

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dipilih karena penelitian ini mempunyai beberapa keunggulan, diantaranya penelitian yang dilakukan tergolong tidak mengganggu proses pembelajaran di sekolah, justru membantu untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B di Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung. Penelitian ini dapat dilakukan dengan mengajar sekaligus meneliti secara bersamaan sehingga mudah dilakukan oleh guru/ peneliti dan tidak mengganggu jam kerja guru. Data hasil penelitian yang akan dipaparkan adalah data hasil rekaman tentang aktivitas penerapan lari estafet yang menyangkut pelaksanaan tindakan.

Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar ini memiliki 4 orang tenaga mengajar dan Kepala RA Al Fajar dengan 4 ruang kelas yang terdiri dari kelompok A 2 kelas dan Kelompok B 2 kelas. Kelas A1 memiliki peserta didik 17 anak, Kelompok A2 memiliki peserta didik 16. Sedangkan kelompok B1 memiliki peserta didik 16 anak dan kelompok B2 memiliki peserta didik 17 anak. Dalam penelitian ini, peneliti melaksanakan penelitian pada Kelompok B1 yang terdiri dari 10 anak laki-laki dan 6 anak perempuan.

1. Paparan Data Kegiatan Pra Tindakan

Kegiatan dimulai dari seminar proposal yang dilakukan pada hari Kamis tanggal 17 Oktober 2019 yang diikuti 14 mahasiswa semester 7 bersama seorang dosen pembimbing. Setelah seminar proposal dilakukan, peneliti segera mengajukan surat izin penelitian ke kantor Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan dengan persetujuan dosen pembimbing. Pada tanggal 25 Oktober 2019 peneliti menyerahkan surat penelitian kepada Kepala RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung yaitu Ibu Hj. Binti Maratus Sholikhah, S.Ag. untuk meminta izin dan persetujuan untuk melaksanakan penelitian di lembaga tersebut. Peneliti juga menyampaikan rencana kegiatan penerapan lari estafet anak kepada guru pendamping kelas B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung. Akhirnya beliau menyetujuinya dan menyarankan agar segera melakukan tindakan penelitian tersebut. Maka peneliti dan guru sepakat bahwa penelitian akan dilaksanakan pada jam olah raga yaitu mulai hari Sabtu tanggal 31 Oktober 2019, dilanjutkan penelitian pada siklus 1 pertemuan 1 pada hari Senin tanggal 4 Nopember 2019. Siklus 1 pertemuan 2 pada hari Kamis tanggal 7 Nopember 2019. Siklus 2 pertemuan 1 pada hari Jumat tanggal 8 Nopember 2019 dan siklus 2 pertemuan 2 pada hari Selasa tanggal 12 Nopember 2019. Setelah itu peneliti melakukan wawancara dengan kepala RA Al Fajar Tugu tentang perkembangan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B pada tahun pelajaran 2019./2020.

Berikut ini kutipan wawancara dengan kepala Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung:

Pembelajaran belum sepenuhnya difokuskan pada upaya penerapan motorik kasar karena di lembaga tersebut juga mengembangkan kemampuan fisik motorik halus seperti menulis dan mewarnai kaligrafi, juga aspek perkembangan lainnya seperti aspek kognitif, Bahasa, social emosional dan aspek perkembangan seni. Pembelajaran yang dilaksanakan masih belum maksimal karena waktu bermain di sekolah lebih sedikit daripada di rumah sehingga perlu diperhatikan orangtua dan diperkenalkan permainan dengan pembelajaran oleh guru sejak anak usia dini.

Selain melakukan wawancara pada kesempatan tersebut peneliti juga menyampaikan bahwa yang akan bertindak sebagai pelaksana tindakan adalah peneliti sendiri serta sebagai mahasiswa IAIN Tulungagung bertindak sebagai observer yaitu mengamati kegiatan penerapan lari estafet anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu, sedangkan aktivitas peneliti akan diamati guru. Untuk mempermudah pengamatan, peneliti menyediakan lembar observasi tentang kisi-kisi instrument penerapan lari estafet dengan rubrik kriteria penilaian tentang kemampuan kekuatan, keseimbangan dan kecepatan lari estafet dengan diawali penelitian Pra Tindakan.

Hari Kamis tanggal 31 Oktober peneliti melakukan Pra Tindakan lari estafet. Kegiatan yang diamati mulai dari kegiatan awal, anak-anak diajak berbaris, masuk kelas, salam dan berdoa. Kemudian kegiatan inti dimulai dari kegiatan baris-berbaris dan pemanasan di halaman sekolah. Kemudian anak diajak berkompetisi untuk lari cepat. Setelah itu apresepsi kegiatan penerapan lari estafet/ lari bersambung yang dilaksanakan satu tim pelari, misal 4 orang dengan memberikan balok tongkat estafet secara

sambung menyambung antar pelari pada jarak tertentu untuk memberikannya. Guru memberi pengarahan, contoh dan melatih anak untuk menerapkan lari estafet dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pelari pertama memiliki start yang baik sebagai pemberi tongkat saja. Pelari kedua dan ketiga bertanggungjawab sebagai penerima dan pemberi pada pelari berikutnya. Pelari ini memiliki daya tahan lari. Sedangkan pelari keempat/ terakhir sebagai penerima saja untuk berlari sampai finish.

Hasil penelitian Pra Tindakan anak kelompok B1 bahwa 2 anak atau 10% dari 16 anak sudah baik kekuatan dan keseimbangannya dan 6 anak atau 40% dari jumlah anak berada pada kriteria cukup baik kekuatan dan keseimbangannya dan 8 atau 50% anak belum/ kurang baik.. Indikator hasil belajar adalah lari estafet, sedangkan indikator proses penelitian adalah jika ketuntasan belajar anak dalam menerapkan lari estafet mencapai 75% dari jumlah anak yang diteliti mendapat nilai 75.

Berikut ini Tabel Hasil Observasi Pra Tindakan

No	Uraian	Keterangan
1	Jumlah anak kelompok B	16
2	Nilai rata-rata anak kelompok B	46,875
3	Jumlah anak kriteria yang baik	2
4	Jumlah anak kriteria yang kurang baik	8
5	Ketuntasan belajar	12,5%

(Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran)

Berdasarkan hasil tabel tersebut di atas, peneliti berkeinginan untuk memperbaikinya dengan melanjutkan penelitian penerapan lari estafet pada siklus pertama dengan 2 kali pertemuan.

1. Paparan Data Pelaksanaan Tindakan Siklus I

Pelaksanaan penelitian Siklus I sebanyak dua kali pertemuan yaitu pada hari Senin tanggal 04 Nopember dan hari kamis tanggal 07 Nopember 2019. Pada pertemuan pertama peneliti menjelaskan cara tentang lari estafet sehingga anak dapat melakukan pengembangan fisik motorik kasar sesuai kemampuan kekuatan, keseimbangan dan kecepatan berlari. Pada pertemuan pertama anak mencoba lari tanpa membawa tongkat estafet. Kemudian pada pertemuan kedua anak menggunakan tongkat estafet dan belum adanya *reward*.

a. Tahap Perencanaan (*Plan*) Tindakan

Perencanaan dilakukan sebelum memulai kegiatan pembelajaran.

Peneliti menyusun dan mempersiapkan instrument penelitian:

- 1) Menyusun Rencana Program Pembelajaran Harian
- 2) Menyiapkan media pembelajaran antara lain tongkat estafet, tali untuk garis batas lari estafe, peluitt dan sebagainya.
- 3) Menyusun lembar observasi penelitian tentang kemampuan kekutan,keseimbangan dan kecepatan lari estafet.

b. Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pertemuan Pertama

Pelaksanaan pada hari Senin tanggal 04 Nopember 2019 dilaksanakan pada pukul 07.30-11.30 WIB di RA AL Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung.

Kegiatan Awal (30menit)

Peneliti memulai kegiatan awal pada pembelajaran ini dengan mengucapkan salam,kegiatan baris-berbaris, berdoa, hafalan surat-surat pendek dan doa sehari-hari, apresepsi, menyampaikan tujuan dan materi pembelajaran tentang lari estafet dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung.

Kegiatan Inti

Peneliti memulai proses pembelajaran dengan mengajak anak berbaris di halaman depan ruang kelas. tujuan dari kegiatan motorik kasar adalah untuk merangsang otot-otot besar pada fisik anak terutama untuk kekuatan kaki dan membuat anak menjadi lebih percaya diri. Langkah pertama Guru mengintruksikan anak untuk keluar dari kelas. Langkah kedua sebelum melakukan kegiatan lari estafet peneliti mempersiapkan serangkaian tali untuk garis pembatas. Langkah ketiga guru memberikan penjelasan kepada anak-anak bagaimana cara melakukan lari estafet. Peralatan yang digunakan adalah tongkat estafet. Pada pertemuan awal, anak dibimbing guru untuk membuat tim barisan.

Kemudian guru menjelaskan cara melakukan lari estafet yang benar dan guru demontrasi atau praktek lari estafet terlebih dahulu.

Peneliti mencoba mengajak anak untuk menerapkan lari estafet/ lari bersambung yang dilaksanakan satu tim pelari, misal 4 orang dengan memberikan balok/tongkat estafet yang sambung menyambung antar pelari, yang biasanya pada jarak tertentu untuk memberikannya. Guru memberi pengarahan, contoh dan melatih anak untuk menerapkan lari estafet dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pelari pertama memiliki start yang baik sebagai pemberi tongkat saja. Pelari kedua dan ketiga bertanggungjawab sebagai penerima dan pemberi pada pelari berikutnya. Pelari ini memiliki daya tahan lari.Sedangkan pelari keempat/ terakhir sebagai penerima saja untuk berlari sampai finish. Anak mempraktekkan lari estafet. Dari kelompok B1 itu 1 anak atau 6,25% dari 16 anak itu sangat baik, 6 anak atau 37,5% dari 16 anak sudah baik kekuatan dan keseimbangannya dan 6 anak atau 37,5% dari 16 anak berada pada kriterian cukup kekuatan, keseimbangannya dan 3 anak atau 18,75% dari 16 anak itu belum/ kurang baik kekuatan dan keseimbangannya.

Kegiatan akhir (30 menit)

Kegiatan akhir dilakukan tanya jawab dengan anak, *“apa saja kegiatan hari ini? Apakah menyenangkan dan ingin mencoba lagi?”*.Guru bertanya kepada anak tentang hasil karya anak hari ini dan

memperlihatkan hasil karya anak. Sesudah itu anak-anak bernyanyi bersama sama sebelum pulang, dilanjutkan berdoa, salam dan pulang.

Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 07 Nopember 2019. Kegiatan dimulai pukul 07.30- 11.30 WIB di RA Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung.

Kegiatan awal (30menit).

Kegiatan awal pada pembelajaran ini meliputi kegiatan baris-berbaris, berdoa, salam, hafalan surat-surat pendek dan doa sehari-hari, apresepsi, tanya jawab, bercakap-cakap dan menjelaskan kembali tujuan dan materi pembelajaran tentang lari estafet.

Kegiatan Inti (60 Menit)

Memasuki kegiatan inti, peneliti mengkondisikan anak untuk membentuk satu tim barisan lari estafet. Anak diberi penjelasan kembali oleh guru tentang cara Lari estafet yang benar. Guru juga mengajak anak-anak cara lari estafet yang tepat dengan metode demonstrasi, dikarenakan masih ada beberapa anak yang melakukan belum tepat. Setelah itu guru memberikan intruksi kepada anak-anak untuk bergantian membentuk tim barisan dan menerapkan lari estafet.

Anak-anak melakukan lari estafet dan berhenti pada garis batas berukuran 1 meter. Satu-persatu anak melakukan lari estafet, kemudian menahan saat berhenti lari pada batas barisan anak berikutnya. Karena tergesa-gesa dan kemampuan kaki yang kurang kuat ketika menahan

saat berhenti di garis batas, ada anak *tersandung* lalu terjatuh. Anak yang gagal menerima tongkat estafet karena jatuh diberi kesempatan lagi untuk melakukan yang sebelumnya guru memberikan contoh kembali dengan pelan-pelan agar anak menjadi paham.

Anak-anak yang sudah melakukan atau belum melakukan memberikan semangat kepada teman yang akan melakukan lari estafet. Sehingga anak yang akan melakukan lari estafet menjadi bersemangat dan berhasil menerima tongkat dan lari dengan seimbang.

Kegiatan Akhir (30 menit)

Kegiatan lari estafet setelah selesai maka peneliti membereskan alat yang digunakan. Guru memberikan penjelasan agar esok anak-anak lebih semangat untuk melakukan kegiatan lari estafet dan kegiatan lainnya. Guru mengajak anak untuk menyanyikan beberapa lagu. Kemudian guru berdiskusi dengan anak tentang kegiatan yang sudah dilakukan hari ini. Setelah itu anak-anak duduk rapi, dipimpin oleh seorang teman untuk berdoa, salam dan kemudian pulang.

c. Tahap Pengamatan Tindakan

1). Data Hasil Observasi Siklus I

Observasi merupakan hasil pengamatan dari seluruh kegiatan yang diikuti anak selama melakukan aktivitas lari estafet. Observasi ini dilakukan selama pembelajaran berlangsung. Selama proses pelaksanaan Siklus I selama 2 kali pertemuan berjalan lancar mulai

dari kegiatan awal sampai kegiatan akhir sesuai dengan yang direncanakan. Pelaksanaan pembelajaran pada hari pertama melakukan lari estafet. Anak sebelumnya diberikan penjelasan atau intruksi sebelum melakukan kegiatan lari estafet.

Dilakukan tindakan pada hari pertama, masih banyak anak yang merasa kebingungan bagaimana kegiatan lari estafet. Saat pengkodisian, ada anak yang masih tidak mau untuk ikut melakukan kegiatan, mereka lari-larian keluar dari barisan. Berdasarkan pengamatan dan proses observasi yang dilakukan dalam kegiatan lari estafet ini yang terlihat anak masih belum antusias untuk melakukan kegiatan. Beberapa anak masih malas atau tidak mau untuk ikut melakukan lari estafet sehingga guru harus membujuk agar anak mau melakukan. Pada pertemuan pertama anak yang sudah mau ikut melakukan kegiatan, mereka masih bingung posisi anak ketika memberikan dan menerima tongkat estafet, sehingga guru selalu memberikan contoh berulang-ulang kepada anak.

1) Data Hasil Observasi Kegiatan Peneliti, Kegiatan Anak dan Keaktifan Anak Dalam Pembelajaran

Siklus I dilaksanakan pada tanggal 04 dan 07 Nopember 2019 menunjukkan peningkatan kemampuan anak baik sesuai yang telah direncanakan. Kegiatan observasi yang dilakukan adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar terutama komponen fisik motorik kekuatan dan keseimbangan anak melalui lari estafet dan

mencatat hasilnya pada lembar observasi. Indikator hasil belajar adalah penerapan lari estafet, sedangkan indikator proses penelitian adalah jika ketuntasan belajar anak dalam menerapkan lari estafet mencapai 75% dari jumlah anak yang diteliti mendapat nilai 75. Dalam hal ini peneliti menggunakan rumus:¹

$$P = \frac{\text{Skor yang diperoleh} \times 100\%}{\text{Skor maksimal ideal}}$$

Berikut ini Tabel Data Hasil Siklus I

No	Uraian	Keterangan
1	Jumlah anak kelompok B	16
2	Nilai rata-rata anak kelompok B	57,812
3	Jumlah anak kriteria yang baik dan sangat baik	7
4	Jumlah anak kriteria yang kurang baik	3
5	Ketuntasan belajar	43,75%

(Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran)

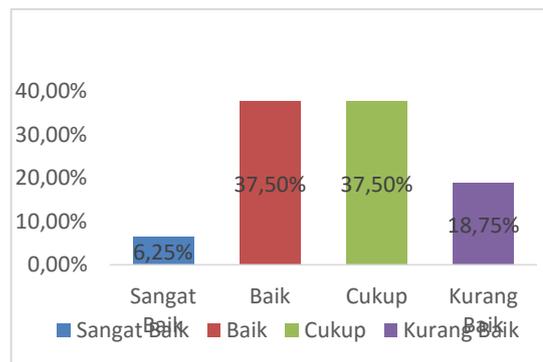
Tabel 5. Rekapitulasi data kumulatif hasil observasi Siklus I

No	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
1	Sangat baik	1	6,25%
2	Baik	6	37,5%
3	Cukup	6	37,5%
4	Kurang	3	18,75%

⁵⁸ Idem, hlm. 38

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dijelaskan bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok B1 Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu ketika lari estafet pada Siklus I adalah:

Kemampuan motorik kasar anak pada saat Siklus I dilaksanakan terdapat dua kali pertemuan, anak yang berada pada kriteria kurang/belum baik yaitu 3 anak dari 16 anak atau 18,75%, pada kriteria cukup baik terdapat 6 anak dari 16 anak atau 37,5%, dan pada kriteria baik terdapat 6 anak dari 16 anak atau 37,5% serta 1 anak dari 16 anak atau 6,25% pada kriteria sangat baik. Berikut adalah grafik persentase hasil observasi Siklus I adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Grafik data kumulatif hasil observasi Siklus I

Berdasarkan persentase yang tergambar pada grafik di atas, anak yang berada pada kriteria sangat baik ada 1 anak dari 16 anak atau 6,25%. Hal tersebut dikarenakan bahwa pada kriteria kekuatan, anak telah mampu untuk lari estafet dengan baik dan cepat. Anak mampu melakukan lari estafet dan berhenti pada garis batas dan

mampu mempertahankan diri pada posisi benar dan tidak terjatuh setelah melakukan lari estafet.

Kriteria baik terdapat 6 anak dari 16 anak atau 37,5%. Hal tersebut dikarenakan anak sudah mampu melakukan lari estafet dengan kekuatan dan keseimbangan yang baik saat berhenti pada garis batas. Pada kriteria cukup baik terdapat 6 dari 16 anak atau 37,5% karena anak sudah mampu melakukan lari estafet dengan kekuatan yang baik akan tetapi belum mampu mempertahankan diri setelah melakukan lari estafet/keseimbangan anak mulai baik, anak tetap pada kotak dan bergoyang-goyang badannya namun tidak terjatuh. Sedangkan anak yang berada pada kriteria belum/kurang baik yaitu 3 anak dari 16 anak (37,5%) karena anak belum mampu dalam kekuatan lari estafet dan belum ada keseimbangan saat berhenti pada garis batas. Anak tersebut melakukan gerakan pelan sehingga jatuh sehingga anak dibimbing oleh guru dalam melakukan lari estafet. Aspek keseimbangan anak setelah melakukan lari estafet langsung berlari begitu saja, sampai ada anak yang tersoyok-soyok.

Tabel 6. Perbandingan Hasil Observasi Pra Tindakan dengan Siklus I

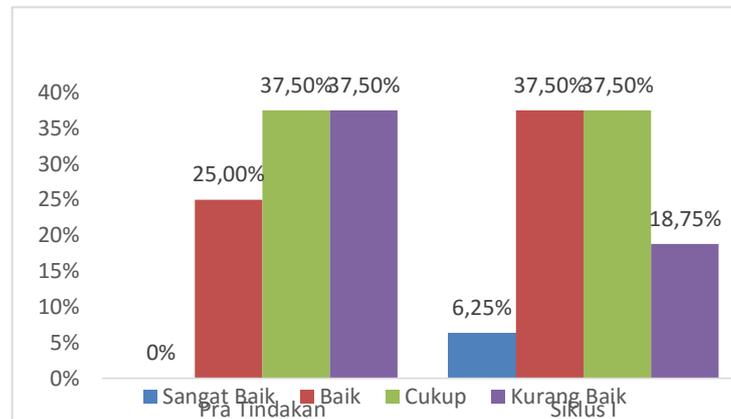
Pra Tindakan			Siklus I		
Sangat baik	-	Kriteria	Jmlh anak	Persents	Kriteria
Baik	4	25%	Baik	6	37,5%
Cukup	6	37,5%	Cukup	6	37,5%
Kurang baik	6	37,5%	Kurang baik	3	18,75%

Berdasarkan tabel perbandingan motorik kasar sebelum pra tindakan dan Siklus satu kemampuan motorik kasar anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung:

Kemampuan motorik kasar anak pada pelaksanaan pra tindakan yaitu, anak yang berada pada kriteria baik adalah 4 anak dari 16 anak atau 25%, anak berada pada kriteria cukup adalah 6 anak dari 16 anak atau 37,5% dan pada kriteria kurang baik adalah 6 anak dari 16 anak atau 37,5%. Sedangkan kemampuan motorik kasar anak pada tahap pelaksanaan Siklus I yang dilakukan selama dua kali pertemuan, anak yang berada pada kriteria sangat baik ada 1 anak dari 16 anak atau 6,25%, anak yang berada pada kriteria baik ada 6 dari 16 anak atau 37,5%. Anak yang berada pada kriteria cukup terdapat 6 anak dari 16 anak atau 37,5% dan anak yang berada pada kriteria belum/kurang baik ada 3 anak dari 16 anak atau 18,75%.

Pelaksanaan pra-tindakan hasil kemampuan motorik kasar anak belum mencapai indikator keberhasilan yang ditentukan. Pada Siklus I yang dilaksanakan untuk memperbaiki kemampuan motorik kasar anak, mengalami peningkatan sedikit demi sedikit pada setiap anak, akan tetapi hal tersebut belum mencapai indikator keberhasilan yang ditentukan oleh peneliti yaitu 75% atau 10 anak dari 16 anak yang berada pada kriteria baik dan 2 anak dari 16 anak berada pada kriteria sangat baik.

Hasil perbandingan antara kemampuan motorik kasar kegiatan pra tindakan & Siklus I dapat digambarkan pada grafik (Gambar 5):



Berdasarkan gambar grafik di atas dapat dilihat bahwa terjadi adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak dari pra tindakan dan Siklus I. Dari hasil penelitian tersebut maka dapat diuraikan tentang terjadinya peningkatan dari pra tindakan terhadap Siklus I, yaitu sebagai berikut:

Gambar grafik di atas terlihat adanya peningkatan, kemampuan motorik kasar terutama komponen fisik motorik, kekuatan dan keseimbangan anak mengalami peningkatan. Peningkatan yang terjadi pada anak dikarenakan ketika anak melakukan kegiatan lari estafet, perlahan anak sudah mau diatur atau dikondisikan, sehingga ketika guru memberikan contoh secara berulang-ulang anak dapat melihat dengan baik. Peningkatan anak tidak terlepas dari kemampuan anak sendiri. Dikarenakan anak sudah melakukan lari estafet secara berulang dan kemampuan otot-otot kaki anak yang

sudah kuat. Adanya peningkatan dari pra tindakan ke Siklus I yaitu 25% atau 4 anak dari 16 anak ke 43,75% atau 7 anak dari 16 anak berada pada kriteria baik namun hal tersebut belum mencapai indikator yang ditentukan oleh peneliti yaitu 75% anak atau 12 anak dari 16 anak berada pada kriteria baik, sehingga perlu adanya upaya peningkatan selanjutnya untuk meningkatkan unsur yang menunjang kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan lari estafet, yaitu dengan membuat 4 tim barisan dengan jumlah yang sama.

2) Hasil Wawancara

Wawancara dilaksanakan pada akhir pertemuan I siklus yaitu tanggal 4 Nopember 2019. Peneliti melakukan wawancara dengan guru pendamping kelompok B tentang upaya guru untuk mengembangkan kemampuan fisik motoric kasar melalui lari estafet.

Berikut ini kutipan wawancara:

Guru memberikan motivasi dan dukungan kepada anak dan berusaha melatih/ membimbing anak semaksimal mungkin sesuai kemampuan anak dalam kekuatan, keseimbangan dan kecepatan anak dalam melakukan lari estafet agar anak mampu berkembang dengan baik dan benar. Guru juga memberikan reward bagi anak yang melakukan lari estafet dengan baik.

Hasil wawancara tersebut dapat diketahui bahwa pembelajaran lari estafet dapat diterapkan pada anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung dengan motivasi, bimbingan guru secara berulang-ulang agar anak mampu berkembang dalam kemampuan fisik motorik kasar.

3) Hasil Catatan Lapangan

Catatan lapangan ini digunakan untuk mencatat hal-hal penting yang tidak ada pada lembar observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Adapun hal-hal yang dicatat adalah sebagai berikut:

- a) Anak bersemangat ketika guru/ peneliti mengajak untuk melakukan lari estafet.
- b) Ada sebagian kecil dari 16 anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung itu sulit untuk diajak kerjasama untuk melakukan lari estafet dalam tim barisan.

d. Refleksi Tindakan Siklus I

Kegiatan refleksi yaitu kegiatan yang dilakukan oleh guru dan peneliti setelah melakukan kegiatan lari estafet. Hasil observasi yang diperoleh dipergunakan sebagai pedoman guru dan peneliti dalam melakukan refleksi. Refleksi memiliki tujuan untuk mencapai indikator keberhasilan yaitu 75%. Refleksi juga memiliki manfaat lain yaitu untuk mengetahui kendala dan masalah yang terjadi selama melakukan penelitian siklus I.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di Siklus I, bahwa ternyata kegiatan lari estafet yang sederhana mampu untuk membuat anak ingin melakukan berulang-ulang. Anak senang melakukan kegiatan lari estafet tersebut. Setelah dilakukan refleksi pada Siklus I, dapat diperoleh informasi bahwa kegiatan lari estafet mampu

menarik perhatian anak, walau kegiatan lari estafet merupakan kegiatan motorik kasar yang sederhana.

Anak sangat antusias terhadap kegiatan lari estafet tersebut. Kegiatan lari estafet mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, selain itu anak juga belajar bagaimana bersikap sabar saat mengantri giliran. Dari kegiatan ini, anak-anak saling memberikan dukungan ke satu anak dan anak lain. Refleksi yang dilakukan pada Siklus I dipergunakan untuk melakukan perbaikan dan sebagai pijakan untuk pelaksanaan Siklus selanjutnya.

e. Hipotesis Tindakan Siklus I.

Berdasarkan hasil refleksi yang sudah dilakukan pada Siklus I dapat diajukan hipotesis tindakan bahwa kemampuan motorik kasar, yaitu komponen fisik-motorik terutama kekuatan dan keseimbangan anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung belum mencapai indikator keberhasilan kemampuan yang ditetapkan. Oleh karena itu kegiatan lari estafet perlu dilanjutkan pada tindakan Siklus II dalam upaya meningkatkan kemampuan komponen fisik- motorik kekuatan dan keseimbangan anak. Hipotesis pada tindakan Siklus I bahwa kemampuan motorik kasar pada anak Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung dapat ditingkatkan melalui kegiatan lari estafet dengan perbaikan-perbaikan antara lain:

(1) melakukan pemanasan sebelum kegiatan; (2) adanya motivasi dari guru berupa *reward*; (3) pemberian demonstrasi atau contoh secara berulang-ulang oleh guru saat memberikan dan menerima benar tongkat estafet (4) cara agar tidak jatuh saat berhenti di garis batas.

3. Paparan Data Pelaksanaan Tindakan Siklus II

Pelaksanaan tindakan Siklus II dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, yaitu mulai tanggal 08 Nopember dan 12 Nopember 2019.

a. Tahap Perencanaan (*Plan*) Tindakan

Perencanaan dilakukan sebelum memulai kegiatan pembelajaran. Peneliti menyusun dan mempersiapkan instrument-instrument penelitian:

- 1). Menyusun Rencana Program Pembelajaran Harian
- 2). Menyiapkan media pembelajaran antara lain tongkat estafet, tali untuk garis batas lari estafe, peluitt dan sebagainya.
- 3)..Menyusun lembar observasi penelitian tentang kemampuan kekutan,keseimbangan dan kecepatan lari estafet.

Pada tindakan ini dilakukan adalah anak melakukan lari estafet dengan jarak 10 meter. Anak melakukan satu persatu, anak berbaris dalam 1 tim sesuai urutan I. Diberikan *reward* kepada anak yang bisa lari estafet dengan baik. Guru memberikan pijakan jarak dengan memberi tanda atau batas.

Perencanaan dilakukan sebelum memulai kegiatan pembelajaran peneliti dan guru menentukan tujuan dan materi tentang lari estafet. Langkah selanjutnya adalah mempersiapkan instrumen penelitian, yang akan digunakan untuk mencatat hasil obeservasi sama seperti Siklus sebelumnya. Kemudian peneliti dan guru mempersiapkan alat yang akan digunakan dalam pelaksanaan tindakan Siklus II. Upaya perbaikan yang telah dijabarkan pada Siklus sebelumnya akan dilaksanakan pada tindakan Siklus II.

b. Tahap Pelaksanaan Penelitian Siklus II

Pelaksanaan tindakan Siklus II dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan yaitu pada tanggal 08 Nopember dan 12 Nopember 2019.

Pertemuan Pertama

Pelaksanaan Siklus II pertemuan 1 dilaksanakan pada hari Jumat, 08 Nopember 2019 pukul 07.30-10.00 WIB. Jumlah anak sebanyak 16 anak, terdiri dari 10 anak laki-laki dan 6 anak perempuan.

Kegiatan Awal (30menit)

Peneliti memulai kegiatan awal pada pembelajaran ini dengan mengucapkan salam, kegiatan baris-berbaris, dan berdoa. Selanjutnya guru menjelaskan tujuan, materi kegiatan hari ini yaitu tentang penerapan lari estafet .

Kegiatan Inti (60 menit)

Sebelumnya guru mengajak anak berbaris menjadi dua barisan menuju lapangan untuk bermain sejenak membentuk lingkaran dan berputar. Kegiatan ini akan menunjang anak agar bersemangat melaksanakan lari estafet. Sementara peneliti mempersiapkan area yang akan digunakan yaitu tetap menggunakan tongkat estafet akan tetapi jarak lari estafet 10 meter dan barisan dibuat menjadi empat kelompok hal ini agar lebih efektif. Digunakan *reward* setelah anak berhasil Pada Siklus II pertemuan 1 anak-anak sangat bersemangat karena pada Siklus ini apabila anak mampu melewati atau mengikuti kegiatan lari estafet dengan baik dan saat berhenti pada garis batas, anak mampu bertahan tanpa jatuh. Oleh karena itu mereka akan mendapatkas *reward* dari guru.

Siklus II pertemuan 1 banyak anak yang sudah bersemangat untuk melakukan lari estafet, hal ini dikarenakan adanya motivasi dari guru dan teman-teman yang lain untuk melakukan lari estafet dengan berulang-ulang. Bagi anak yang sudah melakukan lari estafet tetap membuat barisan di depan seperti barisan semula, kemudian anak melakukan lari estafet sekali lagi. Situasi kegiatan sudah terkontrol dengan baik, anak-anak mudah dikondisikan. Selesai melakukan kegiatan lari estafet

anak-anak dipersilahkan oleh guru untuk kembali ke tempat duduk mereka masing-masing dan istirahat sebentar.

Kegiatan akhir (30 menit)

Kegiatan akhir dilakukan tanya jawab dengan anak, *“apa saja kegiatan hari ini? Apakah menyenangkan dan ingin mencoba lagi?”*. Sesudah itu anak-anak bernyanyi bersama sama sebelum pulang, lalu dilanjutkan berdoa, salam dan pulang.

Pelaksanaan Tindakan Siklus II Pertemuan Kedua

Siklus II pertemuan 2 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 12 Nopember 2019 mulai pukul 07.30-11.30 WIB. Jumlah anak pada hari itu adalah lengkap 16 anak. Terdiri dari 6 anak perempuan dan 10 anak laki-laki.

Kegiatan awal(30menit)

Kegiatan awal pada pembelajaran ini meliputi kegiatan baris-berbaris, salam, berdoa, hafalan surat-surat pendek dan doa sehari-hari, lalu berdiskusi dan menjelaskan dampak sebelum dan sesudah melakukan lari estafet. Kemudian dilanjutkan dengan mengabsen siswa, lalu mengajak anak bersiap-siap untuk melakukan kegiatan inti yaitu penerapan lari estafet.

Kegiatan Inti (60 menit)

Guru mengajak anak-anak keluar kelas menuju lapangan. Sementara peneliti mempersiapkan area yang akan digunakan yaitu tetap menggunakan tongkat estafet akan tetapi jarak lari

estafet 10 meter dan barisan dibuat menjadi empat kelompok hal ini agar lebih efektif. Digunakan *reward* setelah anak berhasil Guru menjadi intrukstur di depan anak untuk melakukan pemanasan dengan gerakann pertama mengangguk anggukan kepala, tengok kanan dan tengok kiri, membungkuk badan, dan pemanasan kaki sebanyak 1 kali 8 hitungan per gerakan. Pemanasan bertujuan untuk melemaskan otot-otot kaki agar kaki menjadi lebih kuat untuk menumpu, badan anak agar tidak kaku, serta untuk membuat anak lebih bersemangat.

Pada Siklus II pertemuan 2 setelah melakukan pemanasan guru mengkondisikan anak untuk membentuk barisan kembali. Barisan terdiri satu baris dan sesuai dengan nomor absen anak. Konsep lari estafet pada pertemuan ini adalah satu barisan tersebut dibagi kembali menjadi empat barisan yaitu nomor absen 1-4 dan nomor absen 5-8. selanjutnya nomor absen 9-12 dan nomor absen 13-16. Pada Siklus II pertemuan 2 ini jarak antara awalan dan tumpuan sama dengan sebelumnya yaitu 10 meter. Pada kegiatan ini anak-anak semakin bersemangat karena sudah melakukan berulang-ulang sebelumnya dan tumpuan kaki anak semakin kuat dan ketika mendarat sudah seimbang.

Siklus II pertemuan kedua anak sudah mampu untuk dikondisikan, tidak gaduh dan mengikuti apa yang dikatakan guru. Anak-anak melakukan satu persatu untuk lari estafet dan

setiap anak yang akan lari diberi motivasi dari guru dan teman-teman yang lain agar anak semakin semangat. Pada Siklus II pertemuan kedua ini semua anak sudah mampu melakukan lari estafet dan sudah seimbang setelah melakukan lari sehingga anak dinilai telah mampu bertahan saat berhenti pada garis batas tanpa terjatuh. Sementara kolabolator mencatat hasil tindakan.

Kegiatan lari estafet berhasil dilaksanakan pada Siklus II, anak-anak mulai sudah tahu bagaimana lari agar tidak jatuh ketika berhenti pada garis batas dengan mempertahankan tubuh dengan seimbang. Oleh karena itu mereka akan mendapatkas *reward* dari guru. Selesai melakukan kegiatan lari estafet anak-anak dipersilahkan oleh guru untuk kembali ke tempat duduk mereka masing-masing dan istirahat sebentar.

Kegiatan Akhir (30 menit)

Pada kegiatan akhir dilakukan tanya jawab tentang dampak sebelum dan sesudah melakukan kegiatan lari estafet. Setelah itu guru menunjuk seorang anak untuk memimpin doa di depan kelas. Berdoa selesai, anak tetap duduk ditempatnya masing-masing dan guru membagikan *reward* gambar bintang pada semua anak. Tidak lupa guru/ peneliti mengucapkan terimakasih kepada kepala RA dan guru pendamping. Peneliti juga bangga kepada anak kelompok B yang mau melakukan lari estafet dengan

penuh semangat. Satu persatu anak dipanggil, bersalaman dengan guru dan peneliti dan kemudian pulang.

c. Observasi Tindakan Siklus II

1) Data Hasil Observasi siklus II

Observasi merupakan hasil pengamatan dari seluruh kegiatan yang diikuti anak selama melakukan aktivitas lari estafet. Observasi ini dilakukan selama pembelajaran berlangsung. Peneliti mengamati semua yang menyangkut dengan penelitian. Selama proses pelaksanaan Siklus II selama 2 kali pertemuan berjalan lancar mulai dari kegiatan awal sampai kegiatan akhir sesuai dengan yang direncanakan. Sementara kolabolator mencatat semua hasil pada semua tindakan di lembar observasi.

Siklus ke II sejak pertemuan pertama, anak-anak sudah menunjukkan peningkatan kekuatan dan keseimbangan dalam lari estafet. Siklus II ini anak sudah mau melakukan sendiri lari estafet tanpa dibantu guru. Kegiatan observasi yang dilakukan adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar terutama komponen fisik motorik kekuatan dan keseimbangan anak melalui lari estafet dan mencatat hasilnya pada lembar observasi. Indikator hasil belajar adalah penerapan lari estafet, sedangkan indikator proses penelitian adalah jika ketuntasan belajar anak

dalam menerapkan lari estafet mencapai 75% dari jumlah anak yang diteliti mendapat nilai 75. Peneliti menggunakan rumus:²

$$P = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal ideal}} \times 100\%$$

Berikut ini Tabel Data Hasil Siklus II

No	Uraian	Keterangan
1	Jumlah anak kelompok B	16
2	Nilai rata-rata anak kelompok B	71,875
3	Jumlah anak kriteria yang baik dan sangat baik	12
4	Jumlah anak kriteria yang cukup baik	4
5	Ketuntasan belajar	75%

(Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran)

2) Data Hasil Observasi Kegiatan Peneliti, Kegiatan Anak dan Keaktifan Anak Dalam Pembelajaran

Observasi ini dilakukan selama pembelajaran berlangsung. Peneliti mengamati semua yang menyangkut dengan penelitian. Selama proses pelaksanaan Siklus II selama 2 kali pertemuan berjalan lancar mulai dari kegiatan awal sampai kegiatan akhir sesuai dengan yang direncanakan. Sementara kolabolator mencatat semua hasil pada semua tindakan di lembar observasi.

Siklus II dilaksanakan pada tanggal 8 dan 12 Nopember 2019 menunjukkan peningkatan kemampuan kekuatan dan keseimbangan anak sudah baik sesuai yang telah direncanakan.

⁵⁸ Idem, hlm. 38

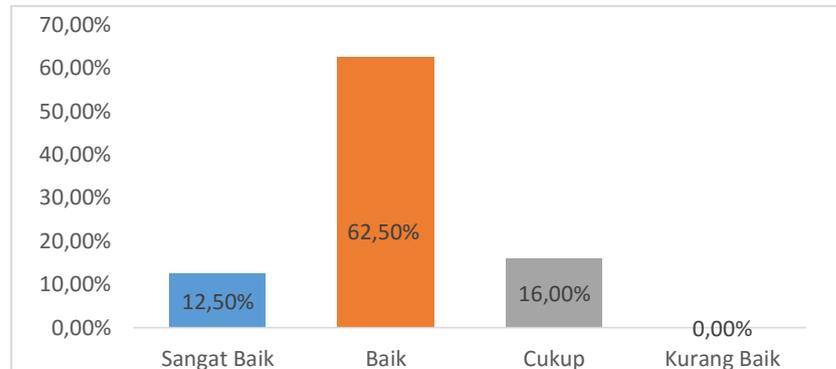
Berikut ini tabel hasil pengamatan yang dilakukan sebelum dan sesudah tindakan:

Tabel 7. Rekapitulasi Data Observasi Komponen Fisik-Motorik Kasar Kekuatan dan Keseimbangan Anak Pada Siklus II:

No	Kriteria	Jumlah Anak	Persentase (%)
1	Sangat baik	2	12,5%
2	Baik	10	62,5%
3	Cukup	4	16%
4	Kurang	-	-

Data observasi motorik kasar anak setelah dilakukan tindakan pada Siklus II kemampuan motorik anak menunjukkan peningkatan secara baik. Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung pada Siklus II yaitu sebagai berikut:

Kemampuan motorik kasar anak pada saat Siklus II, terdapat anak yang berada pada kriteria sangat baik ada 2 anak dari 16 anak atau 12,5%, anak yang berada pada kriteria baik yaitu 9 anak dari 16 anak atau 56,25%. Anak yang berada pada kriteria cukup ada 5 anak dari 16 anak atau 31,25%. Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan pada gambar grafik seperti dibawah ini:



Gambar 6. Grafik data kumulatif hasil observasi Siklus II

Berdasarkan persentase yang terlihat pada gambar grafik di atas, ada 2 anak dari 16 anak atau 12,5% masuk dalam kriteria sangat baik. Hal tersebut dikarenakan sebelum melakukan kegiatan lari estafet guru mengajak anak untuk melakukan pemanasan berupa gerakan-gerakan kecil untuk membuat otot-otot kaki anak menjadi kuat, tubuh anak tidak kaku ketika lari estafet. Pada indikator kekuatan anak sangat baik, dikarenakan pada Siklus ke II ini barisan anak diubah menjadi dua barisan dan setiap barisan didampingi oleh guru agar anak mendapat kesempatan untuk lari lebih banyak dibanding dengan sebelumnya, kekuatan kaki saat melakukan tumpuan sudah kuat. Keseimbangan anak sudah seimbang karena anak mampu mempertahankan posisi tubuh setelah melakukan lari, mendarat tanpa keluar dari garis batas.

Kriteria baik terdapat 10 anak dari 16 anak atau 62,5%. Hal tersebut dikarenakan pada kriteria lari anak sudah maksimal melakukan awalan untuk menolak, akan tetapi ketika hendak lari kurang kuat

dalam menumpu sehingga menyentuh garis batas tersebut. Keseimbangan anak setelah melakukan lari estafet adalah badan anak tidak bergoyang. Sedangkan anak dengan kriteria cukup ada 4 anak dari 16 anak atau 16%. Hal tersebut dikarenakan pada kriteria lari anak sudah maksimal melakukan awalan untuk menolak, akan tetapi ketika hendak lari kurang kuat dalam menumpu sehingga menyentuh garis, batas, badan anak masih bergoyang

3) Hasil Wawancara

Wawancara dilaksanakan pada akhir pertemuan pertama siklus II yaitu pada tanggal 8 Nopember 2019 yang ditujukan kepada guru pendamping kelas B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung. Berikut ini kutipan wawancara tentang hasil penerapan lari estafet pada tahun pelajaran 2019/ 2020:

Alhamdulillah perkembangan fisik motorik kasar anak kelompok B melalui lari estafet pada tahun ini mampu berkembang dengan baik sesuai hasil penelitian berhasil 75% dari 16 anak. Perlu motivasi dan bimbingan dari guru agar anak bisa lebih semangat dalam menerapkan lari estafet agar bisa berkembang lebih baik.

Hasil wawancara peneliti tersebut dapat diketahui bahwa peneliti bisa bekerja sama dengan guru pendamping dan anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung sehingga anak mampu berkembang sesuai harapan dengan kriteria baik.

4) Hasil Catatan Lapangan

Catatan lapangan ini digunakan untuk mencatat hal-hal penting yang tidak ada pada lembar observasi selama proses pembelajaran berlangsung. Adapun hal-hal yang dicatat adalah :

- a) Anak bersemangat ketika guru/ peneliti mengajak untuk melakukan lari estafet.
- b) Ada sebagian kecil dari 16 anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung itu sulit untuk diajak kerjasama untuk melakukan lari estafet dalam tim barisan.

b. Refleksi Tindakan SiklusII

Refleksi pada Siklus II yang dilakukan peneliti dan guru kelas adalah membahas tentang proses pembelajaran yang terjadi ketika dilakukan tindakan. Berdasarkan hasil observasi sesuai instrumen yang ditentukan, maka dapat diketahui indikator keberhasilan mencapai target indikator keberhasilan. Data diperoleh dengan cara menganalisis data bersama guru kelas B untuk berkolaborasi yaitu mengambil keputusan Siklus II. Hal ini didasarkan pada hasil Siklus I yaitu 43,75% (7) anak dari 16 anak kriteria baik sedangkan indikator keberhasilan yang ditetapkan adalah 75% (12) dari 16 anak berada pada kriteria baik sehingga perlu adanya Siklus II ini. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada pelaksanaan Siklus II bahwa tindakan menunjukkan peningkatan dalam motorik kasar anak. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil pelaksanaan tindakan dalam lembar observasi yaitu:

- 1) Kegiatan lari estafet mampu memperkuat otot-otot kaki anak dan keseimbangan anak dan meningkatkan kemampuan motorik kasar, terutama komponen fisik-motorik kekuatan dan keseimbangan anak.
- 2) Jarak lari estafet yang ditempuh adalah 10 meter.
- 3) Pemberian motivasi ke anak mampu membuat anak menjadi dihargai dan anak memiliki motivasi bahwa bisa melakukan. Pembentukan secara berkelompok atau pembagian menjadi empat barisan efektif ketika melakukan lari estafet dikarenakan kesempatan anak untuk lari estafet dalam satu waktu menjadi lebih banyak.
- 4) Penelitian dihentikan pada Siklus II dikarenakan sudah terjadi peningkatan dalam kemampuan motorik anak sesuai kriteria.

Berdasarkan hasil tindakan Siklus II menunjukkan bahwa 75% (12 anak) dari 16 anak berada pada kriteria baik dari indikator keberhasilan yang ditetapkan adalah 75% (12 anak) dari jumlah anak. Dengan demikian hipotesis tindakan yang menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar anak Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung melalui lari estafet, terbukti terjadi peningkatan sesuai indikator keberhasilan yang ditetapkan, untuk itu penelitian Siklus II dihentikan.

c. Kesimpulan Tindakan Siklus II

Hipotesis dalam penelitian ini menyebutkan bahwa kemampuan motorik kasar yang dikembangkan melalui kegiatan lompat

tali. Peningkatan yang dicapai dapat dilihat dari keberhasilan anak pada kondisi awal sebelum tindakan, tindakan Siklus I, dan Siklus II. Hasil peningkatan dapat dideskripsikan sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan hasil kemampuan motorik kasar anak sebelum tindakan diketahui bahwa dalam aspek kekuatan yang diperoleh, yaitu ada 4 anak atau mencapai 25% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria kuat dan pada aspek keseimbangan diketahui ada 4 anak atau mencapai 25% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria seimbang.
- 2) Berdasarkan kemampuan motorik kasar yang dicapai melalui kegiatan lari estafet pada Siklus I pertemuan 1, bahwa pada aspek kekuatan diketahui ada 6 anak atau 37,5% dari jumlah anak memenuhi kriteria kuat atau baik dan aspek keseimbangan diketahui ada 6 anak atau 37,5% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria seimbang atau baik. Pada Siklus I pertemuan 2, aspek kekuatan diketahui ada 7 anak atau 43,75% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria kuat atau baik dan aspek keseimbangan diketahui ada 7 anak atau 43,75% dari jumlah anak yang seimbang atau baik.
- 3) Berdasarkan kemampuan motorik kasar yang dicapai melalui kegiatan lari estafet pada Siklus II pertemuan 1, bahwa pada aspek kekuatan diketahui ada 8 anak atau 50% dari jumlah anak memenuhi kriteria kuat atau baik dan aspek keseimbangan diketahui ada 10 anak atau 62,5% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria seimbang atau baik. Pada Siklus II pertemuan 2, aspek kekuatan diketahui ada

2 anak atau 12,5% dari jumlah anak yang memenuhi kriteria kuat atau baik dan 10 anak atau 62,5% dari jumlah anak memenuhi kriteria kuat sesuai harapan atau baik. Pada aspek keseimbangan diketahui ada 2 anak atau 12,5% dari jumlah anak yang seimbang atau berkembang sangat baik (BSB) dan 10 anak atau 62,5% dari jumlah anak memenuhi kriteria seimbang atau baik, berkembang sesuai harapan (BSH).

Peningkatan keberhasilan tindakan adalah 75% atau 12 anak dari jumlah keseluruhan anak, harus mencapai kriteria baik dalam aspek kekuatan dan keseimbangan. Hasil penelitian akhir pada Siklus II menunjukkan bahwa jumlah anak yang mencapai kriteria mampu rata-rata ada 12 anak atau mencapai 75%. Dengan demikian hipotesis tindakan yang menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar pada anak Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung dapat ditingkatkan melalui kegiatan lari estafet.

A. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Penerapan Lari Estafet Pada Anak Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung

Penelitian ini dilakukan sebagai upaya untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B Raudhatul Athfal

(RA) Al Fajar Tugu melalui penerapan lari estafet. Kemampuan motorik kasar merupakan salah satu aspek yang penting untuk perkembangan dan pertumbuhan anak. Pertumbuhan anak usia dini sangat bergantung terhadap kemampuan motorik kasar yang dilakukannya.

Menggunakan metode lari estafet sebagai pendekatan dalam proses pembelajaran anak di Taman Kanak-kanak/Raudlatul Athfal dapat mengembangkan suasana pembelajaran yang menarik dan menyenangkan, sehingga dapat membantu anak untuk lebih senang dan giat berlatih dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilakukan dengan Pra Tindakan pada tanggal 31 Oktober 2019 dan dilanjutkan dengan dua Siklus yaitu Siklus I sebanyak 2 kali pertemuan yang dilaksanakan pada tanggal 4 Nopember dan 7 Nopember 2019. Untuk perbaikan dilakukan Siklus II yang dilaksanakan 2 kali pertemuan yaitu pada tanggal 8 Nopember dan 12 Nopember 2019. Pada awal dilakukan observasi unsur yang menunjang kemampuan fisik-motorik kasar kekuatan dan keseimbangan anak masih kurang baik. Ketika dilakukan pra tindakan terdapat 6 anak yang tidak mau untuk melakukan gerakan motorik kasar, diantara mereka ada yang berlari-larian atau mengganggu teman sehingga guru perlu memberi motivasi kepada anak agar mau melakukan lari estafet dengan semangat dibantu/dibimbing oleh guru pada siklus I dan siklus II.

Kegiatan lari estafet dalam kegiatan motorik kasar anak diharapkan mampu untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak yaitu kekuatan, keseimbangan dan kecepatan. Adapun langkah-langkah penelitian tentang penerapan lari estafet adalah:

Peneliti mengawali dengan mengucapkan salam, berdoa, lalu mengabsen anak dan menyampaikan tujuan serta materi tentang lari estafet. Kemudian peneliti mengajak anak untuk baris berbaris membentuk tim dengan mengajak pemanasan terlebih dahulu. Selanjutnya peneliti mengajak anak untuk menerapkan lari estafet dengan metode demonstrasi, memberi contoh dan praktek langsung secara berulang-ulang agar anak bisa menerapkan lari estafet secara optimal. Anak-anak merasa senang dan bersemangat dengan motivasi dan bimbingan guru/ peneliti. Peneliti mencoba mengajak anak untuk menerapkan lari estafet/ lari bersambung sejauh 10 meter yang dilaksanakan satu tim pelari secara bergiliran, misal 4 orang dengan memberikan balok/tongkat estafet yang sambung menyambung antar pelari, pada jarak tertentu untuk memberikannya. Guru memberi pengarahan, contoh dan melatih anak untuk menerapkan lari estafet dengan langkah-langkah sebagai berikut: Pelari pertama memiliki start yang baik sebagai pemberi tongkat saja. Pelari kedua dan ketiga bertanggungjawab sebagai penerima dan pemberi pada pelari berikutnya. Pelari ini memiliki daya tahan lari. Sedangkan pelari keempat/ terakhir sebagai penerima saja untuk

berlari sampai finish. Setelah itu peneliti mengakhiri kegiatan dengan tanya jawab, bernyanyi, berdoa dan salam, kemudian pulang. Di sini guru/ peneliti menemukan kendala sebagai berikut:

- a. Guru sulit mengkondisikan anak ketika berbaris. Anak keluar dari barisan dan berlari-larian.
- b. Guru memberikan penjelasan lari estafet hanya pada awal akan dilakukan saja. Pemberian contoh atau demonstrasi hanya dilakukan sekali sebelum anak-anak melakukan lari estafet.
- c. Kurangnya kesempatan anak untuk mencoba sehingga kekuatan kaki anak kurang terlatih dan keseimbangan anak kurang baik untuk melakukan lari estafet.
- d. Guru kurang memberikan *reward* kepada anak sehingga anak kurang motivasi.
- e. Masih sulitnya anak melakukan gerakannya lari di dalam garis batas berukuran 1 meter dan mempertahankan diri pada posisi yang benar/tidak terjatuh setelah melakukan lari estafet. Beberapa anak melakukan kegiatan menggunakan dua kaki pada tumpuan awal.

Melihat adanya beberapa kendala pada Siklus I diatas, maka diperlukan adanya perbaikan dan penyempurnaan dalam penelitian selanjutnya. Perbaikan dan penyempurnaan dilakukan pada Siklus II. Diharapkan dengan Siklus II ini mampu mengatasi kendala tersebut. Guru dan peneliti berdiskusi untuk mencari solusinya.

Adapun langkah-langkah perbaikan yang dilaksanakan adalah pada tindakan Siklus II sebagai berikut:

- a. Guru mengajak anak melakukan pemanasan sebelum melakukan lari estafet dan anak dibentuk menjadi empat tim barisan, jadi setiap anak akan mendapatkan kesempatan lari estafet.
- b. Guru memberikan penjelasan kepada anak tidak hanya diawal kegiatan, tetapi disela-sela ketika anak melakukan kegiatan.
- c. Setiap anak diberi kesempatan untuk melakukan lari estafet sebanyak dua kali kesempatan.
- d. Guru memberikan motivasi berupa *reward* stiker gambar bintang kepada anak setelah anak melakukan kegiatan lari estafet
- e. Guru memberikan demonstrasi atau contoh cara melakukan lari estafet secara berulang-ulang, agar anak lebih memahami cara melakukan lari estafet yang benar.

2. Upaya Untuk Mengembangkan Kemampuan Fisik Motorik

Kasar

Penerapan lari estafet merupakan upaya dalam mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejongan Kabupaten Tulungagung.

Berdasarkan hasil observasi pra tindakan yang dilaksanakan tanggal 31 Oktober 2019 menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak terutama komponen fisik-motorik kekuatan dan keseimbangan dalam lari estafet anak masih kurang baik. Anak masih belum maksimal tentang kekuatan dan keseimbangan serta kecepatan dalam melakukan lari estafet.

Dilihat dari hasil pra-tindakan tersebut maka masih perlu ditingkatkannya kemampuan motorik kasar anak. Diperlukan kegiatan yang sederhana dan menarik untuk mengajak anak agar terlibat langsung didalamnya, kegiatan yang menyenangkan dan membuat anak untuk selalu ingin mengulangnya. Dalam penelitian ini peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui lari estafet secara sederhana dan menyenangkan. Kegiatan lari estafet dapat dilakukan dengan baik oleh anak Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung dengan jarak 10 meter. Kegiatan lari estafet ini sesuai dengan tahap perkembangan anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung, sesuai dengan pendapat Hurlock bahwa bermain merupakan setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa mempertimbangkan hasil akhir.

Menurut Rae Pica bahwa bermain harus tersedia bagi anak-anak. Untuk memastikan bahwa bermain selalu memperoleh bagian dalam kurikulum anak usia dini agar semakin banyak alasan dasar

kita peroleh untuk anak-anak bermain dan semakin kita dapat menolong orangtua, administrator, dan para pembuat peraturan mengerti bahwa bermain adalah hal terbaik bagi anak-anak. Beberapa permainan, seperti keseimbangan tubuh dalam permainan kerja sama, dapat dimainkan dalam waktu 5 menit/ kurang sewaktu anak-anak memerlukan perubahan kecepatan atau anda perlu membuat mereka asyik untuk sementara waktu.³

Kegiatan lari estafet merupakan kegiatan yang sangat sederhana untuk dilakukan anak agar anak merasa senang. Hal ini sependapat dengan Bambang Sujiono yang menyatakan bahwa setiap hari anak harus diberi kesempatan melatih otot-ototnya melalui berbagai kegiatan, termasuk berlari, melompat, berjalan, melempar, dan latihan keseimbangan badan. Bermain di halaman atau lapangan perlu direncanakan dan dilaksanakan setiap hari sehingga anak dapat mengembangkan keterampilan otot-otot besarnya, belajar mengenal alam sekitar dan dapat mengekspresikan diri secara bebas tanpa merasa ada yang membatasi.⁴

Upaya untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung dengan menerapkan lari estafet mulai kegiatan pra tindakan, dilanjutkan kegiatan siklus I dengan melakukan 2 kali pertemuan, lalu untuk perbaikan dilakukan kegiatan siklus II dengan

³ Bambang Sujiono, dkk, *Metode pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan : Penerbit Universitas Terbuka, 2014), hlm. 10-11

⁴ Ibid, Hlm. 6.20

melakukan 2 kali pertemuan. Alhamdulillah anak-anak senang melakukannya dan bersemangat sehingga berhasil melaksanakan dengan kriteria yang baik.

Berikut ini tabel 8 hasil perkembangan lari estafet yang dilaksanakan pada saat Pra Tindakan, Siklus I dan Siklus II:

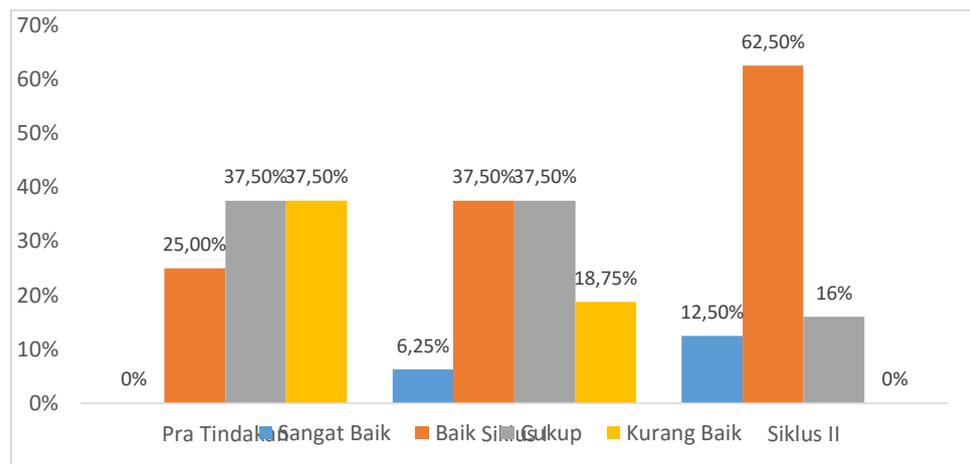
No	Pra Tindakan			Siklus I		Siklus II	
	Kriteria	Jumlah anak	Persentase	Jumlah Anak	Persentase	Jumlah Anak	Persentase
1	Sangat baik	-	-	1	6,25%	2	12,5%
2	Baik	4	25%	6	37,5%	10	62,5%
3	Cukup	6	37,5%	6	37,5%	4	16%
4	Kurang baik	6	37,5%	3	18,75	-	-

Berdasarkan tabel hasil observasi diatas kemampuan motorik kasar anak kelompok B di RA Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung pada saat pra tindakan, Siklus I, dan Siklus II adalah sebagai berikut:

Kemampuan motorik kasar anak ketika kegiatan pra tindakan, anak yang berada pada kriteria baik terdapat 4 anak dari 16 anak atau 25%, anak yang berada pada kriteria cukup ada 6 anak dari 16 anak atau 37,5%, dan kriteria kurang baik ada 6 anak dari 16 anak atau 37,5%. Kemampuan motorik kasar anak pada Siklus I dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan, yaitu dengan hasil anak yang berada pada kriteria sangat baik baru 1 anak dari 16 anak atau 6,25 %. Anak yang berada pada kriteria baik yaitu 6 anak dari 16 anak atau 37,5%,

dan anak yang berada ada kriteria cukup ada 6 anak dari 16 anak atau 37,5% serta anak yang berada pada kriteria kurang baik ada 3 anak dari 16 anak atau 18,75%.Kemampuan motorik anak dilakukan kembali dengan Siklus dengan hasil anak yang berada pada kriteria sangat baik ada 2 anak dari 16 anak atau 12,5%. Anak yang berada pada kriteria baik ada 10 anak dari 16 anak (62,5%) dan kriteria cukup ada 4 anak dari 16 anak (16%).

Uraian perbandingan hasil observasi pra tindakan, Siklus I dan Siklus II pada tabel di atas digambarkan pada grafik ini:



Gambar 7. Grafik perbandingan hasil observasi pra tindakan, Siklus I, II

Data hasil penerapan lari estafet anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung dapat kita ketahui perkembangan kemampuan fisik motorik kasar bahwa anak-anak mampu berkembang sesuai harapan dengan kriteria yang baik.

3. Dampak Penerapan Lari Estafet

Kegiatan lari estafet, otot-otot kaki anak menjadi kuat, serta melatih keseimbangan anak dalam melakukan gerakan. Kegiatan sederhana ini tidak membuat anak bosan karena anak selalu ingin mengulanginya dan membuat anak menjadi lebih percaya diri. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Bambang Sujioano yang menyatakan bahwa anak perlu banyak latihan dan bimbingan dari orang yang lebih dewasa agar setiap anak lebih mampu untuk melakukan gerakan-gerakan secara teratur melalui kegiatan bermain. Mereka harus dibimbing pada saat melakukan setiap kegiatannya agar bisa berpengaruh positif terhadap perkembangan fisiknya, menyenangkan, dan tidak membosankan. Membentuk atau menciptakan berbagai kombinasi dan pengembangan gerakan sambil bermain adalah tugas kita sebagai pembimbing mereka.⁵

Pada masa kanak-kanak, yang perlu diperhatikan adalah pengembangan keterampilan dasar. Harrow dalam Hidayatullah mengemukakan bahwa gerak dasar merupakan pola gerak yang inheren, yang membentuk dasar-dasar untuk keterampilan gerak yang kompleks, yang meliputi gerakan lokomotor (tidak berpindah tempat), gerak lokomotor (berpindah tempat), berkembang menjadi gerakan manipulatif (mengubah sesuatu menjadi hal yang lain).⁶

⁵ ibid

⁶ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral PAUD, *Panduan stimulasi perkembangan motorik kasar anak hebat bergerak aktif*, (Jakarta:Penerbit Balai Pengembangan PAUD, Non Formal Dan Informal (BPPAUDNI) Regional II, 2014), Hlm. 2

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan Siklus I dapat terlihat perolehan anak mengalami peningkatan yaitu 7 anak atau 43,75% dari 16 anak berada pada kriteria baik kuat dan seimbang. Berdasarkan hasil data tersebut maka dilaksanakan perbaikan tindakan selanjutnya karena belum mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu 75% (12 anak) dari jumlah anak pada kriteria baik kuat dan seimbang.

Beberapa kendala yang ditemui pada Siklus I yaitu ada anak yang berlarian sendiri sehingga kesempatan yang dimiliki anak hanya sekali. Anak yang sudah melakukan kegiatan mengganggu teman lain yang belum melakukan. Kurangnya motivasi yang diberikan oleh guru dan kekuatan otot kaki anak yang belum optimal. Kendala Siklus I mampu teratasi di Siklus II.

Agar kondusif guru memecah barisan menjadi empat barisan, dengan jarak lari yang ditempuh 10 meter dan kondisi anak sudah mampu dikontrol oleh guru dan sudah kondusif seperti yang diharapkan. Anak yang sebelumnya tidak mau melakukan lari estafet, hanya mau melihat saja perlahan menjadi mau melakukan. Guru berulang kali memberikan contoh agar kekuatan anak dalam lari estafet bisa optimal, dan ketika mendarat setelah lari keseimbangan anak baik. Konsep melompat yang dirubah, motivasi serta *reward* yang diberikan ke anak untuk menunjang semangat dan tertarik terhadap kegiatan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian pada Siklus II menunjukkan bahwa sebanyak 12 anak atau 75% dari 16 anak sudah kuat dan seimbang berada pada kriteria baik. Dari hasil yang diperoleh tersebut dapat diketahui adanya peningkatan pada kemampuan motorik kasar anak kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Kecamatan Rejotangan Kabupaten Tulungagung. Pemberian *reward* pada Siklus II berupa stiker bergambar buah apel sangat efektif untuk menunjang semangat dan rasa percaya diri anak untuk melakukan lari estafet. Guru juga memberi motivasi berupa lisan. Berdasarkan hasil observasi sebelum tindakan, Siklus I, dan Siklus II, diperoleh hasil peningkatan sesuai indikator yang ditentukan.

Jadi, melalui penerapan lari estafet dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak khususnya unsur kekuatan dan keseimbangan tubuh anak. Semula ada 6 anak dalam kriteria kurang/mulai berkembang akan tetapi guru, orang tua dan lingkungan sekitarnya memberi dukungan/motivasi sehingga anak mau dan giat dalam menerapkan lari estafet sehingga anak tersebut menjadi berkembang sesuai harapan/cukup baik. Sedangkan 8 anak yang lain semula dalam kriteria cukup baik menjadi baik, bahkan 2 anak yang semula dalam kriteria baik dapat berkembang sangat baik.

Berdasarkan hasil penelitian sesuai pendapat Bambang Sujiono mengatakan dengan melakukan lari estafet anak mampu melakukan eksplorasi cara lari cepat, dan cara memasuki garis akhir dengan situasi

yang menyenangkan. Tujuan perlunya aktivitas lari bagi anak yaitu terbentuknya sikap keuletan, ketekunan, percaya diri, mampu bekerja sama dan berani mengambil keputusan dari anak didik melalui nuansa bermain gerak yang dilakukan. Anak mampu menunjukkan manfaat yang diperoleh dari kegiatan lari terhadap perkembangan badannya.⁷

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilakukan pada kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung telah berupaya agar berhasil secara optimal, namun ada kekurangan karena keterbatasan, antara lain:

1. Penelitian ini tidak dapat dilaksanakan dalam waktu yang lama karena keterbatasan waktu pada kegiatan pembelajaran di Kelompok B Raudhatul Athfal (RA) Al Fajar Tugu Rejotangan Tulungagung.
2. Kegiatan lari estafet yang dilakukan sangat sederhana, yaitu anak hanya berlari bersambung, menggunakan tongkat estafet, satu regu 4 anak.
3. Komponen fisik motorik yang diteliti kekuatan dan keseimbangan, masih terdapat komponen lain yang digunakan untuk penelitian selanjutnya.

⁷Bambang Sujiono, dkk, *Metode pengembangan Fisik, Hlm. 6.20-6.21*