Permendikbud RI Nomor 18 Tahun 2018) tentang penyediaan layanan pendidikan anak usia dini pasal 1 bahwa: Pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani maupun rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pada pendidikan anak usia dini kurikulum yang digunakan adalah berbentuk tema, dimana guru secara bersama menentukan tema yang cocok untuk anak

yang disesuaikan dengan lingkungan lembaga. Kurikulum adalah perangkat mata pelajaran yang diajarkan pada lembaga pendidikan, sedangkan tema adalah pokok pikiran [3]. Adapun menurut Departemen Pendidikan Nasional Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional yang dimaksud dengan kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu.

Pendidikan anak usia dini (PAUD) menjadi sangat penting pada saat ini mengingat potensi kecerdasan dan dasar-dasar perilaku seseorang terbentuk pada rentang usia dini. Sesuai Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini yang meliputi beberapa aspek yaitu nilai-nilai moral dan agama, fisik motorik yang di dalamnya ada fisik motorik halus dan kasar, kognitif, bahasa, sosial emosional dan seni. Pendidikan yang dimulai sejak dini akan memberikan hasil yang berbeda, karena dengan pendidikan dan pembiasaan sejak dini akan merangsang otak anak dalam menerima pendidikan selanjutnya.

Masa usia dini adalah *the golden age* atau periode keemasan, yaitu ketika semua potensi anak berkembang paling cepat. Beberapa konsep yang disandingkan untuk masa anak usia dini adalah masa eksplorasi, masa identifikasi/imitasi, masa peka, dan masa bermain. Usia dini merupakan masa keemasan dimana stimulasi seluruh aspek pengembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya [3]. Namun disini peneliti akan memfokuskan pembahasan pada penelitian tentang bidang peningkatan kemampuan dasar fisik motorik kasar yang bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar, sehingga anak bisa meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil. Sesuai dengan harapan yang diinginkan oleh guru maka anak bisa dikatakan berhasil apabila sudah mencapai 75% berada pada tahap BSH dan BSB. Maka dari itu guru harus berupaya agar perkembangan anak dapat tercapai dan berkembang sesuai dengan usianya. Oleh karena itu, peran guru sangat penting untuk mendampingi proses perkembangan anak agar tidak ada anak yang mengalami keterlambatan.

Langkah-langkah bermain estafet yang dilaksanakan sehingga hasil yang diperoleh menjadi lebih optimal yaitu: (1) Pada saat guru menjelaskan aturan main, anak dibagi menjadi beberapa kelompok sehingga anak akan lebih fokus dan mengerti apa yang disampaikan oleh guru. (2) Dalam menjelaskan guru

memberikan contoh kongkrit kepada anak-anak yaitu dengan guru meminta salah satu kelompok untuk praktek langsung bermain estafet. Selain itu anak-anak juga diajak melihat dari jarak yang lebih dekat agar lebih paham dan mengerti cara bermain estafet dengan benar. (3) Media yang digunakan dalam bermain estafet menggunakan alat atau benda yang aman dan ringan sehingga akan mempermudah dan tidak membatasi gerak anak untuk berlari. Rendahnya kemampuan motorik anak disebabkan oleh faktor efektifitas dan efisiensi waktu dimana buku penunjang dianggap lebih praktis dalam pelaksanaan pembelajaran. Hal itu menyebabkan anak-anak jarang melakukan kegiatan pembelajaran diluar kelas untuk mengembangkan motorik, mereka lebih banyak melakukan kegiatan didalam kelas, sehingga berpengaruh terhadap kemampuan motoriknya. Meningkatkan pengembangan motorik anak melalui Bermain merupakan suatu hal yang telah melekat pada diri anak usia dini, karena dengan bermain akan membantu anak dalam memahami sesuatu hal yang rileks, santai tanpa suatu paksaan dan juga dapat membantu anak untuk merasa aman dan dapat menghargai serta menerima diri mereka sendiri dari segala kegiatan yang mereka kerjakan atau dengan kata lain dapat memupuk rasa kepercayaan diri pada anak.

Upaya pengembangan dan peningkatan perkembangan anak biasanya dilakukan melalui bermain. Bermain mampu meningkatkan perilaku sosial anak dengan dilakukan berulang-ulang sehingga menjadi kebiasaan. Kristanto mengungkapkan bahwa kegiatan permainan diharapkan mampu mengembangkan aspek perkembangan anak dengan baik sesuai tujuan perkembangan, oleh karena itu, guru TK harus menguasai permainan untuk melatih gerak dasar anak, dan apabila guru kurang menguasai permainan maka perkembangan anak dapat terhambat [4]. Meningkatkan kemampuan motorik tersebut penulis mencoba menggunakan permainan estafet. Permainan estafet ini dilakukan di luar kelas untuk menghindari kejenuhan dan membuat anak menjadi lebih segar dengan menghirup udara luar, sehingga pembelajaran dapat lebih mengenal pada tujuan pembelajaran dengan luasnya tempat yang digunakan untuk bermain anak. Lari estafet adalah nomor yang paling menyenangkan dalam program atletik. Para pelari mengkombinasikan kecepatan, koordinasi, dan kerja tim untuk menyelesaikan tugas [5]. Berbagai pilihan alat dan mereka dapat memilih bagaimana menggunakan alat-alat tersebut. Sedangkan kegiatan bermain dengan bimbingan, guru memilih alat permainan dan diharapkan anak-anak dapat memilih guna menentukan suatu konsep (pengertian) tertentu. Selain itu pelaksanaan kegiatan bermain juga harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan fisik motorik peserta didik. Permainan estafet adalah suatu permainan yang dapat melatih ketangkasan, kecepatan

serta keterampilan anak dalam mengalihkan suatu benda dari anak yang satu ke anak yang lain. Melalui permainan estafet ini seluruh guru berupaya seoptimal mungkin untuk dapat meningkatkan kemampuan pengembangan fisik motorik peserta didik [6]. Melalui permainan estafet diharapkan dapat juga meningkatkan kemampuan kepercayaan diri anak yang masih kurang, karena permainan estafet mengharuskan anak tampil didepan teman-temannya dan diharapkan dapat melatih rasa percaya diri anak. sehingga anak tidak lagi memiliki rasa malu untuk tampil didepan orang ramai. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Lari Estafet: Studi Literatur".

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi literatur. Studi literatur yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. Studi Literatur adalah merupakan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan mengumpulkan sejumlah buku buku, majalah yang berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian. Teknik ini dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan berbagai teori-teori yang relevan dengan permasalahan yang sedang dihadapi/diteliti sebagai bahan rujukan dalam pembahasan hasil penelitian[7].

Jenis penelitian ini adalah penelitian studi literatur. Dengan demikian, untuk mencapai tujuan penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, terdapat beberapa hal yang dilakukan oleh peneliti, yaitu (a) mengumpulkan literatur kemudian melakukan review terhadap beberapa istilah penting dalam penelitian. Beberapa literatur diperoleh dari berbagai sumber referensi. (b) mengumpulkan literatur hasil penelitian relevan. Hasil penelitian yang relevan diperoleh dan digunakan untuk memperkaya proses analisis, sehingga hasil analisis mampu memunculkan kesimpulan yang obyektif, (c) melakukan analisis secara mendalam berdasarkan semua literatur yang telah diperoleh dengan menyusun pembahasan. (d) menyusun kesimpulan berdasarkan hasil analisis. Kesimpulan yang diperoleh adalah pernyataan yang sesuai dengan tujuan penelitian, (e) mengajukan saran berdasarkan temuan-temuan yang diperoleh. Temuan-temuan yang diperoleh berdasarkan proses analisis dapat dijadikan sebagai masukan, yang nantinya bermanfaat bagi peneliti maupun pembaca[8].

B.Referensi yang Dianalisis

Untuk melakukan analisis dalam penelitian penulis menggunakan beberapa artikel yang dianalisis, sebagai berikut:

1. Tatit Dwi Arti, Tahun 2014 Berjudul: Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar

Melalui Permainan Lari Estafet Di Kelompok TK Pertiwi Desa Tanjung Rejo Kabupaten Nganjuk Tahun Pelajaran 2014/2015.

2. H.M. Nasirun, Yossie Andriani, Delrefi D, Tahun 2019 Berjudul: Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Lari Estafet Pada Kelompok B TK Lestari Desa Srikaton Kabupaten Bengkulu Tengah.
3. Dwi Septianjas Wulan, Tahun 2015 Berjudul: Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi (Penelitian Di TK B Jihan Ulfani Kecamatan Medan Marelan Tahun 2014/2015).
4. Nurmaniah, Kikin Triwulandari, Tahun 2017 Berjudul: Pengaruh Bermain Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di RA T.I Musthafawiyah Medan Tahun Ajaran 2016/2017.
5. Nia Fatmawati, Ari Sofia, Nurul Irma Wardani, Tahun 2017 Berjudul: Permainan Modifikasi Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun.
6. Bonita Mahmud, Tahun 2018 Berjudul: Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini.
7. Bibit Retno Sari, Santa Idayana Sinaga, Tahun 2019 Berjudul: Pengaruh Bermain Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anakkelompok B Usia 5-6 Tahun TK Yaspa Palembang.
8. Adrya Buan, Yuline, Sri Lestari, Tahun 2016 Berjudul: Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Lari Estafet Pada Anak Usia 5-6 Tahun.
9. Eka Apriani, Tahun 2018 Berjudul: Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet Di PAUD Sinar Terang Lelong Keleuh Praya Tengah Tahun Ajaran 2017/2018.
10. Rohita, Saringatun, Tahun 2014 Berjudul: Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Lari Estafet Pada Anak Usia Dini 3-4 Tahun Di PPT Mutiara Bunda Surabaya.
11. Ahmad Muchlisin Pasaribu, Dicky Edwar Daulay, Tahun 2018: Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Motorik Kasar Siswa Kelas 3 SDN Karet II Kabupaten Tangerang.
12. Arun Dina Rahmawati, Ika Ratih Sulistiani, Yorita Febry Lismanda, Tahun 2019: Profil Perkembangan Motorik Kasar Dalam Kegiatan Lari Estafet Pada Anak Kelompok B RA Habibi Singosari Malang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Motorik adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan gerakan-gerakan tubuh. Keterampilan motorik kasar atau gross motor skills adalah gerakan yang dilakukan dengan melibatkan sebagian besar bagian tubuh. Gerakan motorik kasar memerlukan cukup tenaga dan dilakukan oleh otot-otot besar. Contoh gerakan motorik kasar adalah gerakan berjalan, berlari, melompat dan sebagainya. Perkembangan motorik kasar anak usia dini sangat penting di kembangkan, karena melalui perkembangan motorik kasar yang baik akan mudah menjalani kehidupan sehari-hari. Namun pada latar belakang masalah perkembangan motorik kasar anak masih rendah yang disebabkan oleh faktor efektifitas dan efisiensi waktu dimana buku penunjang dianggap lebih praktis dalam pelaksanaan pembelajaran untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini. Bermain lari estafet motorik kasar anak akan meningkat, anak yang mulanya berlari tidak seimbang, ketika mengikuti permainan lari estafet anak akan berlari dengan cepat dan seimbang. Bermain lari estafet selain dapat mengembangkan motorik kasar, juga dapat melatih anak untuk bersosialisasi bersama temannya [9]. Pendapat tersebut dipertegas oleh adapun manfaat dari kegiatan lari estafet, yaitu dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar dan sikap kooperatif pada anak, karena dalam bermain estafet anak melakukan kerjasama dengan teman dalam kelompok saat memindahkan benda dari satu satu tempat ke tempat lainnya[10].

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, permainan lari estafet berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Hasil penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa kegiatan bermain lari estafet dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik anak menjadi lebih baik[11]. Kegiatan yang dilakukan menarik dan menyenangkan, maka terdapat pengaruh bermain lari estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak. Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan perbedaan perkembangan motorik kasar antara sebelum dan setelah menggunakan permainan modifikasi permainan modifikasi lari estafet dan pengaruh permainan modifikasi lari estafet terhadap perkembangan motorik kasar. Artinya, permainan modifikasi lari estafet bisa menstimulus perkembangan motorik kasar anak[12]. Selanjutnya hasil penelitian pembelajaran motorik dengan bermain lari estafet berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Bermain lari estafet dapat melatih mental anak seperti meningkatkan rasa percaya diri, keberanian, kebersamaan, disiplin, mematuhi aturan permainan dan sebagainya[6]. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat dinyatakan bahwa permainan lari estafet dapat meningkatkan motorik kasar anak usia dini. Selanjutnya hasil dari penelitian ini menunjukkan

bahwa terdapat pengaruh positif (signifikan) antara permainan lari estafet terhadap kemampuan gerak dasar motorik kasar. Berarti terdapat pengaruh permainan lari estafet terhadap kemampuan gerak dasar motorik kasar. Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang dilakukan peneliti dengan menggunakan permainan lari estafet ternyata dapat mempengaruhi kemampuan gerak dasar motorik kasar [13].

Sejalan dengan itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan permainan lari estafet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan anak lebih semangat belajar [14]. Pada siklus I mencapai kriteria cukup, pada siklus II meningkat dengan kriteria baik. Sedangkan ketuntasan belajar anak pada siklus I mencapai kriteria baik, dan pada siklus II meningkat dengan kriteria sangat baik. Hasil penelitian ini direkomendasikan kepada guru jika akan meningkatkan motorik kasar anak, dapat menggunakan permainan estafet. Selanjutnya hasil penelitian pada siklus I diperoleh hasil kemampuan motorik kasar anak sebesar 67%. Berdasarkan data pada siklus I maka penelitian berlanjut pada siklus II. Oleh karena kriteria keberhasilan tindakan ini adalah 80%, dari hasil siklus II diperoleh data kemampuan motorik kasar anak sebesar 82%. Berdasarkan data dari siklus II maka penelitian tindakan kelas ini dinyatakan berhasil. Selanjutnya hasil penelitian Apriani (2018) menunjukkan bahwa rata-rata hasil observasi anak pada pembelajaran menggunakan kegiatan lari estafet yang mengalami peningkatan dari siklus I yaitu 63,9% meningkat 6,3% pada siklus II menjadi 70,2% kemudian dari siklus II meningkat sekitar 11,2% menjadi 81,4%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak dapat dikembangkan melalui kegiatan lari estafet. Sejalan dengan itu, hasil penelitian Arti (2015) permainan lari estafet pada pra tindakan hanya memperoleh rata-rata 52,5%, pada siklus I mencapai 66,25% dengan kategori belum berhasil, sehingga diadakan perbaikan. Perbaikan pada siklus II dengan mengalami peningkatan sebesar 83,75% dengan kategori tuntas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan lari estafet dalam pembelajaran terbukti dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Selanjutnya penelitian (Salekha & Amalia, 2017) Hasil penelitian peningkatan menunjukkan bahwa adanya peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak-anak kelompok B di RA Nurul Falah, Desa Jungjang, Kecamatan Arjawinangun, menjadi 52,47% dan dilakukan lagi tindakan siklus II 83,45%. Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian membuktikan bahwa melalui bermain estafet bendera dapat meningkatkan motorik kasar anak. Kabupaten Cirebon. Peningkatan dapat dilihat dari observasi yang telah dilakukan, pada kondisi awal jumlah peningkatan anak Prasiklus 35,71%. Setelah itu dilakukan tindakan siklus I

meningkat. Simpulan dari hasil analisis data menunjukkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan permainan lari estafet dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Selanjutnya Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan gerak lokomotor anak usia dini melalui kegiatan pembelajaran permainan lari estafet modifikasi. Penelitian dilaksanakan pada kelompok B Taman Kanak-kanak dengan jumlah anak 12 orang anak. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (action research) oleh Kemmis dan Taggart. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan tindakan pemberian siklus. Setiap siklus mempunyai empat kegiatan utama yaitu perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan serta refleksi. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari delapan kali pertemuan/tindakan. Analisis data menggunakan data kuantitatif dengan cara menganalisis data dari hasil catatan lapangan dan wawancara selama penelitian dengan langkah-langkah reduksi data dan verifikasi data. Pada pra siklus hasil persentase 47,08%, setelah dilakukan tindakan siklus I meningkat menjadi 62,39% dan siklus II menjadi 82,03%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan gerak lokomotor pada anak usia dini kelompok B yang dilakukan melalui pembelajaran permainan lari estafet modifikasi [15]. Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan motorik kasar melalui lari estafet pada anak usia 5-6 tahun di TK. Negeri Pembina Ngabang Kabupaten Landak. Persentase ketuntasan yang ditentukan peneliti adalah 100%. Hal ini dapat dibuktikan dari siklus I dan II anak belum memiliki kecepatan saat berlari dan anak belum memiliki kelincahan saat berlari, serta anak belum memiliki keseimbangan saat berlari, yakni dengan kategori cukup sedangkan pada siklus kedua pertemuan kedua semua anak tuntas dalam kecepatan saat berlari dan memiliki kelincahan saat berlari, serta anak memiliki keseimbangan saat berlari yakni dengan kategori baik [16]. Faktor-faktor utama yang menyebabkan perkembangan motorik kasar anak usia dini meningkat ketika menerapkan permainan lari estafet adalah:

A. Lari Estafet Membuat Anak Lebih Aktif dalam Proses Pembelajaran

Salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia dini yaitu keaktifan anak. menyatakan permainan lari estafet mampu meningkatkan aktivitas anak dalam proses pembelajaran yang terkait dengan keterlibatan serta keaktifan anak pada kegiatan belajar mengajar [17]. Hal ini teridentifikasi dengan peningkatan aktivitas anak pada siklus I pertemuan 2 mencapai 51% dan meningkat pada siklus II pertemuan 2 sebesar 82%. Data siklus yang ke II tersebut dapat

dikatakan bahwa tindakan yang dilakukan berhasil atau tercapai. Ketercapaian tindakan tersebut bisa muncul kalau anak banyak melaksanakan kegiatan berlari seimbang, berlari pada jarak tertentu, berlari cepat dan berlari sambil membawa beban dan adanya motivasi dari guru. Semua itu disebabkan anak telah dapat melaksanakan kegiatan kemampuan motorik kasarnya. Selanjutnya Anak-anak lebih aktif dalam bergerak setelah mendapatkan perlakuan. Anak-anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya, mengatur kecepatan saat berlari dan kekuatan otot pun lebih terlatih, serta koordinasi tubuh lebih baik dari sebelumnya[12]. Hal tersebut dapat terlihat 93,33% motorik kasar anak berkembang sesuai harapan karena anak lebih aktif bergerak saat melakukan aktivitas berjalan jinjit, berlari, meloncat, maupun saat memberikan tongkat kepada teman tentunya aktivitas-aktivitas tersebut secara langsung mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak.

B. Lari Estafet Dapat Melatih Kerja Sama Tim

Faktor yang mempengaruhi peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia dini yaitu kerja sama tim. Lari estafet adalah salah satu cabang olahraga atletik yang mana didalam satu regu lari estafet terdiri dari empat orang pelari yang bertugas memindahkan tongkat sambil berlari cepat dari pelari kesatu kepada pelari berikutnya dengan mengkombinasikan kecepatan, koordinasi dan kerjasama tim. Suksesnya lari estafet sangat bergantung dari kelincuhan pergantian tongkat[13]. Waktu yang dicapai akan lebih baik (lebih cepat) jika pergantian tongkat estafet berlangsung dengan baik pula. Suatu regu lari estafet yang terjadi dari pelari pelari yang baik hanya akan dapat memenangkan perlombaan, jika mampu melakukan pergantian tongkat estafet dengan sukses. Kemampuan gerak dasar motorik kasar dapat diartikan sebagai gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot untuk melakukan suatu aktivitas tubuh. Kemampuan gerak dasar merupakan keterampilan yang penting didalam kehidupan sehari-hari. Sehingga dengan kata lain kemampuan gerak dasar harus dimiliki oleh anak, karena gerak merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk melaksanakan kehidupan sehari-hari. Adapun manfaat dari kegiatan lari estafet, yaitu dapat meningkatkan sikap kooperatif pada anak, karena dalam bermain estafet anak melakukan kerja sama dengan teman dalam kelompok saat memindahkan benda dari satu tempat ke tempat lainnya[10]. Perkembangan motorik kasar dalam kegiatan lari estafet di RA Habibie Singosari-Malang berkategori sangat baik (bintang empat). Hal ini tampak pada anak bahwa terdapat mayoritas

anak mendapat bintang empat dengan beberapa indikator, yaitu: Anak mampu berlari cepat dengan membawa objek, tanpa jatuh selama 15 detik. Anak mampu memutar dan mengayunkan lengan 1800 dengan mandiri dan cepat. Anak mampu menerima objek dengan tepat dan cepat. Hal ini tersebut sesuai dengan mengatakan bahwa motorik merupakan keterampilan yang bercirikan gerak yang melibatkan sekelompok otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya[10].

Selanjutnya Bermain lari estapet sebagai suatu kegiatan jasmani memberikan dampak positif bagi anak. Dengan bermain lari estapet motorik kasar anak akan meningkat, anak yang mulanya berlari tidak seimbang, ketika mengikuti permainan lari estapet anak akan berlari dengan cepat dan seimbang. Bermain lari estapet selain dapat mengembangkan motorik kasar, juga dapat melatih anak untuk bersosialisasi bersama temannya[6]. Selain melatih fisik motorik anak, bermain lari estapet juga dapat melatih mental anak seperti meningkatkan rasa persaya diri, keberanian, kebersamaan, disiplin, mematuhi aturan permainan dan sebagainya. Hal ini dapat disebabkan karena pembelajaran dengan kegiatan bermain terasa menarik bagi anak usia 5-6 tahun. Mengingat bermain lari estafet merupakan permainan permainan yang sangat kompeten untuk menunjukkan ketangkasan, kelincuhan, dan kecepatan, dan permainan ini sangat mempengaruhi anak. Hasil penerapan bermain lari estafet yang dilakukan di RA T.I Almusthafawiyah dapat dinyatakan bahwa kegiatan bermain lari estafet dapat mengembangkan motorik kasar anak. Sejalan dengan itu, permainan yang bekerja sama yang disukai oleh anak, karena seorang anak suka bermain dengan anak seusianya atau seumuran dengannya[18].

C. Berikan Motivasi Pada Anak Melalui Lari Estafet

Faktor yang mempengaruhi peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia dini yaitu berikan motivasi pada anak . Menurut Yuline, dkk (2016:8)[16] menyatakan Kegiatan lari estafet merupakan salah satu cara untuk meningkatkan motorik kasar anak, karena setiap cara yang dilakukan oleh guru diikuti juga oleh setiap anak baik melalui cara kecepatan anak saat berlari, kelincuhan anak saat berlari, dan keseimbangan anak saat berlari. Komentar positif yang didengar anak melalui penghargaan yang diberikan kepada anak ketika anak tersebut berhasil melakukannya dengan benar sebagaimana yang telah dicontohkan oleh guru sebelumnya kepada anak. Lari estafet ini sangat menarik dalam pembelajaran, walaupun memiliki kelemahan diantaranya adalah menyita banyak waktu, karena guru harus terlebih dahulu meminta anak untuk mempraktekkan dalam lari

estafet kecepatan anak saat berlari, kelincuhan anak saat berlari, dan keseimbangan anak saat berlari. Apabila anak mengalami kesulitan dalam melakukannya guru terus melatih dan membimbing anak tersebut agar mampu melakukannya dengan baik, sehingga motorik kasar anak dapat ditingkatkan. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan melalui kegiatan lari estafet kecepatan anak saat berlari, kelincuhan anak saat berlari, dan keseimbangan anak saat berlari pada anak usia 5-6 tahun di TK Negeri Pembina Ngabang Kabupaten Landak dapat ditingkat, karena dengan lari estafet yang dilakukan motorik kasar anak dapat meningkat sesuai dengan yang diharapkan.

Selanjutnya menyatakan bahwa pentingnya motivasi yang diberikan kepada anak karena motivasi didasarkan pada kebutuhan manusia yaitu kebutuhan akan harga diri dan kebutuhan aktualisasi diri, sehingga motivasi atau dorongan yang diperoleh dapat mendorong anak untuk mencapai hasil belajar yang maksimal [14]. Namun, pada pertemuan selanjutnya setelah diberikan penguatan, contoh serta motivasi yang kuat dan pengulangan dalam setiap permainan, anak sudah mampu dan percaya diri dalam bermain estafet. Pada dasarnya hampir seluruh anak mengalami peningkatan motorik kasar pada setiap aspek, hal ini terlihat pada setiap siklus, peningkatan ini terjadi dikarenakan guru terus memberikan motivasi, contoh permainan, serta anak juga sudah menguasai dan enjoy dalam bermain. Selanjutnya menyatakan memberikan motivasi serta penguatan kepada anak agar anak lebih bersemangat dan tertarik dalam kegiatan, seperti memberikan semangat dan dorongan kepada anak dalam berkompetisi sehingga anak dapat tertantang dan tertarik dalam mengikuti kegiatan permainan lari estafet[19]. Melakukan kegiatan lari estafet dengan lomba sehingga terjadi persaingan agar permainan menjadi lebih menarik dan anak lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan lari estafet. Selanjutnya menyatakan bahwa Motivasi yang Kuat, seseorang yang punya motivasi yang kuat untuk menguasai keterampilan motorik tentu biasanya telah punya modal besar untuk meraih prestasi. Kemudian, ketika seseorang mampu melakukan suatu aktivitas motorik dengan baik, maka kemungkinan besar dia akan termotivasi untuk menguasai keterampilan motorik yang lebih luas dan lebih tinggi lagi [20].

D. Lari Estafet Membuat Belajar Menjadi Menyenangkan

Faktor yang mempengaruhi peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia dini yaitu belajar menjadi menyenangkan. Sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa melalui

keterampilan motorik, anak dapat menghibur dirinya dan memperoleh perasaan senang, seperti anak merasa senang dengan memiliki keterampilan memainkan alat-alat mainan[21]. Selanjutnya pendapat yang menyatakan bahwa bermain adalah aktivitas kegiatan yang dilakukan seseorang individu, yang sifatnya menyenangkan, dapat memberikan informasi atau menambah wawasan pengetahuan anak, sehingga melalui bermain dapat meningkatkan aspek perkembangan anak[22]. Bermain lari estafet merupakan kegiatan yang menyenangkan yang dapat meningkatkan aspek perkembangan anak, bermain lari estafet dilakukan dengan cara lomba lari dengan memindahkan tongkat dari satu pelari ke pelari berikutnya sampai garis finish, yang dilakukan dalam bentuk kelompok. Kegiatan bermain lari estafet dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik anak menjadi lebih baik. Kegiatan yang dilakukan menarik dan menyenangkan, sehingga terdapat pengaruh bermain lari estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok B usia 5-6 tahun TK Yaspa Palembang. Selanjutnya menurut pada saat pelaksanaan permainan lari estafet modifikasi anak melakukan dengan rasa senang, sehingga semua kegiatan permainan akan menghasilkan proses peningkatan kemampuan gerak lokomotor pada anak[15]. pelaksanaan permainan lari estafet modifikasi ini dilakukan oleh anak secara berulang-ulang. Hal ini merupakan dampak dari permainan lari estafet modifikasi mampu memberikan suasana belajar yang sangat sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Sehingga kegiatan pembelajaran lebih menyenangkan dan bermakna khususnya pada pengembangan kemampuan gerak lokomotor berjalan, berlari dan melompat.

Selanjutnya menurut menyatakan bahwa membangun suasana yang ceria dan tidak kaku sehingga anak lebih tertarik dalam kegiatan pembelajaran, seperti Tanya jawab sebelum permainan, mengajak anak untuk melakukan pemanasan ringan dan mengikuti gerakan yang anak inginkan. Tongkat estafet yang digunakan lebih panjang dan berwarna agar lebih menarik untuk anak[19]. Melakukan kegiatan lari estafet dengan lomba sehingga terjadi persaingan agar permainan menjadi lebih menarik dan anak lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan lari estafet. Sejalan dengan itu, menyatakan bahwa keberhasilan dalam meningkatkan motorik kasar anak kemungkinan dipicu oleh suasana belajar sambil bermain yang menyenangkan bagi anak. Anak akan melakukan kegiatan seoptimal mungkin jika anak dalam kondisi psikologis yang baik, yaitu dalam suasana yang menyenangkan tanpa ada tekanan. Ada dua alasan mengapa permainan estafet dapat meningkatkan, yang pertama suasana

belajar yang menyenangkan. Kedua keberhasilan dalam memberikan rangsangan kepada anak dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat ditarik simpulan bahwa, kegiatan bermain lari estafet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak secara signifikan. Kegiatan lari estafet merupakan salah satu jenis permainan yang dapat dilakukan anak untuk mengembangkan aspek perkembangan terutama motorik kasar. Selain meningkatkan perkembangan motorik kasar dapat juga membuat anak lebih aktif dalam belajar, melatih kerja sama tim, belajar menjadi lebih menyenangkan. Sehingga dengan penerapan permainan lari estafet dinilai berhasil dan cocok diterapkan untuk pendidikan anakan usia dini. Maka dapat diketahui bahwa bermain estafet memberikan dampak pada peningkatan kemampuan motorik kasar anak pada aspek kecepatan, kelincahan, dan koordinasi mata dan tangan. Keterampilan motorik kasar anak meningkat karena anak antusias dan kegiatan tersebut merupakan hal baru bagi anak sehingga dalam proses pembelajaran motorik kasar secara langsung dengan benda konkret yang menarik bagi anak.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang dijelaskan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa bermain lari estafet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penggunaan lari estafet di anggap memiliki pengaruh besar untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak, karena lari estafet dapat membuat anak bekerja sama tim, stimulus langsung kepada anak, dan membuat suasana belajar menjadi lebih menyenangkan.

Daftar Rujukan

- [1] H. Islamuddin, *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- [2] Nurkholis, "Pendidika Dalam Upaya Memajukan Teknologi," *J. Kependidikan*, vol. 1, no. 1, pp. 24-44, 2013.
- [3] M. D. Latif, *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*. [1] M. D. Latif, *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2013. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2013.
- [4] D. Rahmawati, "Profil Perkembangan Motorik Kasar Dalam Kegiatan Lari Estafet Pada Anak Kelompok B Ra Habibi," *Dewantara*, vol. 1, no. 2, pp. 11-16, 2019.
- [5] Anis., "Meningkatkan Kemampuan Lari Estafet Melalui Metode Bermain Pada Anak Kelas Iv," *E-Journal Tadulako Phys. Educ. Recreat.*, vol. 2, no. 6, pp. 1-12., 2014.
- [6] D. Nurmaniah, "Pengaruh Bermain Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun," *J. Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 1, pp. 22-31., 2017.
- [7] Muslim., "Pematangan Gonad, Pemijahan, Penetasan Telur Dan Perawatan Larva Ikan Gabus.," *Pena Akuatika*, vol. 18, no. 2, pp. 1-12, 2019.
- [8] V. H. Kristanto, "Peningkatan Prestasi Belajar Matematika Melalui Penerapan Lesson Plan Berbasis Multiple Intelligence.," *J. Pendidik. Mat.*, vol. 8, no. 1, pp. 25-35., 2017.
- [9] dan F. Nurainah, Riani Lisnasari, *Fakto-Faktor yang Mempengaruhi Minat Mahasiswa Akuntansi Untuk Mengikuti Pendidikan Profesi Akuntansi*. Depok: Accounting Conference, 2008.
- [10] I. R. Lismanda, Y. F., & Sulistiani, "Profil Perkembangan Motorik Kasar Dalam Kegiatan Lari Estafet Pada Anak Kelompok B," *J. Ilm. Pendidik. Guru Sekol. Dasar FKIP Unsyiah.*, vol. 1, no. 2, pp. 10-16, 2019.
- [11] S. I. Sari, B. R., & Sinaga, "Pengaruh Bermain Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B .," *Pernik J. Paud*, vol. 2, no. 2, pp. 1-13., 2019.
- [12] I. N. Fatmawati, N., Sofia, A., & Wardani, *Permainan Modifikasi Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5tahun*. Yogyakarta: Remaja Rosda Karya., 2017.
- [13] D. Daulay, "[1] D. Daulay, 'Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Motorik Kasar Siswa Kelas 3 Sd,' *J. Prestasi*, vol. 2, no. 4, pp. 9-14., 2018. Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Motorik Kasar Siswa Kelas 3 Sd," *J. Prestasi*, vol. 2, no. 4, pp. 9-14., 2018.
- [14] Andriani., "Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Melalui Permainan Estafet Pada Usia 4-5 Tahun.," *J. Ilm. Potensia*, vol. 4, no. 2, pp. 2-40., 2019.
- [15] Wulan., *Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi*. Jakarta: Remaja Karya, 2015.
- [16] Yuline, *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Lari Estafet Pada Anak Usia 5-6 Tahun*. Tanjungpura: Universitas Tanjungpura, 2016.
- [17] Rohita., *Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Lari Estafet Pada Anak Usia Dini 3-4 Tahun*. Surabaya: Mutiara Bunda, 2014.
- [18] A. Rudyanto, *Perkembangan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. Lampung: Darussalam Press Lampung., 2016.
- [19] Apriani., "Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet Di Paud," *J. Stikes Kapuasraya*, vol. 1, no. 2, pp. 1-12., 2018.
- [20] L. P. E. Sari, "(30) Sari, L. P. E., Ardana, I. K., & Putra, D. K. N. S. (2016). Penerapan Metode Bercerita Berbantuan Media Gambar Berseri Untuk Meningkatkan Kemampuan Berbicara Pada Anak Kelompok A1. *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4 (1), 1 9, <https://journal.undi>," *journal.undiksha*, vol. 4, no. 1, p. 19, 2016.
- [21] D. Suryana, *Stimulasi & Aspek Perkembangan Anak*. Jakarta: Prenadamedia Group., 2018.
- [22] S. Ddk, *Penerepan Model Pembelajaran Interaktif Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasa*. Semarang: jurnal Pendidikan Dasar, 2015.