

**PENGEMBANGAN PERMAINAN AKTIVITAS JASMANI
DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN FISIK MOTORIK
ANAK USIA 5-6 TAHUN DI PAUD PERMATA BUNDA KOTA
BENGKULU**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Islam Anak Usia Dini (S.Pd)
Dalam Ilmu Tarbiyah**



OLEH:

ELVA WATI
NIM: 1416253035

**PROGRAM STUDY PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU
TAHUN, 2018 M/1439 H**



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BENGKULU
FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa IAIN Bengkulu (0736)51276 , fax (0736)51171-51172 Bengkulu

NOTA PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdr. Elya Wati
 Nim : 1416252993
 Kpada :
 Yth. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu
 Di :
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca dan memberikan arahan dan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi sdr :

Nama : ELVA WATI
 NIM : 1416253035
 Judul : Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani Dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Permata Bunda Kota Bengkulu

Telah memenuhi syarat untuk diajukan pada sidang munaqasyah skripsi guna memperoleh Sarjana dalam bidang Ilmu Tarbiyah. Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alikum Wr. Wb.

Bengkulu , Januari 2018

Pembimbing I

Pembimbing II

Deni Febrini, M.Pd
NIP. 197502042000032001

Fatrica Svafri, M.Pd.I
NIP. 198510212011012011



**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BENGKULU
FAKULTAS TARBIYAH DAN TADRIS**

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa IAIN Bengkulu (0736)51276 , fax (0736)51171-51172 Bengkulu

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani Dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu” yang disusun oleh Elva Wati telah dipertahankan di depan dewan penguji skripsi Fakultas Tarbiyah dan Tadris IAIN Bengkulu pada Jum’at tanggal 23 Februari 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana dalam bidang Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD).

Ketua
Nurlaili, M.Pd.I
Nip. 197507022000032002

Sekretaris
Adi Saputra, M.Pd
Nip. 197507022000032002

Penguji I
Dr. Husnul Bahri, M.Pd
Nip. 196209051990021001

Penguji II
Fatrica Syafrli, M.Pd.I
Nip. 198510202011012011

Bengkulu, Februari 2018
Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris



Dr. Zubaedi, M.Ag.M.Pd
Nip. 196030811996031005

PERSEMBAHAN

Syukurku ku hanturkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan ilmu, nikmat sehat dan kesabarannya sehingga ku mampu menyelesaikan skripsi dan studi S1 ini. Kebahagiaan yang melimpah dan keberhasilan yang ku dapatkan tidak lepas dari dukungan dari orang-orang yang sangat menyanyangiku. Untuk itu, ku persembahkan karya sederhanaku ini untuk:

- ❖ Kedua orang tuaku pae tersayang (Bonandi) dan mae tersayang (Sukezi) yang tidak pernah lelah memberikan dukungan baik moral maupun materil dan selalu memberikan doa disetiap langkahku.
- ❖ Adikku tersayang (Andri Prayitno) yang sudah mendukung dan menghiburku dikala duka.
- ❖ Calon pendamping hidupku (Sunyono) yang selalu memberi semangat, dukungan, doa dan kasih sayangnya.
- ❖ Sahabat karibku (Wanna Zaina) yang slalu menemani dikala suka dan duka, yang slalu menjadi penghibur disetiap harinya. Selamat berjuang juga.
- ❖ Bunda Fatrica Syafri, M.Pd yang sudah menjadi pembimbing, guru bahkan saudara. Terimakasih atas dukungan, motivasi dan arahannya.
- ❖ Sahabat-sahabat The S (Wanna, dian, upa, pink, henti, suci, tiwi) yang selalu mewarnai hari-hari ku di waktu belajar bersama.
- ❖ Sahabat-sahabat seperjuangan KKN Integrasi (Kusringah, Iis Muzaqiah, Lucy Ardiaty, Novalika, Siska) serta sahabat-sahabat KKN kelompok 95 (Iis, mbk pit, nurul, bidance, niken, popi, nora, nova dan seflan).

- ❖ Teman-teman seperjuangan angkatan tahun 2014.
- ❖ Seluruh adek-adek HIMA PIAUD IAIN Bengkulu yang mbak sayangi serta seluruh mahasiswa PIAUD IAIN Bengkulu.
- ❖ Almamaterku.

MOTTO

Yakinlah, sesulit apapun yang terjadi hari ini pasti akan berakhir. (Elva Wati)

*Bahagia itu tentang apa yang bisa kita syukuri bukan apa yang kita miliki. Jadi,
teruslah bersyukur.(Elva Wati)*

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elva Wati

Nim : 1416253035

Jurusan/Prodi : Tarbiyah/PIAUD

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul
“Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani Dalam Meningkatkan Kemampuan
Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Permata Bunda Kota Bengkulu”.
Adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya
orang lain. Apabila dikemudian hari diketahui bahwa skripsi ini adalah hasil plagiasi
maka saya siap dikenakan sanksi akademik.

Bengkulu, 2018

Yang Menyatakan,



Elva Wati
Nim: 1416253035

ABSTRAK

Elva Wati, NIM. 1416253025, Judul skripsi: Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani Dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus di Paud Permata Bunda kota Bengkulu), Pembimbing I: Deni Febrini, M.Pd, Pembimbing II: Fatrica Syafri, M.Pd.I

Kata Kunci: Permainan Aktivitas Jasmani, Perkembangan Fisik Motorik

Salah satu aspek perkembangan yang sangat penting dalam pendidikan anak usia dini adalah perkembangan fisik motorik. Jika kondisi fisik anak baik, maka anak akan baik juga dalam proses belajar maupun dalam bermain tanpa halangan sakit dan lain sebagainya. Terkait dengan perkembangan motoriknya, jika anak memiliki perkembangan motorik yang baik maka anak tidak akan terhambat dalam hal menulis, menggambar, mewarnai dan lain sebagainya. Untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik, salah satu hal yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan stimulasi berupa permainan aktivitas jasmani bagi anak usia dini. Penelitian ini dilakukan guna menghasilkan produk stimulasi permainan aktivitas jasmani serta mengetahui apakah aktivitas jasmani ini efektif untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *research and development* (RnD) dimana terdapat 10 langkah didalam penelitian ini yang harus dilakukan. Namun, karena penelitian disesuaikan dengan kebutuhan yang ada, maka penelitian dibatasi hingga uji skala kecil. Sampel penelitian ini berjumlah 15 anak.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai pengembangan permainan aktivitas jasmani guna meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa stimulasi permainan aktivitas jasmani dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik anak usia dini. hal ini ditunjukkan dengan peningkatan persentase perkembangan fisik motorik anak pada semua permainan meniru gerakan hewan (Pre test) sebesar 59,6 %, pada tahap penerapan permainan (Post Test) terjadi peningkatan persentase kemampuan fisik motorik anak sebesar 21,5%. Hingga pada tahap akhir, perkembangan fisik motorik anak meningkat pada persentase 81,1%.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah dan bimbingan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani Dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Permata Bunda Kota Bengkulu”** tepat pada waktunya. Shalawat dan salam semoga tetap dilimpahkan kepada junjungan kita nabi besar Muhammad SAW yang telah membawa kita dari alam kebodohan menuju alam yang berpendidikan seperti yang kita rasakan saat ini. Penyusunan skripsi ini dilakukan guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada program studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari adanya bimbingan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis menghaturkan kepada yang terhormat:

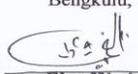
1. Bapak Prof. Dr. H. Sirajuddin. M.,M.Ag.,MH. Selaku Rektor IAIN Bengkulu yang telah memberikan fasilitas sarana dan prasarana untuk menuntut ilmu.
2. Bapak Dr. Zubaedi, M.Ag.,M.Pd. Sekaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Tadris Institut Agama Islam (IAIN) Bengkulu yang telah memberikan motivasi dan dorongan demi keberhasilan penulis.
3. Ibu Fatrica Syafri, M.Pd.I. selaku ketua Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) IAIN Bengkulu dan selaku pembimbing II yang selalu

memberikan arahan, bimbingan dan motivasinya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Deni Febrini, M.Pd selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pemikirannya dalam memberikan bimbingan, dan petunjuk penulisan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu staf Dosen IAIN Bengkulu khususnya bapak/ibu dosen prodi PIAUD yang telah memberikan berbagai disiplin ilmu sehingga penulia mampu meraih gelar sarjana pendidikan.
6. Ibu Fitriani, S.Ag selaku kepala sekolah PAUD Permata Bunda kota Bengkulu serta Ibu-ibu dewan guru PAUD Permata Bunda yang telah mengizinkan dan mengarahkan penulis dalam melaksanakan penelitian di PAUD Permata Bunda kota Bengkulu.
7. Pihak Perpustakaan yang telah membantu menyediakan referensi dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini, untuk itu penulis mengharapkan kritikan yang bersifat membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Bengkulu, 2018


Elva Wati
Nim.1416253035

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Nota Pembimbing.....	ii
Pengesahan.....	iii
Persembahan.....	iv
Motto.....	vi
Surat Pernyataan.....	vii
Abstrak.....	viii
Kata Pengantar.....	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran.....	xv
Bab I Pendahuluan	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Pembahasan.....	8
F. Manfaat.....	8
Bab II Landasan Teori	
A. Kajian Teori.....	11
1. Definisi Bermain.....	11
2. Teori-Teori Bermain.....	12
3. Manfaat bermain dalam mengembangkan lima Aspek Perkembangan...	17
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Bermain Pada Anak Usia Dini.....	19
5. Aktivitas Jasmani.....	21
6. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini.....	34
7. Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini.....	46
B. Kajian Penelitian Terdahulu.....	50
C. Kerangka Berfikir.....	54
Bab III Metodologi Penelitian	
A. Metode Pengembangan.....	56
B. Prosedur Pengembangan.....	57
C. Uji Coba Produk.....	63
D. Teknik Analisis Data.....	69

Bab IV Hasil Penelitian

A. Hasil Temuan.....	72
B. Hasil Pengembangan Produk Awal.....	79
C. Hasil Validasi Ahli.....	80
D. Revisi Produk.....	83
E. Hasil Uji Coba Skala Kecil.....	84
F. Pembahasan.....	96
G. Hasil Produk Akhir.....	96

Bab V Penutup

A. Kesimpulan.....	98
B. Saran.....	99

Daftar Pustaka**Lampiran**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berfikir.....	55
Gambar 2 Prosedur Pengembangan.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Teori Klasik Dalam Bermain.....	14
Tabel 2.2 Teori Modern dalam Bermain.....	17
Tabel 2.3 Perkembangan Fisik motorik dari anak lahir hingga berusia 6 tahun.....	43
Tabel 2.4 Perkembangan Fisik motorik anak usia 4-6 tahun.....	46
Tabel 2.5 Contoh Tema semester 1.....	49
Tabel 2.6 Contoh Tema semester 2.....	50
Tabel 3.1: Kisi-kisi Observasi Pra-Pengembangan.....	64
Tabel 3.2 : Kisi-kisi Format Wawancara Pra Pengembangan.....	65
Tabel 3.3 : Kisi-kisi angket untuk pakar/ahli.....	67
Tabel 3.4: Kisi-Kisi Penilaian Alat.....	67
Tabel 3.5: Kisi-kisi lembar observasi untuk guru partisipan.....	68
Tabel 4.1: Jumlah anak di PAUD Permata Bunda.....	74
Tabel 4.2 : Pendidik dan tenaga pendidik di PAUD Permata Bunda.....	74
Tabel 4.3: Sarana dan prasarana PAUD Permata Bunda.....	75
Tabel 4.4 : Konsep Produk Pra Pengembangan.....	80
Tabel 4.5 : Hasil Validasi Ahli dan Guru Partisipan.....	81
Tabel 4.6 : Hasil validasi alat validator dan guru partisipan.....	81
Tabel 4.7 : Saran dari validator dan guru partisipan.....	82
Tabel 4.8: Konsep revisi produk.....	84
Tabel 4.9: data pre test permainan tubuhku.....	85
Tabel 4.10: data Pre test permainan alat rumahku.....	85
Tabel 4.11: data Pre test permainan Minumanku.....	86
Tabel 4.12: data Pre test permainan Tiru gerak yuk.....	87
Tabel 4.13: data Pre test permainan Buah kesukaanku.....	88
Tabel 4.14: data persentase Pre test seluruh permainan.....	89
Tabel 4.15: data Post Test permainan tubuhku.....	90
Tabel 4.16: data Post Test permainan Alat rumahku.....	91
Tabel 4.17: data Post Test permainan Minumanku.....	92
Tabel 4.18: data Post Test permainan Tiru gerak.....	93
Tabel 4.15: data Post Test permainan buah kesukaanku.....	94
Tabel 4.20: data persentase Post Test seluruh permainan.....	95
Tabel 4.21: data peningkatan persentase perkembangan fisik motorik anak.....	95

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian
- Lampiran 2 Instrumen Analisis Kebutuhan (Pedoman Wawancara)
- Lampiran 3 Instrumen Analisis Kebutuhan (Pedoman Observasi)
- Lampiran 4 Lembar Validasi Draf Awal Permainan Aktivitas Jasmani
- Lampiran 5 Penilaian Alat
- Lampiran 6 Hasil Penilaian Draf Awal Permainan Aktivitas Jasmani
- Lampiran 7 Hasil Penilaian Alat Draf Awal Permainan Aktivitas Jasmani
- Lampiran 8 Lembar Pengamatan Permainan
- Lampiran 9 Lembar Observasi Kemampuan Fisik Motorik Anak
- Lampiran 10 Hasil Penilaian Pretest dan Post Test
- Lampiran 11 Pengesahan Penyeminar
- Lampiran 12 Pengesahan Pembimbing
- Lampiran 13 SK Pembimbing
- Lampiran 14 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 15 Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 16 Lembar Bimbingan
- Lampiran 17 Berita Acara Seminar Proposal
- Lampiran 18 Foto Dokumentasi
- Lampiran 19 Draf Awal Model Permainan Aktivitas Jasmani
- Lampiran 20 Model Permainan Aktivitas Jasmani Hasil Revisi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.¹

Sementara itu, istilah anak usia dini di Indonesia ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 14 dinyatakan bahwa, Pendidikan Anak Usia Dini adalah upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.²

Pendidikan anak usia dini pada hakikatnya adalah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh atau menekankan pada pengembangan seluruh aspek kepribadian anak. Oleh karena itu, PAUD memberikan kesempatan

¹ Novan Ardy Wiyani, Konsep Dasar PAUD, (Yogyakarta: Gava Media, 2016), h.1

² Suyadi, Teori Pembelajaran Anak usia Dini, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014),h.23

pada anak untuk mengembangkan kepribadian dan potensi secara maksimal. Atas dasar ini, lembaga PAUD perlu mengadakan berbagai kegiatan yang dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan seperti kognitif, bahasa, fisik motoric, emosi dan sosial yang merupakan dasar bagi anak untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain.

Secara institusional, Pendidikan Anak Usia Dini juga bisa diartikan sebagai salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar kearah pertumbuhan dan perkembangan, baik koordinasi motoric (halus atau kasar), kecerdasan emosi, kecerdasan jamak, maupun kecerdasan spiritual. Sesuai dengan keunikan dan pertumbuhan anak usia dini, penyelenggaraan pendidikan bagi anak usia dini disesuaikan dengan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini itu sendiri.³

Dalam perspektif pengalaman dan pembelajaran, PAUD bisa diartikan sebagai stimulasi bagi masa yang penuh dengan kejadian penting dan unik yang meletakkan dasar bagi seseorang dimasa dewasa. Dalam perspektif hakikat belajar dan perkembangan, PAUD adalah suatu proses yang berkesinambungan antara belajar dan perkembangan. Artinya, pengalaman belajar dan perkembangan awal merupakan dasar bagi proses belajar dan perkembangan selanjutnya. Menurut Ornstein menyatakan bahwa anak yang pada masa usia dininya mendapatkan rangsangan yang cukup dalam mengembangkan kedua belah otaknya (otak kanan

³ Suyadi, Teori Pembelajaran Anak usia Dini, h. 23

dan otak kiri) akan memperoleh kesiapan yang menyeluruh untuk belajar dengan sukses/berhasil pada saat memasuki SD.⁴

Dalam upaya peletakan dasar pertumbuhan dan perkembangan, koordinasi motorik halus dan kasar menjadi hal yang perlu mendapat perhatian khusus. Anak yang memiliki koordinasi motorik yang baik akan lebih mampu mengembangkan dirinya baik dalam hal menulis, seni, atletik dan lain sebagainya. Jika sejak usia dini koordinasi gerak motorik anak tidak mendapatkan perhatian yang baik, maka anak tidak bisa mengendalikan dirinya serta kurang terampil dalam gerak motoriknya.

Dengan perkembangan fisik yang optimal, seseorang dapat beribadah, bekerja, dan belajar dengan lebih baik. Atas dasar inilah pentingnya pemberian stimulasi yang baik guna pengoptimalan perkembangan fisik motorik khususnya pada anak usia dini. Jika sedari dini anak sudah memiliki fisik yang kuat, maka anak akan mudah dalam proses pembelajaran dan tidak terganggu dengan permasalahan fisik dan kesehatannya.

Dalam kajian islam, umat islam mempercayai bahwa Allah telah telah menciptakan dan menyempurnakan tubuh manusia dengan sesempurna dan sebaik mungkin seperti dalam ayat Al-Qur'an yaitu:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿١٥﴾

⁴ Suyadi dan Maulidya Ulfa, Konsep Dasar PAUD, (bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), hal. 16-17

*“Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam sebaik bentuk.
(QS.At-Tin: 4)*

يَتَأْتِيهَا إِلَّا نَسْنُ مَا عَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ ﴿٦﴾ الَّذِي خَلَقَكَ فَسَوَّكَ فَعَدَلَكَ ﴿٧﴾

Hai Manusia , apa yang telah memperdayakan kamu (berbuat durhaka) terhadap Tuhan yang maha Pemurah. Yang telah menciptakan kamu lalu menyempurnakan kejadian kamu dan menjadikan (susunan tubuh) kamu seimbang. (QS. Al-Infitar: 6-7).

Allah sudah menciptakan tubuh manusia sebaik mungkin dan sesempurna mungkin. Sebagai makhluk Allah hendaknya kita menjaga kesehatan tubuh yang kita miliki sebagai wujud rasa syukur atas kehadiran-Nya. Dalam usaha menjaga kesehatan tubuh, hendaknya kita menerapkan pola hidup yang sehat kepada anak sejak usia dini. Pola hidup yang sehat ini salah satunya ditandai dengan perkembangan fisik motorik yang baik. Anak yang memiliki perkembangan fisik motorik yang baik pasti akan bergerak aktif, memiliki kesadaran arah yang baik, serta memiliki kebugaran jasmani yang baik pula.

Hal yang sangat sering kita jumpai sekarang yaitu, banyaknya anak yang lebih suka duduk diam menonton televisi atau bermain game di handphone dibandingkan dengan bermain diluar ruangan bersama teman-temannya. Hal ini akan terbiasa sampai anak tumbuh dewasa serta menjadikan anak bertubuh lemah dan malas. Hal ini dapat terjadi karena kemajuan teknologi yang begitu pesat serta kurangnya stimulasi yang diberikan orang tua atau guru untuk melakukan

aktifitas fisik yang lebih baik dibandingkan dengan duduk diam menonton televisi dan bermain game saja.

Contoh nyata yang penulis temui yaitu uni dan teteh anak yang berumur 5 setengah tahun, ia tinggal di hibrida ujung gang tirta dewa 3 kota bengkulu. Mereka merupakan anak yang terlahir kembar yang sama-sama sekolah di lembaga PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu. Dalam proses pembelajaran dan kehidupan sehari-hari, uni dan teteh (nama panggilan) terkenal sebagai anak yang pemalu dan tidak mau menuangkan idenya di dalam gerakan maupun tulisan. Bahkan mereka juga tidak mau ketika diarahkan untuk menggambar dan mewarnai. Mereka tidak memiliki kemampuan fisik motorik yang baik bahkan terkesan kurang memiliki minat dalam proses pembelajaran.

Selain contoh diatas, dalam lembaga pendidikan anak usia dini di PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu melalui hasil observasi langsung terlihat bahwa masih banyak anak yang kurang aktif bergerak dan lebih suka duduk diam. Tak hanya itu, anak juga kurang terampil dalam menulis dan menggunakan fungsi tangannya yang berhubungan dengan perkembangan motorik halus anak usia dini. selain itu, anak-anak juga lebih sering menuangkan aktivitas yang seharusnya ada didalam aktivitas olahraga justru dituangkan dalam proses pembelajaran. Contohnya saja anak sering memukul temannya ketika dalam proses pembelajaran, melempar alat pembelajaran dan lain sebagainya. Dalam lembaga PAUD, hendaknya perkembangan fisik motorik menjadi perhatian penting guna mengoptimalkan aspek perkembangan-perkembangan lainnya.

Dalam peningkatan kemampuan atau koordinasi fisik motorik yang baik bagi anak, hendaknya orang tua dan guru mampu memfasilitasi serta memberi stimulasi yang mampu mengembangkan kemampuan fisik motorik tersebut. Fasilitas ini bukan hanya dilakukan oleh anak melalui bermain bebas bersama teman-temannya namun bisa juga dilakukan dengan arahan, aturan dan pengawasan dari guru maupun orang tua. Bahkan, jika permainan aktifitas fisik ini dilakukan dengan aturan, dan arahan guru anak akan lebih mampu mengembangkan kemampuan fisik motoriknya, bukan hanya motorik kasar, namun motorik halus nya juga. Selain itu, guru juga dapat mengembangkan aspek-aspek perkembangan lainnya seperti kognitif, sosial emosional, seni dan agama dan moral anak.

Dalam rangka peningkatan kemampuan fisik motorik anak, penulis akan membuat/mengembangkan buku panduan untuk guru dan orang tua dalam menstimulasi anaknya. Selain itu penulis juga akan melakukan penelitian terkait bahan ajar tersebut. Buku panduan atau buku ajar(bahan ajar) ini berisikan berbagai permainan yang berhubungan dengan aktivitas jasmani seperti berjalan, berlari, melompat dan lain sebagainya. Aktivitas jasmani ini nantinya diharapkan bisa membawa anak ke tingkat kebugaran jasmani yang diharapkan sehingga anak memiliki kemampuan, kekuatan, kelenturan dan keterampilan untuk menjalankan kegiatan sehari-hari serta memiliki kemampuan fisik motorik yang semaksimal mungkin. Untuk itulah penulis melakukan penelitian dan pengembangan yang berjudul “Pengembangan Permainan Aktivitas Jasmani dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil observasi awal di Paud Nurul Iman Kota Bengkulu, adapun identifikasi masalah yang ditemukan yaitu:

1. Tidak adanya bahan ajar terkait permainan aktivitas jasmani.
2. Kurangnya kreativitas guru dalam menciptakan permainan sehingga permainan yang dilakukan diluar ruangan hanya permainan tradisional seperti jala ikan, tikus dan kucing dan lain sebagainya.
3. Kurangnya minat anak untuk melakukan permainan karena permainan yang monoton.
4. Banyak anak yang kurang aktif bergerak dan lebih suka diam disaat teman-temannya melakukan aktivitas gerak (aktivitas jasmani)
5. Tidak tersusunnya Rencana Kegiatan Harian dengan baik jika kegiatan dilakukan diluar ruangan (bermain aktivitas jasmani).

C. Pembatasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, penulis membatasi permasalahan dalam focus penelitian dan pengembangan ini yaitu bahan ajar terkait dengan pengembangan permainan aktivitas jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini. Adapun pengembangan permainan aktivitas jasmani ini dirangkum dalam sebuah buku pedoman permainan meniru gerakan hewan.

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian dan pengembangan ini yaitu:

1. Bagaimana pengembangan permainan aktivitas jasmani dalam mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia dini?
2. Bagaimana penerapan permainan aktivitas jasmani dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini?

E. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan penelitian dan pengembangan ini yaitu:

1. Mengetahui bagaimana pengembangan permainan aktivitas jasmani dalam mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.
2. Mengetahui bagaimana penerapan permainan aktivitas jasmani dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

F. Manfaat

Beberapa manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian dan pengembangan ini yaitu:

1. Teoritis

- a. Menambah variasi permainan aktivitas jasmani bagi anak usia dini
- b. Dengan adanya pengembangan buku panduan permainan aktivitas jasmani ini diharapkan mempermudah proses pembelajaran di lembaga Pendidikan Anak Usia Dini.
- c. Dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

- d. Sebagai bahan acuan agar anak usia dini mampu mengoptimalkan perkembangan fisik motoriknya.

2. Praktis

- a. Menambah pengetahuan dan pengalaman pendidik dalam menciptakan permainan aktivitas jasmani bagi anak usia dini.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Definisi Bermain

Bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain harus dilakukan atas inisiatif anak dan atas keputusan anak itu sendiri. Bermain harus dilakukan dengan rasa menyenangkan agar menghasilkan proses belajar pada anak.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, disebutkan bahwa bermain adalah berbuat sesuatu untuk menyenangkan hati (dengan alat tertentu atau tidak). Dengan bermain disebabkan karena adanya sisa kekuatan di dalam dirinya yang sedang berkembang dan tumbuh.

Bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain adalah kegiatan yang dilakukan secara sukarela tanpa paksaan atau tekanan dari luar. Dalam bermain tidak ada peraturan lain kecuali yang ditetapkan permainan itu sendiri.⁵

Dalam pengertian lain bermain juga bisa didefinisikan sebagai suatu aktivitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional.⁶

Adapun ciri-ciri dalam bermain yaitu:

⁵ Brooks dan Elliot dalam Soemiarti patmonodewo, Pendidikan Anak Prasekolah, (Jakarta: Rhineka Cipta, 2008), h.101

⁶ Utami Munandar dalam Soemiarti patmonodewo, Pendidikan Anak Prasekolah, h.101

- a. Aktif, hampir pada semua permainan anak aktif, baik secara fisik maupun psikis. Anak melakukan eksplorasi, investigasi, eksperimen, dan ingin tahu tentang orang, benda, ataupun kejadian.
- b. Menyenangkan, kegiatan bermain tampak sebagai kegiatan untuk bersenang-senang. Anak-anak tertawa, berteriak lepas, dan ceria seakan tidak memiliki beban hidup.
- c. Motivasi intrinsik, bermain dimotivasi dari dalam diri anak, karena itu dilakukan bukan karena adanya tuntutan masyarakat atau fungsi-fungsi tubuh.
- d. Memiliki aturan, setiap permainan ada aturannya. Anak-anak harus menaati peraturan itu demi tercainya permainan yang menarik dan terhindar dari konflik.
- e. Simbolis dan berarti, pada saat bermain, anak menghubungkan antara pengalaman lampainya dengan kenyataan yang ada. Bermain memungkinkan anak menggunakan berbagai objek sebagai simbol dari benda atau orang lain sehingga disebut simbolis. Peran-peran yang dimainkan anak biasanya meniru peran orang dewasa dalam masyarakatnya sehingga kegiatan tersebut sangat berarti.

- f. Memiliki kelenturan, bermain memerlukan kelenturan. Kelenturan ditujukan baik dalam bentuk maupun Dalam hubungan serta berlaku dalam setiap situasi.⁷

Berdasarkan beberapa pengertian dan ciri-ciri bermain di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan keseluruhan aktivitas yang dilakukan oleh individu baik sendiri, berdua atau berkelompok yang bersifat menyenangkan dan tanpa paksaan, yang berfungsi untuk membantu individu mencapai perkembangan yang maksimal, baik fisik, kognitif, sosial, moral dan emosional.

2. Teori-Teori Bermain

Bermain pada awalnya belum mendapat perhatian khusus karena kurangnya pengetahuan tentang psikologi perkembangan anak dan kurangnya perhatian terhadap perkembangan anak. Plato dianggap orang pertama yang menyadari dan melihat pentingnya nilai praktis dari bermain. Menurut Plato, anak-anak akan lebih mudah memahami aritmatika dengan cara membagikan apel kepada anak-anak. Dengan memberikan alat miniature berupa balok-balok kepada anak usia tiga tahun pada akhirnya akan mengantarkan anak tersebut menjadi seorang ahli bangunan. Aristoteles memandang permainan sebagai saluran untuk menyalurkan segala emosi yang tertahan dan menyalurkan

⁷ Slamet Suyanto, dasar-dasar Pendidikan Anak usia Dini, (Yogyakarta: Hikayat Publizing, 2005), h. 117-118

perasaan yang tidak dapat dinyatakan ke arah yang baik. Adapun teori-teori dalam bermain yaitu:

a. Teori-Teori Klasik

Teori klasik adalah teori yang muncul dari abad ke-19 sampai perang dunia 1. Teori klasik dapat dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu:

1) Teori Surplus Energi dan Rekreasi

Teori Surplus energy di cetuskan oleh Friedrich Schiller dan Herbert Spencer. Teori ini mengatakan bahwa bermain dipandang sebagai penutup atau klep keselamatan pada mesin uap, energy atau tenaga tenaga yang berlebih pada seseorang yang perlu dibuang atau dilepaskan. Kelebihan tenaga atau energy dalam arti kekuatan dan vitalitas pada anak atau orang dewasa yang belum digunakan sebaiknya disalurkan dalam bentuk kegiatan main. Spencer berpendapat bahwa bermain terjadi akibat energy yang berlebihan dan ini berlaku pada manusia dan binatang dengan tingkat evolusi yang tinggi. Energy yang berlebihan bila tidak disalurkan maka dapat mendorong kepada hal-hal yang negative.⁸

Teori rekreasi dicetuskan oleh Moritz Lazarus, ia mengatakan bahwa tujuan bermain adalah untuk memulihkan energy yang sudah terkuras saat bekerja karena bekerja menguras dan mnyebabkan berkurangnya tenaga. Tenaga ini dapat dipulihkan kembali dengan cara

⁸ Diana Mutiah, Psikologi Bermain Anak Usia Dini, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group 2010), h. 94

tidur atau melibatkan kegiatan yang sangat berbeda dengan bekerja. Bermain adalah lawan dari bekerja dan merupakan cara yang paling ideal untuk memulihkan tenaga.⁹

2) Teori Rekapitulasi

Teori rekapitulasi dicetuskan oleh G.Stanley Hall, yang menyakini bahwa anak merupakan mata rantai evolusi dari binatang sampai menjadi manusia. Teori ini disebut juga teori Atavisme yaitu bahwa permainan anak itu ulangan daripada kehidupan nenek moyangnya. Teori ini sesuai dengan pendapat Heackel, yang mengatakan bahwa menurut hukum dasar biogenesis tiap-tiap anak itu mengulangi kembali jiwa raganya, seperti pemburu, petani, membuat rumah, jalan-jalan dan lain sebagainya. Teori rekapitulasi menganggap anak-anak bermain mengulangi aktifitas para leluhurnya.

Agar pembaca lebih mudah memahami mengenai teori klasik ini, maka penulis menyajikan teori ini kedalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2.1: Teori Klasik dalam Bermain

Teori	Tokoh	Tujuan Bermain
<ul style="list-style-type: none"> • Surplus/Kelebihan energy • Rekreasi/relaksasi • Rekapitulasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Friedrich Schiller/Herbert Spencer • Moritz Lazarus • G.Stanley Hall 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengeluarkan energy berlebih. • Memulihkan tenaga • Memunculkan insting

⁹ Diana Mutiah, Psikologi Bermain Anak Usia Dini, h. 95

b. Teori-Teori Modern

1) Teori Psikoanalisis Sigmund Freud

Teori ini menerangkan bahwa bermain merupakan alat pelepas emosi. Bermain juga mengembangkan rasa percaya diri dan kemampuan sosial. Bermain juga memungkinkan anak untuk mengexpresiakan perasaan secara leluasa, tanpa tekanan batin.¹⁰

Freud memandang bermain sama seperti fantasi atau lamunan. Melalui bermain atau fantasi seseorang dapat memproyeksikan harapan-harapan maupun konflik pribadi. Anak adapat mengeluarkan semua perasaan emosi negative, seperti pengalaman yang tidak menyenangkan dan harapan-harapan yang tidak terwujud dalam realita melalui bermain. Freud mengatakan bahwa, bermain berfungsi untuk mengexpresiakan dorongan implusif sebagai cara untuk mengurangi kecemasan yang berlebihan pada anak.¹¹

2) Teori Kognitif Jean Piaget

Menurut piaget, anak menciptakan sendiri pengetahuan mereka tentang dunianya melalui interaksi mereka, mereka berlatih menggunakan informasi-informasi yang sudah mereka dengar sebelumnya dengan menggabungkan informasi baru dengan keterampilan yang sudah dikenal,

¹⁰ Slamet Suyanto, dasar-dasar Pendidikan Anak usia Dini, (Yogyakarta: Hikayat Publizing, 2005), h. 116

¹¹ Diana Mutiah, Psikologi Bermain Anak Usia Dini, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), h. 100

mereka juga menguji pengalamannya dengan gagasan-gagasan baru. Piaget berpendapat bahwa anak menjalani tahapan perkembangan kognisi sampai akhirnya proses berfikir anak menyamai proses berfikir orang dewasa. Sejalan dengan tahapan perkembangan kognisinya, kegiatan bermain mengalami perubahan dari tahap sensorimotor, bermain hayal sampai kepada bermain sosial yang disertai aturan permainan.

3) Teori Kognitif Vygotsky

Vygotsky berpendapat bahwa bermain mempunyai peran langsung terhadap perkembangan kognisi seorang anak. Vygotsky menekankan pemusatan hubungan sosial sebagai hal penting yang mempengaruhi perkembangan kognitif karena pertama-tama anak menemukan pengetahuan dalam dunia sosialnya, kemudian menjadi bagian dari perkembangan kognitifnya.¹²

4) Teori Kognitif Jerome Bruner

Bruner memberi penekanan pada fungsi bermain sebagai sarana mengembangkan kreatifitas dan fleksibilitas dalam bermain, yang lebih penting bagi anak adalah makna bermain dan bukan hasil akhirnya. Saat bermain anak tidak memikirkan apa yang akan dicapai, sehingga dia mampu bereksperimen dengan memadukan berbagai perilaku baru serta tidak biasa. Keadaan seperti itu tidak mungkin dilakukan kalau dia berada dalam kondisi tertekan.

¹² Diana Mutiah, Psikologi Bermain Anak Usia Dini, h.103

Untuk memudahkan pembaca dalam memahami teori modern mengenai bermain, penulis menyajikan tabel sebagai berikut:

Tabel 2.2 : Teori Modern Dalam Bermain

Teori	Peran Bermain dalam perkembangan anak
<ul style="list-style-type: none"> • Psikoanalitik • Kognitif-Piaget 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengatasi pengalaman traumatic • Mempraktikan dan malakukan konsolidasi konsep-konsep serta keterampilan yang telah dipelajari sebelumnya
<ul style="list-style-type: none"> • Kognitif-Vigotsky • Kognitif-Bruner/Sutton Smith 	<ul style="list-style-type: none"> • Memajukan berfikir abstrak dan pengaturan diri • Memunculkan fleksibilitas perilaku dan berfikir, imajinasi dan narasi

3. Manfaat Bermain dalam Mengembangkan lima Aspek Perkembangan

Adapun manfaat bermain dalam mengembangkan aspek-aspek perkembangan yaitu:¹³

a. Fisik Motorik

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bermain memungkinkan anak bergerak secara bebas sehingga anak mampu mengembangkan kemampuan motoriknya. Pada saat bermain anak berlatih menyesuaikan antara pikiran dan gerakan menjadi suatu keseimbangan. Menurut piaget, anak terlahir dengan kemampuan reflek, kemudian ia belajar menggabungkan dua atau lebih gerak reflek, dan pada akhirnya ia mampu mengontrol gerakannya. Melalui bermain anak belajar mengontrol gerakannya menjadi gerak terkoordinasi.

¹³ Slamet Suyanto, dasar-dasar Pendidikan Anak usia Dini, (Yogyakarta: Hikayat Publizing, 2005), h.122

b. Kemampuan Kognitif

Menurut Piaget, anak belajar memahami pengetahuan dengan berinteraksi melalui objek yang ada disekitarnya. Bermain memberikan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan objek. Anak memiliki kesempatan menggunakan inderanya, seperti menyentuh, mencium, melihat, dan mendengarkan untuk mengetahui sifat-sifat objek tersebut. Dari pengindraan tersebut anak memperoleh fakta-fakta, informasi, dan pengalaman yang menjadi dasar untuk berfikir abstrak.

c. Kemampuan Berbahasa

Pada saat bermain anak menggunakan bahasa, baik untuk berkomunikasi dengan temannya maupun sekedar menyatakan pikirannya. Sering kita jumpai anak kecil bermain sendiri sambil mengucapkan kata-kata seakan ia bercakap-cakap dengan diri sendiri. Ia sebenarnya sedang “membahasakan” apa yang ada dalam pikirannya.

d. Kemampuan Sosial

Pada saat bermain anak berinteraksi dengan anak yang lain. Interaksi tersebut mengajarkan anak cara merespons, memberi dan menerima, menolak atau setuju dengan ide dan perilaku anak yang lain. Hal itu sedikit demi sedikit akan mengurangi rasa egosentris anak dan mengembangkan kemampuan sosialnya.

e. Perkembangan Moral

Setiap permainan memiliki aturan. Aturan akan dikenalkan oleh teman bermain sedikit demi sedikit, tahap demi tahap sampai setiap anak memahami aturan bermain. Oleh karena itu, bermain akan melatih anak menyadari adanya aturan dan pentingnya mematuhi aturan. Hal itu merupakan tahap awal dari perkembangan moral.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Bermain Pada Anak Usia Dini

a. Kesehatan/Keadaan Fisik Anak

Anak yang sehat cenderung akan memilih berbagai jenis kegiatan bermain aktif dari pada pasif. Karena banyaknya energy yang dimiliki anak, membuatnya lebih aktif dan ingin menyalurkan energinya tersebut. Sementara anak yang kurang sehat akan mudah lelah ketika bermain sehingga lebih menyukai bermain pasif karena tidak membutuhkan banyak energy.

b. Perkembangan Motorik

Kegiatan bermain aktif lebih banyak menggunakan keterampilan motoric terutama motoric kasar. Sedangkan bermain pasif kurang melibatkan keterampilan dan koordinasi motoric. Dengan demikian anak yang memiliki keterampilan motoric yang baik akan lebih banyak memilih kegiatan bermain aktif dan begitu pula sebaliknya, anak yang cenderung kurang terampil motoriknya cenderung memilih kegiatan bermain yang pasif.

c. Tingkat Intelegensi

Anak yang memiliki intelegensi yang tinggi cenderung akan menyukai permainan aktif maupun pasif. Karena biasanya anak yang memiliki intelegensi yang tinggi akan lebih aktif dibandingkan dengan anak yang memiliki intelegensi yang rendah.

d. Jenis Kelamin

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan perbedaan antara anak laki-laki dan anak perempuan dalam memilih kegiatan bermain. Perbedaan ini terjadi karena alamiah dan ditentukan secara genetic.

e. Alat Permainan yang Tersedia

Ketersediaan berbagai alat permainan yang dimiliki anak mempengaruhi jenis kegiatan bermain yang dilakukan oleh anak. Pendidik dan orang tua hendaknya menyediakan berbagai variasi alat permainan anak sehingga memungkinkan anak untuk bermain dengan berbagai cara dan jenis permainan. Semakin banyak alat permainan yang tersedia, maka semakin aktif pula anak bermain.

5. Aktivitas Jasmani

a. Pengertian Aktifitas Jasmani

Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.¹⁴

Pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui fisik. Pemahaman ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani juga terkait dengan respon emosional, hubungan personal, perilaku kelompok, pembelajaran mental, intelektual, emosional, dan estetika.

Pendidikan melalui fisik maksudnya adalah pendidikan melalui aktivitas fisik (aktivitas jasmani), tujuannya mencakup semua aspek perkembangan kependidikan, termasuk pertumbuhan mental, sosial siswa. Manakala tubuh sedang ditingkatkan secara fisik, pikiran (mental) harus dibelajarkan dan dikembangkan, dan selain itu perlu pula berdampak pada perkembangan sosial, seperti belajar bekerjasama dengan siswa lain.¹⁵

Sedangkan aktivitas jasmani itu sendiri yaitu gerakan tubuh oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya yang memerlukan pengeluaran energi.

¹⁴ Jesse Feiring Williams dalam B.Abduljabar, Dr. Pengertian Pendidikan Jasmani, PDF diakses pada 4 juni 2017 dari http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43540939/Pengertian_Penjas.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1499138429&Signature=JDBpmQVIBajXy2sLsLegMRMu8uE%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DPengertian_Pendidikan_Jasmani.pdf.

¹⁵ B.Abduljabar, Dr. Pengertian Pendidikan Jasmani,

Aktivitas Jasmani ialah gerakan Jasmani yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya. Aktivitas Jasmani adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas Jasmani yang tidak ada (kurangnya aktivitas Jasmani) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global.¹⁶ Aktivitas jasmani dapat digolongkan menjadi tiga tingkatan. Adapun tingkatan aktivitas jasmani yaitu:

1) Aktivitas ringan

Aktivitas jasmani ringan ini hanya memerlukan sedikit tenaga dan biasanya tidak menyebabkan perubahan dalam pernafasan atau kesehatan (endurance), contohnya bejjalan kaki, menyapu lantai, mencuci baju atau piring, duduk, les di sekolah, mengasuh adik dan sebagainya.

2) Aktivitas Sedang

Aktivitas jasmani kategori sedang ini membutuhkan tenaga intens atau terus-menerus, gerakan otot yang berirama atau kelenturan (flexibility). Contoh dari aktivitas sedang ini yaitu berlari kecil, berenang, bersepeda, berjalan cepat, tenis meja dan lain sebagainya.

¹⁶ Almatsier dalam B.Abduljabar, Dr. Pengertian Pendidikan Jasmani

3) Aktivitas Berat

Aktivitas jasmani ketegori berat ini biasanya berhubungan dengan olahraga dan membutuhkan kekuatan (Strength) serta membuat berkeringat. Contohnya berlari, bermain sepak bola, senam aerobic, bela diri dan outbond.

b. Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani adalah suatu keadaan ketika tubuh masih memiliki sisa tenaga untuk melakukan kegiatan-kegiata ringan yang bersifat rekreasi atau hiburan setelah melakukan kegiatan/aktivitas rutin. Dengan kata lain, bugar adalah keadaan saat tubuh tidak mengalami kelelahan yang berarti setelah melakukan kegiatan rutin.¹⁷

Kebugaran jasmani juga bisa dikatakan sebagai derajat sehat seseorang yang menjadi kemampuan jasmani dasar untuk dapat melaksanakan tugas yang harus dilaksanakan. Oleh karena itu diperlukan pembinaan dan pemeliharaan kebugaran jasmani seseorang. Kebugaran jamani dimiliki oleh semua orang, baik yang mempunyai derajat sehat yang tinggi maupun yang mempunyai derajat sehat yang rendah.¹⁸

Orang yang sehat jasmaninya adalah orang yang semua organ tubuhnya berfungsi normal. Sementara itu, orang orang yang bugar

¹⁷ Giri Wiarto, *Fisiologi dan Olahraga*, (Yogyakarta: graha Ilmu, 2013), h. 169

¹⁸ Santoso Giriwijoyo dan Dikdik Zafar, *Ilmu Fall Olahraga*, (Bandung: Remaja Rosdakarya), h. 17

jasmaninya bukan hanya sehat, tetapi mampu beraktifitas fisik tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan aktifitasnya.

Kebugaran yang dimiliki seseorang akan memberikan pengaruh terhadap kinerja seseorang dan juga akan memberikan dukungan yang positif terhadap aktifitas lainnya termasuk juga dalam hal belajar.

Dalam lingkup anak usia dini, anak diharapkan memiliki kebugaran jasmani yang baik sehingga ia mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya sebaik mungkin. Sebagai pendidik, hendaknya kita memberikan stimulasi agar anak memiliki kebugaran jasmani dan jiwa yang sehat.

1) Manfaat latihan Kebugaran Jasmani

Beberapa manfaat latihan kebugaran jasmani yaitu:

- a) Meningkatkan derajat kesehatan tubuh
- b) Meningkatkan semangat dalam melakukan aktifitas
- c) Mencegah cedera yang lebih parah saat melakukan aktifitas fisik
- d) Meningkatkan keterampilan gerak
- e) Meningkatkan kemampuan system sirkulasi kerja jantung dan paru-paru
- f) Mengetahui perkembangan fisik diri
- g) Membantu tugas guru dalam mencapai tujuan pembelajaran penjasorkes di sekolah.

2) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang yaitu:¹⁹

a) Keturunan

Gangguan kesehatan seperti penyakit dapat diturunkan kepada keturunannya, sehingga faktor keturunan akan mempengaruhi tingkat kebugaran seseorang. Walaupun demikian, apa yang telah kita miliki saat ini patut kita syukuri dan kita pertahankan melalui pemeliharaan dan peningkatan derajat kebugaran melalui aktifitas jasmani.

Anak usia dini yang mengalami gangguan penyakit keturunan akan mempengaruhi kebugaran jasmani pada diri anak. anak ini biasanya akan mudah leleh dalam melakukan aktivitas dan lebih suka diam daibandingkan dengan melakukan aktivitas.

b) Umur

Tingkat kebugaran jasmani meningkat sampai usia 30 tahun dan setelah usia 30 tahun akan terjadi penurunan tingkat kebugaran secara perlahan. Fluktuasi peningkatan dan penurunan tersebut berjalan secara alamiah jika intervensi tidak dilakukan.

Anak usia dini masih dalam rentang umur yang sangat baik dan aktifnya untuk bergerak. Anak suka bermain dan melakukan

¹⁹ Giri Wiarto, *Fisiologi dan Olahraga*, (Yogyakarta: graha Ilmu, 2013), h. 169-170

berbagai aktivitas. Dalam rentang umur ini, seharusnya kebugaran jasmani anak bisa distimulasi dan dikembangkan sebaik mungkin.

c) Jenis Kelamin

Jenis kelamin ikut mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani seseorang, terutama pada wanita yang memiliki siklus menstruasi dan kemungkinan osteoporosis. Siklus menstruasi akan mempengaruhi tingkat kebugaran jasmaninya, begitu juga sebaliknya aktivitas jasmani akan mempengaruhi terhadap siklus menstruasi. Osteoporosis terjadi lebih cepat pada wanita dibanding pada pria. Osteoporosis juga mempengaruhi seorang wanita untuk beraktifitas jasmani dan sebaliknya melakukan aktivitas jasmani akan memperlambat proses osteoporosis pada wanita.

d) Kegiatan Fisik

Kegiatan fisik yang dilakukan seseorang akan mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang. Semakin rutin aktifitas fisik seseorang akan semakin terjaga derajat kebugaran jasmani seseorang.

Di dalam diri anak, anak yang lebih aktif bergerak dan melakukan kegiatan bermain dengan baik akan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang lebih baik dibandingkan dengan anak

yang lebih suka berdiam diri dan hanya melakukan beberapa kegiatan saja.

e) Kebiasaan Merokok

Merokok dapat menyebabkan gangguan pertukaran dan transportasi oksigen dalam tubuh. Bahan yang beracun pada asap rokok seperti nikotin, tar, dan lain sebagainya dapat menempel pada permukaan dalam saluran nafas. Pelekatan bahan beracun tepatnya pada mukosa alveoli sangat mengganggu pertukaran gas antara alveoli dan pembuluh darah di paru-paru. Hambatan tersebut akan berpengaruh pada kemampuan ambilan oksigen tubuh.

Anak usia dini tentunya belum memiliki kebiasaan merokok, namun anak usia dini bisa saja menjadi perokok pasif yang menghirup asap rokok dari ayah atau orang lain yang merokok. Hal ini tentunya sangat berbahaya bagi kesehatan anak dan menurunkan tingkat kebugaran jasmani anak.

f) Makanan

Asupan kalori dan zat gizi menentukan ketersediaan sumber energy di dalam tubuh. Kurangnya asupan kalori dan gizi akan berdampak pada berkurangnya kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas. Kontraksi otot memerlukan ATP, sementara persediaan ATP dalam otot terbatas sehingga tambahan energy diperlukan untuk mengganti atau membentuk ATP kembali.

Pembentukan ATP memerlukan bahan baku dalam bentuk karbohidrat, lemak atau protein. Karbohidrat, lemak dan protein didapat dari asupan makanan setiap hari. Kurangnya kualitas makanan yang diperoleh dapat menurunkan tingkat kebugaran jasmani seseorang.

3) Komponen Kebugaran Jasmani

Ada beberapa komponen yang harus dimiliki ketika seseorang bugar jasmaninya. Komponen tersebut yaitu:²⁰

a) Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Artinya, bahwa otot digerakkan untuk mendorong, mengangkat atau menarik tahanan dari beban. Orang dengan otot yang kuat dan dapat bertahan lama memiliki kebugaran yang baik. Kekuatan dan ketahanan otot berbanding lurus dengan tingkat kebugaran seseorang.

b) Keseimbangan

Keseimbangan tubuh merupakan kemampuan sistem saraf otot untuk mempertahankan keadaan tubuh dalam keadaan diam (statis) dan mengontrol tubuh dalam keadaan bergerak (dinamis).

²⁰ Giri Wiarto, *Fisiologi dan Olahraga*, (Yogyakarta: graha Ilmu, 2013), h. 171

Keseimbangan menjadi dasar penunjang kondisi tubuh dalam keadaan diam maupun bergerak. Tanpa keseimbangan tubuh yang baik akan mempengaruhi gerak dan keterampilannya.

Keseimbangan tubuh berhubungan erat dengan koordinasi dalam beberapa keterampilan dan juga perlu didukung oleh kekuatan otot dalam berkontraksi dan mempertahankan tubuh dalam melakukan gerak.

c) Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu dalam waktu yang sangat cepat/pendek, dan kecepatan dipengaruhi oleh waktu reaksi.

Menurut Harsono, kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu sesingkat-singkatnya.

d) Kelincahan

Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah arah dengan cepat tanpa kehilangan keseimbangan saat melakukan gerakan. Kelincahan berkaitan dengan kualitas keterampilan gerak yang dipraktikkan. Jika kelincahan semakin baik, maka kualitas gerakan akan semakin baik.

Kelincahan didukung oleh komponen kecepatan, kelenturan dan keseimbangan gerak seseorang. Untuk meningkatkan kelincahan, perbaiki kecepatan, kelenturan dan keseimbangan gerak, kemudian praktikkan beberapa bentuk latihan kelincahan seperti lari perkelok, lari bolak-balik dan lain sebagainya.

e) Koordinasi

Koordinasi merupakan kemampuan tubuh dalam mempraktikkan gerakan secara efektif dan efisien. Koordinasi berhubungan erat dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan fleksibilitas.

Koordinasi yang baik akan meminimalkan pengeluaran energy dalam bergerak dan tehnik gerak yang ditampilkan mulus dan tepat. Bentuk gerakan yang menampilkan koordinasi adalah seorang peloncat indah yang melakukan gerakan kompleks sebelum masuk kedalam air, atau keterampilan bergerak menangkap dan melemparkan bola hingga tepat sasaran.

c. Olahraga Pada Anak Usia Dini

Dari segi kesehatan, olahraga memiliki banyak manfaat. Manusia makan tiga kali sehari sehingga membutuhkan olahraga untuk mengurangi kolestrol dalam tubuh dan meningkatkan peredaran darah setelah makan, mempertebal peredaran darah dan penyimpanan darah pada arteri. Olahraga membuat tubuh aktif, membuat otot dan persendian terlatih dan

membantu melancarkan system pembuangan. Untuk mencapai keseimbangan, energy yang didapat dari makanan harus dikeluarkan melalui aktifitas sehari-hari termasuk olahraga.²¹

Pertumbuhan dan perkembangan jasmani anak beriringan dengan perubahan hormonal yang disertai dengan proses pematangan seksual, pembelajaran dan pematapan penguasaan kemampuan gerak dasar, pematapan pola perilaku dan internalisasi nilai-nilai sosial dan norma-norma kultural. Secara anatomis dan fisiologis, anak dalam berbagai kelompok umur, ras maupun suku berbeda satu dengan yang lain, dan yang lebih penting berbeda dari orang dewasa, artinya anak bukanlah orang dewasa kecil. Kecepatan pematangan anak dalam aspek psikologis, anatomis, fisiologis maupun sosiologis berbeda-beda sehingga terdapat variasi yang luas dalam kelompok umur kronologi yang sama. Kegiatan fisik bagi anak hendaknya disesuaikan dengan setiap tingkat perkembangan jasmani, rohani, dan sosial masing-masing anak.²²

Sejak usia 5 tahun, anak mulai melibatkan dirinya kedalam permainan-permainan dengan kompleksitas yang lebih besar yang meliputi unsur kerjasama dan kompetisi. Permainan-permainan formal beregu dengan berbagai aturan belum belum lazim atau belum tepat untuk anak dibawah

²¹ Aliah B. Purwakania, Pengantar Psikologi Kesehatan Islami, (Jakarta: PT. Raja grafindo Persada), h.187

²² Santosa Giriwijoyo dkk, Ilmu Kesehatan Olahraga, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), h.67

usia 8-9 tahun. Untuk menganalisa pengaruh positif dan negative dari keterlibatan anak dalam olahraga, perlu diperhitungkan sifat-sifat olahraga dan diidentifikasi bagian-bagian mana yang perlu ditiadakan, karena dianggap tidak layak bagi anak sehingga tidak akan menjadi cemoohan masyarakat. Selama masa-masa awal anak-anak, sosialisasi mulai menjadi penting dan norma-norma perilaku mulai terbentuk.²³

Keseimbangan antara permainan tidak terstruktur kearah olahraga yang terorganisasi ditandai oleh perkembangan-perkembangan sebagai berikut:

- 1) Gerakan spontan menjadi sangat berkurang, dan kegiatan menjadi bukan untuk kebutuhan atau harapan masing-masing pemain.
- 2) Peraturan resmi menjadi penting, dengan demikian menekankan pada hubungan fungsi dan posisi masing-masing pemain.
- 3) Tanggung jawab individu terhadap perannya bagi kelompok meningkat disertai dengan meningkatnya tanggung jawab terhadap kualitas dan perilaku pribadinya.
- 4) Relevansi terhadap hasil menjadi lebih penting bagi para peserta dan demikian pula bagi non peserta.
- 5) Sasaran menjadi lebih meluas, kompleks dan lebih mengait kepada nilai-nilai yang berasal dari luar kegiatan.
- 6) Diperlukan lebih banyak waktu untuk persiapan dan latihan.

²³ Santosa Giriwijoyo dkk, Ilmu Kesehatan Olahraga, h.70

7) Diperlukan lebih banyak upaya fisik dan mental lebih dari sekedar untuk rekreasi atau sekedar kegiatan untuk kesenangan.²⁴

Aktivitas fisik yang rutin sebaiknya dilakukan sehari-hari bagi anak-anak. rekomendasi bagi aktivitas fisik anak prasekolah adalah dua jam perhari, terdiri dari satu jam aktivitas yang terstruktur dan satu jam aktivitas tidak terstruktur. Kehidupan anak-anak harus dipusatkan pada aktivitas, bukan makanan. Berikut adalah study penelitian terbaru yang mempelajari olahraga dan aktivitas anak-anak:²⁵

- 1) Observasi anak-anak prasekolah usia 3 hingga 5 tahun selama bermain diluar ruangan mengungkapkan bahwa anak-anak prasekolah sebagian besar hanya bersantai bahkan ketika bermain diluar ruangan. Dalam studi ini, anak-anak bersantai selama 89 persen dari waktunya, melakukan aktivitas ringan 8 persen, dan melakukan aktivitas moderat hingga bersemangat hanya 3 persen.
- 2) Aktivitas fisik anak-anak prasekolah diperkuat oleh keterlibatan anggota keluarga dalam kegiatan olahraga bersama dan oleh persepsi orangtua bahwa anak-anak aman bermain diluar rumah.
- 3) Kurikulum aktivitas fisik yang memadukan “bermain dan belajar” meningkatkan level aktivitas anak usia 3 hingga 5 tahun di program prasekolah setengah hari.

²⁴ Santosa Giriwijoyo dkk, Ilmu Kesehatan Olahraga, h.70-71

²⁵ John W. Santrock, Perkembangan Masa Hidup, (Jakarta: Erlangga, 2011), h. 244-245

6. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini

Dalam psikologi, kata motor diartikan pada hal yang menunjuk pada hal, keadaan dan kegiatan yang melibatkan otot-otot juga gerakannya, demikian pula kelenjar-kelenjara juga sekresinya (pengeluaran cairan/getah bening). Secara singkat, motor dapat pula dipahami sebagai segala keadaan yang meningkatkan dan menghasilkan stimulasi atau rangsangan terhadap kegiatan-kegiatan organ-organ fisik.²⁶

Pada awalnya anak yang baru lahir hanya memiliki sedikit sekali kendali terhadap aktivitas alat-alat jasmaninya. Setelah berusia 4 bulan, bayi itu sudah mampu duduk dengan bantuan sanggaan dan dapat pula meraih dan menggenggam benda-benda mainannya yang sering hilang dari pandangannya. Kini ia telah memiliki “grasp reflek”, yakni gerakan otomatis untuk menggenggam.²⁷

Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian tersebut berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir. Selama 4 atau 5 tahun kehidupan pertama pascalahir, anak dapat mengendalikan gerakan yang kasar. Gerakan tersebut melinatkan bagian badan yang luas yang digunakan dalam berjalan, berlari, melompat, berenang dan sebagainya. Setelah berumur 5 tahun, terjadi

²⁶ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), h. 59.

²⁷ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan*, h.60

perkembangan yang besar dalam pengendalian koordinasi yang lebih baik yang melibatkan kelompok otot yang lebih kecil yang digunakan untuk mengggenggam, melempar, menangkap bola, menulis dan menggunakan alat.²⁸

Seandainya tidak ada gangguan lingkungan atau fisik atau hambatan mental yang mengganggu perkembangan motorik, secara normal anak yang berumur 6 tahun akan siap menyesuaikan diri dengan tuntunan sekolah dan berperanserta dalam kegiatan bermain teman sebaya. Sebagian tugas perkembangan anak yang paling penting dalam masa prasekolah dan dalam tahun-tahun permulaan sekolah, terdiri atas perkembangan motorik yang didasarkan atas penggunaan kumpulan otot yang berbeda secara terkoordinasi.

Belajar keterampilan fisik (motor learning) dianggap telah terjadi dalam diri seseorang apabila ia telah memperoleh kemampuan dan keterampilan yang melibatkan penggunaan lengan, (seperti menggambar) dan tungkai (seperti berlari) secara baik dan benar. Untuk belajar memperoleh keterampilan jasmani ini, tidak hanya cukup dengan latihan dan praktik, tetapi juga memerlukan kegiatan *perceptual learning* (belajar berdasarkan pengamatan) atau kegiatan *sensory motor learning* (belajar keterampilan indrawi jasmani).²⁹

²⁸ Elizabert B.Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1978),h.150

²⁹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), hal.61

a. Prinsip Perkembangan Motorik

Dalam sejumlah study longitudinal, telah diuji dan diamati sejumlah kelompok bayi dan balita selama beberapa periode untuk melihat kapan timbulnya bentuk perilaku motorik tertentu, dan untuk meneukan apakah bentuk tersebut untuk anak yang lain yang umurnya sama. Studi yang luas menunjukkan bahwa berbagai kegiatan motorik yang menggunakan tangan, pergelangan tangan, dan jari tangan untuk menjangkau, menggenggam, dan melipat ibu jari, berkembang dalam urutan yang dapat diramalkan. Banyak pula studi lain yang dipusatkan pada kegiatan motorik yang melibatkan kaki, tangan, dan keseluruhan anggota badan seperti berjalan, melompat jauh, berlari, dan melompat tinggi. Disamping itu, telah dilakukan studi mengenai umur dan urutan perkembangan keterampilan khusus seperti makan sendiri, berpakaian sendiri, melempar dan menangkap bola. Dari studi tersebut lahir lima prinsip perkembangan motorik yaitu:³⁰

1) Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf

Perkembangan bentuk kegiatan motorik yang berbeda sejalan dengan perkembangan daerah system syaraf yang berbeda. Karena perkembangan pusat syaraf yang lebih rendah, yang bertempat dalam *urat syaraf tulang belakang*, pada waktu lahir berkembangnya lebih baik ketimbang pusat syaraf yang lebih tinggi yang berada dalam otak,

³⁰ Elizabert B.Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1978),h.151-153

maka gerak reflex pada waktu lahir lebih baik dikembangkan dengan sengaja ketimbang dibiarkan berkembang sendiri. Dalam waktu yang singkat sesudah lahir, gerak reflek penting diperlukan untuk hidup seperti menghisap, menelan, berkedip, merenggutkan lutut, dan reflex urat daging tempurung lutut bertambah kuat dan terkoordinasi secara lebih baik.

Cerebellum atau otak yang lebih baik yang mengendalikan keseimbangan, berkembang dengan cepat selama tahun awal kehidupan dan praktis mencapai ukuran kematangan pada anak berusia 5 tahun. Demikian juga otak yang lebih atas atau cerebrum, khususnya ruang masuk depan yang mengendalikan gerakan terampil berkembang dalam beberapa tahun permulaan. Gerakan terampil belum dapat dikuasai sebelum mekanisme otot anak berkembang. Selama masa kanak-kanak, otot berbelang (striated muscle) yang mengendalikan gerakan suka rela berkembang dalam laju yang agak lambat. sebelum anak cukup matang, tidak mungkin ada tindakan suka rela yang terkoordinasi.

2) Belajar Keterampilan Motorik Tidak Terjadi Sebelum Anak Matang

Sebelum system syaraf dan otot berkembang dengan baik, upaya untuk mengajarkan gerakan terampil bagi anak akan sia-sia. Sama juga halnya apabila upaya tersebut diprakarsai oleh anak sendiri. Pelatihan seperti itu mungkin menghasilkan beberapa keuntungan

sementara, tetapi dalam jangka panjang pengaruhnya tidak akan berarti.

3) Perkembangan Motorik Mengikuti Pola yang Dapat Diramalkan

Urutan perkembangan cephalocaudal (kepala ke kaki) ditunjukkan oleh kenyataan bahwa dalam awal masa bayi, terdapat gerakan yang lebih besar dibagian kepala ketimbang dibagian badan yang lain. Pada waktu mekanisme urat syaraf bayi matang, terdapat gerakan yang dikendalikan lebih banyak dan lebih baik didaerah batang tubuh dan kemudian didaerah kaki. perkembangan motorik yang diteruskan secara proximodistal (dari sendi utama kebagian terpendek) dalam menjangkau suatu benda, bayi menggunakan bahu dan sikunya sebelum menggunakan pergelangan dan jari tangan.

Pola perkembangan motorik yang dapat diramalkan terbukti dari adanya perubahan kegiatan massa ke kegiatan khusus, dengan matangnya mekanisme urat syaraf, kegiatan massa digantikan dengan kegiatan spesifik, dan secara acak gerakan kasar membuka jalan untuk memperhalus gerakan yang hanya melibatkan otot dan anggota badan yang tepat.

4) Dimungkinkan menentukan Norma Perkembangan Motorik

Karena awal perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan, berdasarkan umur rata-rata dimungkinkan untuk menentukan norma untuk bentuk kegiatan motorik lainnya. Norma

tersebut dapat digunakan sebagai petunjuk yang memungkinkan orangtua dan orang lain untuk mengetahui apa yang dapat diharapkan dan pada umur berapa hal itu dapat diharapkan dari anak. Petunjuk tersebut dapat juga digunakan untuk menilai kenormalan perkembangan anak.

Sebagai contoh, kenyataan pada umur tertentu gerak reflex tertentu menurun sedangkan gerak reflex yang lain bertambah kuat dan terkoordinasi lebih baik, telah digunakan oleh para dokter untuk menilai perkembangan bayi pada saat lahir dan selama beberapa bulan setelah lahir. Norma pola kegiatan sukarela yang berbeda seperti duduk, berdiri, menjangkau, dan menggenggam digunakan untuk menilai perkembangan kecerdasan anak sebelum hal itu dapat diuji dengan tes kecerdasan yang baku yang banyak bergantung pada penggunaan bicara.

5) Perbedaan Individu dalam Laju Perkembangan Motorik

Meskipun dalam aspek yang lebih luas perkembangan motorik mengikuti pola yang serupa untuk semua orang, dalam rincian pola tersebut terjadi perbedaan individu. Hal ini mempengaruhi umur pada waktu perbedaan individu tersebut mencapai tahap yang berbeda. Sebagian kondisi tersebut mempercepat laju perkembangan motorik, sedangkan sebagian lagi memperlambatnya. Kondisi yang dilaporkan memiliki dampak paling besar terhadap laju perkembangan motorik.

b. Urutan Perkembangan Motorik

Studi eksperimen tentang perkembangan motorik, mengungkapkan adanya pola pencapaian pengendalian otot yang normal dan dengan jelas telah menunjukkan rata-rata pada umur berapa anak mampu mengendalikan bagian badan yang berbeda. Sejumlah studi juga telah menunjukkan pola yang dapat diramalkan tentang cara anak mencapai pengendalian motorik dalam kegiatan yang spesifik. Sebagai contoh, dalam permulaan berjalan ada pola yang dapat diramalkan dalam bentuk tubuh dan posisi kaki. Untuk membantu mempertahankan keseimbangan, tangan anak meregang, seperti seorang yang berjalan kaku, atau ditarik ke arah tubuh. Telapak kaki mengarah ke luarsedangkan kaki dalam posisi kaku. Ada irama yang berselang seling dari kedua kaki. Kepala agak ditegakkan kedepan dan penglihatan anak lebih diarahkan kedepan ketimbang kebawah. Hal ini dilakukan untuk mempertahankan keseimbangan meskipun hal itu menyebabkan anak terjatuh. Seringnya jatuh juga disebabkan oleh jeleknya koordinasi umum dan kenyataan bahwa anak mengangkat kakinya terlalu tinggi dari lantai dan karenanya hilang keseimbangan.³¹ Adapun urutan perkembangan motorik yaitu:

1) Bagian Kepala

- a) Ocular melakukan gerakan: 4 minggu
- b) Senyum sosial (untuk menanggapi senyuman orang lain): 3 bulan

³¹ Elizabert B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1978), h.153

- c) Koordinasi mata: 4 bulan
 - d) Menegakkan kepala: dalam posisi tengkurap: 1 bulan, dalam posisi duduk: 4 bulan
- 2) Bagian batang tubuh
- a) Membalik: dari miring ke terlentang: 2 bulan, dari terlentang ke miring: 4 bulan, lengkap: 6 bulan
 - b) Duduk: menarik ke posisi duduk: 4 bulan, dengan bantuan: 5 bulan, tanpa bantuan: 9 bulan.
 - c) Organ eliminasi: pengendalian usus: 2 tahun, pengendalian kandung air seni: 2-4 tahun.
- 3) Tangan
- a) Gerakan bertahan: 2 minggu
 - b) Menghisap jempol: 1 bulan
 - c) Menggenggam dan menjangkau: 4 bulan
 - d) Memegang dan menggenggam : 5 bulan
 - e) Memungut benda dengan ibu jari: 8 bulan
- 4) Kaki
- a) Mengesot(gerakan mundur dengan posisi duduk: 6 bulan)
 - b) Merangkak(badan tengkurap ditarik oleh tangan dan kaki menyepak): 7 bulan
 - c) Maju perlahan-lahan: pada tangan dan lutut: 9 bulan, pada kedua tangan dan kedua lutut: 10 bulan.

d) Berdiri: dengan bantuan: 8 bulan, tanpa bantuan: 10 bulan

e) Berjalan: dengan bantuan: 11 bulan, tanpa bantuan: 12-14 bulan.³²

Adapun perkembangan fisik motorik anak menurut Anita Yus yaitu:³³

Tabel 2.3: Perkembangan Fisik motorik dari anak lahir hingga berusia 6 tahun

Kategori	Perkembangan Fisik	Motorik Kasar	Motorik Halus
Bayi	<ul style="list-style-type: none"> • Pertumbuhan Fisik terjadi secara cepat • Waktu tidur lebih banyak • Mulai tumbuh gigi 	<ul style="list-style-type: none"> • Mulai menggerakkan dan mengangkat kepala • Dapat berguling/tengkurap • Mulai duduk sendiri • Dapat berdiri sendiri 	<ul style="list-style-type: none"> • Mencoba meraih benda disekitar • Memindahkan benda dari satu tangan ke tangan yang lain, koordinasi kedua tangan dan menggunakan ibu jari untuk memegang benda-benda kecil.
Toddler	<ul style="list-style-type: none"> • Gigi bertambah • Dapat mengendalikan keinginan untuk BAB/BAK 	<ul style="list-style-type: none"> • Berjalan dengan lancar • Berlari meskipun masih kaku • Naik anak tangga • Menangkap bola dengan kedua tangan • Lompat • Menggunakan sepeda roda tiga 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengambil benda-benda kecil di kotak • Menggunakan tangan untuk membuka lembar buku • Dapat mengambil 2 atau tiga buah benda • Mengambil lebih dari enam buah benda
Preschool	<ul style="list-style-type: none"> • Perkembangan fisik melambat • Selera makan berkurang 	<ul style="list-style-type: none"> • Berjalan dengan tangan terayun • Berlari dengan seimbang dan 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengancingkan baju • Dapat menggunakan

³² Elizabert B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1978), h.155

³³ Anita Yus, *penilaian Perkembangan Belajar Anak taman Kanak-Kanak*, (Jakarta: Kencana Prenada media Group, 2012), h.13-14

	<ul style="list-style-type: none"> • Tidur 2 atau 4 jam lalu terbangun dan dengan cepat dapat tidur lagi 	<p>dapat berhenti secara tiba-tiba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melompat untuk menjangkau benda keatas aatau kedepan • Mengayuh sepeda dengan cepat • Menangkap dan melempar bola dengan cepat 	<p>gunting</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan kuas, pensil, crayon untuk membuat coretan, bentuk atau gambar.
--	---	---	--

c. Perkembangan Keterampilan Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar melibatkan otot-otot besar tubuh dan mencakup fungsi-fungsi lokomotor seperti duduk, tegak, berjalan, menendang dan melempar bola. Keterampilan motorik kasar bergantung pada kekerasan dan kekuatan otot. Perkembangan motorik ini berlanjut dari kepala kebawah dan dari tengah kebagian luar.

Ketika berusia 3 tahun, anak-anak gemar melakukan gerakan-gerakan sederhana seperti melompat, serta berlari kedepan dan kebelakang, semua ini dilakukan hanya untuk sekedar menyenangkan hati ketika menampilkan aktivitas ini. Mereka begitu bangga ketika memperlihatkan bahwa mereka dapat berlari melintasi ruangan dan melompat setinggi 6 inci.

Pada usia 4 tahun, anak-anak masih menikmati berbagai aktivitas sejenis, namun kini mereka menjadi lebih berani. Mereka memanjat alat gymnasium yang rendah untuk memperlihatkan kemampuan atletiknya.

Ketika berusia 5 tahun, anak-anak mengembangkan jiwa petualang yang lebih besar dibandingkan ketika mereka berusia 4 tahun. Bukanlah hal yang jarang dijumpai ketika anak berusia 5 tahun melakukan aktifitas yang mendebarkan jantung. Anak yang berusia 5 tahun mampu berlari dengan kencang dan gemar berlomba dengan kawan-kawan sebaya maupun orangtuanya.³⁴

d. Perkembangan Keterampilan Motorik Halus

Keterampilan-keterampilan motorik halus melibatkan otot kecil yang memungkinkan fungsi-fungsi seperti menggenggam dan memanipulasi objek-objek kecil. Fungsi-fungsi seperti menulis, menggambar dan mengenakan pakaian bergantung pada kemampuan keterampilan motorik halus. Keterampilan-keterampilan ini melibatkan kekuatan, pengendalian motorik halus dan kecekatan.

Perkembangan motorik halus merupakan perkembangan gerak anak yang meliputi penggunaan otot-otot kecil dan sebagian tubuh tertentu dalam melakukan gerakan.³⁵

Diusia 3 tahun, kadang anak sudah mampu memungut objek-objek yang paling kecil dengan menggunakan ibu jari dan telunjuknya, meskipun masih canggung. Seorang anak yang berusia 3 tahun tidak disangka dapat membangun menara yang tinggi dengan menggunakan

³⁴ John W. Santrock, *Perkembangan Masa Hidup*, (Jakarta: Erlangga, 2011), h. 242

³⁵ Hasnida, *Panduan Pendidik dalam mengimplementasikan Kurikulum PAUD 2013*, (Jakarta:Luxima, 2016), h.20

balok-balok. Anak meletakkan setiap balok itu dengan penuh konsentrasi namun seringkali tidak sepenuhnya lurus. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan keterampilan motorik halus anak yang sudah mulai berkembang.

Pada usia 4 tahun, koordinasi motorik halus anak sudah memperlihatkan kemajuan yang bersifat substansial dan ia juga menjadi lebih cermat. Kadangkala anak yang berusia 4 tahun kesulitan dalam membangun menara yang tinggi dengan menggunakan balok-balok karena ketika mereka ingin meletakkan setiap balok dengan sempurna, mereka terganggu dengan balok-balok yang telah tersusun sebelumnya. Ketika menginjak usia 5 tahun, koordinasi motorik halus anak-anak telah memperlihatkan kemampuan yang lebih jauh lagi. Tangan, lengan, dan tubuh semua bergerak dibawah komando mata.³⁶

Dalam peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomer 58 tahun 2009, tecancam perkembangan fisik motorik anak dari anak lahir hingga berusia 8 tahun. Adapun perkembangan motorik kasar dan halus anak usia 4-5 tahun yaitu:

³⁶ John W. Santrock, *Perkembangan Masa Hidup*, (2011, Jakarta: Erlangga), hal. 242

Tabel 2.4: Perkembangan Fisik motorik anak usia 4-6 tahun

Lingkup Perkembangan	Tingkat Capaian Perkembangan	
	4-5 tahun	5-6 tahun
Motorik Kasar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang dan lain sebagainya. 2. Melakukan kegiatan menggantung 3. Melakukan kegiatan meloncat, melompat, dan berlari secara terkoordinasi 4. Melempar sesuatu secara terarah 5. Menangkap sesuatu secara tepat 6. Melakukan gerakan antisipasi 7. Menendang sesuatu secara terarah 8. Memanfaatkan alat permainan diluar kelas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. 2. Melakukan koordinasi gerakan kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam. 3. Melakukan permainan dengan aturan. 4. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri. 5. Melakukan kegiatan kebersihan diri.
Motorik Halus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat garis vertikal, horizontal, lengkung kiri/kanan, miring kiri/kanan, dan lingkaran 2. Menjiplak bentuk 3. Mengkoordinasikan mata dan tangan untuk melakukan gerakan yang rumit. 4. Melakukan gerakan manipulative untuk menghasilkan suatu bentuk dengan menggunakan berbagai media. 5. Mengekspresikan diri dengan berkarya seni menggunakan berbagai media. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menggambar sesuai gagasannya. 2. Meniru bentuk. 3. Melakukan eksplorasi dengan berbagai media dan kegiatan. 4. Menggunting sesuai pola 5. Menempel gambar dengan tepat. 6. Mengekspresikan diri melalui gerakan menggambar secara detail.

7. Kurikulum Pembelajaran Anak Usia Dini

Kurikulum secara etomologi berasal dari bahasa latin, *curirculae* yang artinya jarak yang ditempuh oleh pelari dari garis start sampai finish. Pada waktu itu, jarak waktu pendidikan yang harus ditempuh oleh siswa yang bertujuan memperoleh ijazah. Kurikulum sebagai arahan muatan pendidikan yang perlu disusun dengan baik. Meski setiap sekolah taman kanak-kanak dapat menyusun kurikulum sendiri, bukan berarti bisa asal-asal tanpa sitematika dan tujuan yang jelas.³⁷

Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 19, istilah kurikulum diartikan sebagai seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Dimensi pertama adalah rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran, sedangkan yang kedua adalah cara yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran.³⁸

Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yang paling fundamental karena perkembangan anak dimasa selanjutnya akan sangat ditentukan oleh berbagai stimulasi bermakna yang diberikan sejak usia dini. awal kehidupan anak merupakan masa yang paling tepat dalam memberikan

47. Hasnida, *Panduan Pendidik dalam mengimplementasikan Kurikulum PAUD 2013*, (Jakarta:Luxima, 2016), h.6

³⁸ Hasnida, *Panduan Pendidik dalam mengimplementasikan Kurikulum PAUD 2013*

dorongan atau upaya pengembangan agar anak dapat berkembang secara optimal.

Undang-undang Nomer 20 Tahun 2003 Tentang System Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 butir 14 menyatakan bahwa PAUD merupakan suatu pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.³⁹

Kurikulum pendidikan anak usia dini memiliki beberapa fungsi baik dalam proses pembelajaran, bagi guru dan bagi peserta didik. Adapun fungsi kurikulum pendidikan anak usia dini bagi anak yaitu:⁴⁰

1. Mengembangkan sikap dan perilaku yang baik sesuai dengan akidah agama dan norma yang dianut.
2. Mengembangkan kemampuan sosialisasi dan mengendalikan emosi.
3. Menumbuhkan kemandirian anak.
4. Mengembangkan kemampuan berbahasa.
5. Mengembangkan kemampuan kognitif.
6. Mengembangkan kemampuan fisik motorik
7. Mengembangkan daya cipta dan kreatifitas anak.

³⁹ Suyadi dan maulidya Ulfa, *Konsep Dasar PAUD*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015), h.

⁴⁰ Hasnida, *Panduan Pendidik dalam mengimplementasikan Kurikulum PAUD 2013*, (Jakarta:Luxima, 2016), h. 12-13

Dalam pendidikan anak usia dini, proses pembelajaran dilakukan dengan panduan tema yang ada di dalam kurikulum adapun tema-tema tersebut yaitu:

Tabel 2.5: Contoh Tema semester 1

No	Tema	Sub Tema	Waktu
1.	Diri Sendiri	Identitasku	1 minggu
		Panca Indra	1 minggu
		Anggota tubuh	1 minggu
2.	Lingkunganku	Keluargaku	1 minggu
		Rumahku	1 minggu
		Sekolahku	1 minggu
3.	Kebutuhanku	Makan dan Minum	1 minggu
		Pakaian	1 minggu
		Kesehatan	1 minggu
4.	Binatang	Binatang ternak(Ayam)	1 minggu
		Binatang di udara(burung)	1 minggu
		Binatang di air(katak)	1 minggu
		Binatang darat(kuda)	
5.	Tanaman	Bunga anggrek	1 minggu
		Buah jeruk	1 minggu
		Padi	1 minggu
		Kunyit	1 minggu
Jumlah			17 Minggu

Tabel 2.6: Contoh tema semester 2

No	Tema	Sub Tema	Waktu
1	2	3	4
1.	Alat tranfortasi	Sepeda	1 minggu
		Kereta api	1 minggu
		Rakit	1 minggu
2.	Profesi	Dokter	1 minggu
		Petani	1 minggu
		Polisi	1 minggu
3.	Air, Udara, api	Air	1 minggu
		Angin	1 minggu

1	2	3	4
		Api	1 minggu
4.	Alat Komunikasi	Koran	1 minggu
		Telepon genggam	1 minggu
5.	Tanah Airku	Desaku	1 minggu
		Suku-suku bangsa	1 minggu
		Lambang Negara, bendera, bahasa	1 minggu
		Pimpinan Negara	1 minggu
6.	Alam Semesta	Jenis-jenis musim	1 minggu
		Bencana Alam	1 minggu
		Gunungku	1 minggu
Jumlah			17 minggu

B. Kajian Penelitian Terdahulu

1. Dalam Tesis Riza Efrianti, yang berjudul “**Pengembangan Model Permainan Untuk Pembelajaran Kinestetik Pada Anak Tunanetra**”

adapun hasil pengembangan yang telah dilakukan yaitu:

- a. Model permainan untuk pembelajaran kinestetik pada anak tunanetra yaitu: (1) temukan teman; (2) balpin; (3) kereta suara; (4) halangan bunyi; (5) balon zig-zag; dan (6) lingkaran ceria, sangat sesuai untuk kinestetik dan karakteristik pembelajaran untuk anak tunanetra. Berdasarkan validasi yang dilakukan oleh 4 orang ahli menyatakan bahwa model permainan: (1) temukan teman; (2) balpin; (3) kereta suara; (4) halangan bunyi; (5) balon zig-zag; dan (6) lingkaran ceria, tersebut baik untuk pembelajaran kinestetik pada anak tunanetra.

- b. Berdasarkan uji coba skala kecil yang dilakukan oleh dua orang guru menyatakan pelaksanaan model permainan: (1) temukan teman; (2) balpin; (3) kereta suara; (4) halangan bunyi; (5) balon zig-zag; dan (6) lingkaran ceria, tersebut mudah, efektif dan efisien untuk dilaksanakan. Begitu juga pada saat uji coba skala besar yang dilakukan oleh enam orang guru menyatakan bahwa model permainan: (1) temukan teman; (2) balpin; (3) kereta suara; (4) halangan bunyi; (5) balon zig-zag; dan (6) lingkaran ceria, mudah untuk dilaksanakan.
- c. Berdasarkan uji keefektifan terhadap model permainan: (1) temukan teman; (2) balpin; (3) kereta suara; (4) halangan bunyi; (5) balon zig-zag; dan (6) lingkaran ceria, model permainan dinyatakan efektif untuk meningkatkan pembelajaran kinestetik.⁴¹

Berdasarkan penelitian diatas, yang membedakan penelitian diatas dengan penelitian penulis adalah sasaran permainan yang ditujukan. Permainan-permainan yang disusun didalam penelitian diatas ditujukan kepada anak tunanetra sementara penelitian yang akan di lakukan penulis ditujukan untuk anak usia dini berumur 5-6 tahun yang memiliki keadaan fisik normal. Selain itu, penelitian diatas juga ditujukan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak tunanetra, namun di dalam penelitian yang akan dilakukan penulis bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan fisik motorik anak usia dini.

⁴¹ Riza Efrianti, "Pengembangan Model Permainan Untuk Pembelajaran Kinestetik Pada Anak Tunanetra"(Tesis S2 Program Pasca Sarjana universitas negeri Yokyakarta, 2015), h. 150

2. Menurut Uray Gustian dalam tesisnya yang berjudul **“Pengembangan Model Pembelajaran Integratif Berbasis Aktivitas Jasmani Untuk Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok B Kecamatan Kasihan Bantul”** ia mengatakan bahwa:

- a. Model pembelajaran integratif berbasis aktivitas jasmani untuk siswa taman kanak-kanak kelompok B kecamatan Kasihan Bantul yang dikembangkan, berdasarkan hasil validasi dihasilkan model pembelajaran yang berbasis aktivitas jasmani untuk siswa kanak-kanak kelompok b secara isi materi sangat baik, bahasa sangat baik dan format penulisan baik. Selanjutnya berdasarkan pada hasil diimplementasikan model yang dilakukan melalui dua tahapan yaitu uji coba skala terbatas dua kali dan uji coba skala luas dua kali. Berdasarkan hasil implementasi uji coba model pembelajaran integratif yang berbasis aktivitas jasmani pada skala terbatas secara substansinya tergolong baik dan aspek pelaksanaannya tergolong baik. Pada uji coba luas substansinya tergolong sangat baik dan aspek pelaksanaannya tergolong sangat baik. Berdasarkan hasil validasi dan ujicoba maka model yang dikembangkan layak untuk digunakan.
- b. Berdasarkan perhitungan pada perbedaan pemerolehan hasil belajar pertemuan pertama dengan pertemuan kedua menunjukkan bahwa nilai rata-rata pemerolehan hasil belajar pertemuan kedua lebih tinggi dari nilai rata-rata pemerolehan hasil belajar pertemuan pertama. Model pembelajaran aktivitas jasmani untuk menstimulus siswa taman kanak-

kanak kelompok B kecamatan Kasihan Bantul efektif untuk meningkatkan pengetahuan (kognitif), keterampilan (motorik) dan sikap (afektif). Efektifitas ini dapat dilihat dari perbedaan pemerolehan hasil belajar pada pertemuan pertama dengan pertemuan kedua.⁴²

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diatas, terdapat sedikit perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis. Adapun perbedaan tersebut terletak pada tujuan penelitan yang dilakukan. Tujuan penelitian yang dilakukan diatas masih bersifat umum, sementara penelitain yang dilakukan penulis lebih tertuju pada aspek perkembangan fisik motorik anak usia dini. walaupun demikian, penelitian yang sudah dilakukan diatas memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilaukan berupa penerapan model permainan yang digunakan.

3. Menurut Nuriddin widya Pranoto dalam tesisnya yang berjudul **“Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Kasar Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok A”**, adapun kesimpulan dalam tesisnya yaitu:
 - a. Pengembangan model pembelajaran motorik kasar melalui pendekatan bermain bertemakan hewan dengan metode research and development menghasilkan sepuluh permainan yaitu (1) permainan tebak hewan, (2) permainan ular mencari makan, (3) permainan lari citah, (4) permainan mencari hewan, (5) permainan mengambil hewan, (6) permainan loncat

⁴² Urai Gustian, “Pengembangan Model Pembelajaran Integratif Berbasis Aktivitas Jasmani Untuk Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok B Kecamatan Kasihan Bantul”, (Tesis S2 Program Pasca sarjana Universitas Yogyakarta, 2014), h. 164-165

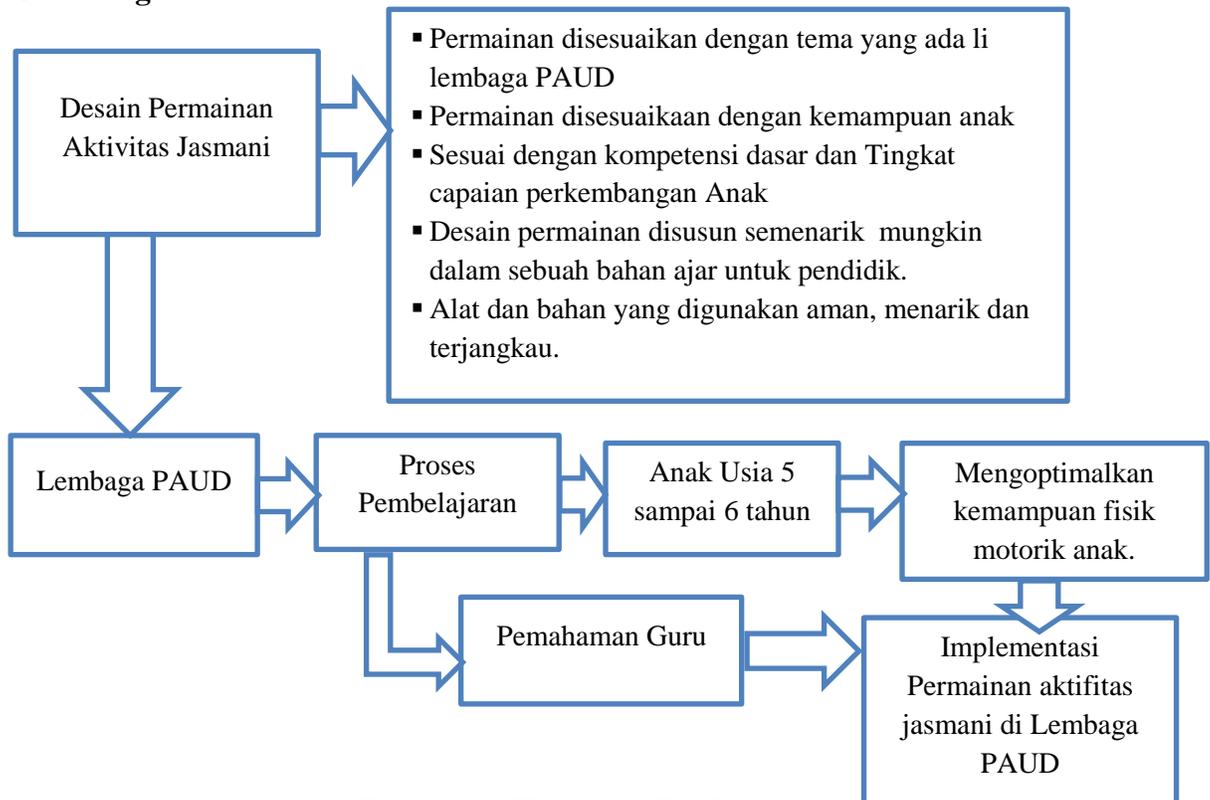
kangguru, (7) permainan lompat bangau, (8) permainan lubang tikus, (9) permainan ikan sapu-sapu, (10) permainan undur-undur.

- b. Pengembangan model pembelajaran motorik kasar dengan pendekatan bermain menirukan gerak hewan efektif dipergunakan untuk pembelajaran motorik kasar siswa TK kelompok A.⁴³

Berdasarkan penelitian diatas, perbedaan penelitian terletak pada fokus permainan yang dilakukan. Permainan yang dibuat oleh peneliti diatas terfokus pada tema binatang yang ada di dalam tema pembelajaran anak usia dini. Sementara itu, permainan yang dibuat oleh penulis terfokus pada semua tema yang ada di dalam pembelajaran anak usia dini. Selain itu, sasaran dalam permainan diatas adalah untuk anak kelompok A usia 4-5 tahun, sedangkan permainan yang akan dibuat penulis terfokus pada anak kelompok B usia 5-6 tahun.

⁴³ Nuriddin widya Pranoto, "Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Kasar Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok A", (Tesis S2 Program Pasca Sarjana Universitas Yokyakarta, 2014), h. 194

C. Kerangka Berfikir



Gambar 1: Kerangka Berfikir

Permainan aktivitas jasmani di desain dan dikemas sebaik mungkin sebagai bahan ajar dalam proses pembelajaran anak usia dini. desain permainan ini harus sesuai dengan usia anak, kompetensi dasar dan tingkat pencapaian perkembangan anak khususnya anak usia 5-6 tahun. Selain itu, permainan yang di desain juga harus menggunakan alat dan bahan yang aman bagi anak dan mudah dijangkau atau didapat di sekitar lembaga Pendidikan Anak Usia Dini.

Desain permainan ini akan diterapkan di Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini dalam proses pembelajaran khususnya anak usia 5 sampai 6 tahun. Permainan ini diharapkan mampu mengoptimalkan perkembangan fisik motorik anak sehingga anak

tidak mengalami gangguan dan keterlambatan perkembangannya baik perkembangan motorik kasar maupun perkembangan motorik halus.

Setelah desain permainan dirasa cukup maksimal, desain permainan ini diharapkan bisa dipahami oleh pendidik di Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini dan bisa di implementasikan dalam Lembaga Pendidikan tersebut.

Bab III

Metodologi Penelitian

A. Metode Pengembangan

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan atau *research and development*. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut.⁴⁴

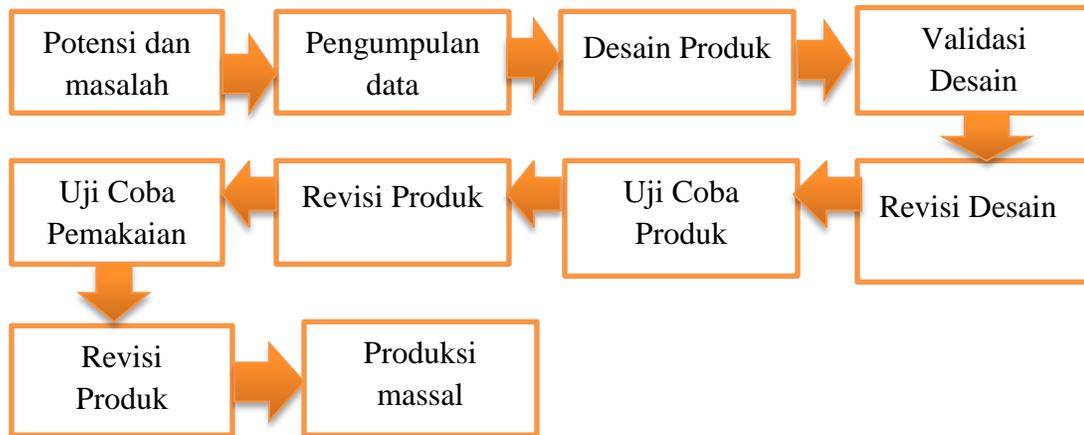
Penelitian ini dilakukan untuk membuat desain produk terkait dengan permainan aktivitas jasmani bagi anak usia dini. Hasil dari penelitian pengembangan ini akan dilakukan uji validitas (uji lapangan) agar menghasilkan produk dan materi pembelajaran yang efektif.

B. Prosedur Pengembangan

Ada beberapa langkah dalam penelitian dan pengembangan, adapun langkah-langkah tersebut yaitu:⁴⁵

⁴⁴ Borg and Gall sugoiono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta), h.407

⁴⁵ Sugoiono, Metode Penelitian Pendidikan. h.409



Gambar 2: Langkah-langkah pengembangan.

1. Potensi dan Masalah

Penelitian bisa dilakukan ketika ada potensi dan masalah. Potensi adalah segala sesuatu yang apabila didayagunakan akan memiliki nilai tambah. Sedangkan masalah adalah penyimpangan antara yang diharapkan dan apa yang terjadi.

Dalam pendidikan anak usia dini, sangat minim sekali bahan ajar mengenai permainan aktivitas jasmani, permainan yang digunakan di lembaga pendidikan anak usia dini lebih dominan menggunakan permainan tradisional dan model permainan yang monoton. Melalui permasalahan ini, peneliti mencoba melakukan penelitian dan pengembangan guna terciptanya bahan ajar tentang permainan aktivitas jasmani bagi anak usia dini.

Potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data yang empiric. Misalnya dengan adanya penurunan

kemampuan perkembangan fisik motorik anak usia dini di lembaga PAUD, dan lain sebagainya.

2. Mengumpulkan Informasi

Setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara factual dan uptode, maka selanjutnya perlu dikumpulkan berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk tertentu yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut. Disini diperlukan metode penelitian tersendiri. Metode apa yang akan digunakan untuk penelitian tergantung permasalahan dan ketelitian tujuan yang ingin dicapai.

3. Desain Produk

Produk yang dihasilkan dalam penelitian research and development bermacam-macam. Dalam bidang pendidikan, produk yang dihasilkan diharapkan dapat meningkatkan produktivitas pendidikan. Produk-produk pendidikan misalnya kurikulum yang spesifik untuk keperluan pendidikan tertentu, metode mengajar, media pendidikan, buku ajar, modul, kompetensi tenaga kependidikan, system evaluasi, model uji kompetensi, penataan ruang kelas untuk model pembelajaran tertentu dan lain sebagainya.⁴⁶

Dalam penelitian research and development ini, peneliti membuat desain produk berupa bahan ajar untuk pendidik di lembaga Pendidikan Anak Usia Dini. Bahan ajar ini berbentuk buku yang berisi tentang berbagai permainan

⁴⁶ Sugiono, *Metodologi penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta), h.412

aktivitas jasmani untuk anak usia dini guna mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

4. Validasi Desain

Validasi desain merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk baru secara rasional lebih efektif dari yang lama atau tidak. Dikatakan secara rasional, karena validasi disini masih bersifat penilaian berdasarkan pemikiran rasional, belum fakta lapangan. Validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut. Setiap pakar diminta untuk menilai desain tersebut, sehingga selanjutnya dapat diketahui kelemahan dan kekuatannya. Validasi desain dapat dilakukan dalam forum diskusi. Sebelum diskusi peneliti mempresentasikan proses penelitian sampai ditemukan desain tersebut serta keunggulannya.⁴⁷

5. Revisi Desain

Setelah desain produk divalidasi melalui diskusi dengan pakar dan para ahli lainnya, maka akan dapat diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain. Yang bertugas memperbaiki desain adalah peneliti yang mau menghasilkan produk tersebut.

⁴⁷ Sugiono, *Metodologi penelitian Pendidikan*. h.414

6. Uji Coba Produk

Uji coba tahap awal dilakukan dengan simulasi penggunaan produk yang sudah dihasilkan. Setelah disimulasikan, maka dapat diujicobakan pada kelompok yang terbatas. Pengujian dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi apakah produk baru tersebut lebih efektif dan efisien dibandingkan produk yang lama atau yang lain.

Pengujian dapat dilakukan dengan eksperimen yaitu membandingkan efektivitas produk baru atau dengan membandingkan dengan kelompok yang tetap menggunakan produk lama. Dalam hal ini ada kelompok control dan kelompok eksperimen.

7. Revisi Produk

Setelah produk diuji cobakan, maka produk yang berupa bahan ajar ini direvisi kembali guna penyempurnaan dan pembenahan kekurangan-kekurangan yang ada.

8. Uji Coba Pemakaian

Setelah pengujian terhadap produk berhasil, dan mungkin ada revisi yang tidak terlalu penting, maka selanjutnya produk yang berupa bahan ajar baru tersebut diterapkan dalam lingkup lembaga Pendidikan Anak Usia Dini yang lebih luas. Dalam operasinya, bahan ajar baru tersebut tetap harus dinilai kekurangan atau hambatan yang muncul guna untuk perbaikan lebih lanjut.

9. Revisi Produk

Revisi produk ini dilakukan apabila dalam pemakaian dalam lembaga pendidikan yang lebih luas terdapat kekurangan dan kelemahan. Dalam uji pemakaian, sebaiknya membuat produk selalu mengevaluasi bagaimana kinerja produk dalam hal ini adalah bahan ajar.

10. Pembuatan Produk Massal

Bila produk baru telah dinyatakan efektif dalam beberapa kali pengujian, maka bahan ajar baru tersebut dapat diterapkan pada setiap lembaga pendidikan.

Sesuai dengan analisis kebutuhan yang akan dilakukan, maka penelitian ini akan dilakukan sampai dengan tahap uji skala kecil saja. Dimana tidak adanya revisi produk, uji skala besar serta pembuatan produk massal.

C. Uji Coba Produk

1. Desain Uji Coba Produk

Uji coba dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait tingkat penggunaan bahan ajar dan tingkat keefektifan bahan ajar yang sudah dikembangkan. Uji coba produk bahan ajar ini dilakukan dengan menggunakan bahan ajar yang telah dikembangkan dalam pembelajaran anak usia dini di lembaga Pendidikan Anak Usia Dini. Tujuan dari uji coba produk ini untuk mengetahui tingkat kelayakan dan tingkat efektifitas dari bahan ajar guna peningkatan kemampuan motorik anak kelompok B di lembaga pendidikan anak usia dini di kecamatan Selebar Kota Bengkulu.

Uji coba produk ini dilakukan dengan uji coba skala kecil. Uji coba skala kecil ini dilakukan di PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu.

2. Subjek Coba

- a. Pada tahap validasi ahli subjek coba terdiri dari ahli pendidikan anak usia dini, ahli pendidikan jasmani anak usia dini, dan guru (praktisi).
- b. Pada tahap uji coba terbatas melibatkan 1 kelas anak di lembaga pendidikan anak usia dini kelompok B dengan 2 orang guru di PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data bertujuan untuk memperoleh informasi terkait pelaksanaan pembelajaran yang ada di lembaga PAUD meliputi kurikulum yang digunakan, aktivitas jasmani untuk anak-anak PAUD dan kendala-kendala yang dihadapi pendidik dalam proses pembelajaran. Dalam penelitian pengembangan ini, banyak teknik pengumpulan data yang digunakan. Adapun teknik yang digunakan yaitu observasi, wawancara, angket dan dokumentasi.

Pada tahap pengembangan teknik pengumpulan data dibagi ke dalam dua kelompok. Kelompok pertama adalah teknik yang digunakan untuk mengevaluasi model pengembangan berupa bahan ajar yang digunakan. Sebagai respondennya adalah para ahli dan pendidik yang ikut berpartisipasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada kelompok pertama adalah teknik angket dan observasi.

Kelompok kedua adalah instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pencapaian hasil perkembangan anak usia dini yang meliputi perkembangan kognitif, bahasa, nilai agama dan moral, sosial emosional dan khususnya

perkembangan fisik Motorik anak usia dini. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada kelompok kedua adalah teknik observasi, portofolio dan penugasan.

a. Instrumen Pengumpulan Data

1) Instrumen Pra-pengembangan

Pada tahap pra-pengembangan pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai pelaksanaan dan hambatan kegiatan belajar dan aktivitas jasmani yang dilakukan di lembaga pendidikan anak usia dini. Instrumen yang digunakan dalam tahap pra-pengembangan ini yaitu observasi dan wawancara.

a) Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data penelitian dengan melalui pengamatan terhadap objek yang diteliti. Metode observasi akan lebih baik bila digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data penelitian yang berupa perilaku, kegiatan, atau perbuatan yang sedang dilakukan oleh subjek penelitian.⁴⁸

Dalam pelaksanaan observasi, peneliti bukan hanya sekedar mencatat, tetapi juga harus mengadakan pertimbangan kemudian mengadakan penilaian kedalam suatu skala bertingkat.

⁴⁸ Johni Dimiyati, Metode Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group), h. 92

Tabel 3.1 : Kisi-kisi observasi pra-pengembangan

No	Indikator	Jumlah Soal
1.	Perkembangan fisik motorik anak usia dini	3
2.	Alat permainan yang digunakan dalam proses pembelajaran meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia dini.	2
3.	Permainan aktivitas jasmani anak usia dini	3
4.	Buku Panduan guna menstimulasi perkembangan fisik motorik anak usia dini.	2
	Jumlah	10

b) Wawancara

Wawancara adalah instrument pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi informasi dalam wawancara yaitu pewawancara, responden, pedoman wawancara dan situasi wawancara.⁴⁹

Wawancara yang baik harus ada dan sesuai dengan pedoman wawancara. Pedoman wawancara berupa daftar pertanyaan yang akan ditanyakan kepada narasumber. Pertanyaan yang diajukan akan berkembang sesuai dengan kebutuhan pada saat melakukan wawancara.

⁴⁹ Wiratna Sujarweni, Metodologi Penelitian, (Yogyakarta: Pustakabaru press, 2014), h.74

Tabel 3.2 : Kisi-kisi format wawancara pra pengembangan

No	Indikator	Jumlah Soal
1.	Model pembelajaran yang digunakan	2
2.	Perkembangan fisik motorik anak usia dini	3
3.	Stimulasi perkembangan fisik motorik	3
4.	Buku panduan perkembangan fisik motorik anak.	1
5.	Aktivitas jasmani	2
	Jumlah	11

2) Instrumen Tahap Pengembangan

Pada tahap pengembangan instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dibagi ke dalam dua bagian. Bagian pertama instrumen digunakan untuk mengevaluasi bahan ajar selama proses pengembangan dan ujicoba skala kecil maupun skala besar bahan ajar yang telah dikembangkan. Instrumen yang digunakan pada bagian pertama yaitu angket dan lembar observasi.

Instrumen bagian kedua digunakan untuk mengetahui tingkat pencapaian perkembangan anak usia dini dalam proses pembelajaran. Instrumen untuk mengukur tingkat pencapaian perkembangan anak usai dini menggunakan rubrik penilaian.

a) Angket

Angket adalah tehnik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada reponden untuk dijawabnya. Angket digunakan bila reponden jumlahnya besar,

dapat membaca dengan baik, dan dapat menggunakan hal-hal yang sifatnya rahasia.⁵⁰

Angket ditujukan untuk ahli/praktisi dan guru partisipan. Angket untuk ahli/praktisi ditujukan untuk memperoleh penilaian/validasi dari para ahli dan praktisi terkait penyusunan bahan ajar khususnya permainan yang akan diterapkan dalam proses pembelajaran. Adapun kisi-kisi angket lembar validasi draf awal pengembangan permainan aktivitas jasmani anak usia 4-5 tahun untuk setiap permainan yaitu:

Tabel 3.3 : Kisi-kisi angket untuk pakar/ahli

Aspek yang dinilai	Indikator	Jumlah soal
Isi Materi	Kesesuaian permainan dengan tingkat capaian perkembangan anak	1
Kesesuaian Tujuan	Kesesuaian permainan dengan aspek perkembangan fisik motorik anak usia dini	4
	Kesesuaian permainan dengan karakteristik anak usia dini.	3
	Kesesuaian permainan dalam mengembangkan aspek perkembangan lainnya.	3
Sarana dan Prasarana	Alat yang digunakan	3
Bahasa	Pejuntuk permainan	1
Format Penulisan	Tampilan Model Permainan	2
Jumlah		17

⁵⁰ Sugiono, Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2010), h.142

Selain adanya angket untuk setiap permainan, peneliti juga melakukan penilaian alat terkait dengan permainan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun. Adapun kisi-kisi penilaian alat yang akan dilakukan yaitu:

Tabel 3.4: Kisi-Kisi Penilaian Alat

Aspek yang dinilai	Indikator	Jumlah Soal
Performance	Kesesuaian permainan dengan tingkat capaian perkembangan anak	1
	Tampilan permainan	1
	Mengembangkan kemampuan fisik motorik anak	1
Information	Tata cara dan definisi permainan	2
	Indikator dan Tujuan Permainan	2
	Informasi tempat bermain alternative	1
Economic	Keterjangkauan Permainan	1
	Pemasaran Permainan	2
Control	Keamanan Model Permainan dan alat-alat yang digunakan	2
Efficiency	Kegunaan peralatan yang digunakan	3
Service	Kenyamanan, kemudahan dan kesenangan anak	3
	Penggunaan dalam proses pembelajaran	1
	Permainan dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak	1
Jumlah		21

b) Lembar observasi

Lembar observasi digunakan untuk mengamati pelaksanaan pembelajaran bahan ajar yang telah dikembangkan di lembaga PAUD Nurul Iman kota Bengkulu. Lembar observasi ditujukan untuk guru yang mengamati proses pembelajaran. Lembar observasi guru digunakan untuk mengetahui kesesuaian penggunaan bahan ajar

dengan rencana kegiatan harian dan materi yang disampaikan. Selain itu lembar observasi juga digunakan untuk menilai permainan yang akan diterapkan.

c) Rubrik penilaian

Rubrik penilaian digunakan untuk mengukur tingkat pencapaian perkembangan anak usia dini dengan menggunakan bahan ajar permainan aktifitas jasmani di Lembaga PAUD. Rubrik penilaian disusun berdasarkan setiap aktivitas permainan yang terdapat dalam bahan ajar. Penilaian yang terdapat pada rubrik penilaian mencakup aspek kognitif, aspek nilai agama dan moral, aspek sosial emosional, aspek bahasa dan aspek fisik motorik.

D. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Teknik analisis data deskriptif kualitatif dilakukan pada: (1) hasil observasi pra pengembangan, dan (2) hasil wawancara analisis kebutuhan pra pengembangan. Sedangkan analisis data kuantitatif dilakukan pada (1) hasil penilaian validasi ahli materi terhadap draf model permainan sebelum uji coba; dan (2) data hasil observasi observer terhadap keefektifan model.

Rentangan skor pada angket validasi yaitu skor 0 dln 1. Skor 1 ditunjukkan dengan pernyataan ya dan skor 0 ditunjukkan dengan pernyataan tidak. Sedangkan observasi keefektifan model permainan ada empat, yaitu: (1) skor 1

untuk penilaian belum berkembang, (1) skor 2 untuk penilaian mulai berkembang, (3) skor 3 untuk penilaian berkembang sesuai harapan, dan skor (4) skor 4 untuk penilaian berkembang sangat baik.

Setelah produk dinyatakan layak digunakan oleh para ahli, maka dilakukan ujicoba keefektifan. Pengujian dilakukan untuk mendapatkan informasi apakah produk baru tersebut lebih efektif dan efisien dibandingkan system yang lama. Dalam pengujian ini peneliti menggunakan tehnik experiment dengan cara membandingkan keadaan sebelum dan sesudah produk tersebut digunakan

Adapun pada tahapan proses untuk menguji keefektifan bahan ajar permainan aktivitas jasmani dengan menggunakan perbandingan antara perkembangan fisik motorik anak sebelum mendapatkan stimulasi permainan dan dan sesudah mendapatkan stimulasi berupa permainan aktivitas jasmani. Maka selanjutnya dilakukan perbandingan antara sebelum anak mendapatkan stimulasi dan sesudah anak mendapatkan stimulasi permainan.

$$\boxed{O_1} \times \boxed{O_2}$$

Keterangan:

O1 : nilai sebelum stimulasi

O2 : nilai sesudah stimulasi

X : bahan ajar baru/stimulus.

Berdasarkan dapat diatas, dapat diberikan penjelasan sebagai berikut. Eksperiemn dilakukan dengan membandingkan hasil observasi O1 dan O2. O1 adalah nilai pemahaman atau tingkat capaian perkembangan sebelum diajar dengan metode baru, sedangkan O2 adalah nilai pemahaman atau tingkat capaian perkembangan dan hasi belajar anak setelah menggunakan metode dan bahan ajar baru. Efektifitas bahan ajar baru diukur dengan cara membandingkan antara nilai O2 dengan O1. Bila nilai O2 lebih besar daripada O1, maka bahan ajar tersebut efektif.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Temuan

1. Sekilas Tentang Tempat Penelitian

a. Riwayat Singkat Berdirinya Sekolah

PAUD Permata Bunda didirikan oleh Darma Wanita Stain Bengkulu pada tanggal 17 Maret 1997 yang di beri nama yayasan permata bunda. PAUD permata bunda ini adalah salah satu PAUD yang ada di kecamatan selabar dan merupakan binaan dari Darma Wanita STAIN Bengkulu dan sekarang sudah berubah menjadi IAIN Bengkulu dan berada di dalam lingkungan IAIN Bengkulu.

Pendirian PAUD Permata Bunda ini berawal dari para dosen dan karyiawan yang berada di lingkungan STAIN yang mempunyai anak kecil dan kesulitan untuk mengasuh dan menjaga anak. Berdasarkan kenyataan itu maka Darma Wanita STAIN pada waktu itu mendirikan yayasan yang di beri nama yayasan permata bunda yang bergerak dalam pendidikan dan sosial dengan memperdayakan ibu – ibu Darma Wanita di lingkungan STAIN. Yayasan permata bunda ini akhirnya mendirikan taman kanak – kanak (TK), taman penitipan anak (TPA), kalompok bermain (KB), dan satuan PAUD sejenis (SPS) yang bergerak dalam bedang taman pendidikan Al-Qur'an (TPQ).

PAUD Permata Bunda sekarang membuka 4 (empat) layanan bagi anak, yang meliputi taman kanak – kanak (TK) kelompok bermain (KB), taman penitipan ank (TPA), dan satuan PAUD sejenis (SPS) yang kurikulumnya yang disusun dengan pengusum nilai – nilai islam sebagai dasar untuk pengembangan krakter peserta didik.

Pendirian PAUD Permata Bunda didasarkan kepada kepedulian

terhadap dunia pendidikan, khususnya anak – anak dini, karena diyakini pendidikan pada anak usia dini merupakan dasar bagi tumbuh kembang anak selanjutnya. Misi yang diemban oleh PAUD Permata Bunda yaitu untuk mewujudkan pendidikan yang bermutu dan bertakwa kepada tuhan yang Maha Esa.

b. Visi Misi Sekolah

Adapun visi misi lembaga PAUD Permata Bunda yaitu:

1) Visi

Terwujudnya pendidikan yang bermutu dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa

2) Misi

- Melaksanakan proses pembelajaran efektif, kreatif, efisien, dan menyenangkan sehingga dapat menghasilkan prestasi.
- Menumbuhkan dan mempertebal keimanan dan ketakwaan melalui kegiatan-kegiatan keagamaan dan ibadah.
- Mendorong siswa mengenali potensi diri sehingga dapat dikembangkan secara maksimal.
- Menambahkan semangat keunggulan kerja seluruh warga sekolah dengan semangat kekeluargaan.
- Meningkatkan kualitas sumber daya manusia
- Menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan kondusif.

c. Jumlah Anak dan Guru

Jumlah anak di PAUD Permata Bunda Dikelompokkan berdasarkan kelas dan jenis kelamin. Adapun jumlah anak PAUD Permata Bunda yaitu:

Tabel 4.1: Jumlah anak di PAUD Permata Bunda

No	Kelas	Anak		Jumlah
		Lk	Pr	
1	B1	8	8	16
2	B2	9	8	17
3	B3	8	9	16
4	B4	7	8	15
5	B5	8	8	16
6	B6	8	7	15
7	A1	4	7	13
Jumlah				108

d. Keadaan dan Jumlah Guru

Adapun keadaan jumlah guru serta tenaga pendidik yang ada di lembaga PAUD Permata Bunda yaitu:

Tabel 4.2 : Pendidik dan tenaga pendidik di PAUD Permata Bunda

No	Nama	Tempat/tanggal lahir	Tunjangan	Jabatan
1.	Fitriani, S. Ag	Tj. Lubuk, 7-11-1972	Transport	Kepala Sekolah
2.	Sismawati, S. Pd.I	Masat, 24-6-1977	Sertifikasi	Guru TK
3.	Endang Kartikowati, S. Ag	Jepara, 11-8-1971	Sertifikasi	Guru TK
4.	Afni Utami, S.Pd. AUD	Bengkulu, 31-1-1987	Sertifikasi	Guru TK
5.	Winsi Ahani, S. Pd. I	Tanjung Aur, 6-7-1986	Sertifikasi	Guru TK
6.	Supiana Susnita, S. Pd. I	Lintang, 1-11-1981	Sertifikasi	Guru TK
7.	vidyah Pandu Winata, S.Pd. I	Benua Ratu, 26-8-1984	Sertifikasi	Guru TK
9.	Wahundi, S. Pd.I	Desa Jambu, 15-8-1989	Transport	Guru TK
8.	Pelita Awanti	Curup, 30-5-1973	-	Bendahara
10	Neni Marlana, S.Pd.I	Bengkulu, 02-09-1990	Transport	T U

e. Sarana dan Prasarana

Untuk menunjang proses belajar mengajar Lembaga PAUD Permata

Bunda Kota Bengkulu memiliki sarana dan prasarana yang dapat membantu proses pembelajaran yaitu:

Tabel 4.3: Sarana dan prasarana PAUD Permata Bunda

No	Nama Gedung	Fasilitas
1	2	3
1	Ruang Kantor	<ul style="list-style-type: none"> ○ Meja ○ kursi ○ Lemari ○ Buku-buku ○ Atk ○ Tv ○ Dvd ○ Speaker ○ Air Mineral/ galon ○ Gelas ○ Piring ○ Kompor gas ○ Sendok ○ Kual ○ Panci ○ Ember ○ Jadwal Pelajaran dan nama-nama guru ○ Struktur Sekolah ○ Foto-foto kegiatan anak ○ Piala Prestasi guru ○ Photo presiden dan wakil presiden
2	Ruangan Kelas	<ul style="list-style-type: none"> ○ Lemari buku anak/loker ○ Kursi dan meja anak ○ Papan tulis ○ Atk anak ○ Poster doa-doa ○ Poster rukun iman dan islam ○ poster angka dan huruf ○ Sapu ○ gambar karya anak ○ media pembelajaran ○ spidol dan penghapus ○ Karpet ○ Berbagai Macam alat permainan Anak
3	Taman bermain	<ul style="list-style-type: none"> ○ Jungkitan ○ Ayunan

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Perosotan ○ Jaring-jaring ○ Gawang Bola
4	WC	<ul style="list-style-type: none"> ○ Dilengkapi gayung, bak mandi, air, ember, kain pel

2. Hasil Analisis Kebutuhan

Kemampuan fisik motorik dapat berkembang secara optimal jika mendapatkan stimulasi yang baik dari orangtua dan pendidik. Salah satu stimulasi yang akan bisa dilakukan adalah dengan memberikan aktivitas jasmani bagi anak usia dini khususnya anak usia 5-6 tahun yang harus memiliki kemampuan fisik motorik yang baik guna kesiapan untuk pendidikan selanjutnya. Aktivitas jasmani ini di susun di dalam sebuah bahan ajar berdasarkan analisis kebutuhan yang sudah dilakukan di PAUD Permata Bunda terkait dengan perkembangan fisik motorik anak usia dini.

Berdasarkan observasi yang sudah dilakukan di PAUD Permata Bunda, terlihat bahwa masih kurangnya kemampuan fisik motorik anak. Salah satu contoh kurangnya keterampilan fisik motorik anak adalah dalam aspek motorik halus anak, ada beberapa anak yang belum bisa menulis secara teratur dan berbentuk seperti anak lainnya yang sudah mampu menulis secara rapi dan berbentuk sesuai dengan abjad yang benar. Selain itu, ada juga beberapa anak yang belum mampu mewarnai dengan benar sehingga masih acak-acakan dan tidak teratur. Anak lain yang sudah memiliki motorik halus yang baik, menunjukkan tulisan yang sudah berbentuk serta hasil gambar dan mewarnai

yang lebih baik dibandingkan anak yang memiliki keterampilan motorik halus yang belum maksimal. Tentunya hal ini harus diselaraskan, anak yang belum memiliki keterampilan motorik halus yang baik harus di berikan stimulasi agar seimbang dengan anak yang sudah memiliki keterampilan motorik halus yang sudah cukup baik. Namun, anak yang sudah memiliki keterampilan motorik halus yang baikpun tetap harus mendapatkan stimulasi yang baik guna pengoptimalan keterampilan motorik halusnya tersebut.

Dalam aspek motorik kasar, anak sudah menunjukkan kemampuannya dalam bergerak. Anak sudah mampu berjalan, melompat bahkan memukul dengan baik. Namun, kemampuan motorik kasar anak ini sering disalahgunakan oleh anak sehingga anak memukul temannya dan melompat tak terarah di dalam ruangan ketika proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, fisik anak juga belum sepenuhnya baik karena masih adanya anak yang sering sakit-sakitan dan terlihat lesu ketika proses pembelajaran. Keadaan fisik dan kemampuan motorik kasar ini seharusnya di lakukan sesuai dengan tempat dan kondisinya. Misalnya, anak bisa berlari ketika bermain diluar ruangan sehingga ia tidak berlari didalam ruangan. Selain itu anak juga bisa memukul bola tanpa harus memukul temannya. Beberapa hal diatas menunjukkan kurangnya kepuasan anak dalam bermain dan meluapkan emosinya sehingga ia bermain, berlari bahkan memukul ketika proses pembelajaran berlangsung.

Hasil temuan analisis kebutuhan yang sudah dilakukan menyatakan bahwa perkembangan fisik motorik sangat penting karena dasar seorang anak dalam

berlajar dan bermain adalah fisiknya. Jika fisik anak baik, maka anak akan lancar dalam proses bermain dan belajarnya. Selain itu, dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik anak dibutuhkan adanya sebuah panduan berupa permainan agar anak lebih tertarik. Buku panduan ini bisa disusun dengan berbagai kegiatan seperti aktivitas jasmani.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa betapa pentingnya perkembangan fisik motorik anak usia dini serta pentingnya ada buku/bahan ajar terkait dengan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun guna mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

B. Hasil Pengembangan Produk Awal

Berdasarkan analisis kebutuhan dan kajian pustaka maka penulis dapat menyusun draf permainan aktivitas jasmani guna mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun. Draf produk awal yang dimaksud adalah hasil analisis kebutuhan, kajian pustaka dan hasil observasi langsung. Adapun konsep draf model permainan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun disajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.4 : Konsep Produk Pra Pengembangan

Nama Permainan	Isi Kandungan Permainan	Penggunaan Tulisan	Ukuran kertas
<ul style="list-style-type: none"> • Permainan Tubuhku • Permainan alat rumahku 	<ul style="list-style-type: none"> • Tema/sub tema • Kompeti dasar • Definisi permainan • Indicator 	Permainan di draf awal ini menggunakan tulisan <i>Times New Roman</i> dengan	Kertas yang digunakan untuk draf awal menggunakan ukuran size A5 dengan margin 2,54

<ul style="list-style-type: none"> • Permainan jemuranku • Permainan tiru gerak yuk • Permainan buah kesukaanku 	<ul style="list-style-type: none"> • Tujuan Permainan • Kegiatan awal • Kegiatan inti • Kegiatan akhir 	ukuran 12, 1 spasi.	untuk setiap sisinya
--	--	---------------------	----------------------

Untuk lebih jelasnya, draf awal permainan aktivitas jasmani bisa dilihat didalam lembar lampiran.

C. Hasil Validasi Ahli

Penelitian ini menghasilkan draf produk yang divalidasi oleh 3 orang ahli. Data uji validasi terhadap model permainan aktivitas jasmani diperoleh dengan menunjukkan draf permainan disertai dengan instrumen berbentuk lembar observasi dan angket penilaian alat permainan kepada ahli dan guru. Validasi desain pada tahap ini validator melakukan validasi terhadap model permainan dan alat-alat yang digunakan dalam permainan. Validasi dilakukan oleh tiga validator yaitu ahli dibidang anak usia dini yang dilakukan oleh Bunda Septy Fitriana, M.Pd, ahli dibidang pendidikan jasmani (aktivitas jasmani) oleh Bunda Nurul Fajar Muslimah Ningrum, M.Pd, dan ahli pendidikan anak usia dini Bunda Madya Putri Utami, M.Pd. selain itu, guru partisipan yang turut memvalidasi draf produk awal ini yaitu ibu Sismawati, M.Pd dan ibu Fitriani, S.Ag. Adapun hasil validasi ahli dan guru partisipan terhadap draf awal model permainan aktivitas jasmani yaitu:

Tabel 4.5 : Hasil Validasi Ahli dan Guru Partisipan

Model Permainan	Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3	Guru 1	Guru 2	Hasil	Persentase
-----------------	--------	--------	--------	--------	--------	-------	------------

Permainan Tubuhku	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat Baik	Sangat baik	92,94%
Permainan Alat Rumahku	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat baik	Sangat baik	92,94%
Permainan jemur aku	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	90,58%
Permainan Tiru gerak Yuk	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat Baik	Sangat baik	92,94%
Permainan Buah Kesukaanku	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat baik	Sangat baik	92,94%
Jumlah							464,34
Rata-rata							92.86%

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa semua draft model permainan aktivitas jasmani mendapatkan nilai sangat baik dari validator dan guru partisipan dengan skor persentase 92,86%. Selain itu, validator dan guru partisipan juga melakukan penilaian alat atau penilaian secara keseluruhan draft model permainan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun. Adapun hasil penilaian alat yang sudah dilakukan yaitu:

Tabel 4.6 : Hasil validasi alat validator dan guru partisipan

Aspek	Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3	Guru 1	Guru 2	Hasil	Persentase
1	2	3	4	5	6	7	8
Performance	Sangat Kurang	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat Baik	Sangat baik	86,6%
Information	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	Sangat baik	Sangat baik	88%
Economic	Sangat Kurang	Cukup Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat Baik	Sangat baik	80%
1	2	3	4	5	6	7	8
Control	Sangat Baik	Sangat baik	100%				
Efficiency	Sangat Baik	Sangat baik	100%				
Service	Sangat Baik	Sangat Baik	83,33%				
Jumlah							464,34
Rata-rata							92.86%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa performance desain draf model permainan aktivitas jasmani mendapatkan kategori sangat baik dari ahli dan guru partisipan dengan persentase 86,6%, informasi draf awal dengan kategori sangat baik dengan persentase 88%, aspek economic kategori sangat baik dengan persentase skor 80%, aspek control kategori sangat baik dengan persentase 100%, aspek efficiency kategori sangat baik dengan persentase skor 1005 dan aspek service dengan persentase skor 92,86%. Dengan demikian, draf awal model permainan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun dapat dikatakan sangat baik dengan persentase skor sebesar 92,86%.

Draf awal model permainan mendapatkan nilai validasi dari ahli dan guru partisipan dengan kategori sangat baik dan dengan skor yang cukup tinggi. Namun, ada juga hal-hal yang harus penulis revisi sesuai dengan saran dari validator dan guru partisipan tersebut. Adapun saran yang telah diberikan oleh validator dan guru partisipan yaitu:

Tabel 4.7 : Saran dari validator dan guru partisipan

No	Ahli	Saran
1	Ahli dibidang pendidikan jasmani	<ul style="list-style-type: none"> - Tambah aktivitas jasmani yang lebih menarik - Perjelas tujuan dari setiap permainan - Lengkapi desain draf produk dengan gambar lapangan - Lakukan kegiatan yang lebih menarik, misalnya meniru gerakan hewan - Beri penjelasan tentang alat yang digunakan - Berikan durasi waktu untuk setiap permainan
2	Ahli dibidang pendidikan anak usia dini	<ul style="list-style-type: none"> - Tambah aktivitas jasmani yang lain - Berikan rintangan untuk setiap permainan - Gunakan alat yang mudah dijangkau

		- Perjelas desain produk dengan gambar-gambar
3	Ahli dibidang Pendidikan anak usia dini	- Tambahkan aktivitas jasmani - Tambahkan gambar setiap permainan - Tambahkan formasi anak, peralatan dan gambar - Buat kegiatan yang benar-benar aktivitas jasmani dan aminkan dengan menarik
4.	Guru 1	- Spesifikkn tujuan permainan - Beri durasi waktu - Tambahkan aktivitas yang lebih menarik
5.	Guru 2	- Perjelas definisi permainan - Gunakan alat-alat yang mudah dijangkau

D. Revisi Produk

Berdasarkan saran dari validator, maka penulis mencoba merevisi produk lebih baik dan menarik lagi guna kesempurnaan produk permainan aktivitas jasmani bagi anak usia 5-6 tahun. Adapun konsep hasil revisi permainan yang sudah dilakukan yaitu:

Tabel 4.8: Konsep revisi produk

Nama Permainan	Isi Kandungan Buku	Penggunaan Tulisan	Ukuran kertas
<ul style="list-style-type: none"> • Permainan Tubuhku • Permainan alat rumahku • Permainan Minuman kesukaanku 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampul • Kata pengantar • Daftar isi • Bab I <ul style="list-style-type: none"> - Latar belakang - Tujuan penulisan buku - Prosedur 	Permainan hasil revisi menggunakan tulisan <i>Comic Sans Ms</i> , dengan ukuran huruf 11 dan 1 spasi	Kertas yang digunakan untuk draf awal menggunakan ukuran size A5 dengan margin 2,54 untuk setiap sisinya.

<ul style="list-style-type: none"> • Permainan tiru gerak yuk • Permainan buah kesukaanku 	<p>penggunaan buku</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prosedur keamanan kegiatan bermain bagi anak usia dini - Kegiatan pembuka dan penutup • Bab II (Permainan meniru gerakan hewan) <ul style="list-style-type: none"> - Judul Permainan - Tema/sub tema - Kompetensi dasar - Definisi permainan - Tujuan Permainan - Alat dan bahan - Pengaturan lapangan - Durasi waktu - Pelaksanaan permainan - Penutup • Bab III <ul style="list-style-type: none"> - Kesimpulan - Saran • Tentang penulis • Daftar pustaka 		
---	--	--	--

Untuk lebih jelasnya, hasil revisi permainan aktivitas jasmani/permainan meniru gerakan hewan bisa dilihat dilembar lampiran.

E. Hasil Uji Coba Produk Skala Kecil

Setelah produk direvisi, produk diujicobakan dalam skala kecil di lembaga PAUD Permata Bunda dengan sampel kelas B4 pada tanggal 25 Januari pukul 8.00 WIB di lapangan PAUD Permata Bunda, pada tanggal 29 Januari pukul 10.30 WIB di lapangan PAUD Permata Bunda, pada tanggal 1 Februari pukul 8.00 di lapangan PAUD Permata Bunda. Adapun hasil uji coba produk skala kecil yaitu:

1. Persentase nilai rerata pada penerapan permainan pertemuan awal (Pretest)

a. Permainan “Tubuhku”

Adapun data pretest yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.9: data pre test permainan tubuhku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	10	Belum berkembang
2.	Naufal	14	Mulai Berkembang
3.	Rafa	15	Mulai Berkembang
4.	Farug	11	Belum berkembang
5.	Rafael	13	Mulai Berkembang
6.	Malik	14	Mulai Berkembang
7.	Aufar	15	Mulai berkembang
8.	Tia	12	Mulai berkembang
9.	Syifa	13	Mulai berkembang
10.	Elwa	13	Mulai berkembang
11.	Nira	13	Mulai berkembang
12.	Aulia	13	Mulai berkembang
13.	Widya	13	Mulai berkembang
14.	Teteh	8	Belum berkembang
15.	Uni	8	Belum berkembang
Jumlah		185	Mulai Berkembang

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal= 4 x 6 x15 = 360

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{185 \times 100\%}{360}$$

$$= 51,38 \%$$

b. Permainan “Alat Rumahku”

Adapun data pretest yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.10: Data Pre test permainan alat rumahku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	15	mulai berkembang
2.	Naufal	13	Mulai Berkembang
3.	Rafa	14	Mulai Berkembang
4.	Farug	14	Belum berkembang
5.	Rafael	13	Mulai Berkembang
6.	Malik	15	Mulai Berkembang
7.	Aufar	16	Mulai berkembang
8.	Tia	12	Mulai berkembang
9.	Syifa	14	Mulai berkembang
10.	Elwa	13	Mulai berkembang
11.	Nira	13	Mulai berkembang
12.	Aulia	14	Mulai berkembang
13.	Widya	14	Mulai berkembang
14.	Teteh	11	Mulai berkembang
15.	Uni	11	Mulai berkembang
Jumlah		202	Mulai Berkembang

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal= 4 x 6 x15 = 360

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{202 \times 100\%}{360}$$

$$= 56,11 \%$$

c. Permainan Minumanku

Adapun data pretest yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.11: data Pre test permainan Minumanku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	15	mulai berkembang
2.	Naufal	14	Mulai Berkembang
3.	Rafa	14	Mulai Berkembang

4.	Farug	14	Belum berkembang
5.	Rafael	14	Mulai Berkembang
6.	Malik	16	Mulai berkembang
7.	Aufar	15	Mulai Berkembang
8.	Tia	14	Mulai berkembang
9.	Syifa	15	Mulai berkembang
10.	Elwa	14	Mulai berkembang
11.	Nira	14	Mulai berkembang
12.	Aulia	15	Mulai berkembang
13.	Widya	15	Mulai berkembang
14.	Teteh	14	Mulai berkembang
15.	Uni	13	Mulai berkembang
Jumlah		216	Mulai Berkembang

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{216 \times 100\%}{360}$$

$$= 60\%$$

d. Permainan “Tiru gerak Yuk”

Adapun data pretest yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.12: data Pre test permainan Tiru gerak yuk

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	15	mulai berkembang
2.	Naufal	15	Mulai Berkembang
3.	Rafa	15	Mulai Berkembang
4.	Farug	15	Belum berkembang
5.	Rafael	15	Mulai Berkembang
6.	Malik	17	Mulai berkembang
7.	Aufar	15	Mulai berkembang
8.	Tia	15	Mulai berkembang
9.	Syifa	15	Mulai berkembang

10.	Elwa	16	Mulai berkembang
11.	Nira	16	Mulai berkembang
12.	Aulia	16	Mulai berkembang
13.	Widya	15	Mulai berkembang
14.	Teteh	14	Mulai berkembang
15.	Uni	14	Mulai berkembang
Jumlah		228	Mulai Berkembang

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{228 \times 100\%}{360}$$

$$= 63,33 \%$$

e. Permainan “Buah Kesukaanku”

Adapun data pretest yang diperoleh yaitu:

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	15	mulai berkembang
2.	Naufal	17	Mulai berkembang
3.	Rafa	17	Mulai berkembang
4.	Farug	15	Mulai berkembang
5.	Rafael	17	Mulai berkembang
6.	Malik	18	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	16	Mulai berkembang
8.	Tia	16	Mulai berkembang
9.	Syifa	16	Mulai berkembang
10.	Elwa	17	Mulai berkembang
11.	Nira	16	Mulai berkembang
12.	Aulia	17	Mulai berkembang

13.	Widya	17	Mulai berkembang
14.	Teteh	14	Mulai berkembang
15.	Uni	14	Mulai berkembang
Jumlah		242	Mulai Berkembang

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{242 \times 100\%}{360}$$

$$= 67,22\%$$

Dari persentase setiap permainan di atas, maka dapat disimpulkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.14: data persentase Pre test seluruh permainan

	Permainan	Persentase Nilai Rerata Tes Awal
1.	Permainan Tubuhku	51,38 %
2.	Permainan Alat Rumahku	56,11 %
3.	Permainan Minumanku	60%
4.	Permainan Tiru Gerak Yuk	63,33%
5.	Permainan Buah Kesukaanku	67,22%
Prosentase Nilai pada Keseluruhan Permainan		298,04: 5= 59,6%

Dari proses uji efektifitas keseluruhan permainan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun telah diperoleh data total nilai rata-rata anak pada pertemuan awal (Pretest) sebesar 59,6%.

2. Persentase nilai rerata pada penerapan permainan (Post test)
 - a. Permainan "Tubuhku"

Adapun data post test yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.15: data Post Test permainan tubuhku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1	2	3	4
1.	Kenzi	17	Mulai berkembang
2.	Naufal	18	Berkembang sesuai harapan
3.	Rafa	18	Berkembang sesuai harapan
4.	Farug	17	Mulai berkembang
5.	Rafael	17	Mulai Berkembang
6.	Malik	19	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	18	Berkembang sesuai harapan
8	Tia	17	Mulai berkembang
9.	Syifa	18	Berkembang sesuai harapan
10.	Elwa	19	Berkembang sesuai harapan
1	2	3	4
11.	Nira	18	Berkembang sesuai harapan
12.	Aulia	17	Mulai berkembang
13.	Widya	18	Berkembang sesuai harapan
14.	Teteh	15	Mulai berkembang
15.	Uni	15	Mulai berkembang
Jumlah		261	

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times umlah butir nstrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal= 4 x 6 x15 = 360

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{261 \times 100\%}{360} = 72,5\%$$

b. Permainan “Alat Rumahku”

Adapun data post test yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.16: data Post Test permainan Alat rumahku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	18	Berkembang sesuai harapan
2.	Naufal	19	Berkembang sesuai harapan

3.	Rafa	19	Berkembang sesuai harapan
4.	Farug	18	Berkembang sesuai harapan
5.	Rafael	18	Berkembang sesuai harapan
6.	Malik	19	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	19	Berkembang sesuai harapan
8.	Tia	18	Berkembang sesuai harapan
9.	Syifa	19	Berkembang sesuai harapan
10.	Elwa	19	Berkembang sesuai harapan
11.	Nira	20	Berkembang sesuai harapan
12.	Aulia	19	Berkembang sesuai harapan
13.	Widya	19	Berkembang sesuai harapan
14.	Teteh	17	Mulai berkembang
15.	Uni	17	Mulai berkembang
Jumlah		278	

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{278 \times 100\%}{360}$$

$$= 77,22 \%$$

c. Permainan “Minumanku”

Adapun data post test yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.17: data Post Test permainan Minumanku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	19	Berkembang sesuai harapan
2.	Naufal	20	Berkembang sesuai harapan
3.	Rafa	20	Berkembang sesuai harapan
4.	Farug	20	Berkembang sesuai harapan
5.	Rafael	20	Berkembang sesuai harapan
6.	Malik	19	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	20	Berkembang sesuai harapan
8.	Tia	19	Berkembang sesuai harapan

9.	Syifa	20	Berkembang sesuai harapan
10.	Elwa	21	Berkembang sesuai harapan
11.	Nira	20	Berkembang sesuai harapan
12.	Aulia	19	Mulai berkembang
13.	Widya	20	Berkembang sesuai harapan
14.	Teteh	17	Mulai berkembang
15.	Uni	17	Mulai berkembang
Jumlah		291	

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{291 \times 100\%}{360}$$

$$= 80,83 \%$$

d. Permainan “Tiru gerak Yuk”

Adapun data post test yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.18: data Post Test permainan Tiru gerak

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	21	Berkembang sesuai harapan
2.	Naufal	21	Berkembang sesuai harapan
3.	Rafa	22	Berkembang sesuai harapan
4.	Farug	21	Berkembang sesuai harapan
5.	Rafaël	22	Berkembang sesuai harapan
6.	Malik	20	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	22	Berkembang sesuai harapan
8.	Tia	21	Berkembang sesuai harapan
9.	Syifa	22	Berkembang sesuai harapan
10.	Elwa	22	Berkembang sesuai harapan
11.	Nira	21	Berkembang sesuai harapan
12.	Aulia	21	Mulai berkembang
13.	Widya	21	Berkembang sesuai harapan
14.	Teteh	18	Berkembang sesuai harapan

15.	Uni	19	Berkembang sesuai harapan
Jumlah		314	

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

Skor ideal = $4 \times 6 \times 15 = 360$

Persentase = $\frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$

$$= \frac{314 \times 100\%}{360} = 87,22 \%$$

- e. Permainan “Buah Kesukaanku”

Adapun data post test yang diperoleh yaitu:

Tabel 4.15: data Post Test permainan buah kesukaanku

No	Nama Anak	Jumlah Skor	Kategori
1.	Kenzi	21	Berkembang sesuai harapan
2.	Naufal	21	Berkembang sesuai harapan
3.	Rafa	21	Berkembang sesuai harapan
4.	Farug	20	Berkembang sesuai harapan
5.	Rafael	22	Berkembang sesuai harapan
6.	Malik	20	Berkembang sesuai harapan
7.	Aufar	22	Berkembang sesuai harapan
8.	Tia	21	Berkembang sesuai harapan
9.	Syifa	22	Berkembang sesuai harapan
10.	Elwa	22	Berkembang sesuai harapan
11.	Nira	22	Berkembang sesuai harapan
12.	Aulia	22	Berkembang sesuai harapan
13.	Widya	21	Berkembang sesuai harapan
14.	Teteh	19	Berkembang sesuai harapan
15.	Uni	20	Berkembang sesuai harapan
Jumlah		316	

Skor ideal = Skor jawaban tertinggi \times jumlah butir instrumen \times Jumlah

Subjek

$$\text{Skor ideal} = 4 \times 6 \times 15 = 360$$

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah perolehan skor pada Instrumen} \times 100\%}{\text{Skor ideal}}$$

$$= \frac{316 \times 100\%}{360}$$

$$= 87,77 \%$$

Tabel 4.20: data persentase Post Test seluruh permainan

	Permainan	Persentase Nilai Rerata Tes Akhir
1.	Permainan Tubuhku	72,5%
2.	Permainan Alat Rumahku	77,22 %
3.	Permainan Minumanku	80,83%
4.	Permainan Tiru Gerak Yuk	87,22%
5.	Permainan Buah Kesukaanku	87,77%
Prosentase Nilai pada Keseluruhan Permainan		405,54:5= 81,1 %

Dari proses uji efektifitas keseluruhan permainan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun telah diperoleh data total nilai rata-rata anak pada post test sebesar 81,1%.

Berdasarkan hasil pretest dan post tes permainan yang sudah dilakukan, maka terjadi peningkatan kemampuan fisik motorik anak melalui skor persentase seperti tabel di bawah ini:

Tabel 4.21: data peningkatan persentase perkembangan fisik motorik anak

No	Permainan	Tes Awal	Tes Akhir	Peningkatan
1.	Permainan Tubuhku	51,38 %	72,5%	21,12%
2.	Permainan Alat Rumahku	56,11%	77,22%	21,11%
3.	Permainan minumanku	60%	80,83%	20,83%
4.	Permainan Tiru gerak yuk	63,33%	87,22%	23,89%
5.	Permainan Buah kesukaanku	67,22%	87,77%	20,55%

Prosentase Peningkatan Nilai pada Pretest dan Post tes	298,04: 5= 59,6%	405,54:5= 81,1 %	107,5:5= 21,5 %
---	-------------------------	-------------------------	------------------------

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan persentase nilai permainan keseluruhan yang awalnya hanya 59,6 % meningkat menjadi 81,1%. Dalam hal ini berarti terjadi peningkatan sebesar 21,5% untuk seluruh permainan yang sudah diujicobakan. Peningkatan yang terjadi juga menunjukkan bahwa permainan aktivitas jasmani efektif dilakukan untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

F. Pembahasan

Permainan aktivitas jasmani adalah salah satu stimulasi yang bisa dilakukan untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini. dalam skripsi ini, penulis mencoba membuat permainan aktivitas jasmani yang dikemas dalam sebuah buku panduan/buku ajar untuk guru dan orangtua untuk menstimulasi perkembangan fisik motorik anak usia dini khususnya anak usia 5-6 tahun. Perbagai permainan dan kegiatan aktivitas jasmani disusun secara menarik dengan menggunakan gerakan hewan tertentu agar anak lebih tertarik dan bersemangat untuk melakukan permainan tersebut. Tercipnya berbagai permainan ini tidak lepas dari hasil kajian teori, hasil analisi kebutuhan yang dilakukan serta validasi dari beberapa ahli.

Setelah dilakukan beberapa tahap pengembangan, terciptalah beberapa nama permainan dengan gerakan hewan tertentu yang dikemas dalam sebuah buku ajar yang diberi judul “Permainan Meniru Gerakan Hewan”. Berbagai permainan ini

diujicobakan dalam skala kecil di lembaga PAUD Permata Bunda Kota Bengkulu dengan 15 sampel di kelas B4. Hasil uji coba skala kecil menunjukkan bahwa permainan aktivitas jasmani(permainan meniru gerakan hewan) dapat mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini, hal ini ditunjukkan dengan persentase kemampuan fisik motorik anak pada semua permainan meniru gerakan hewan (Pre test) sebesar 59,6 %, pada tahap penerapan permainan (Post Test) terjadi peningkatan persentase kemampuan fisik motorik anak sebesar 21,5%. Hingga pada tahap akhir, perkembangan fisik motorik anak meningkat pada persentase 81,1%.

G. Hasil Produk Akhir

Model permainan yang sudah melalui tahap ujicoba skala kecil disusun dalam sebuah buku pedoman permainan aktivitas jasmani yang berjudul “Buku Pedoman Permainan Meniru Gerakan Hewan”. Penamaan judul buku ini berdasarkan pada isi dari setiap kegiatan permainan yang mencantumkan gerakan hewan tertentu.

Buku pedoman permainan meniru gerakan hewan ini terdiri dari lima permainan yang disusun dengan ukuran kertas A5, desain sampul berwarna biru, isi kertas berwarna putih serta tulisan “*Comic Sans MS*” dengan ukuran huruf sebesar 11, margin 2,54 untuk setiap sisinya. Selain itu, buku pedoman permainan meniru gerakan hewan ini dilengkapi dengan gambar alat-alat yang digunakan, gambar lapangan, serta gambar pelaksanaan permainan agar pembaca lebih mudah memahami tentang tata cara pelaksanaan permainan tersebut.

Dalam setiap permainan memuat isi berupa definisi, tujuan, alat dan bahan yang digunakan, pengaturan lapangan, durasi waktu, pelaksanaan permainan dan penutup. Sedangkan kandungan buku secara umum juga memuat latar belakang, tujuan penulisan buku, prosedur penggunaan buku, prosedur keamanan serta kegiatan pembuka dan penutup.

Dengan adanya buku pedoman permainan aktivitas jasmani ini, diharapkan pendidik mau melakukan berbagai permainan yang menarik untuk anak bukan hanya permainan yang bersifat monoton. Selain itu, berbagai permainan juga diharapkan terus dimainkan agar anak terus menerus meningkatkan kemampuan fisik motoriknya.

BAB V

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengembangan permainan aktivitas jasmani dalam mengoptimalkan kemampuan fisik motorik anak usia dini menghasilkan beberapa permainan dengan gerakan meniru hewan tertentu, adapun permainan jasmani yang dikembangkan adalah: 1) Permainan Tubuhku, 2) permainan alat rumahku, 3) Permainan Minumanku, 4) permainan tiru gerak yu, dan 4) permainan buah kesukaanku.
2. Penerapan permainan aktivitas jasmani dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik anak berjalan dengan lancar dan menghasilkan beberapa data yaitu: Hasil uji coba skala kecil menunjukkan bahwa permainan aktivitas jasmani(permainan meniru gerakan hewan) dapat mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini, hal ini ditunjukkan dengan persentase kemampuan fisik motorik anak pada semua permainan meniru gerakan hewan (Pre test) sebesar 59,6 %, pada tahap penerapan permainan (Post Test) terjadi peningkatan persentase kemampuan fisik motorik anak sebesar 21,5%. Hingga pada tahap akhir, perkembangan fisik motorik anak meningkat pada persentase 81,1%.

Produk dari penelitian pengembangan ini yaitu buku panduan permainan aktivitas jasmani dengan judul “Pe 98 in Meniru Gerakan Hewan”.

B. Saran

Adapun saran yang ingin peneliti sampaikan yaitu:

1. Kepada pembaca, semoga penelitian dan buku panduan permainan aktivitas jasmani ini bisa dimanfaatkan sebagai referensi dan sumber bacaan yang baik.
2. Kepada guru dan orangtua, hendaknya guru dan orangtua mau mmberikan stimulasi untuk mengembangkan keterampilan fisik motoriknya salah satunya yaitu bisa dengan menggunakan buku panduan permainan aktivitas jasmani ini.
3. Kepada lembaga paud, hendaknya lembaga PAUD memberikan fasilitas yang memadai untuk mengembangkan keterampilan fisik motorik anak usia dini.

Demikianlah saran dari penulis semoga penelitian dan pengembangan ini bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Dimiyati, Johni. 2013. *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya pada Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Giriwijono, Santosa dan Dikdik Zafar. 2013. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Giriwijono, Santosa dan Dikdik Zafar. 2012. *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. 2008. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hasnida. 2016. *Panduan Pendidik dalam Mengimplementasikan Kurikulum PAUD 2013*. Jakarta: Luxima Metro Media.
- Hurlock, Elizabeth B.1978. *Perkembangan Anak Jilid 1*. Edisi keenam. Jakarta: Erlangga.
- Moeslichatoen. 2004. *Metode Pengajaran Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Patmonodewo, Soemiarti. 2008. *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Santrock, John W. 2011. *Life Span Development(Perkembangan Masa Hidup)*. Diterjemahkan Oleh Benedictine Wisdyasinta. Jakarta: Erlangga.
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan RnD*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yokyakarta: Pustaka Baru Press.

- Suyadi. 2014. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suyadi dan Maulidya Ulfa. 2012. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suyanto, Slamet. 2005. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wiarso, Giri. 2013. *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wiyani, Novan Ardy. 2016. *Konsep Dasar PAUD*. Yogyakarta: Gava Media.
- Yus, Anita. 2012. *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Efrianti, Riza. 2015. *Pengembangan Model Permainan Untuk Pembelajaran Kinestetik Pada Anak Tunanetra*. Tesis tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gustian, Uray. 2014. *Pengembangan Model Pembelajaran Integratif Berbasis Aktivitas Jasmani Untuk Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok B Kecamatan Kasihan Bantul*. Tesis tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pranoto, Nuriddin Widya. 2014. *Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Kasar Siswa Taman Kanak-Kanak Kelompok A*. Tesis tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomer 58 Tahun 2009 tentang standar Pendidikan Anak Usia Dini. Salinan.
- Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomer 146 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini. Salinan.

B.Abduljabar, Dr. *Pengertian Pendidikan Jasmani*, Diakses pada 4 juli 2017 dari http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43540939/Pengertian_Penjas.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1499138429&Signature=JDBpmQVIBajXy2sLsLegMRMu8uE%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DPengertian_Pendidikan_Jasmani.pdf