

KEGIATAN SENTRA OLAH TUBUH DALAM MENSTIMULASI KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK

Afifah Hanum¹; Rohita¹

¹Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al Azhar Indonesia, Jalan Sisingamangaraja Kebayoran baru, Jakarta Selatan 12110

Penulis untuk Korespondensi/E-mail: rohita@uai.ac.id

Abstrak - Motorik kasar adalah bagian dari aktivitas motorik yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Tujuan pengembangan motorik pada anak usia dini yaitu membantu meningkatkan keterampilan fisik motorik anak dalam melatih gerakan motorik kasar dan halus, meningkatkan kemampuan mengelola dan mengontrol gerakan tubuh, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan kuat. Oleh karena itu, keterampilan motorik kasar sangat penting untuk dikembangkan pada anak sejak usia dini untuk persiapan kehidupan di masa dewasanya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kemampuan motorik kasar melalui kegiatan sentra olah tubuh di TK Islam Al Azhar 45 Grand Depok City. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara, observasi dan dokumentasi. Sumber data pada penelitian ini adalah 1 orang kepala sekolah, 1 orang guru dan 12 anak-anak kelompok A3 di sentra olah tubuh Taman Kanak-Kanak Islam Al Azhar 45 Grand Depok City. Hasil dari penelitian ini adalah stimulasi Kemampuan Motorik Kasar melalui pembelajaran sentra olah tubuh di Taman Kanak-Kanak Islam Al Azhar 45 Grand Depok City sudah cukup baik. Hal tersebut dapat tercapai karena terlihat dari 10 dari 12 orang anak mampu mengikuti kegiatan motorik kasar di sentra olah tubuh tanpa bantuan orang lain.

Kata kunci: Motorik Kasar, Sentra Olah Tubuh

Abstract - Gross motor are part of motor activity that includes the skills of large muscles, this movement demands more physical strength and balance, gross motor movements involve the activity of the muscles of the hands, feet, and the entire body of the child. The goal of motor development in early childhood is to help improve children's physical motor skills in training gross and fine motor movements, improve the ability to manage and control body movements, and improve body skills and healthy ways of life so that they can support strong, healthy and skilled physical growth. Therefore, gross motor skills are very important to be developed in children from an early age to prepare for life in adulthood. This study aims to describe gross motor skills through the activities of a body center in the Al Azhar 45 Islamic Kindergarten Grand Depok City. The research method used is qualitative research with a descriptive approach. Data collection techniques used are interviews, observation and documentation. The data sources in this study were 1 headmaster, 1 teacher and 12 children in group A3 in the Al Azhar 45 Islamic Kindergarten Grand Depok City center. The results of this study are Stimulating gross motor Ability through learning the center of the body in Al Azhar Islamic Kindergarten 45 Grand Depok City is good enough, it can be achieved because it can be seen from 10 out of 12 children able to follow gross motor activities at the center of a body center without anyone else's help.

Keywords: Grossmotor, Body Center

PENDAHULUAN

Motorik kasar merupakan gerakan yang terjadi karena adanya koordinasi otot-otot besar. Menurut Masganti (2017) gerakan motorik kasar adalah kemampuan mengubah beragam posisi tubuh dengan menggunakan otot-otot besar. Contoh keterampilan motorik kasar yaitu keterampilan menggunakan otot besar seperti menggerakkan lengan dan berjalan. Pencapaian kemampuan motorik kasar pada anak usia dini meliputi memindahkan otot-otot besar dalam tubuh, khususnya lengan dan kaki secara sadar dan berhati-hati.

Tujuan pengembangan motorik pada anak usia dini yaitu membantu meningkatkan keterampilan fisik motorik anak dalam melatih gerakan motorik kasar dan halus, meningkatkan kemampuan mengelola dan mengontrol gerakan tubuh, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil (Sujiono, 2010). Oleh karena itu, keterampilan motorik kasar sangat penting untuk dikembangkan pada anak sejak usia dini untuk persiapan kehidupan di masa dewasanya

Aspek perkembangan motorik kasar tidak pernah lepas dari setiap gerakan yang anak lakukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti berjalan, berlari, menedang bola, melempar dan menangkap bola. Apabila anak tidak mampu melakukan kegiatan tersebut dengan baik akan berpengaruh dalam kehidupan akan datang. Kurangnya ketrampilan anak dalam berlari, berjalan, menangkap dan melempar bola, dapat berakibat pada rasa percaya diri anak, anak merasa rendah diri, misalnya dalam lomba lari apabila kemampuan berlari anak rendah, maka anak akan tertinggal dengan teman sebayanya. Oleh karena itu, aspek perkembangan motorik kasar harus distimulasi sejak dini, sesuai dengan tingkat pencapaian perkembangan anak sesuai dengan usianya.

Usia 4-5 tahun keadaan fisik anak maupun segala kemampuan anak sedang berkembang cepat. Salah satu kemampuan pada anak TK yang berkembang dengan pesat adalah kemampuan fisik motoriknya.

Perkembangan motorik anak akan terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan yang mereka lakukan.

Perkembangan motorik adalah proses seorang anak untuk terampil mengolah tubuhnya. Umumnya anak usia 4-5 tahun sudah memiliki kematangan syaraf dan otot sehingga mampu menggerakkan anggota tubuhnya untuk melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi baik untuk kecepatan, kerjasama, dan kelincahan. Untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak sebagai upaya meningkatkan perkembangannya, guru maupun pendidik dapat mengoptimalkan kemampuan motorik kasar untuk anak usia dini melalui berbagai aktivitas yang menarik dan menyenangkan.

Menurut Sunardi dan Sunaryo (2007), motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh motorik kasar diperlukan agar anak dapat duduk, menedang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya. Menurut Papalia (2009) keterampilan motorik kasar adalah keterampilan fisik yang melibatkan otot besar. Menurut Santrock (2007) keterampilan motorik kasar adalah keterampilan motorik yang melibatkan aktivitas otot yang besar, salah satu contoh yaitu berjalan. Motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh motorik kasar diperlukan agar anak dapat duduk, menedang, berlari, naik turun tangga, dan sebagainya.

Menurut Rita (2012) motorik kasar adalah kemampuan-kemampuan seseorang yang dipengaruhi oleh faktor-faktor kekuatan, kecepatan, daya tahan dan koordinasi, dengan demikian akan lebih mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Motorik kasar adalah bagian dari aktivitas motorik yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan, gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan dalam

koordinasi, berbagai gerakan motorik kasar yang dicapai anak sangat berguna bagi kehidupannya kelak, seperti merangkak, berjalan, berlari, melompat melempar dan menangkap bola (Eny, 2004).

Dengan demikian definisi motorik kasar yang digunakan dalam penelitian ini adalah Keterampilan yang menggunakan otot kasar yang dikendalikan oleh tubuh. Perkembangan motorik akan terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan ataupun kegiatan yang dapat mereka lakukan. Jadi, jika anak banyak bergerak maka akan semakin banyak manfaat yang dapat diperoleh anak ketika ia makin keterampilan menguasai gerakan motoriknya.

Adapun keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan otot-otot besar dengan menggunakan seluruh tubuh atau sebagian tubuh mereka dengan benar, dengan memperhatikan tahapan belajar motorik, sehingga seseorang dapat melakukan gerakan yang diinginkannya, seperti gerakan koordinasi mata dan kaki serta gerakan kordinasi mata dan tangan, Seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, bersepeda dan sebagainya.

1. Gerak Dasar dalam Motorik Kasar

Menurut Samsudin (2008) terdapat empat macam gerak dasar motorik kasar pada anak, yaitu:

a. Jalan

Jalan merupakan perpindahan berat badan dari satu kaki ke kaki yang lainnya atau salah satu kaki selalu berhubungan dengan lantai. Sewaktu gerakan dilakukan, setiap kaki akan berperan saling bergantian antara kedua fase yaitu fase tumpuan dan fase ayunan. Tumit akan menyentuh terlebih dahulu dan kemudian kaki belakang akan mendorong dan lepas dari lantai, kemudian berat badan selanjutnya dipindahkan dari tumit ke telapak kaki bagian luar, ujung telapak kaki kira-kira selebar bahu. Lengan diayun secara berirama dengan tungkai kaki lengan kanan mengayun ke depan bersamaan dengan kaki kanan.

b. Lari

Lari merupakan kelanjutan dari jalan dengan ciri khusus adanya masa di mana badan seakan dilepaskan dari landasannya (fase melayang dari salah satu kaki. Karena ada saat badan melayang, gerakan itu menjadi kurang stabil dibandingkan dengan berjalan. Pada saat lari dibutuhkan pengendalian terhadap tubuh secara keseluruhan. Joging sebagai salah satu jenis berlari, biasanya dilakukan dengan lebih lambat, lebih banyak pantulan, serta langkah yang relatif lebih pendek. Apabila si anak mampu membawa badannya lebih cepat, maka waktu yang dibutuhkan juga akan makin lama serta langkah yang lebih panjang dan kurang pantulan. Pada usia 5 tahun umumnya anak-anak sudah ampu berlari dengan baik, bahkan sudah memiliki kemampuan dari berlari cepat pada garis yang lurus yang dilanjutkan dengan mengubah arah dengan cepat.

c. Lompat

Meloncat terdiri dari gerakan mengarahkan dan menahan badan di udara sesaat dengan beberapa ciri dasar sebagai berikut; satu atau dua kaki menolak dengan dua kaki mendarat; dua kaki menolak dan mendarat satu kaki. Meloncat umumnya dilakukan dengan tujuan untuk mencapai ketinggian atau jarak. Untuk kedua tujuan di atas, pinggul, lutut dan pergelangan kaki harus dibengkokkan untuk memperoleh gaya yang lebih besar. Oleh sebab itu, meloncat harus dimulai dari posisi sedikit jongkok.

Meloncat untuk mencapai ketinggian, maka lutut harus dibengkokkan, kedua lengan diturunkan dengan kedua siku sedikit dibengkokkan. Saat lutut diluruskan, maka kedua lengan harus diayun ke atas, badan harus benar-benar diluruskan sejauh mungkin di udara. Pendaratan harus dilakukan pada ujung telapak kaki dengan kedua lutut ditekuk untuk meredam gaya benturan ke lantai.

d. Lempar

Melempar merupakan keterampilan manipulatif yang kompleks di mana salah satu atau kedua tangan digunakan untuk melepaskan benda menjauhi badannya ke udara. Sangat tergantung dari berbagai faktor (ukuran tubuh anak, ukuran benda, dan lain-lain), lemparan dapat dilakukan

dari bawah tangan, di atas kepala, melampaui kepala, atau dari samping.

2. Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun

Menurut Santrock (2014), saat berusia 4 tahun anak-anak suka berpetualang dengan kegiatan fisik misalnya mereka mulai berani memanjat atau menuruni tangga dengan satu kaki. Mereka juga mencoba menuruni anak tangga dengan satu kaki. Anak-anak usia 3-4 tahun dapat menaiki tangga, berjalan dengan kaki bergantian, menuruni tangga, melompat, meloncat, melempar, dan menangkap bola dengan tepat, serta menaiki sepeda roda tiga.

Pada usia 5 tahun anak-anak semakin berani mencoba kegiatan-kegiatan yang lebih menantang. Mereka mulai mencoba naik sepeda dan melakukan balapan dengan orangtua atau dengan teman sebayanya. Pada usia 4-5 tahun anak-anak sudah dapat menuruni tangga dengan kaki bergantian, berlari cepat, mencengklang dan melompat dengan satu kaki, melempar dan menangkap bola dengan badan berputar dan memindahkan beban dengan satu kaki, menangkap bola dengan tangan, dan mengendarai sepeda roda tiga dengan cepat dan terampil.

Pencapaian perkembangan motorik kasar pada setiap anak berbeda tergantung pada usianya. Di dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 4-5 tahun, yaitu sebagai berikut :

- a. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang.
- b. Melakukan gerakan menggantung
- c. Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi
- d. Melempar sesuatu secara terarah
- e. Menangkap sesuatu secara tepat
- f. Melakukan gerakan antispasi
- g. Menendang sesuatu secara terarah
- h. Memanfaatkan alat permainan di luar kelas

3. Peran Guru dalam Pembelajaran Motorik di Taman kanak-kanak

Menurut Decaprio (2013), mengajar pembelajaran motorik berbeda jauh dengan mengajar pembelajaran kognitif maupun afektif, baik dari sikap guru, metode mengajar yang dipakai, maupun susasana dan kondisi belajar yang dialami oleh para siswa. Sebelum proses pembelajaran motorik berlangsung ada tiga hal yang harus diperhatikan yaitu pemberian motivasi, penyajian demonstrasi, dan pemberian intruksi.

a. Memberi Intruksi kepada para siswa

Memberikan instruksi kepada para siswa dalam pembelajaran motorik termasuk kemampuan yang harus dikuasai oleh guru. Tujuan utamanya adalah mereka mendapatkan gambaran yang menyeluruh tentang keterampilan motorik yang akan dan sedang dipelajari.

b. Memotivasi Motorik Siswa

Seorang siswa yang mendapatkan motivasi penuh dari gurunya dalam pembelajaran motorik akan selalu menghabiskan waktu dan usahanya untuk melakukan tugas yang dierikan dengan sebaik-baiknya. Contohnya bila pembelajaran motorik berupa pendidikan jasmani yang diterapkan dalam bentuk olahraga sepak bola, maka mereka akan menunjukkan beberapa hal seperti tidak menendang bola secara benar, tidak berlari, bersemangat dalam mencetak gol. Melakukan kegitan bermain bola dengan benar.

c. Penyajian Demonstrasi

Menurut Decaprio (2013), demonstrasi merupakan metode yang paling baik dalam pembelajaran motorik. Penyajian demonstrasi menggunakan alat-alat bantu visual, klip film, demonstrasi secara langsung yang dilakukan oleh guru.

4. Sentra Olah Tubuh

Sentra yang berasal dari *Beyond Centers and Circle Time* (BCCT) merupakan konsep pembelajaran anak usia dini yang resmi diadopsi oleh Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia sejak tahun 2004. Penemu dan pengembang BCCT yaitu Dr. Pamela Phelps,

merupakan tokoh pendidikan di Amerika Serikat yang telah mengabdikan lebih dari 40 tahun di dunia Pendidikan Anak Usia Dini melalui sekolah *Creative Pre School* yang diadopsi dari *Creative Center for Childhood Research and Training (CCCRT)* di Tallahassee, Florida, Amerika.

Menurut Sujiono (2011), *Beyond Center and Circle Time* adalah suatu metode atau pendekatan dalam penyelenggaraan pendidikan anak usia dini dan merupakan perpaduan antara teori dan dalam praktik. Tujuan dari BCCT adalah untuk merangsang seluruh aspek kecerdasan anak (kecerdasan jamak) melalui bermain terarah, menciptakan setting pembelajaran yang merangsang anak untuk aktif, kreatif dan terus berpikir dengan menggali pengalamannya sendiri, dan berpusat pada sentra-sentra kegiatan dan saat anak berada dalam lingkaran bersama pendidik.

Terdapat empat pijakan yang mendukung perkembangan anak di dalam pendekatan sentra, yaitu: 1). Pijakan lingkungan main, 2). Pijakan sebelum main, 3). pijakan selama main, dan 4). pijakan setelah main. Pijakan adalah suatu dukungan yang berubah-ubah yang disesuaikan dengan perkembangan yang dicapai setiap anak yang diberikan sebagai pijakan untuk mencapai perkembangan anak yang lebih tinggi.

a. Pijakan lingkungan main dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut:

- 1) Pengelolaan awal lingkungan main
- 2) Merencanakan densitas dan intensitas pengalaman
- 3) Memiliki bahan-bahan yang mendukung tiga jenis main
- 4) Sensorimotor, pembangunan dan main peran
- 5) Memiliki bahan-bahan yang mendukung pengalaman keaksaraan
- 6) Memberikan dan menata kesempatan main untuk interaksi sosial positif.

b. Pijakan sebelum main adalah kegiatan yang berlangsung di sentra dengan peserta didik dan pendidik bersama-sama duduk melingkar, pendidik menjelaskan tema kegiatan pada hari ini, mengenalkan alat main yang akan

digunakan, menyampaikan aturan main yang digali dari anak, menjelaskan rangkaian waktu main dan mengelola hubungan sosial anak meliputi :

- 1) Pendidik membacakan buku yang berkaitan dengan pengalaman;
- 2) Menggabungkan kosakata baru dan menunjukkan konsep yang mendukung standar kinerja;
- 3) Memberikan ide mengenai penggunaan bahan-bahan;
- 4) Mendiskusikan aturan dan harapan untuk pengalaman main;
- 5) Pendidik menjelaskan rangkaian waktu main;
- 6) Mengarahkan dan mengelola anak untuk hubungan sosial;
- 7) Merencanakan dan merealisasikan urutan main.

c. Pijakan selama anak main adalah kegiatan yang dilakukan saat anak diberikan kesempatan untuk bermain dengan alat main yang telah dipersiapkan sesuai dengan rencana, memberikan kesempatan kepada anak untuk memperkuat hubungan sosialisasi, memperkaya bahasa dan berkomunikasi yang baik. Pendidik melakukan pengawasan kepada anak, membantu anak jika mengalami kesulitan dalam penggunaan alat main lalu mengamati dan mendokumentasikan kemajuan perkembangan anak. Pijakan selama anak main meliputi:

- 1) Memberikan kesempatan kepada anak untuk mengelola dan meneliti pengalaman main mereka;
- 2) Memberikan contoh bagaimana berkomunikasi yang tepat;
- 3) Memperluas bahasa anak;
- 4) Meningkatkan kesempatan anak untuk bersosialisasi;
- 5) Mengamati dan mendokumentasikan kemajuan perkembangan anak.

d. Pijakan setelah main merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mendukung anak dalam mengingat kembali pengalaman main yang telah dilakukan dengan cara memberikan rangsangan berupa pertanyaan-pertanyaan sederhana disamping itu mengajarkan kepada

anak untuk membereskan alat main sebagai pengalaman belajar yang positif, pijakan setelah main meliputi :

- 1) Dukungan kepada anak untuk mengingat kembali pengalaman main.
- 2) Kegiatan membereskan alat main sebagai pengalaman belajar positif.

Seperti model pembelajaran lainnya, model pembelajaran sentra pun memiliki ciri-ciri. Sujiono (2011), menjelaskan ciri-ciri dari model pembelajaran sentra adalah sebagai berikut : Pembelajaran berpusat pada anak; Menempatkan setting lingkungan main sebagai pijakan anak yang penting; Memberikan dukungan penuh kepada setiap anak untuk aktif, kreatif, dan berani mengambil keputusan sendiri; Peran pendidik sebagai fasilitator, motivator, dan evaluator; Kegiatan anak berpusat di sentra-sentra main yang berfungsi sebagai pusat minat; Memiliki standart prosedur operasional yang baku; Pemberian pijakan sebelum dan setelah anak bermain dilakukan dalam posisi duduk melingkar.

Model pembelajaran sentra memiliki istilah densitas dan itensitas. Intensitas adalah sejumlah waktu yang dibutuhkan anak untuk pengalamannya, sedangkan densitas adalah berbagai macam cara setiap jenis bermain yang disediakan untuk mendukung pengalaman anak. Konsep Intensitas menekankan pada sejumlah waktu yang dibutuhkan anak untuk berpindah melalui tahap perkembangan kognisi, sosial, emosi, dan fisik yang dibutuhkan agar dapat berperan serta dalam keberhasilan sekolah di kemudian hari. Sedangkan konsep Densitas menekankan pada kegiatan yang berbeda yang disediakan untuk anak oleh orang dewasa di lingkungan anak usia dini. Salah satu sentra yang tersedia adalah sentra olah tubuh.

Olah tubuh adalah bagaimana cara menggunakan organ tubuh untuk mencapai elastisitas dan fleksibilitas tubuh sehingga mampu menciptakan setiap gerak. Olah tubuh ini penting karena berkaitan dengan penampilan fisik. Subagiyo (2010), menuliskan bahwa olah tubuh adalah berbagai macam kegiatan yang digunakan

mengolah dan melatih tubuh. Sementara itu yang dimaksud Sentra olah tubuh yaitu merupakan sentra bermain yang lebih banyak menggunakan fisik. Sentra olah tubuh memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan motorik kasar, dimana anak diajak untuk bermain dengan berbagai rintangan seperti melewati papan titian, balap karung, holahop dan lain-lain yang berhubungan dengan fisik. (Tim penulis TK Al-Hikmah: 2013)

Pada kegiatan di sentra olah tubuh anak diajak melakukan gerakan dan permainan-permainan yang bersifat fisik untuk melatih kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi dan keseimbangan tubuh. Bentuk kegiatannya: merayap, merangkak, melompat, berjalan dan berlari dengan berbagai teknik yang bervariasi. Tujuan dan manfaat sentra olah tubuh adalah mengembangkan motorik kasar anak, mengoptimalkan potensi anak dalam kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik, maupun merangsang anak untuk aktif, kreatif, dan berpikir dengan menggali pengalaman sendiri dan didukung oleh sarana dan prasaran yang memadai. Adapun pralatan yang digunakan dalam kegiatan sentra olah tubuh adalah: papan titian, holahup, sepeda roda 3 dan 2, trampolin, bola, dll.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian pendekatan deskriptif adalah data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka (Moleong, 2011). Penelitian yang dipilih disesuaikan dengan tujuan peneliti yaitu untuk mendeskripsikan bagaimana peranan sentra olah tubuh dalam menstimulasi motorik kasar anak di TK Islam Al Azhar 45 Grand Depok City.

Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer dalam penelitian ini yaitu 12 anak kelompok A3 yang berada di sentra olah tubuh, kepala sekolah, dan guru sentra olah tubuh. Sedangkan data sekunder dalam penelitian ini adalah hasil dokumentasi aktivitas 12 anak kelompok A3 saat proses

pembelajaran di sekolah selama satu hari, RPPM, RPPH dan penilaian.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis menggunakan teknik analisis data Model Interaktif dari Miles and Huberman (Sugiyono, 2014) yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Taman Kanak-Kanak Islam Al Azhar 45 Grand Depok City adalah lembaga pendidikan Islam yang dikelola oleh Yayasan Pendidikan Budi Insan Cendikia bekerjasama dengan Yayasan Pesantren Islam Al Azhar Kebayoran Baru, Jakarta. TK Islam Al Azhar 45 memiliki sarana dan prasarana yang memadai adapun prasarana sekolah yaitu: Ruang kelas sentra digunakan sebagai alat yang secara langsung maupun tidak langsung digunakan untuk menunjang jalannya proses pendidikan guna mencapai tujuan dalam pendidikan, meliputi: Gedung sekolah, Ruang Kepala Sekolah, Ruang Guru, Ruang UKS, Ruang Kelas, Musollah, Ruang Audio Visual dan Perpustakaan, Ruang Sebaguna, Ruang Menari, Kamar Mandi, Lahan Parkir, Play Ground, Stadion, Lapangan dan Masjid

Model pembelajaran yang digunakan TK Islam Al Azhar 45 Grand Depok City adalah model pembelajaran Sentra. Pada dasarnya seluruh sentra haruslah menstimulus 6 aspek perkembangan anak (moral agama, fisik motorik, sosial emosional, kognitif, bahasa, dan seni), dan pembagian sentra-sentra main ini adalah untuk mengkategorikan variasi bentuk permainan yang menstimulus aspek perkembangan tersebut. Bentuk stimulus seluruh aspek tersebut dimulai dari anak datang (ikrar, kegiatan pembuka/*morning meeting*), kegiatan inti (sentra) dan penutup. Jenis-jenis sentra yang terdapat di TK Islam Al Azhar 45 Grand Depok City: sentra makro, sentra mikro, sentra agama, sentra seni, sentra persiapan, sentra balok, sentra bahan alam, sentra olah tubuh dan sentra teknologi informasi.

1. Proses Pelaksanaan Kemampuan Motorik Kasar di Sentra Olah Tubuh

Proses pelaksanaan kegiatan sentra olah tubuh di TK Islam Al-Azhar 45 Grand Depok City

dilakukan setiap hari pukul 09:30-11.00. Observasi pada penelitian ini mulai dilakukan pada hari Rabu karena pada hari Senin dan Selasa sekolah sedang diliburkan sehingga kegiatan observasi dilakukan pada hari Rabu 2 Mei 2018. Kegiatan Sentra Olah Tubuh diikuti oleh kelompok A3 yang berjumlah 12 anak yang di dalamnya terdapat 7 anak perempuan dan 5 anak laki-laki. Sentra olah tubuh dilaksanakan di luar kelas. Adapun kegiatan yang dilakukan adalah: Bermain Bola Keranjang, Katak melompat, Menyusun Menara, dan ketangkasan Hulahup kegiatan.

Pijakan Lingkungan Main dimulai pukul 09:30-09:50 WIB, pada pijakan lingkungan main guru mempersiapkan media dan alat main yang akan digunakan dalam kegiatan sesuai dengan RPPH, selanjutnya guru menata media dan alat bermain di lapangan. Adapun gambar penataan lingkungan main seperti di bawah ini:



Gambar 1. Pijakan lingkungan main

Pijakan yang kedua adalah pijakan sebelum bermain, dimana guru bersama anak-anak duduk membuat lingkaran, selanjutnya memberi salam dan menanyakan kabar anak-anak. Guru kemudian meminta anak untuk memperhatikan teman-temannya untuk mengetahui siapa saja yang tidak hadir, lalu guru menjelaskan kepada anak cara bermain.

Setelah itu, guru memberikan 4 kosa kata pada anak. Kosa kata yang disebutkan adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan tema atau pembelajaran pada hari itu. Guru akan mengulang-ulang kosa kata dan setelah anak-anak hafal guru bertanya dan anak yang bisa menjawab boleh

memilih teman bermain berdua sampai bertiga. Setelah itu anak boleh langsung bermain.



Gambar 2. Pijakan sebelum main

Guru menjelaskan 4 kegiatan main kepada anak yaitu:

a. Bola Keranjang

Guru menjelaskan 4 kegiatan main kepada anak pada kegiatan pertama yang dijelaskan oleh guru adalah permainan bola keranjang. Pada permainan ini guru menjelaskan bahwa permainan bola keranjang dimainkan 4 orang, cara bermain bola keranjang adalah anak-anak mengambil bola yang ada di bawah keranjang lalu anak melemparkannya ke dalam keranjang dengan cara melompat.



Gambar 3. Saat menjelaskan bermain bola keranjang

b. Katak Melompat

Kegiatan kedua yang dijelaskan oleh guru adalah permainan katak melompat. Pada permainan ini guru menjelaskan bahwa permainan katak melompat dimainkan dimainkan 3 orang. Cara permainan ini adalah anak-anak mengambil katak mainan yang sudah disediakan oleh guru di dalam piring plastik, lalu anak melompat mengarahkan katak mainan dari tempat 1 ke tempat 2 sesuai

jarang yang ditentukan oleh guru dengan cara melompat meniru gerakan katak melompat.



Gambar 4. Saat menjelaskan bermain katak melompat

c. Menyusun Menara

Pada kegiatan ketiga yang dijelaskan oleh guru adalah Menyusun Menara. Pada permainan ini guru menjelaskan bahwa permainan Menyusun Menara dimainkan 3 orang. Cara permainan ini adalah anak menyusun menara dari tempat 1 ke tempat ke 2 dengan cara berlari bolak-balik membawa kaleng bekas minuman lalu menyusun sebuah menara sesuai yang dicontohkan oleh guru. Pijakan yang ketiga adalah pijakan selama main, yang dilakukan pada saat itu adalah guru mengingatkan anak-anak kembali bagaimana cara bermain balok serta peraturan bermain di sentra. Selain itu guru juga melakukan penilaian terhadap bangunan yang disusun oleh anak-anak.



Gambar 5. Saat Menjelaskan Bermain Menyusun Menara

d. Ketangkasan Hulahup

Pada kegiatan keempat yang dijelaskan oleh guru adalah Permainan Ketangkasan Hulahup. Pada permainan ini guru menjelaskan bahwa permainan Ketangkasan Hulahup dimainkan 3 orang. Cara permainan ini adalah setiap anak mempunyai 2 hulahup. Anak-anak masuk ke dalam lingkaran hulahup pertama lalu hulahup kedua dipindahkan ke depan, selanjutnya anak melompat berpindah ke hulahup depan, diulangi hingga mencapai garis finish.



Gambar 6. Saat menjelaskan bermain hula hop

Pijakan yang ketiga adalah pijakan selama main dimana anak diberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan bermain yang sudah disediakan yaitu bola keranjang, lompat katak, menyusun menara, dan ketangkasan hulalup. Pada pijakan selama bermain, anak dapat berkomunikasi dengan temannya. Ketika anak melakukan kegiatan dalam pijakan saat main, guru melakukan pengawasan dengan cara berkeliling. Pada saat berkeliling guru melakukan penilaian kepada anak. Alat penilaian yang digunakan berupa ceklis. Penilaian tersebut mengacu kepada aspek perkembangan motorik kasar, STPPA dan Kurikulum.

Pada saat berkeliling guru juga memberikan motivasi, mengamati dan mendokumentasikan perkembangan anak, guru tidak lupa mengingatkan anak dengan cara memberitahukan kepada anak, 5 menit sebelum kegiatan bermain usai



Gambar 7. Anak bermain bola keranjang



Gambar 8. Anak Bermain Lompat Katak



Gambar 9. Anak Bermain Menyusun Menara



Gambar 10. Anak Bermain Ketangkasan Hulahup

Pukul 10:45-11:00 yang dilakukan guru pada saat itu adalah recalling, guru bertanya apa yang sudah dibuat dan membiarkan anak bercerita kegiatan apa saja yang sudah dilakukan. Setelah waktu bermain habis guru menginformasikan kepada anak-anak untuk melakukan beres-beres mengembalikan membereskan alat dan media bermain, dikembalikan ke ruang sentra Olah Tubuh lalu dilanjutkan dengan membaca doa dan pulang.



Gambar 11. Anak beres-beres alat dan media

Tabel 1. Hasil Observasi Kegiatan Sentra Olah Tubuh

Nama	Bola Keranjang				Katak Melompat				Menyusun Menara				Ketangkasan Hula Hup			
	la	lo	le	ja	la	lo	le	ja	la	lo	le	je	la	lo	le	ja
Hitosi		√	√						√							√
Daffa			√	√					√							√
Shakeel			√	√					√							√
Ichi		√	√					√	⊗							√
Keenan		√	√					√	√							√
Aleya		√	√					√	√							√
Clarista		√	√					√	√							√
Faishya		√	√					√	√							√
Hafidzah		√	√					√	⊗							√
Jasmin		√	√					√	√							√
Kiara		√	√					√	√							√
Nayla		√	√					√	√							√

Ket: la:Lari, Lo:Lompat, Le: Lempar, Ja:Jalan

Ket: √: mampu melakukan kegiatan sendiri, ⊗ : masih perlu bantuan guru

Hasil penelitian selama proses kegiatan pelaksanaan kemampuan motorik kasar di sentra olah tubuh di TK Islam Al Azhar 45 yaitu: bola keranjang, melompat katak, menyusun menara dan ketangkasan hulahup, keempat kegiatan ini mengandung unsur gerak dasar yaitu lari, jalan, lompat, lempar. Hal tersebut sesuai dengan

pendapat Samsudin (2008). Menjelaskan 4 gerak dasar yaitu lari, jalan, lompat dan lempar. Akan tetapi dari 4 kegiatan bermain yang dilakukan di TK Islam Al Azhar 45 hanya menggunakan 1-2 gerak dasar, sehingga stimulasi yang diberikan kurang maksimal.

Terkait dengan kegiatan yang diberikan yaitu bola keranjang, melompat katak, menyusun menara dan ketangkasan hulahup. Keempat kegiatan tersebut mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 4-5 yaitu :

- Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb
- Melakukan gerakan menggantung
- Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi
- Melempar sesuatu secara terarah
- Menangkap sesuatu secara tepat
- Melakukan gerakan antisipasi
- Menendang sesuatu secara terarah
- Memanfaatkan alat permainan di luar kelas

Metode yang digunakan dalam menjelaskan permainan di Sentra Olah Tubuh adalah metode demonstrasi, tanya jawab, pengamatan dan praktek langsung, di awal kegiatan guru membukanya dengan kegiatan demonstrasi dan tanya jawab. Sudah sesuai menurut Menurut Decaprio (2013: 101-104), bahwa dengan penyajian demonstrasi merupakan media yang paling baik dalam pembelajaran motorik. Alat dan media yang digunakan sudah sesuai dengan standar yang ada sesuai dengan anak usia dini.

2. Peran Guru Selama Pelaksanaan kegiatan Kemampuan Motorik Kasar di Sentra Olah Tubuh

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada kegiatan sentra olah tubuh guru telah melakukan peranya yaitu: pertama guru memberikan penjelasan cara bermain di pijakan sebelum main dengan cara demonstrasi, guru menjelaskan langsung cara bermain dengan alat dan bahan yang sudah guru sediakan. Selanjutnya guru memberikan intruksi kepada anak pada saat

pijakan sebelum main ketika guru menjelaskan cara bermain pada anak. (CD 3.14). Selain intruksi dan demonstrasi guru juga memberika motivasi kepada anak pada saat pijakan selama main contohnya, ketika ada anak yang belum bisa melakukan kegiatan di sentra olah tubuh guru memberikan semangat kepada anak agar anak bisa melakukan kegiatan yang diberikan oleh guru, memberikan intruksi kepada anak.

Hasil penelitian proses pelaksanaan kegiatan di sentra olah tubuh guru sudah melakukan perannya terlihat saat guru memberikan motivasi dan intruksi kepada anak. Peran guru dalam memberikan motivasi ke anak dengan cara memberikan motivasi kepada anak ketika ada anak yang belum bisa melakukan kegiatan di sentra olah tubuh guru memberikan semangat kepada anak itu agar anak tersebut bisa melakukan kegiatan yang diberikan, seperti pada kenyataannya yang terjadi saat obaservasi ketika H tidak bisa mengikuti kegiatan menyusun menara guru meberikan motivasi kepada H dan menjelaskan ulang cara bermain yang tidak bisa diikuti oleh H.

Guru memberikan instruksi kepada anak, yang belum bisa mengikuti kegiatan sentra olah tubuh dengan benar sesuai dengan instruksi yang diberika jika anak bisa melakukan dengan benar maka dapat dilihat bahwa motorik kasar anak tersebutbut berkembang dengan baik. Selanjutnya guru menggunakan metode penyajian demonstrasi dalam menjelaskan permainan pada saat pijakan sebelum bermain guru menjelaksan denga menggunakan alat dan media secara langsung. Guru memberikan arahan dari setiap tempat bermain dalam menjelaskan permainan. Guru menyampaikan informasi tentang aturan permainan.

Peran guru terlaksana pada saat proses kegiatandi sentra olah tubuh berlangsung .Hal ini sudah sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh Decaprio (2013) peran guru dalam pembelajaran motorik di Tk adalah yaitu pemberian motivasi (Seorang siswa yang mendapatkan motivasi penuh dari gurunya dalam pembelajaran motorik akan selalu menghabiskan waktu dan usahnya untuk

melakukan tugas yang dierikan dengan sebaik-baiknya), penyajian demonstrasi, (Demonstrasi merupakan media yang paling baik dalam pembelajaran motorik. Penyajian demonstrasi menggunakan alat-alat bantu visual, klip film, demonstrasi secara langsung yang dilakukan oleh guru dan pemberian intruksi.)

3. Faktor Pendukung dan Penghambat Dalam Kegiatan Motorik Kasar di Sentra Olah Tubuh

Berdasarkan hasil wawancara, faktor pendukung dan faktor penghambat di kegiatan motorik kasar di sentra Olah Tubuh di TK Islam Al Azhar 45 Grand Depok City terlaksana dengan dipengaruhi beberapa faktor pendukung dan penghambat. Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan, yang menjadi faktor pendukung kegiatan motorik kasar di sentra olah tubuh adalah sarana dan prasarana, yang mendukung seperti tempat bermain anak yang alat dan bahan main serta kerjasama antar pendidik. Disamping faktor pendukung, masih ada juga faktor penghambat dalam kegiatan motorik kasar di Sentra Olah Tubuh adalah kurangnya pemahaman guru tentang sentra

Hasil observasi penelitian proses pembelajaran di sentra olah tubuh sudah terlihat cukup baik, sehingga memang tidak terlihat hambatan yang berarti. Namun, permasalahan yang terjadi pada anak disebabkan oleh beberpa faktor, maka sebagai guru sudah seharusnya untuk memperhatikan dan memahami faktor-faktor tersebut agar dapat mengurangi serta mengatasi permasalahan yang terjadi pada anak. Seperti yang dikatakan oleh Kamtini & Husni (2005: 124). Perkembangan keterampilan motorik dipengaruhi oleh faktor kesiapan belajar, kesempatan belajar, kesempatan berpraktik, model yang baik, bimbingan, dan motivasi, dan faktor yang berpengaruh pada perkembangan motorik individu.

Menurut Rahyubi (2012) antara lain: Perkembangan sistem saraf, Kondisi fisik, Motivasi yang kuat, Lingkungan yang kondusif, Aspek psikologis, Usia, Jenis kelamin, Bakat dan potensi. Secara keseluruhan kegiatan yang

diberikan guru mampu dilakukan oleh anak laki-laki maupun perempuan, dengan kondisi fisik yang sehat, motivasi yang kuat yang diberikan oleh guru. Faktor penghambat kurangnya pengetahuan guru tentang model pembelajaran sentra.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan pembahasan pada sub fokus penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: *pertama*, terlihat dari proses kegiatan yang dimulai dari pijakan lingkungan main, pijakan sebelum main, pijakan selama main dan pijakan setelah main pada kegiatan sentra olah tubuh. Dari 4 gerakan yang ada guru sudah melakukan 1-2 gerakan, dari 12 anak 10 anak dapat melakukan kegiatan sentra olah tubuh dengan baik tanpa bantuan sehingga dapat dikatakan motorik kasar anak dalam kegiatan sentra olah tubuh berkembang dengan baik hal itu juga dapat dilihat dari kegiatan selanjutnya jika anak dapat melakukan kegiatan selanjutnya maka motorik kasar anak sudah terstimulus oleh kegiatan sentra olah tubuh dan didukung oleh saran dan prasarana yang menunjang. Sesuai dengan usia anak dan aman untuk anak sesuai dengan usianya.

Kedua, guru berperan penting dalam meningkatkan motorik kasar anak dilihat dari guru memberikan kegiatan di sentra Olah Tubuh secara menarik dan fokus kepada anak, guru menyampaikan cara bermain dengan demonstrasi langsung menggunakan alat dan media, guru memberikan intruksi kepada dan memberikan motivasi kepada anak yang belum mampu mengerjakan permainan. Dengan begitu guru sangat berperan penting dalam merangsang motorik kasar anak di sentra olah tubuh.

Ketiga, faktor pendukung kegiatan motorik kasar di sentra olah tubuh adalah sarana dan prasarana, seperti tempat bermain anak. Alat dan bahan main dan didukung oleh alat dan media bermain yang menunjang. Tidak ditemukan hambatan yang berarti dalam merangsang motorik kasar di sentra olah tubuh karena proses kegiatan yang diterapkan sudah cukup baik.

Adapun saran yang dapat diberikan adalah: *pertama*, Kegiatan di sentra olah tubuh lebih di modifikasi atau lebih bervariasi bentuk kegiatannya, dalam satu kegiatan terdiri dari 3-4 gerak dasar; *kedua*, Untuk penelitian selanjutnya di harapkan lebih mendalam dalam melakukan penelitian tentang sentra olah tubuh. *Ketiga*, hendaknya memfasilitasi guru untuk mengikuti pelatihan dan seminar terkait pembelajaran sentra, agar setiap guru memiliki kesaamaan baik pemahaman maupun penerapan dalam setiap pembelajaran yang diberikan ke anak

DAFTAR PUSTAKA

- Bambang, Sujiono. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas
- Bety, Janie J. (2014). *Observasi Perkembangan Anak Usia Dini*. (Alih Bahasa: Arif Rakhman). Jakarta: Kencana.
- Decaprio, Richard. (2013). *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: DIVA Press
- Depdiknas. (2009). *Pedoman Penerapan Pendekatan "Beyond Center and Circle Time (BCCT)"*. Jakarta: Direktorat PAUD, Ditjen PNFI.
- Gallahue, David L. & John C. Ozmun. (2006). *Understanding Motor Development: Infant, Children, Adolescent, Adults*. New York: McGrawHill.
- Hasan, Maimunah. (2010). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Diva Press.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik*. Bandung: Nusa Media.
- Allen, K.E., Marotz, L.R.. (2010). *Profil perkembangan anak: prakelahiran hingga usia 12 tahun*. Jakarta: Indeks.
- Samsudin. (2007). *Pembelajaran motorik di taman kanak-kanak*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Sujiono, Y.N. (2011). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Sukanti, E.R. (2007). *Perkembangan motorik*. Yogyakarta: UNY.
- Toho, C.M., Gustaf. (2004). *Perkembangan motorik pada masa anak-anak*. Jakarta: Proyek Pengembangan dan Keresasian Kebijakan Olahraga, Dirjen Olahraga.

Universitas Al Azhar Indonesia. (2011). *Pedoman penulisan skripsi Universitas Al Azhar Indonesia*. Jakarta: UAI.

Sujiono, Y.N. (2011). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: PT Indeks.

Pengertian Olah Tubuh :

<https://teaterku.wordpress.com/2010/03/20/pengertian-olah-tubuh/> Diakses pada tanggal 20 Februari 2018.