

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR  
GERAK DAN LAGU PADA SISWA KELAS III SD NEGERI  
KEPEK KABUPATEN KULON PROGO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh :  
Dhea Deyliana  
NIM 17604224008

**PROGRAM STUDI PGSD PENJAS  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2021**

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR  
GERAK DAN LAGU PADA SISWA KELAS III SD NEGERI  
KEPEK KABUPATEN KULON PROGO**

Oleh :

Dhea Deyliana  
17604224008

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu pada siswa SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon progo tahun 2020.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan model tindakan kelas spiral menurut Kemmis dan Mc Taggart. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kepek pada tanggal 19 Februari 2021 - 23 April 2021. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri Kepek kelas III yang berjumlah 25 siswa. Pengumpulan data yaitu observasi dengan menggunakan *checklist*.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa dari kegiatan gerak dan lagu yang dilaksanakan, perkembangan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek mengalami peningkatan di siklus I peserta didik yang Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 32% anak, sedang kan pada siklus II mengalami peningkatan Berkembang Sangat Baik (BSB) menjadi 92% anak. Kesimpulan jadi 92% anak yaitu berkembang sangat baik (BSB), anak mulai mandiri tanpa dibantu oleh orang tua dan mampu mengkoordinasikan anggota tubuhnya dengan baik serta anak telah mampu konsisten dalam melakukan kegiatan gerak dan lagu. Jadi kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek. Kabupaten Kulon Progo. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek.

***Kata Kunci: motorik kasar, gerak dan lagu, kelas III***

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dhea Deyliana

NIM : 17604224008

Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar  
Melalui Gerak dan Lagu pada Siswa Kelas III  
SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang sepengetahuan saya tidak ada karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim

Yogyakarta, 22 April 2021  
Yang Menyatakan



Dhea Deyliana  
NIM. 17604224008

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**Tugas Akhir Skripsi dengan Judul**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR  
MELALUI GERAK DAN LAGU PADA SISWA KELAS III SD NEGERI  
KEPEK KABUPATEN KULON PROGO TAHUN 2020**

Disusun oleh :

Dhea Deyliana

NIM.17604224008

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan ujian akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 30 April 2021

Mengetahui,

Koordinator program Studi

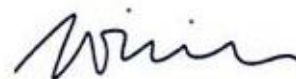
Disetujui,

Dosen Pembimbing



Dr. Hari Yulianto, M. Kes,

NIP. 196707011994121001



Dr. Sri Winarni, M. Pd.

NIP. 197002051994032001

**LEMBAR PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR  
GERAK DAN LAGU PADA SISWA KELAS III SD NEGERI KEPEK  
KABUPATEN KULON PROGO**

Disusun oleh :

Dhea Deyliana  
NIM.17604224008

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada Tanggal 7 Mei 2021

**TIM PENGUJI**

<b>Nama/Jabatan</b>	<b>Tanda Tangan</b>	<b>Tanggal</b>
Dr.Sri Winarni, M.Pd Ketua Penguji/Pembimbing		7/5 2021
Dr.Hari Yulianto, M.Kes Sekretaris Penguji		5/6 2021
Dr. Yudanto, M.Pd Penguji Utama		2/6 2021

Yogyakarta, 9 JUNI 2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan



Prof. Dr. Wawan Sundawan S, M. Ed.  
NIP. 196407071988121001

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puji syukur saya ucapkan kepada Allah SWT yang telah mempermudah dan memberikan petunjuk kepada saya dalam menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta. Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Sutapa dan Ibu Puji Lestari. Terima kasih atas segala semangat, kasih sayang, pengorbanan dan jerih payah Bapak dan Ibu dalam mendidik dan merawat saya dari kecil hingga saya mencapai posisi saat ini. Karya ini saya persembahkan sebagai wujud rasa terimakasih yang tentunya belum sebanding dengan apa yang Bapak dan Ibu berikan selama ini.
2. Kepada adikku Gisti Raditya Wiguna yang selalu memberikan semangat selama saya menjalani studi hingga terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Kepada yang senantiasa menemani serta membantu saya dalam proses pengerjaan skripsi, memberikan inspirasi, motivasi, semangat, dan mendoakan agar dapat berjalan dengan lancar, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat penulis selesaikan dengan baik. Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Upaya Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu pada Siswa Kelas III SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo Tahun 2020” ini penulis kerjakan untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari kerja sama dan bantuan dari pihak lain. Berkenaan dengan hal itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr.Sri Winarni, M.Pd, selaku pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, ilmu, validasi instrumen penelitian serta nasihat dengan sabar dan tanpa lelah hingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes. dan bapak Dr. Yudanto, M.Pd., selaku sekretaris dan selaku penguji yang sudah memberikan korelasi perbaikan secara komperhensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes. dan bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Jurusan POR dan Koordinator Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani beserta dosen, staf dan karyawan yang telah memberikan bantuan serta fasilitas selama proses penyusunan proposal hingga selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan S, M. Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Ibu Murtinah, S.Pd, selaku Kepala sekolah SD Negeri Kepek yang telah memberikan izin dan bantuan kepada saya untuk melakukan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
6. Ibu Sriningsih, A.Ma.Pd, selaku Guru Pendidikan Jasmani SD Negeri Kepek yang telah memberikan bantuan, izin dan semangat selama saya melakukan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
7. Teman-teman yang selalu memberikan bantuan serta semangat selama saya menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan, semangat dan motivasi yang telah diberikan semua pihak dapat bermanfaat dan menjadi amalan baik dan mendapat balasan dari Allah SWT. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 22 April 2021  
Penulis,



Dhea Deyliana

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	I
SURAT PERNYATAAN.....	II
LEMBAR PERSETUJUAN.....	III
LEMBAR PENGESAHAN .....	IV
MOTTO .....	IV
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	V
KATA PENGANTAR .....	VI
DAFTAR ISI.....	VIII
DAFTAR TABEL.....	XI
DAFTAR GRAFIK.....	XII
DAFTAR GAMBAR .....	XIII
DAFTAR LAMPIRAN.....	XIV
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II.....	10
KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Kajian Teori .....	10
1. Pengertian Motorik Kasar.....	10

2.	Keterampilan Motorik Kasar .....	12
3.	Unsur-unsur Keterampilan Motorik Kasar .....	13
4.	Tujuan Keterampilan Motorik Kasar pada Anak .....	14
5.	Fungsi Motorik Kasar .....	15
6.	Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar .....	16
7.	Tahap Belajar Motorik .....	17
8.	Perkembangan Fisik dan Motorik Anak.....	20
B.	Gerak dan Lagu .....	22
1.	Pengertian Gerak dan Lagu .....	22
2.	Tujuan Gerak dan Lagu .....	24
3.	Proses Latihan dan Metode Gerak dan Lagu.....	24
4.	Kelebihan Bermain Gerak dan Lagu .....	25
5.	Kelemahan Bermain Gerak dan Lagu .....	26
C.	Kajian Penelitian yang Relevan .....	26
D.	Kerangka Berpikir.....	27
E.	Hipotesis.....	28
BAB III	.....	28
METODE PENELITIAN	.....	28
A.	Desain Penelitian Tindakan.....	29
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C.	Subjek Penelitian.....	30
D.	Instrumen Penelitian.....	30
E.	Langkah-Langkah Penelitian .....	32
F.	Teknik Pengumpulan Data.....	36
G.	Teknik Analisis Data.....	37
H.	Indikator Keberhasilan .....	38

BAB IV .....	39
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	39
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian .....	66
BAB V.....	68
KESIMPULAN .....	68
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA .....	70

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	31
Tabel 2. Kriteria Pemberian Pencapaian Perkembangan.....	32
Tabel 3. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus I Pertemuan Ke-1.....	48
Tabel 4. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus I Pertemuan Ke-2.....	49
Tabel 5. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus II Pertemuan Ke-1.....	58
Tabel 6. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus II Pertemuan Ke-2.....	59
Tabel 7. Perbandingan Peningkatan Motorik Kasar Siklus I dan Siklus II.....	63

## **DAFTAR GRAFIK**

Grafik 1. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus I Pertemuan Ke-1.....	48
Grafik 2. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus I Pertemuan Ke-2.....	50
Grafik 3. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus II Pertemuan Ke-1.....	58
Grafik 4. Hasil Pengamatan Peningkatan Siklus II Pertemuan Ke-2.....	60
Grafik 5. Perbandingan Peningkatan Motorik Kasar Siklus I dan Siklus II.....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Model Tindakan Kelas Spiral Menurut Kemmis dan Mc Taggart...	29
Gambar 2. Tahap Dalam Siklus Penelitian Tindakan Kelas.....	33
Gambar 3. Kegiatan Gerak dan Lagu Di Media <i>Youtube</i> .....	42

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Gerak dan Lagu.....	73
Lampiran 2. SK Bimbingan Proposal TAS.....	98
Lampiran 3. Kartu Bimbingan TAS.....	99
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	100
Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	101
Lampiran 6. Lembar Penelitian dan Hasil Penelitian.....	102

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Keterampilan motorik anak sekolah dasar pada dasarnya mempunyai kemampuan yang berbeda-beda. Pada anak usia sekolah dasar kelas bawah keterampilan motorik yang dilakukan di sekolah hanya sebatas gerakan itu saja. Umumnya anak usia kelas bawah pada saat melakukan gerakan masih kurang sempurna bahkan masih terdapat anak yang belum bisa melakukannya sama sekali. Keterampilan motorik sangat berguna bagi anak untuk menyelesaikan sebuah kegiatan yang dilakukannya terutama yang berkaitan dengan keterampilannya. Kegiatan yang harus dilakukan menggunakan keterampilan motorik antara lain yaitu melompat, meloncat, berlari, melempar, menangkap, menendang dan masih banyak hal hal yang harus dilakukan dengan keterampilan motorik yang dimilikinya. Keterampilan motorik dapat dilatih dari anak sejak dini supaya pada waktu anak bertumbuh dewasa anak tidak mengalami kesulitan dalam beberapa hal yang akan dilakukannya di masa mendatang.

Motorik terbagi menjadi dua yaitu keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus. Keterampilan Motorik adalah gerakan-gerakan tubuh atau bagian-bagian tubuh yang disengaja, otomatis, cepat dan akurat. Gerakan-gerakan ini merupakan rangkaian koordinasi dari beratus-ratus otot yang rumit. Keterampilan motorik ini dapat dikelompokkan menurut ukuran otot-otot dan bagian-bagian badan yang terkait, yaitu keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) dan keterampilan motorik halus (*fine motor skill*). Secara garis besarnya, urutan perkembangan keterampilan motorik ini

mengikuti dua prinsip. Pertama, prinsip *cephalocaudal* (dari kepala ke ekor), menunjukkan urutan perkembangan, dimana bagian atas badan lebih dahulu berfungsi dan terampil digunakan sebelum bagian yang lebih rendah. Bayi terlebih dahulu belajar memutar kepalanya sebelum belajar menggerakkan kaki dengan sengaja, dan mereka belajar menggerakkan kaki. Kedua, Prinsip *proximodistal* (dari dekat ke jauh), menunjukkan perkembangan keterampilan motorik, dimana bagian tengah badan lebih dahulu terampil sebelum dibagian-bagian sekelilingnya atau bagian yang lebih jauh. Bayi belajar melambaikan keseluruhan lengannya sebelum belajar menggoyangkan pergelangan tangan dan jari-jarinya. Penulis membagi keterampilan motorik menjadi dua bagian, yaitu: 1) keterampilan motorik kasar; 2) keterampilan motorik halus. Keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*), meliputi keterampilan otot-otot besar lengan, kaki, dan batang tubuh, seperti berjalan dan melompat. Sedangkan, Keterampilan motorik halus (*fine motor skill*), meliputi otot-otot kecil yang ada diseluruh tubuh, seperti menyentuh dan memegang. (Desmita, 2013: 97-99).

Perkembangan motorik kasar meliputi kegiatan seluruh tubuh atau bagian tubuh yang melibatkan bermacam-macam koordinasi kelompok otot-otot tertentu. Sedangkan perkembangan motorik halus menggunakan otot halus yang ada pada tubuh siswa, Aspek perkembangan motorik merupakan salah satu aspek perkembangan yang dapat mengintegrasikan perkembangan aspek yang lain. Perkembangan fisik motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh pada anak di usianya. Pada anak usia sekolah dasar mereka memiliki berbagai karakteristik yang berbeda

antara anak satu dengan anak yang lainnya, ada anak yang suka bermain, senang bergerak, senang mencoba hal-hal yang baru dan senang melakukan sesuatu secara langsung. Oleh karena itu, guru sebagai pendidik sebaiknya mengembangkan proses pembelajaran dengan mengaitkan melatih keterampilan motorik anak.

Pendidikan jasmani adalah satu aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang suka rela dan berguna serta berhubungan langsung dengan respons mental, emosional dan sosial (Suhartini, 2011: 152-153). Banyak upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan motorik anak sekolah dasar kelas bawah, salah satunya melalui kegiatan-kegiatan yang menyenangkan salah satunya adalah kegiatan gerak dan lagu. Dalam membentuk keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar, guru dapat melakukan pembelajaran yang bisa meningkatkan keterampilan motorik kasar anak yang dikaitkan dengan kegiatan gerak dan lagu.

Gerak dan lagu merupakan salah satu jenis olahraga yang diiringi dengan lagu yang di kombinasikan dengan sebuah gerakan, maka kegiatan tersebut akan mudah untuk dilaksanakan dan efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani. Gerak dan lagu memiliki banyak unsur yang dapat dilakukan oleh anak-anak untuk melatih keterampilan motorik nya. Di dalam gerak dan lagu dapat berisi gerakan melompat, berjalan di tempat, melangkah ke depan ke belakang, gerakan memutar lengan dan gerakan lain yang bisa meningkatkan keterampilan motorik anak sekolah dasar. Dalam pembelajaran gerak dan lagu banyak sekali anak-anak yang sangat antusias pada saat melakukannya.

Di sekolah dasar pada umumnya hanya melakukan kegiatan senam irama saja per minggunya. Banyak sekali sekolah dasar yang melakukan kegiatan senam irama hanya berdasarkan tren senam yang ada saat ini contohnya senam angguk yang sangat populer di daerah kabupaten Kulon Progo. Kegiatan senam angguk ini mungkin lebih cocok digunakan untuk karakteristik siswa sekolah dasar kelas atas. Untuk siswa sekolah dasar kelas bawah mungkin kegiatan senam angguk tersebut kurang tepat karena kurang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar kelas bawah. Senam irama yang dilakukan juga kurang beragam hanya satu senam saja yaitu senam angguk yang dipelajari dari kelas 1 sampai kelas 6. Senam Angguk termasuk dalam karakteristik senam, maka diperoleh hasil sebagai berikut: Senam Angguk cenderung masuk dalam senam aerobik ringan, dengan intensitas waktu yang relatif pendek (15 menit), dengan tujuan untuk rekreatif, dan dapat untuk menjaga kebugaran lansia muda kurang lebih usia 50 tahun. Namun secara sistematika, gerakan masih banyak yang tidak berurutan (Mulyaningsih, 2017: 12).

Pada saat pembelajaran penjas siswa juga hanya diajarkan senam angguk saja, oleh karena itu senam irama yang diajarkan di SD Negeri Kepek ini kurang bervariasi. Sebagai pendidik untuk bidang jasmani, seharusnya para pendidik bisa membuat gerakan gerak dan lagu yang sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Salah satunya yaitu membuat gerak dan lagu guna untuk menambah keterampilan motorik kasar bagi anak sekolah dasar. Dalam kegiatan gerak dan lagu dapat diberikan gerakan yang menambah keterampilan motorik kasar anak seperti gerakan melangkah ke depan dengan satu kaki, memutar kepala dan lengan, berputar tanpa berpindah tempat dan gerakan gerakan yang mampu menambah keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar.

Pendidik menjadi peran yang sangatlah penting untuk menyalurkan pengetahuan dan melatih para siswa tentang segala hal yang berhubungan dengan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Pendidik dianggap penting karena agar tercapainya tujuan utama dari pendidikan jasmani yaitu untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan sudah tercapainya tujuan tersebut, diharapkan siswa memiliki kebugaran jasmani yang baik akan mampu mengembangkan diri, semangat dalam pembelajaran formal maupun informal, lebih produktif dan semangat dalam mengejar prestasi akademik maupun non akademik.

Pendidik khususnya guru penjas pada umumnya hanya memberikan kegiatan senam irama satu minggu sekali dengan jumlah waktu 30 menit. Kegiatan senam tersebut dilakukan bersamaan dengan semua siswa dari kelas bawah hingga kelas atas. Dan apabila ditinjau di lapangan, kegiatan gerak dan lagu yang dilakukannya pun hanya sebatas gerakan yang sudah pernah dilakukan dan kurang bervariasi, setiap siswa mempunyai keterampilan yang berbeda tetapi dalam kegiatan senam tersebut gerakan yang dilakukan dipukul sama rata untuk para siswa sekolah dasar baik kelas bawah maupun kelas atas. Dalam hal tersebut metode yang digunakan untuk siswa kelas bawah belum sesuai dengan karakteristik yang siswa kelas bawah miliki. Ada sejumlah faktor yang harus mendapat perhatian guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan program pembelajaran senam di sekolah dasar, yaitu: (1) Alat pembelajaran senam umumnya sangat mahal dan banyak membutuhkan tempat penyimpanan; (2) Gerakan dalam senam relatif lebih banyak dibandingkan

dengan kegiatan olahraga lainnya; (3) Banyak gerakan dalam senam yang beresiko tinggi, Suharjana (2011 : 20).

Anak pada usia sekolah dasar kelas bawah pada umumnya masih susah dalam melakukan gerakan senam yang biasa dilakukan tiap minggu nya. Hal tersebut dikarenakan setiap siswa mempunyai keterampilan motorik kasar yang berbeda-beda. Lingkungan yang ada di sekitarnya pun juga bisa mempengaruhi tingkat keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah. Karena pada usia-usia tersebut ada anak yang mau bermain di luar bersama teman-teman yang lain tetapi ada juga anak yang tidak mau bermain di luar dan hanya bermain *gadget* di rumah. Hal tersebut yang kadang membuat anak usia sekolah dasar kelas bawah memiliki keterampilan motorik yang kurang.

Ditinjau ketika di lapangan pada saat peneliti melakukan observasi pra Praktik Kependidikan anak sekolah dasar kelas bawah masih sulit ketika melakukan gerakan yang diperintahkan oleh pendidik. Sebelum gerak dan lagu diberikan, pada saat guru menginstruksikan kepada siswa untuk balik kanan, meloncat dan geser ke samping kanan atau ke kiri, masih terdapat siswa yang bingung dalam melakukannya. Adapun siswa yang mampu melakukannya tetapi gerakan yang dilakukannya masih salah dan ada pula siswa yang tidak bisa melakukannya karena malu dan lain hal.

Pada kondisi pandemi Covid saat ini, tugas yang diberikan oleh guru penjas juga memiliki banyak kendala. SD Negeri Kepek yang terletak di Kulon Progo Yogyakarta juga terdampak pandemi Covid ini, menyebabkan sekolah dasar ini melakukan pembelajaran secara daring. Semua guru tetap masuk pagi pukul 07.00 sampai pukul 13.00 dan setiap paginya guru mengirimkan tugas yang harus

dilakukan oleh peserta didiknya. Aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik pun terpaksa harus dilakukan berbeda seperti biasanya dikarenakan pandemi Covid yang terjadi saat ini. Kegiatan pembelajaran penjas yang dilakukan tiap minggunya harus terpaksa berhenti karena kondisi pandemi saat ini. Jika terdapat indikator pembelajaran yang mengharuskan siswanya untuk melakukan kegiatan gerak dan lagu, maka guru harus mengirimkan terlebih dahulu contoh gerakan senam yang akan dilakukannya. Guru tidak bisa memberikan contoh gerakan yang harus dilakukan secara langsung seperti biasanya karena anjuran pemerintah yang mengharuskan siswa belajar dari rumah. Setelah siswa mendapatkan video gerakan yang telah dikirimkan oleh guru maka siswa dianjurkan untuk mengikuti gerakan yang ada di video tersebut. Dan pada saat melakukan gerakan gerak dan lagu siswa diminta untuk mendokumentasikan berupa video yang nantinya akan dikirimkan kepada guru penjas sebagai hasil nilai mingguan. Hal tersebut sangatlah kurang efektif namun kegiatan pembelajaran harus tetap dilakukan.

Upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas III melalui kegiatan gerak dan lagu diperlukan agar para peserta didik mampu melatih keterampilan motorik dengan kegiatan yang bisa dilakukan walau pun hanya di rumah.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kegiatan senam irama yang kurang bervariasi.
2. Metode pembelajaran untuk kelas bawah belum sesuai dengan karakteristik siswa.

3. Terkendalanya kegiatan pembelajaran penjas saat pandemi Covid.
4. Keterampilan motorik kasar anak kelas bawah masih rendah.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, dengan banyak pertimbangan dan kemampuan peneliti maka penelitian ini dibatasi hanya pada lingkup kelas III SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah dan batasan masalah, maka penelitian ini mengangkat topik “Upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui kegiatan gerak dan lagu pada siswa kelas III SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo.

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keterampilan motorik kasar siswa kelas III SD Negeri Kepek sesudah melakukan kegiatan gerak dan lagu

### **F. Manfaat Penelitian**

#### 1. Secara Teoritis

##### a. Bagi Guru Olahraga

Memberikan informasi mengenai cara dan upaya yang dapat dilakukan untuk melatih dan menambah keterampilan motorik kasar bagi para siswanya

##### b. Bagi Siswa

Dapat melatih keterampilan motorik kasar yang dimilikinya

#### 2. Secara Praktis

Penelitian ini bermanfaat bagi:

- a. Guru, sebagai salah satu masukan untuk evaluasi pembelajaran penjas khususnya kegiatan gerak dan lagu
- b. Sekolah, sebagai tempat yang memberikan wadah bagi perkembangan siswa

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Pengertian Motorik Kasar**

Motorik merupakan sebuah perkembangan pengendalian gerakan tubuh yang melalui gerakan terkoordinasi antara susunan syaraf, otot yang dipengaruhi oleh kematangan anak (Hasnida, 2014). Keterampilan motorik merupakan hasil gerak seorang individu dalam melakukan sebuah gerakan yang bukan gerak dalam kegiatan berolahraga maupun gerak ketika sedang melakukan kegiatan olahraga. Keterampilan motorik anak dapat dilatih dan dikembangkan dengan berbagai banyak hal yang menarik. Keterampilan motorik sangatlah erat kaitannya dengan gerakan gerakan yang dilakukan setiap harinya oleh anak sekolah dasar baik dilakukan ketika pembelajaran berlangsung atau dilakukan ketika bermain di lingkungan sekitarnya. Keterampilan motorik memiliki pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan sebuah aktivitas. Aktivitas-aktivitas tersebut yang dapat membantu berkembangnya pertumbuhan anak pada usia sekolah dasar.

Menurut Bambang dkk, (2012:1.12) “Perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh”. Terampil dalam menggerakan anggota tubuhnya untuk melakukan semua aktivitas yang dilakukannya. Dalam kegiatan gerak dan lagu, terampil sangat digunakan dalam kegiatan tersebut.

Menurut Rini dkk, (2014:3.12) “Perkembangan motorik adalah perubahan secara progresif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang

diperoleh melalui interaksi antara faktor genetik (bawaan) dan kematangan (*maturation*) serta latihan/pengalaman (*experiences*) selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/ pergerakan yang dilakukan”.

Menurut Hurlock dalam (Marliza, 2012) “perkembangan motorik adalah suatu perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi”. Sedangkan menurut Beaty, (2013:236) “Perkembangan motorik halus melibatkan otot-otot halus yang mengendalikan tangan dan kaki, terkait dengan anak kecil sebaiknya memberikan perhatian lebih 8 kepada kontrol, koordinasi, dan ketangkasan dalam menggunakan tangan dan jari”.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh dan proses berkembang sejalan dengan kematangan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Perkembangan motorik terbagi menjadi 2 macam bagian, yaitu motorik kasar dan motorik halus

Menurut Arif (2013) motorik kasar merupakan gerakan tubuh seseorang pada saat memukul, melempar, menendang yang harus membutuhkan pengorganisasian otot-otot besar disertai dengan penggunaan tenaga yang banyak. Dalam setiap aspek keterampilan motorik kasar membutuhkan pengorganisasian gerak otot, baik dalam aspek tempat dan waktu. Gerakan-gerakan yang melibatkan sebagian atau semua anggota badan yang membutuhkan perorganisasian otot-otot besar disertai dengan penggunaan tenaga yang cukup banyak untuk mencapai tujuan keterampilan yang meliputi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif.

Perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap,serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar, Sujarwo (2013). Perkembangan motorik merupakan salah satu aspek pertumbuhan anak-anak yang sangat jelas dan terlihat, kadang-kadang kita menerimanya dengan begitu saja. Setiap anak pasti akan tumbuh besar, kuat dan mampu melakukan tugas-tugas motorik yang lebih rumit saat usia mereka bertambah. Pada waktu itu anak-anak akan belajar berlari dan melompat sendiri.

Perkembangan motorik kasar anak lebih halus, lebih sempurna dan akan terkoordinasi dengan baik seiring dengan bertambahnya berat dan kekuatan badan anak tersebut. Anak sudah akan terlihat mampu mengontrol dan mengoordinasikan gerakan anggota tubuhnya seperti tangan dan kaki dengan baik. Otot tangan dan otot kaki anak tersebut sudah semakin kuat, sehingga aktivitas fisik seperti menendang, melompat, melempar dan berlari sudah dapat dilakukannya dengan lebih akurat dan cepat.

## **2. Keterampilan Motorik Kasar**

Menurut Fikriyati (2013) keterampilan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan pengendalian tubuh anak melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan syaraf, otot, otak. Motorik kasar didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak. Keterampilan motorik kasar ini sangat berhubungan dengan kecakapan anak dalam melakukan berbagai gerakan. Keterampilan motorik kasar sebagai pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan

yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak yaitu sebuah kemampuan yang diperlukan sejak usia balita sebagai bagian dari pertumbuhan dan perkembangan anak. Keterampilan motorik kasar dibangun dari semua usia balita dan akan semakin baik dengan bertambahnya usia sampai dewasa.

Perkembangan keterampilan motorik kasar sangatlah penting bagi anak, karena keterampilan motorik kasar adalah kapasitas individu yang berhubungan dengan kinerja dalam melakukan berbagai keterampilan yang didapatkan sejak masa kanak-kanak. Kemampuan dalam melakukan sesuatu dipelajari melalui berbagai praktik dan bergantung pada kemampuan yang mendasarinya.

### **3. Unsur-unsur Keterampilan Motorik Kasar**

Keterampilan motorik pada anak umumnya berbeda-beda, tergantung dari banyaknya gerakan yang dikuasainya. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar unsur-unsurnya identik dengan unsur yang dikembangkan dalam latihan kebugaran jasmani yang pada umumnya dilakukan. Menurut Farida (2016:6), unsur-unsur keterampilan motorik kasar diantaranya:

- a. Kekuatan, adalah keterampilan sekelompok otot yang menimbulkan tenaga pada waktu kontraksi, kekuatan otot harus dimiliki oleh anak sejak dini, apabila anak tidak dapat memiliki kekuatan otot maka anak tentu saja tidak dapat melakukan kegiatan atau aktivitas bermain yang melibatkan fisik dari anak tersebut, seperti: berlari, melompat, menendang, melempar dan mendorong.
- b. Koordinasi, adalah keterampilan anak untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas yang kompleks. Contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat.

- c. Kecepatan, adalah keterampilan yang didasari oleh kelenturan dalam satuan waktu tertentu, contohnya: berapa jarak yang mampu ditempuh oleh anak dengan waktu tertentu.
- d. Keseimbangan, adalah keterampilan yang dimiliki anak untuk mempertahankan tubuh dengan berbagai posisi. Contohnya: berdiri dengan menggunakan satu kaki.
- e. Kelincahan, keterampilan mengubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada saat bergerak dari titik satu ke titik yang lain. Contohnya: melompat kekanan dan kekiri.

Unsur tersebut merupakan unsur yang mampu membentuk atau mendukung perkembangan motorik kasar anak. Setiap unsur ini dipastikan ada dalam perkembangan motorik kasar bagi anak, hanya saja waktu yang mampu mengoptimalkan perkembangan motorik kasar tersebut. Oleh karena itu, tugas guru dan orang tua untuk memaksimalkan setiap unsur motorik kasar anak agar dapat mendukung perkembangan motorik yang sempurna pada anak.

#### **4. Tujuan Keterampilan Motorik Kasar pada Anak**

Motorik kasar bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar meningkatkan kemampuan mengelola pada anak, mengontrol gerakan yang dilakukan oleh tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga mampu menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil yang ada pada diri anak. Sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, anak didik dilatih dengan gerakan-gerakan dasar yang bisa membantu perkembangan motoriknya pada suatu saat nanti.

Pengembangan keterampilan dasar pada anak dilihat dari keterampilan motorik nya, sehingga para pendidik perlu membantu mengembangkan keterampilan motorik anak dalam hal memperkenalkan dan dan melatih gerakan motorik kasar tersebut, mampu meningkatkan keterampilan mengelola, mampu meningkatkan keterampilan dalam mengontrol gerakan tubuh dan mampu melakukan koordinasi tubuh dengan baik.

Menurut Rudiyanto (2016:32), ada enam (6) tujuan perkembangan motorik kasar anak, antara lain:

- a. Untuk keseimbangan tubuh anak
- b. Melenturkan otot-otot anak
- c. Mengembangkan kecerdasan anak
- d. Untuk kelincahan gerak anak
- e. Sebagai alat penunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil
- f. Meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi.

## **5. Fungsi Motorik Kasar**

Menurut Apriani (2010:3) fungsi dari motorik kasar antara lain:

- a. Melatih kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan
- b. Memacu pertumbuhan dan pengembangan fisik atau motorik, rohani dan kesehatan anak
- c. Membentuk, membangun dan memperkuat tubuh anak
- d. Melatih keterampilan atau ketangkasan gerak dan cara berpikir pada anak
- e. Meningkatkan perkembangan emosional anak
- f. Meningkatkan perkembangan sosial anak

- g. Menumbuhkan perasaan menyenangkan dan memahami manfaat kesehatan pribadi anak

Jadi fungsi motorik kasar adalah agar anak mampu mengontrol gerakan kasar secara sadar dan untuk keseimbangan, serta mampu mengontrol gerak halus dan kasar semua gerakan yang mungkin akan dilakukan oleh seluruh tubuh.

## **6. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar**

Motorik kasar pada anak akan berkembang secara bertahap dan unik pada setiap individu. Perkembangan motorik kasar berbanding lurus dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, oleh karena itu faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak secara garis besarnya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang seorang anak.

Menurut Kristanto (2015:28) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak, antara lain:

- a. Faktor Genetik

Faktor genetik merupakan modal dasar dalam mencapai hasil akhir proses tumbuh kembang anak pada usianya

- b. Faktor Lingkungan

Lingkungan juga merupakan faktor yang sangat menentukan tercapainya atau tidaknya atau potensi bawaan. Faktor ini secara garis besar dibagi menjadi:

- (a) Faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor prenatal), antara lain : (1) Gizi; (2) Mekanis; (3) Toksin/zat kimia; (4) Endokrin; (5) Radiasi; (6) Inveksi; (7) Stres; (8) Imunitas; (9) Anoksida embrio

(b) Faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (*postnatal*), antara lain:

(1) Lingkungan biologis, antara lain: (a) rasa tau suku bangsa; (b) jenis kelamin; (c) umur; (d) perawatan kesehatan; (e) penyakit kronis; (f) Hormon.

(2) Faktor fisik, antara lain: (a) cuaca, musim, keadaan geografis; (b) keadaan rumah; (c) radiasi.

(3) Faktor psikososial, antara lain: (a) stimulasi; (b) motivasi; (c) kelompok sebaya; (d) sekolah; (e) cinta dan kasih sayang

(4) Faktor keluarga adat dan adat istiadat, antara lain: (a) pekerjaan/pendapatan orang tua; (b) pendidikan ayah/ibu; (c) jumlah saudara; (e) stabilitas rumah tangga; (f) adat istiadat, norma-norma yang berlaku; (g) agama; (h) urbanisasi

## **7. Tahap Belajar Motorik**

Dari beberapa ahli berpendapat bahwa belajar keterampilan motorik berlangsung melalui beberapa tahapan yang di lewatinya. Pada tahapan belajar motorik, tahap belajar yang dilakukan sama dengan belajar keterampilan yang lain. Robb, membagi tahapan dalam belajar motorik dalam beberapa tahap yaitu:

1. Tahap pembentukan rencana
2. Tahap latihan
3. Tahap pelaksanaan

Schmidt, mengutip pendapat fits dan postner bahwa belajar keterampilan motorik berlangsung dengan melalui beberapa fase, yaitu :

- a. Fase kognitif
- b. Fase fiksasi (asosiasi)
- c. Fase otomasisasi.

a. Tahap Kognitif

Ketika peserta didik mempelajari suatu gerakan yang baru maka dibutuhkan informasi cara melaksanakan gerakan yang bersangkutan dengan benar. Oleh karena itu, pelaksanaan tugas gerak diawali dengan menerima informasi dan pembentukan pengertian kepada para peserta didik. Tahap ini merupakan sebuah tahapan awal dalam belajar motorik, pada tahap ini seringkali terjadi peningkatan yang besar bila dibandingkan dengan kemajuan pada tahap tahap berikutnya.

Pada tahapan kognitif peserta didik akan berusaha untuk memahami bentuk-bentuk gerakan yang dipelajarinya, keterampilan intelektual banyak dilibatkan dalam tahapan ini. Tahap kognitif ini peserta didik harus bisa memahami apa yang diperlukan oleh keterampilan atau tugas gerak tersebut. Peserta didik harus mampu memformulasikan rencana pelaksanaan, dan apabila telah memperoleh konsep-konsep verbal yang cukup, maka para peserta didik anak dapat mencerna atau memahami keterampilan tersebut sampai pada taraf tertentu pada fase ini.

b. Tahap Asosiatif

Tahap asosiatif akan berlangsung ketika tahap kognitif selesai. Pada tahapan ini asosiasi verbal mulai ditinggalkan, dan para peserta didik memusatkan perhatian pada bagaimana mereka melakukan pola motorik yang baik dan benar. Awalan dari tahap asosiatif ini ditandai oleh semakin efektifnya cara-cara peserta didik melaksanakan tugas motorik nya, dan mereka mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan. Pada tahapan ini peserta didik melaksanakan latihan sesuai dengan rencana pelaksanaan. Tahap asosiatif ini

gerakan siswa semakin terpolara, dan mereka mulai menyadari kaitan antara motorik yang dilakukan dengan hasil yang dicapai. Adams menyebutnya sebagai *motor stage*, pada tahap ini motor-verbal semakin ditinggalkan dan siswa mulai memusatkan perhatian bagaimana melakukan pola gerak yang baik, dari pada mencari-cari pola mana yang akan dihasilkan.

### c. Tahap Otomasisasi

Tahap ini merupakan tahap paling akhir dari belajar motorik. Pada fase ini siswa mampu melakukan seluruh rencana pelaksanaan secara otomatis atau tanpa disadari sama sekali. Siswa telah mencapai rangkaian gerakan melalui latihan yang sungguh-sungguh, dan rentangan kesalahan mulai berkurang, pola gerakan sementara telah disempurnakan, dan siswa melakukan seluruh pola gerakan secara otomatis, dengan hasil yang cukup memuaskan. Yang menarik adalah pelaksanaan tugas gerak yang dilaksanakan tidak terganggu oleh kegiatan lain yang terjadi secara simultan, dan siswa tidak terlalu banyak menumpahkan perhatian pada tugas gerak yang sedang dilaksanakan. Keuntungan dari otomatisasi gerakan ini, siswa akan dapat memproses informasi penting yang lain yang dapat menunjang tugas gerak, seperti taktik bermain yang harus digunakan

Setiap organisme pasti akan mengalami sebuah perkembangan selama hidupnya, khususnya perkembangan manusia. Tidak hanya tertuju dalam aspek psikologis saja tetapi juga tertuju pada aspek biologis. Djaali dalam Helmawati (2015:10) pertumbuhan diartikan sebagai perubahan yang kuantitatif pada material sesuatu sebagai akibat dari adanya pengaruh lingkungan di sekitarnya. Sedangkan definisi perkembangan menurut Monk, dkk mendefinisikan bahwa perkembangan adalah suatu proses yang kekal dan tetap menuju kearah organisasi

pada tingkat integrasi yang lebih tinggi berdasarkan proses pertumbuhan yang dialaminya. Secara umum, definisi perkembangan dan pertumbuhan memiliki pengertian yang sama yakni kedua-duanya mengalami sebuah perubahan. Akan tetapi secara khusus, pertumbuhan mengacu pada perubahan yang bersifat kuantitas, sedangkan pertumbuhan mengacu pada perubahan yang bersifat kuantitas. Artinya konsep pertumbuhan mengandung definisi sebagai perubahan ukuran fisik yang bersifat pasti, akurat yaitu dari kecil menjadi besar, dari sempit menjadi lebar.

## **8. Perkembangan Fisik dan Motorik Anak**

Fisik atau tubuh manusia merupakan sistem organ yang sangat kompleks dan sangat mengagumkan. Semua organ ini terbentuk pada periode pranatal atau (dalam kandungan). Berkaitan dengan perkembangan fisik manusia menurut Kuhlen dan Thompson dalam Yusuf (2014:101) perkembangan fisik seorang individu meliputi empat aspek yaitu: (1) Sistem syaraf, yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi; (2)Otot-otot, yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan keterampilan motorik; (3) Kelenjar Endokrin, yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru, seperti pada usia remaja berkembang perasaan senang untuk aktif dalam suatu kegiatan, yang sebagian anggotanya terdiri atas lawan jenis; dan (4) Struktur fisik/tubuh, yang meliputi tinggi, berat dan proporsi.

Gerakan motorik merupakan sebuah istilah yang digunakan untuk menggambarkan sebuah perilaku gerakan yang dilakukan oleh manusia. Pengendalian motorik biasanya digunakan dalam bidang psikologi, fisiologi, neurofisiologi maupun olahraga. Perkembangan motorik pada dasarnya

berkembang sejalan dengan kematangan otak dan syaraf manusia. Setiap gerakan sederhana apapun, adalah gerakan yang dihasilkan dari pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak.

Berkaitan dengan keterampilan motorik menurut Waharsono dalam Waspada (2014: 33) mengemukakan bahwa sejalan dengan meningkatnya ukuran tubuh dan meningkatnya keterampilan fisik pada manusia, maka meningkat pulalah keterampilan gerakannya. Adapun perkembangan kemampuan fisik pada anak kecil menurut Mursid (2015: 126- 127) bisa diidentifikasi dalam beberapa hal. Sifat-sifat perkembangan fisik yang dapat diamati adalah sebagai berikut:

1. Terjadi perkembangan otot-otot besar pada anak cukup cepat pada usia 2 tahun terakhir masa anak kecil. Hal ini memungkinkan ketika anak melakukan berbagai gerakan yang lebih leluasa yang kemudian bisa dilakukannya bermacam-macam keterampilan gerak dasar. Beberapa macam gerak dasar meliputi: meloncat, berlari, melempar, menangkap, dan memukul berkembang secara bersamaan tetapi dengan irama perkembangan yang berlainan.
2. Dengan berkembangnya otot-otot besar pada anak, terjadi pulalah perkembangan kekuatan yang cukup cepat, baik pada anak laki-laki maupun perempuan.
3. Pertumbuhan kaki dan tangan secara proporsional lebih cepat dibanding pertumbuhan bagian tubuh yang lain pada anak, menghasilkan peningkatan daya ungkit yang lebih besar didalam melakukan gerakan yang melibatkan tangan dan kaki pada saat melakukannya.
4. Terjadi peningkatan koordinasi gerak dan keseimbangan tubuh yang cukup cepat pada anak.

5. Meningkatnya kemungkinan dan kesempatan melakukan berbagai macam aktivitas gerak fisik, anak bisa merangsang perkembangan pengenalan konsep-konsep dasar objek, ruang, gaya, waktu dan sebab – akibat.

Secara keseluruhan, perkembangan keterampilan motorik merupakan sebuah faktor yang sangat penting bagi perkembangan pribadi pada anak pada usianya.

## **B. Gerak dan Lagu**

### **1. Pengertian Gerak dan Lagu**

Pembelajaran gerak dan lagu sangat melekat erat dan tidak dapat dipisahkan dari mata pembelajaran penjas di sekolah dasar. Pembelajaran gerak dan lagu merupakan sebuah kegiatan dalam bermain sambil belajar. Aktivitas yang dilakukan melalui gerak dan lagu diharapkan akan menyenangkan anak sekaligus untuk menyentuh perkembangan bahasa, kepekaan anak akan irama musik, perkembangan motorik, rasa percaya diri pada anak, dan keberanian anak dalam mengambil sebuah resiko. Oleh karena itu, perlu adanya suatu kegiatan yang dapat melatih para peserta didik dalam memberikan stimulasi pada anak melalui gerak dan lagu. Sandor dalam Widhianawati (2011:224) mengungkapkan bahwa gerak dan lagu adalah bernyanyi dan latihan gerak tubuh yang sangat berhubungan erat, karena irama lagu dapat mempengaruhi dan mengendalikan pusat syaraf. Melalui gerak dan lagu yang dilakukan anak sambil bermain akan membantu anak untuk lebih mengembangkan kecerdasannya, keterampilan motorik kasarnya, bahasa, dan fisiknya.

Pembelajaran gerak dan lagu bagi anak bisa digunakan untuk melatih keterampilan motorik kasar, meningkatkan atau mengembangkan kemampuan mengolah tubuh , mengontrol tubuh dan menambah kecerdasan kinestetik.

Gerak merupakan sarana ekspresi dan mengalihkan ketakutan pada diri seseorang, kesedihan, kemarahan, kenikmatan dan masih banyak lagi. Gerak juga merupakan ekspresi pembebasan dari belenggu ketidakberdayaan, simbolis, pada anak-anak mereka mengekspresikan dirinya secara langsung dan efektif melalui gerakan yang dilakukannya, Mutiah (2010)

Gerak menjadikan hal yang sangat kreatif bagi anak bila dipadukan dengan iringan musik yang diinterpretasikan anak dengan caranya masing-masing. Akan tetapi, sebelum anak mampu melakukan berbagai gerakan yang ekspresif ini, terlebih dahulu ia harus menguasai berbagai variasi-variasi dan gerakan tubuhnya. Dengan cara, anak mengenali dirinya dan menyadari bahwa “*mood*” dan perasaan pada dirinya dapat dikeluarkan melalui gerakan yang ekspresif.

Adapun ciri-ciri kecerdasan gerak menurut Partini (2010) antara lain:

- a. Senang bermain yang melibatkan fisik, seperti berlari, melompat, menendang dan permainan gerak lainnya
- b. Terampil dan menikmati permainan
- c. Mempunyai prestasi
- d. Cenderung tidak bisa diam dan bahkan ketika duduk pun ia tetap akan bergerak-gerak.

Sedangkan lagu adalah bagian penting dari awal pertemuan. Anak akan menyebutkan nama mereka dalam lagu ketika menyapa satu sama lain. Anak-anak akan menyanyikan lagu-lagu pada perayaan hari kemerdekaan, hari anak nasional, dan hari-hari raya lainnya. Anak-anak memainkan alat musik, dan musik akan dilibatkan untuk merangsang imajinasi pada anak, memotivasi ide-ide untuk

karyanya, proyek dan mendorong pikiran kreatif pada diri anak, Wasik (2008:296).

## **2. Tujuan Gerak dan Lagu**

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan gerak dan lagu adalah:

### **a. Tujuan Umum**

- (1) Menyalurkan energi pada anak dan melepaskan ketegangan
- (2) Memperoleh kesenangan dan kebahagiaan
- (3) Mengembangkan rasa percaya diri pada anak
- (4) Melatih keterampilan motorik sesuai dengan perkembangan usia
- (5) Mendapatkan pengalaman

### **b. Tujuan Khusus**

- (1) Anak dapat mengerti tentang instruksi yang diberikan
- (2) Anak dapat menirukan gerakan sesuai dengan contoh
- (3) Anak dapat membentuk gerakan sesuai dengan irama musik
- (4) Anak dapat merangsang panca inderanya melalui sentuhan, pendengaran, penciuman, pengelihatannya dan perasaannya.
- (5) Mengembangkan imajinasinya, Mutiah (2010:174)

## **3. Proses Latihan dan Metode Gerak dan Lagu**

Latihan penyelarasan antara gerakan tubuh anak dan ritme lagu dilakukan secara berulang-ulang dan dalam terbagi dalam berbagai sesi. Tujuan dari latihan tiap sesinya yang dilakukan secara bertahap ialah:

- a. Anak dapat memahami instruksi yang diberikan
- b. Anak dapat meniru gerakan sesuai contoh yang diberikan
- c. Anak dapat membentuk gerakan sesuai dengan irama musik

- d. Anak dapat mengembangkan imajinasinya
- e. Anak dapat merangsang panca indra nya

Adapun metode untuk melakukan kegiatan gerak dan lagu yaitu

A. Pemanasan

B1. Latihan Tubuh

B2. Keseimbangan

B3. Kekuatan dan ketangkasan

B4. Jalan dan lari

B5. Lompat dan loncat

C. Penenangan

#### **4. Kelebihan Bermain Gerak dan Lagu**

Gerak merupakan aktivitas fisik yang dapat menimbulkan pengalaman bagi seseorang, misalnya dalam permainan gerak dan lagu seorang anak memiliki sebuah gerakan khusus ketika ia sedang menyanyikan sebuah lagu bahasa inggris, jadi melalui sebuah gerakan tersebut dapat membantu anak mengingat kosa kata yang dipelajari. Pengalaman yang dilaluinya pun memberikan kesempatan pada anak untuk mengembangkan kemampuan intelektualnya, hal ini dikarenakan melalui permainan gerak, anak mampu mendengar dan memahami instruksi yang diberikan oleh guru.

Kelebihan atau manfaat yang didapat dalam menggunakan lagu atau bernyanyi diantaranya, membuat jantung anak dan perasaan rileks dan dapat menarik minat belajar anak karena *mood* yang dihasilkan menyenangkan. Hal tersebut juga bisa dijadikan sebagai sarana untuk mengingat materi pembelajaran yang diberikan oleh guru. Lagu dan irama merupakan bagian yang penting dan menarik bagi

kehidupan anak sehari-harinya, lagu dapat digunakan sebagai media pembelajaran, Niranda (2017:19).

## **5. Kelemahan Bermain Gerak dan Lagu**

Adapun kelemahan dalam kegiatan bermain gerak dan lagu diantaranya:

- a. Apabila metode ini dilakukan tanpa persiapan yang matang maka nada kemungkinan tujuan pembelajaran yang tidak dapat tercapai secara maksimal. Hal ini disebabkan karena anak terlalu larut dalam proses bermain, misalnya guru kurang memperhatikan tahapan-tahapan pembelajaran melalui metode ini.
- b. Metode ini biasanya memerlukan pembelajaran yang disiapkan secara baik. Oleh karena itu persediaan media bermain merupakan syarat yang cukup penting dalam penerapan metode ini. Media disini bukan saja bebebentuk barang tetapi dapat berbagai jenis bentuk permainan yang harus dikuasai oleh guru agar pembelajaran berjalan dengan baik dan tujuan yang diharapkan tercapai.

### **C. Kajian Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Luluk Muthoharoh (2019) tentang upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui gerak dan lagu pada kelompok B TK MASINAH AZZAHRO Bandar Mataram Lampung Tengah. Tujuan dalam penelitian yang dilakukan adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui gerak dan lagu anak yang masih kurang optimal dan maksimal pada kelompok B TK Madina Azzahro Bandar Mataram Lampung Tengah. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Dari penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa pada siklus I peserta didik yang

berkembang sesuai dengan harapan dengan jumlah 35% anak, sedangkan di siklus II mengalami peningkatan berkembang sesuai harapan menjadi 85% anak. Kesimpulannya 85% anak mulai mandiri tanpa dibantu dan diingatkan dan konsisten dengan apa yang guru contoh kan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Nana Widhianawati (2011) tentang pengaruh pembelajaran gerak dan lagu dalam meningkatkan kecerdasan musikal dan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Tujuan dalam penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pembelajaran gerak dan lagu terhadap peningkatan kecerdasan musikal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen kuasi. Dari penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa pengaruh yang positif bahwa dengan pembelajaran gerak dan lagu dapat meningkatkan kecerdasan musikal dan kecerdasan kinestetik anak secara signifikan. Rekomendasi diberikan kepada Pengelola Pendidikan Anak Usia Dini agar mensosialisasikan pembelajaran gerak dan lagu sebagai salah satu alternatif pembelajaran bagi guru agar lebih meningkatkan seluruh aspek perkembangan khususnya aspek kecerdasan musikal dan kecerdasan kinestetik.

#### **D. Kerangka Berpikir**

Gerak dan lagu adalah suatu perpaduan berbagai bentuk gerakan dengan irama yang mengiringinya. Gerakan – gerakan tersebut dilakukan dengan fungsi untuk menstimulasi otot-otot kasar dan halus pada anak. Apabila otot-otot pada anak terstimulasi dengan baik maka perkembangan motorik akan baik pula. Selain hal tersebut penggunaan musik yang sudah sering didengar oleh anak-anak membuat anak menjadi lebih tertarik untuk melaksanakan kegiatan senam irama.

Kegiatan gerak dan lagu yang dilakukan secara berulang-ulang bertujuan agar keterampilan motorik anak dapat meningkat dan berkembang. Dalam prosesnya, guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sangat berperan besar untuk membimbing para siswanya untuk mengarahkan anak agar memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan di usianya.

Penelitian ini mengenai persoalan penerapan kegiatan gerak dan lagu yang dilakukan di SD Negeri Kepek untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak kelas III.

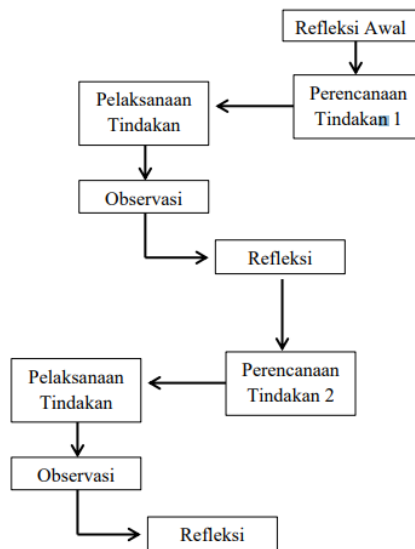
#### **E. Hipotesis**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan hipotesis, yaitu upaya peningkatan motorik kasar melalui kegiatan gerak dan lagu pada siswa kelas III SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

## A. Desain Penelitian Tindakan

Desain penelitian tindakan kelas yang digunakan adalah model tindakan kelas spiral yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart dalam Krisyanto, (2011). Berikut diagramnya :



**Gambar 1**  
**Model Tindakan Kelas Spiral Menurut Kemmis dan Mc Taggart**

Penelitian tindakan dapat dipandang sebagai suatu siklus spiral dari penyusunan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan (observasi), dan refleksi yang selanjutnya mungkin diikuti dengan siklus spiral berikutnya. Dalam pelaksanaannya ada kemungkinan peneliti telah mempunyai seperangkat rencana tindakan (yang didasarkan pada pengalaman) sehingga dapat langsung memulai tahap tindakan. Ada juga peneliti yang telah memiliki seperangkat data, sehingga mereka memulai kegiatan pertamanya dengan kegiatan refleksi. Akan tetapi pada umumnya para peneliti mulai dari fase refleksi awal untuk melakukan studi pendahuluan sebagai dasar dalam merumuskan.

Secara garis besar terdapat empat tahapan yang harus dilalui untuk melakukan penelitian dengan metode penelitian tindakan kelas yaitu, (1) perencanaan, (2)

pelaksanaan, (3) pengamatan, (4) refleksi. Keempat tahapan tersebut merupakan suatu unsur dalam membentuk sebuah siklus, yaitu dengan satu putaran kegiatan beruntun kemudian kembali ke tahap pertama. masalah penelitian. Selanjutnya diikuti perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi yang dapat diuraikan.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SD N Kepek yang beralamat di Jl. Pengasih - Sentolo No.16, Kepek, Pengasih, Kec. Pengasih, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 21 – 31 Maret 2021 dengan subjek kelas III yang berjumlah 25 siswa/I yang terdiri 15 siswa dan 10 siswi.

## **C. Subjek Penelitian**

Subjek adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2010:117). Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa Kelas III SD Negeri Kepek yang berjumlah 25 yang terdiri 14 siswa dan 11 siswi.

## **D. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Disini alat yang akan digunakan oleh peneliti sebagai alat pengumpulan data yaitu observasi dengan menggunakan *checklist*. Cara untuk mengumpulkan data tentang peningkatan motorik anak sekolah dasar melalui kegiatan gerak dan lagu adalah dengan menggunakan teknik observasi. Observasi merupakan teknik mengumpulkan data dengan cara memahami setiap kejadian yang sedang berlangsung dan mencatat dengan alat observasi tentang hal-hal yang

akan diamati atau diteliti (Akbar, 2010: 86). Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan instrumen berbentuk *checklist* untuk mendapatkan data.

**Tabel 1.**  
**Kisi-kisi Instrumen Penelitian Observasi terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak**

No	Indikator	Keterampilan Anak			
		BSB	BSH	MB	BB
1	Anak sudah bisa menyesuaikan antara gerak dengan lagu				
2	Anak sudah terbiasa dalam kegiatan gerak dan lagu				
3	Anak tidak mengalami kesusahan dalam melakukan gerak dan lagu				
4	Anak mampu menggunakan kekuatannya dalam melakukan gerakan				
5	Anak mampu menggunakan kecepatan dalam melakukan sebuah gerakan				
6	Anak mampu berkoordinasi dalam melakukan gerakan				
7	Anak mampu menggunakan keseimbangan badannya dalam melakukan sebuah gerakan				
8	Anak lincah dalam melakukan sebuah gerakan				

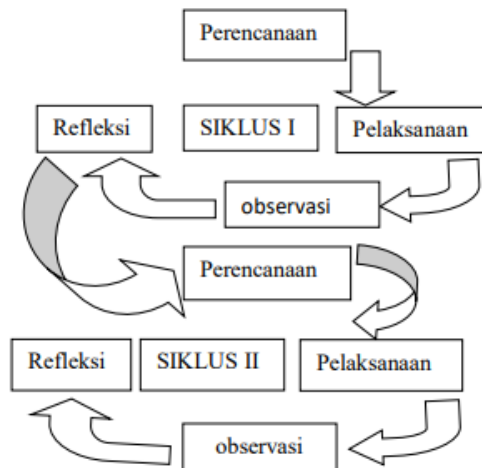
**Tabel 2.**

### Kriteria Pencapaian Perkembangan Motorik

No	Keterampilan yang dicapai	Kriteria	Deskripsi
1	1-2	BB	Belum Berkembang : bila anak masih belum bisa melakukan gerakan sesuai dengan contoh
2	3-4	MB	Mulai Berkembang : bila anak sedikit sudah bisa melakukan gerakan sesuai dengan yang di contohkan
3	5-6	BSH	Berkembang Sesuai Harapan : bila anak sudah dapat melakukan gerakan dengan konsisten
4	7-8	BSB	Berkembang Sangat Baik : bila anak sudah tepat dan mandiri dalam melakukan gerakan sesuai dengan gerak dan lagu yang di contohkan

#### E. Langkah-Langkah Penelitian

Dalam melakukan penelitian tindakan kelas terdiri dari beberapa siklus dengan tujuan untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung dalam meningkatkan motorik kasar anak melalui gerak dan lagu. Masing-masing siklus terdiri dari dua (2) kali pertemuan, dan setiap siklusnya terdiri dari empat (4) tahapan kegiatan yaitu: tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan atau observasi dan tahap refleksi.



**Gambar 2**  
**Tahap dalam Siklus Penelitian Tindakan Kelas**  
 Sumber: Model Siklus *Classroom Action Research* dari Arikunto

a. Siklus I

1. Perencanaan

Setelah mengetahui masalah yang terjadi di SD, mengetahui akar permasalahannya, maka yang akan dilakukan yaitu membuat perencanaan tindakan yang akan dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut. Perencanaan adalah langkah yang dilakukan oleh guru ketika akan memulai tindakannya (Arikunto, 2010: 17). Pada tahap ini peneliti akan membuat Rencana Kegiatan, menyiapkan alat dan media.

Perencanaan yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan motorik anak melalui senam irama adalah mempersiapkan gerakan senam yang akan digunakan, mempersiapkan musik yang akan digunakan, dan mempersiapkan peralatan yang akan digunakan.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan peneliti bekerja sama dengan pendidik atau guru olahraga diSD tersebut untuk melaksanakan kegiatan yang sudah direncanakan

sebelumnya. Hal-hal yang harus diperhatikan oleh pendidik dalam tahap pelaksanaan tindakan adalah bagaimana kesesuaian antara pelaksanaan dengan perancangan yang telah dibuat sebelumnya, kelancaran proses tindakan yang akan dilakukan oleh siswa, bagaimana situasi di sekitar dan bagaimana semangat siswa pada saat melakukan.

Dikarenakan kondisi pandemi covid 19 ini, disini peneliti dan guru akan memberikan sebuah video gerakan senam irama yang telah dibuat sesuai dengan tujuan yang akan dicapai. Setelah para peserta didik menonton video tersebut maka siswa akan melakukan sesuai dengan gerakan yang terdapat dalam video tersebut. Pada saat melakukan gerakan senam peserta didik harus merekam gerakan yang dilakukannya.

### 3. Observasi/Pengamatan

Pada tahap ini peneliti dan guru akan melakukan pengamatan melalui video yang telah direkam oleh peserta didik pada saat melakukan kegiatan senam tersebut. Peneliti dan guru melakukan pencatatan terhadap gejala-gejala yang terjadi pada saat anak melakukan kegiatan senam tersebut. Pengamatan dapat dilakukan dengan mengisi lembar *checklist* atau melakukan catatan.

Pada tahap mengisi lembar *checklist* peneliti dan guru mencatat dan meng*checklist* anak yang sudah mampu memiliki keterampilan dalam melakukan kegiatan senam irama yang dilakukannya. Selain itu peneliti dan guru juga mencatat hal-hal yang tidak terduga yang dilakukan oleh peserta didik.

#### 4. Refleksi

Pada tahap refleksi peneliti akan melakukan refleksi terhadap proses kegiatan senam irama yang telah dilakukan, mencari kelebihan dan kekurangan yang terjadi pada saat kegiatan senam dilakukan.

#### 5. Revisi Perencanaan

Setelah peneliti melakukan refleksi, maka peneliti dan guru akan mempersiapkan rencana pada siklus selanjutnya. Peneliti akan melakukan perbaikan pada hal-hal yang belum dicapai pada siklus pertama.

#### b. Siklus II

Siklus II dilakukan apabila belum memperoleh hasil yang diharapkan pada siklus I. Penerapan siklus II bertujuan untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada siklus I dan pematapan dari keterampilan motorik kasar anak-anak SD Negeri Kepek Kulon Progo. Langkah pada siklus II hampir sama dengan siklus I hanya ada beberapa perbedaan tahapan didalamnya. Berikut merupakan tahapan pada siklus II:

a. Perencanaan, ada beberapa kegiatan yang akan dilaksanakan pada tahap perencanaan yaitu:

1. Menyusun kembali perangkat kegiatan
2. Menyiapkan sarana dan prasarana yang akan diperlukan

#### b. Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pada tahap ini peneliti melakukan tindakan yang telah dirumuskan di RPP yang meliputi kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup.

#### c. Tahap Observasi/Pengamatan

Peneliti melakukan observasi terhadap aktivitas anak melalui video yang telah dikirim.

#### d. Tahap Refleksi

Peneliti melakukan refleksi terhadap pelaksanaan pada siklus II dan menganalisis serta membuat kesimpulan atas pelaksanaan kegiatan gerak dan lagu yang telah direncanakan dan dilakukan dengan melaksanakan tindakan tertentu. Apakah kegiatan tersebut sudah dapat meningkatkan atau memperbaiki masalah yang diteliti. Jika hasil yang dilakukan pada tahap siklus II telah meningkat dibanding kegiatan yang dilakukan pada siklus I maka penelitian sudah bisa dianggap berhasil dan tidak dilanjutkan pada siklus selanjutnya.

### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Untuk mengumpulkan data yang diinginkan dan diperlukan serta dapat dipertanggung jawabkan, anak dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

#### 1. Wawancara

Wawancara merupakan pertanyaan yang diajukan secara verbal kepada seseorang yang dianggap dapat memberikan sebuah informasi mengenai permasalahan yang berlangsung, Kunandar.

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian tindakan kelas, wawancara dilihat dari pelaksanaannya, bisa dilakukan secara incidental dan wawancara terencana. Wawancara incidental merupakan wawancara yang bisa dilaksanakan sewaktu-waktu bila dianggap perlu. Sedangkan wawancara terencana merupakan wawancara yang dilaksanakan secara formal dan terencana baik mengenai waktu pelaksanaannya, tempat dan topik yang akan dibahas atau ditanyakan. Dalam

penelitian ini peneliti menggunakan jenis teknik wawancara *incidental* dikarenakan kondisi yang sedang pandemi covid 19 ini.

## 2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara mengamati setiap kejadian yang sedang berlangsung dan mencatat nya dengan alat observasi tentang hal yang adakan diamati atau diteliti oleh peneliti, Wina Sanjaya.

Observasi dilakukan untuk mengumpulkan sebuah informasi tentang perilaku anak dalam mengikuti proses kegiatan tersebut. Selain itu dari kegiatan observasi juga dapat digunakan untuk mendapatkan informasi atau data tentang keadaan kondisi tertentu.

## 3. Dokumentasi

Teknik dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk catatan, tulisan, gambar, video atau karya-karya dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian sedangkan dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto kegiatan yang dilakukan oleh anak, Sugiyono (2015:240).

## **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik analisis data yang bersifat deskriptif kualitatif, yaitu mendeskripsikan data yang diperoleh melalui instrumen penelitian. Dijelaskan mengenai teknik yang digunakan dalam mengambil data dan analisis data. Dari semua data yang diperoleh dalam penelitian, baik saat melakukan observasi yang

menggunakan kisi-kisi sebagai acuan dan lembar observasi yang datanya tentang keterampilan motorik kasar anak.

Penelitian ini bisa diperkuat dengan hasil wawancara yang bisa dilakukan oleh guru olahraga yang ada di SD Negeri Kepek. Dari semua data tersebut dianalisis karena penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif juga terdapat tiga langkah yaitu reduksi data, penyajian data, verifikasi atau penarikan kesimpulan, Kunandar.

#### **H. Indikator Keberhasilan**

Tindakan yang diambil peneliti dikatakan berhasil jika sebagian besar anak mampu mencapai indikator yang telah ditetapkan yaitu sebanyak 22 anak dengan kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) dari 25 anak mampu menunjukkan keterampilan motorik kasar mereka secara baik melalui kegiatan gerak dan lagu yang dapat menyelesaikan gerakan seluruh tubuh, maka dapat dikatakan terjadi peningkatan keterampilan motorik kasar melalui kegiatan gerak dan lagu pada siswa kelas bawah SD Negeri Kepek Kulon Progo.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo. Penelitian ini dilakukan dengan dua (2) siklus, siklus pertama dua (2) kali pertemuan dan siklus kedua 2 kali pertemuan, setiap pertemuan anak melakukan kegiatan gerak dan lagu selama kurang lebih 3.40 menit. Penelitian ini bertujuan sebagai upaya untuk meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek. Tahapan dalam penelitian ini adalah perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi data hasil belajar siswa yang diperoleh dari hasil dokumentasi video yang dikirimkan melalui whatsapp dan observasi yang dilakukan pada saat para siswa telah mengirimkan video dokumentasi nya.

##### **1. Kondisi Awal**

Berdasarkan hasil pra survei yang dilakukan ketika melakukan PK di SD Negeri Kepek tahun 2020, siswa sekolah dasar kelas bawah menunjukkan bahwa motorik kasar pada saat melakukan gerak dan lagu masih rendah. Rendahnya motorik kasar anak di SD Negeri Kepek dikarenakan kurangnya motivasi serta variasi gerakan yang diberikan oleh pendidik. Selain itu kegiatan pembelajaran yang diberikan monoton yang membuat para siswa bosan dalam mengikuti pembelajaran.

##### **2. Pelaksanaan siklus I**

###### **a. Perencanaan**

Pelaksanaan penelitian di SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo dilaksanakan dalam dua siklus. Masing-masing siklus dilaksanakan dalam dua

kali pertemuan. Adapun tahap perencanaan pada Siklus I meliputi kegiatan seperti berikut:

- 1) Melakukan koordinasi dengan guru penjas sebagai kolaborator penelitian
- 2) Menetapkan waktu pelaksanaan penelitian tindakan kelas Siklus I
- 3) Merencanakan dan menyusun RPP ( Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) yang akan digunakan sebagai acuan dalam melakukan penelitian upaya meningkatkan motorik kasar anak

Dalam pembelajaran senam ritmik gerak dan lagu terdapat tiga (3) komponen latihan yaitu:

- a) Latihan A (Pendahuluan/Pemanasan)

Aktivitas yang bisa meningkatkan suhu tubuh yang optimal guna menerima latihan selanjutnya, mengecilkan resiko cedera, serta membawa jiwa dan raga anak pada pembelajaran pendidikan jasmani. Tujuan dari pemanasan adalah untuk meningkatkan kondisi tubuh dan juga untuk membuat semangat siswa. Selain itu lagu yang dipilih juga harus lagu yang tidak asing ditelingga anak, tujuannya adalah agar anak tidak bingung ketika pertama mendengarkan dan juga anak dapat mengikuti dengan mudah, (Kusworo, 2017: 23)

Dalam penyusunan pemanasan:

- a. Bentuk gerakan menarik anak-anak serta menggembirakan
  - b. Latihan bisa menggerakkan semua anak/peserta didik
  - c. Gerakan yang tidak melelahkan
  - d. Bentuk gerakan mudah dimengerti dan dapat dilakukan semua anak dengan mudah.
- b) Latihan B (Inti)

Latihan inti dibagi menjadi 4 bagian yaitu:

a. (B1.1) Latihan Penguluran

Dalam penyusunan gerakan penguluran ini harus memenuhi syarat misal gerakan disusun dengan mengulur otot-otot dan sendi. Gerakan dilakukan berulang-ulang, gerakan dilakukan sedikit demi sedikit untuk menambah rangsang.

b. Latihan pelepasan

Bertujuan untuk melemaskan otot-otot gerakan yang luas dalam segala arah, memungkinkan gerak pada setiap persendian, gerakan dilakukan berulang-ulang dan sedikit demi sedikit untuk menambah rangsang.

c. Latihan Penguatan

Gerakan disusun dengan menguatkan otot-otot setempat terutama otot yang lemah, misalnya otot perut, otot pinggang, Latihan dengan gerakan-gerakan lambat dan latihan dengan menambah beban. Tujuannya latihan penguatan yaitu untuk menguatkan otot-otot yang lemah

d. Latihan pelepasan

Gerakan yang disusun dengan melepaskan ketegangan-ketegangan otot, gerakan disusun tanpa kekuatan atau tidak banyak kerja otot, gerakan disusun dengan memperbaiki koordinasi otot. Bertujuan menghilangkan ketegangan otot, serta merealisasikan otot-otot yang tegang

c) Latihan B 2 (Keseimbangan)

Latihan keseimbangan mempertinggi bidang tumpuan dan memperkecil bidang tumpuan, memperpendek jarak antara titik berat badan dengan bidang

tumpuan. Latihan bisa dilakukan dengan memejamkan mata. Bertujuan melatih kontrol gerak tubuh anak, meningkatkan keseimbangan gerak anak, serta melatih pembentukan sikap dan gerak anak.

d) Latihan 4 ( Lompat dan Loncat)

Gerakan disusun mencapai ketinggian dan kejauhan, gerakan disusun dengan memperhatikan posisi kaki dari mulai tolakan, ayunan dan mendarat. Bertujuan melatih ketangkasan, melatih daya tahan, serta mampu melatih otot kaki supaya kuat.

e) Latihan C (Pendinginan)

Disusun dengan perhatian dan ketenangan. Latihan tidak banyak mengeluarkan tenaga latihan dengan mengatur nafas atau aktivitas yang menurunkan suhu tubuh. Tujuannya membawa temperatur badan anak kepada temperatur semula atau normal, serta membawa anak ke suasana tenang.



**Gambar 3**  
**Video Gerak dan Lagu di Youtube**

a. Tahap Pelaksanaan

1) Pertemuan Pertama Siklus I

Pada pertemuan pertama pada tindakan siklus I dilaksanakan pada tanggal 24 Maret 2021. Materi gerak dan lagu disampaikan melalui grub whatsapp kelas. Adapun kegiatan dalam proses pembelajaran sebagai berikut:

a. Kegiatan Awal

- 1) Kegiatan awal yang dilakukan adalah peneliti mengirimkan materi gerak dan lagu whatsapp grub kelas III. Materi gerak dan lagu yang dikirimkan berupa link *youtube* berisi contoh gerak dan lagu yang harus dilakukan oleh anak. *Link youtube* materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>
- 2) Di dalam materi yang dikirimkan tersebut berisi perintah untuk anak melakukan berdoa dan melakukan pemanasan dahulu sebelum melakukan kegiatan inti.
- 3) Selanjutnya peneliti memberikan link video tentang gerak dan lagu yang harus dilakukan anak-anak dan memberikan perintah untuk melakukan gerakan tersebut sama dengan video yang ada di link yang telah dikirim tersebut.
- 4) Pada saat anak melakukan gerak dan lagu diberikan perintah untuk memvideo lalu setelah selesai melakukan gerak dan lagu, video dikirimkan melalui whatsapp

b. Kegiatan Inti

- 1) Pada kegiatan inti ini, anak melihat contoh gerakan pada *link youtube* yang berisi materi gerak dan lagu yang telah peneliti kirimkan melalui whatsapp. *Link youtube* berisi materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>
- 2) Anak mempelajari gerakan dan lagu yang ada di video tersebut

- 3) Setelah anak mempelajari gerak dan lagu yang ada didalam video, anak mempraktikan gerak dan lagu dan mendokumentasikannya.
- 4) Setelah anak selesai melakukan gerak dan lagu. Video dokumentasi langsung dikirimkan ke peneliti.

Pada saat kegiatan berlangsung anak bergerak sesuai dengan video contoh yang telah dikirimkan sebelumnya, peneliti melihat anak di video yang telah mereka kirimkan. Banyak anak yang masih mengalami kesusahan untuk menirukan gerak dan lagu. Anak juga masih kurang dalam melakukan koordianasi tubuhnya. Banyak anak yang kurang lincah dalam melakuan sebuah gerakan. Dalam siklus I pertemuan ke-1 anak belum bisa terbiasa dengan gerak dan lagu yang dikirimkan oleh peneliti melalui *link youtube* yang berbentuk video.

#### c. Kegiatan Akhir

Pada tahap ini peneliti melakukan tanya jawab seputar kegiatan yang telah dilakukannya melalui media whatsapp, mengulas kembali apa yang telah dipelajari oleh anak-anak, menanyakan perasaan anak selama melakukan kegiatan gerak dan lagu. Pada kegiatan akhir ini anak menyampaikan beberapa kendala yang dialaminya. Kendala yang dialami oleh anak pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu diantaranya, anak merasa kesusahan menyesuaikan tempo antara gerakan dan lagu. Anak juga menyampaikan perasaan mereka pada saat melakukan gerak dan lagu, anak merasa senang ketika melakukan gerak dan lagu yang diperintahkan oleh peneliti.

#### d. Refleksi

Refleksi ada Siklus I dimaksudkan untuk membahas kendala atau masalah yang dialami oleh anak ketika melakukan kegiatan gerak dan lagu selama

pertemuan I. Kegiatan refleksi ini dapat dijadikan sebagai masukan pada perencanaan selanjutnya.

- 1) Anak masih belum bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu
  - 2) Anak belum terbiasa dengan kegiatan gerak dan lagu
  - 3) Sebagian besar anak masih mengalami kesusahan dalam melakukan gerak dan lagu
  - 4) Anak masih belum bisa melakukan koordinasi antara gerakan dan lagu
  - 5) Anak masih belum lincah ketika melakukan kegiatan gerak dan lagu
- 2) Pertemuan ke 2 Siklus I

Pertemuan kedua pada tindakan Siklus I dilaksanakan pada tanggal 25 Maret 2021. Materi gerak dan lagu disampaikan melalui grub whatsapp kelas. Adapun kegiatan dalam proses pembelajaran sebagai berikut:

a. Kegiatan Awal

- 1) Kegiatan awal yang dilakukan adalah peneliti mengirimkan materi gerak dan lagu melalui whatsapp grub kelas III. Materi gerak dan lagu yang dikirimkan berupa *link youtube* berisi contoh gerak dan lagu yang harus dilakukan oleh anak. *Link youtube* materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>
- 2) Di dalam materi yang dikirimkan tersebut berisi perintah untuk anak melakukan berdoa dan melakukan pemanasan dahulu sebelum melakukan kegiatan inti.
- 3) Selanjutnya peneliti memberikan link video tentang gerak dan lagu yang harus dilakukan anak-anak dan memberikan perintah untuk melakukan gerakan tersebut sama dengan video yang ada di link yang telah dikirim tersebut.

4) Pada saat anak melakukan gerak dan lagu diberikan perintah untuk memvideo lalu setelah selesai melakukan gerak dan lagu, video dikirimkan melalui whatsapp

b. Kegiatan Inti

- 1) Pada kegiatan inti ini, anak melihat contoh gerakan pada *link youtube* yang berisi materi gerak dan lagu yang telah peneliti kirimkan melalui whatsapp. *Link youtube* berisi materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>
- 2) Anak mempelajari gerakan dan lagu yang ada di video tersebut
- 3) Setelah anak mempelajari gerak dan lagu yang ada didalam video, anak mempraktikkan gerak dan lagu dan mendokumentasikannya.
- 4) Setelah anak selesai melakukan gerak dan lagu. Video dokumentasi langsung dikirimkan ke peneliti.

Pada saat kegiatan berlangsung anak menggerakkan anggota badan sesuai dengan video contoh yang telah dikirimkan sebelumnya, peneliti melihat anak di video yang telah mereka kirimkan. Pada tahap pelaksanaan ke dua ini sebagian anak sudah mulai terbiasa dengan gerak dan lagu yang dilakukannya. Pada tahap pelaksanaan ke-2 ini sebagian anak sudah tidak mengalami kesusahan dalam menirukan gerakan yang ada didalam video. Mereka juga sudah menggunakan kekuatan badan untuk bergerak, dan keseimbangan pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu. Namun masih ada sebagian anak yang mempunyai kendala pada koordinasi ketika melakukan gerak dan lagu.

c. Kegiatan Akhir

Pada tahap ini peneliti melakukan tanya jawab seputar kegiatan yang telah dilakukannya melalui media whatsapp, mengulas kembali apa yang telah dipelajari oleh anak-anak, menanyakan perasaan anak selama melakukan kegiatan gerak dan lagu. Pada pelaksanaan ke-2 ini anak mengungkapkan perasaan senang dan gembira ketika melakukan gerak dan lagu yang diperintahkan oleh peneliti untuk dilakukannya. Anak juga mengungkapkan bahwa gerak dan lagu yang dilakukannya lebih menarik pada saat dilakukan.

#### d. Refleksi

Refleksi pada siklus I dimaksudkan untuk membahas kendala atau masalah yang dialami selama pertemuan II. Kegiatan refleksi yang dilakukan nantinya dapat dijadikan masukan pada perencanaan selanjutnya.

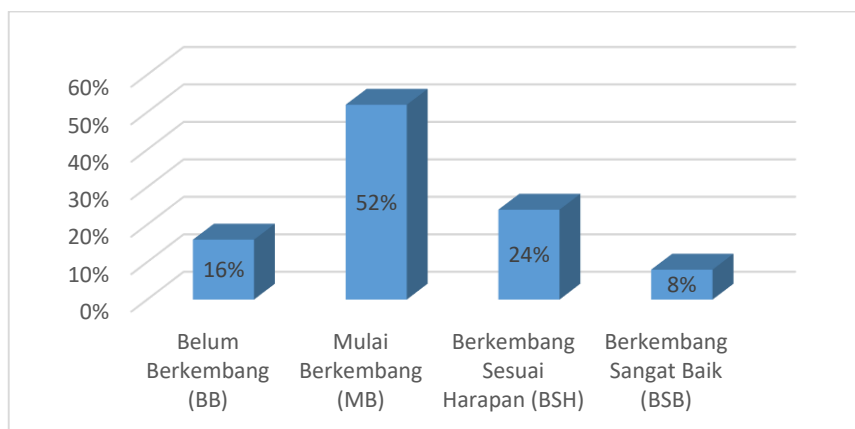
- 1) Anak masih belum bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu
- 2) Anak masih belum bisa mengkoordinasikan antara gerakan dan lagu
- 3) Anak masih belum lincah pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu.

#### b. Hasil Observasi/Pengamatan

Pada saat pelaksanaan tindakan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan atau observasi dengan mengisi instrumen yang sudah dibuat sebelumnya, yaitu lembar observasi terhadap peningkatan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu. Berikut hasil pengamatan atau observasi anak didik dalam upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu pada siklus I pertemuan ke-I dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak dan Lagu Pada Siklus I (Pertemuan ke-I) pada Tanggal 24 Maret 2021**

No	Kriteria	Jumlah Peserta Didik
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	2
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	6
3	Mulai Berkembang (MB)	13
4	Belum Berkembang (BB)	4
Jumlah		25



**Grafik 1.**

**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak dan Lagu Pada Siklus I (Pertemuan ke-I) Pada Tanggal 24 Maret 2021**

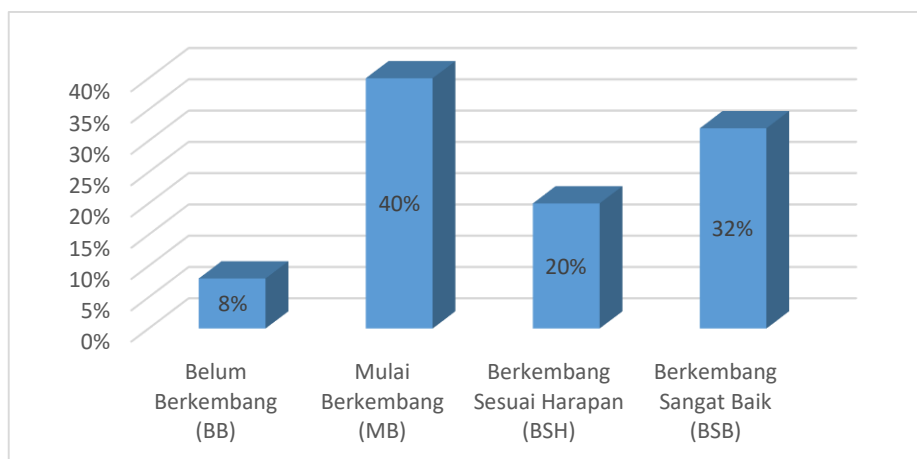
Berdasarkan pada tabel dan grafik diatas dapat diketahui bahwa dari hasil pengamatan atau observasi awal kegiatan gerak dan lagu yang dilakukan anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek yang Berkembang Sesuai Harapan sebanyak 24% anak, setelah dilakukan tindakan pada siklus I pertemuan ke-I jumlah anak yang Berkembang Sesuai Harapan (BSH) masih tetap 24% anak, sedangkan dalam kategori Mulai Berkembang (MB) sebanyak 52% anak, dalam kategori Belum Berkembang (BB) sebanyak 16% anak dan dalam kategori

Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 8% anak yang masuk dalam kategori tersebut.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek melalui kegiatan gerak dan lagu pada siklus I pertemuan ke-I belum berhasil dicapai karena anak didik yang mencapai kategori memiliki motorik kasar melalui kegiatan gerak dan lagu yang baik (Berkembang Sangat Baik/BSB) sebanyak 8% anak. Hal tersebut belum mencapai target yang telah ditentukan oleh peneliti yaitu sebanyak 88% anak sebagai kriteria keberhasilan. Maka peneliti mengadakan pengamatan pada pertemuan ke-2. Berikut hasil pengamatan nilai anak didik dalam upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek melalui kegiatan gerak dan lagu. Siklus I pertemuan ke-2 dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

**Tabel 4.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak dan Lagu Pada Siklus I (Pertemuan ke-II) pada Tanggal 25 Maret 2021**

No	Kriteria	Jumlah Peserta Didik
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	8
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	5
3	Mulai Berkembang (MB)	10
4	Belum Berkembang (BB)	2
Jumlah		25



**Grafik 2.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siklus I (Pertemuan ke-2) Pada Tanggal 25 Maret 2021**

Berdasarkan tabel dan grafik tersebut dapat diketahui bahwa dari hasil pengamatan pada siklus I pertemuan ke-2, anak yang Berkembang Sangat Baik (BSB) dari pertemuan ke-1 yaitu sebanyak 8% anak, dan pada pertemuan ke-2 telah meningkat menjadi 32% anak yang ada didalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Pada pertemuan ke-2 jumlah anak yang Berkembang Sesuai Harapan (BSH) menjadi 20% anak, dalam ketegori Mulai Berkembang (MB) sebanyak 40% anak dan dalam kategori Belum Berkembang (BB) sebanyak 8% anak.

Hasil pengamatan diatas menunjukkan bahwa motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek melalui kegiatan gerak dan lagu belum berhasil dicapai karena anak didik yang mencapai kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) hanya sebanyak 32% anak saja. Hal tersebut masih belum mencapai target yang telah ditentukan yaitu sebanyak 88% anak. Maka peneliti mengadakan pengamatan kembali pada siklus II

c. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I ditemukan beberapa hambatan yang diperoleh pada saat tindakan siklus I. Dari hasil pengamatan dan diskusi yang telah dilakukan oleh peneliti, pada saat kegiatan motorik kasar peneliti menemukan masalah yang menyebabkan adanya kendala dalam kegiatan gerak dan lagu untuk upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah. Peneliti menemukan masalah yang menyebabkan terkendalanya dalam proses kegiatan gerak dan lagu tersebut. Dari permasalahan itulah peneliti menemukan hal-hal yang menjadi hambatan atau kendala dalam tindakan siklus I. Berikut kendala yang ditemukan pada siklus I:

- 1) Anak masih belum bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu
- 2) Anak belum terbiasa dengan kegiatan gerak dan lagu
- 3) Sebagian besar anak masih mengalami kesusahan dalam melakukan gerak dan lagu
- 4) Anak masih belum bisa melakukan koordinasi antara gerakan dan lagu
- 5) Anak masih belum lincah ketika melakukan kegiatan gerak dan lagu

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dilihat terdapat beberapa kendala atau permasalahan yang muncul pada siklus I pertemuan ke-1. Hambatan dan kendala yang ditemukan pada siklus I pertemuan ke-2 yaitu:

- 1) Anak masih belum bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu
- 2) Anak masih belum bisa mengkoordinasikan antara gerakan dan lagu
- 3) Anak masih belum lincah pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu.

Oleh karena itu, keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek melalui kegiatan gerak dan lagu perlu dilanjutkan pada siklus II.

Selain itu juga perlu adanya perbaikan terhadap hambatan yang ditemukan pada siklus I. Adapun langkah perbaikan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut ini:

- 1) Peneliti harus bisa membuat anak untuk lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan gerak dan lagu
- 2) Peneliti memerintahkan anak untuk mempelajari atau melakukan pengulangan kembali gerak dan lagu sebelum pelaksanaan siklus II
- 3) Peneliti mengharuskan anak untuk melakukan pengulangan minimal 3 kali sebelum pelaksanaan siklus II

### 3. Pelaksanaan siklus II

#### a. Perencanaan

Pelaksanaan penelitian di SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo dilaksanakan dalam dua siklus. Masing-masing siklus dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Adapun tahap perencanaan pada Siklus II meliputi kegiatan seperti berikut:

- 1) Melakukan koordinasi dengan guru penjas sebagai kolaborator penelitian
- 2) Merencanakan dan menyusun RPP ( Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) yang akan digunakan sebagai acuan dalam melakukan penelitian upaya meningkatkan motorik kasar anak
- 3) Peneliti mempersiapkan gerak dan lagu yang akan digunakan sebagai bahan penelitian. Gerak dan lagu yang dipersiapkan berupa video yang telah diupload di media sosial *youtube*. Video yang diupload di media sosial *yotube* berisi tentang materi gerak dan lagu dengan upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah. Link video yang dikirimkan kepada anak dengan materi gerak dan lagu yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>

4) Peneliti mempersiapkan lembar observasi untuk melihat peningkatan motorik kasar anak.

b. Tahap Pelaksanaan

1) Pertemuan Pertama Siklus II

Pada pertemuan pertama pada tindakan siklus II dilaksanakan pada tanggal 31 Maret 2021. Materi gerak dan lagu disampaikan melalui grub whatsapp kelas. Adapun kegiatan dalam proses pembelajaran sebagai berikut:

a. Kegiatan Awal

- 1) Kegiatan awal yang dilakukan adalah peneliti mengirimkan materi gerak dan lagu whatsapp grub kelas III. Materi gerak dan lagu yang dikirimkan berupa *link youtube* berisi contoh gerak dan lagu yang harus dilakukan oleh anak. *Link youtube* materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu <https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>
- 2) Di dalam materi yang dikirimkan tersebut berisi perintah untuk anak melakukan berdoa dan melakukan pemanasan dahulu sebelum melakukan kegiatan inti.
- 3) Selanjutnya peneliti memberikan link video tentang gerak dan lagu yang harus dilakukan anak-anak dan memberikan perintah untuk melakukan gerakan tersebut sama dengan video yang ada di link yang telah dikirim tersebut.
- 4) Pada saat anak melakukan gerak dan lagu lalu diberikan perintah untuk memvideo lalu setelah selesai melakukan gerak dan lagu, video dikirimkan melalui whatsapp

#### b. Kegiatan Inti

- 1) Pada kegiatan inti ini, anak melihat contoh gerakan pada link yang telah peneliti kirimkan melalui whatsapp.
- 2) Anak mempelajari gerakan dan lagu yang ada di video tersebut
- 3) Setelah anak mempelajari gerak dan lagu yang ada didalam video, anak mempraktikkan gerak dan lagu dan mendokumentasikannya.
- 4) Setelah anak selesai melakukan gerak dan lagu. Video dokumentasi langsung dikirimkan ke peneliti.

Pada saat kegiatan berlangsung anak menggerakkan anggota badan sesuai dengan video contoh yang telah dikirimkan sebelumnya, peneliti melihat anak di video yang telah mereka kirimkan. Pada tahap pelaksanaan pertama ini sebagian besar anak sudah mulai bisa menyesuaikan antara gerakan dan lagu, mereka juga sudah terbiasa dengan gerakan yang dilakukannya. Anak juga sepenuhnya sudah bisa menggunakan kekuatan tubuh, kecepatan, dan keseimbangan pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu. Ada beberapa anak juga yang sudah bisa melatih koordiansi badan dan mulai lincah pada saat melakukan gerakan. Akan tetapi masih ada sebagian anak yang masih kesulitan dalam melakukan koordinasi antara gerak dan lagu.

#### c. Kegiatan Akhir

Pada tahap ini guru melakukan tanya jawab seputar kegiatan yang telah dilakukannya melalui media whatsapp, mengulas kembali apa yang telah dipelajari oleh anak-anak, menanyakan perasaan anak selama melakukan kegiatan gerak dan lagu. Pada tahap siklus II pelaksanaan ke-1 anak mengungkapkan

bahwa kegiatan gerak dan lagu membuat tubuh mereka menjadi lebih bugar karena mereka telah melakukan sebuah aktivitas fisik yang mereka lakukan di rumah. Dan sebagian anak juga mengungkapkan bahwa mereka sudah terbiasa dengan gerak dan lagu yang dilakukannya.

#### d. Refleksi

Refleksi pada siklus II dimaksudkan untuk membahas kendala atau masalah yang dialami selama pertemuan I. Kegiatan refleksi yang dilakukan nantinya dapat dijadikan masukan pada perencanaan selanjutnya.

- 1) Sebagian anak belum bisa mengkoordinasikan badannya pada saat melakukan gerak dan lagu
- 2) Sebagian anak belum bisa lincah pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu
- 3) Sebagian anak belum bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu

#### 2) Pertemuan ke 2 Siklus II

Pertemuan kedua pada tindakan Siklus II dilaksanakan pada tanggal 1 April 2021. Materi gerak dan lagu disampaikan melalui grup whatsapp kelas. Adapun kegiatan dalam proses pembelajaran sebagai berikut:

##### a. Kegiatan Awal

- 1) Kegiatan awal yang dilakukan adalah peneliti mengirimkan materi gerak dan lagu whatsapp grub kelas III. Materi gerak dan lagu yang dikirimkan berupa *link youtube* berisi contoh gerak dan lagu yang harus dilakukan oleh anak. *Link youtube* materi gerak dan lagu yang dikirimkan yaitu

<https://youtu.be/7gXNfEKWzMw>

- 2) Di dalam materi yang dikirimkan tersebut berisi perintah untuk anak melakukan berdoa dan melakukan pemanasan dahulu sebelum melakukan kegiatan inti.
- 3) Selanjutnya peneliti memberikan link video tentang gerak dan lagu yang harus dilakukan anak-anak dan memberikan perintah untuk melakukan gerakan tersebut sama dengan video yang ada di link yang telah dikirim tersebut.
- 4) Pada saat anak melakukan gerak dan lalu diberikan perintah untuk memvideo lalu setelah selesai melakukangerak dan lagu, video dikirimkan melalui whatsapp

b. Kegiatan Inti

- 1) Pada kegiatan inti ini, anak melihat contoh gerakan pada link yang telah peneliti kirimkan melalui whatsapp.
- 2) Anak mempelajari gerakan dan lagu yang ada didalam video tersebut
- 3) Setelah anak mempelajari gerak dan lagu yang ada didalam video, anak mempraktikan gerak dan lagu dan mendokumentasikannya.
- 4) Setelah anak selesai melakukan gerak dan lagu. Video dokumentasi langsung dikirimkan ke peneliti.

Pada saat kegiatan berlangsung anak menggerakan anggota badan sesuai dengan video contoh yang telah dikirimkan sebelumnya, peneliti melihat anak di video yang telah mereka kirimkan. Pada tahap pelaksanaan ke dua ini seluruh anak sudah mulai bisa menyesuaikan antara gerakan dengan lagu. Anak juga sudah terbiasa dengan gerakan yang dilakukannya. Anak juga sudah mampu menggunakan kekuatan badan, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu.

#### c. Kegiatan Akhir

Pada tahap ini guru melakukan tanya jawab seputar kegiatan yang telah dilakukannya melalui media whatsapp, mengulas kembali apa yang telah dipelajari oleh anak-anak, menanyakan perasaan anak selama melakukan kegiatan gerak dan lagu. Semua anak mengungkapkan bahwa kegiatan gerak dan lagu yang dilakukan sangat menyenangkan. Pada siklus II pelaksanaan ke-2 ini anak juga mengungkapkan bahwa mereka sudah tidak mengalami kesusahan lagi pada saat melakukan kegiatan gerak dan lagu. Mereka sudah terbiasa dengan gerak dan lagu yang diberikan peneliti untuk mereka lakukan dirumah.

#### d. Refleksi

Refleksi pada siklus II dimaksudkan untuk membahas kendala atau masalah yang dialami selama pertemuan II. Kegiatan refleksi yang dilakukan nantinya dapat dijadikan masukan pada perencanaan selanjutnya.

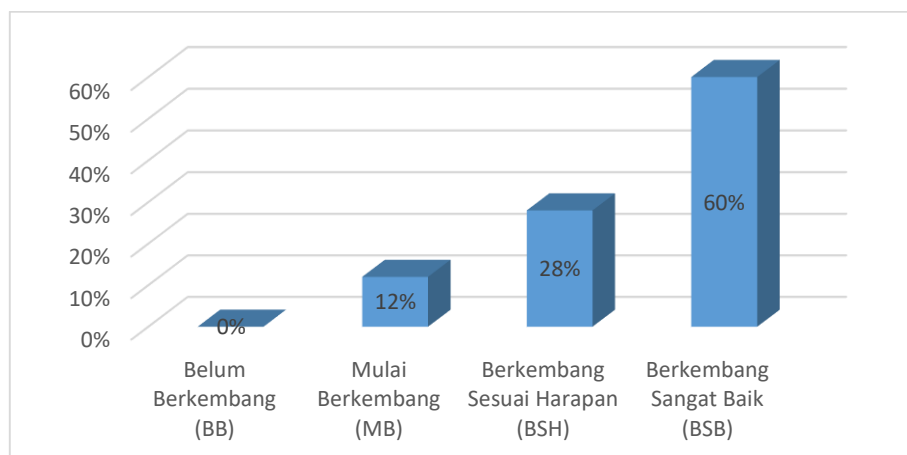
- 1) Beberapa anak belum bisa mengkoordinasikan badannya ketika melakukan kegiatan gerak dan lagu

#### c. Hasil Observasi/Pengamatan

Pada saat pelaksanaan tindakan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan atau observasi dengan mengisi instrumen yang sudah dibuat sebelumnya, yaitu lembar observasi terhadap peningkatan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu. Berikut hasil pengamatan atau observasi anak didik dalam upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu pada siklus II pertemuan ke-I dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siklus II (Pertemuan ke-I) Pada Tanggal 31 Maret 2021**

No	Kriteria	Jumlah Peserta Didik
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	15
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	7
3	Mulai Berkembang (MB)	3
4	Belum Berkembang (BB)	0
Jumlah		25



**Grafik 3.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siklus II (Pertemuan ke-I) Pada Tanggal 31 Maret 2021**

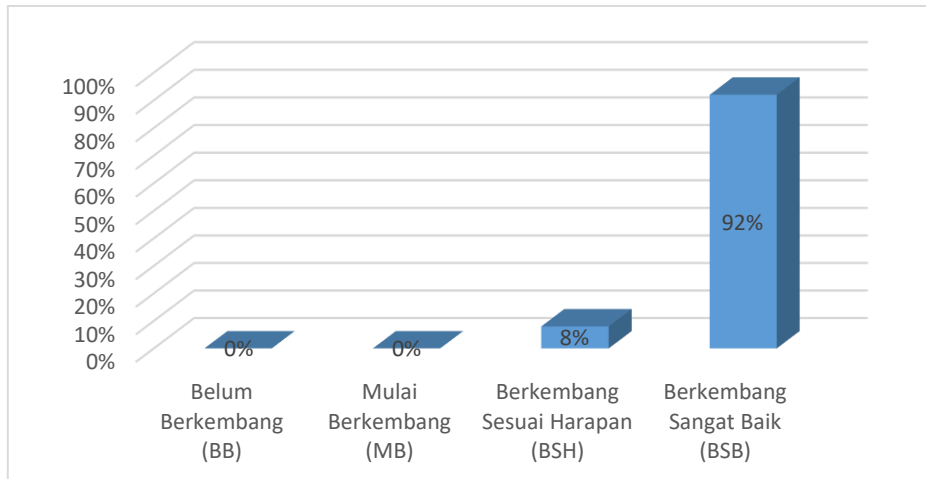
Berdasarkan tabel dan grafik tersebut dapat diketahui bahwa hasil dari pengamatan awal motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek yang Berkembang Sangat Baik (BSB) 32% anak, setelah dilakukan tindakan pada siklus II pertemuan ke-1 jumlah anak yang Berkembang Sangat Baik (BSB) meningkat menjadi 60% anak, sedangkan dalam kategori Berkembang Sesuai

Harapan (BSH) sebanyak 28% anak, dalam kategori Mulai Berkembang (MB) sebanyak 12% anak, dan dalam kategori Belum Berkembang (BB) sebanyak 0% anak.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa peningkatan motorik kasar anak melalui kegiatan gerak dan lagu pada siklus II pertemuan ke-1 belum berhasil dicapai karena anak didik yang mencapai kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) hanya sebanyak 60% anak saja. Hal tersebut belum mencapai target yang telah ditentukan sebelumnya yang telah ditentukan yaitu sebanyak 88% anak. Maka peneliti mengadakan pengamatan kembali pada pertemuan ke-2. Berikut hasil pengamatan nilai anak didik sekolah dasar kelas bawah dalam upaya meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan gerak dan lagu pada siklus II pertemuan ke-2 dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

**Tabel 6.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siklus II (Pertemuan ke-II) Pada Tanggal 1 April 2021**

No	Kriteria	Jumlah Peserta Didik
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	23
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	2
3	Mulai Berkembang (MB)	0
4	Belum Berkembang (BB)	0
Jumlah		25



**Grafik 4.**  
**Hasil Pengamatan Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siklus II (Pertemuan ke-II) Pada Tanggal 1 April 2021**

Berdasarkan pada tabel dan grafik tersebut dapat diketahui bahwa dari hasil pengamatan siklus II pertemuan ke-1, anak yang Berkembang Sangat Baik (BSB) yaitu sebanyak 60% anak, setelah dilakukan tindakan pada pertemuan ke-2 jumlah anak yang Berkembang Sangat Baik (BSB) meningkat sebanyak 92% anak. Dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) sebanyak 8% anak dan dalam kategori Mulai Berkembang (MB) dan kategori Belum Berkembang (BB) sudah tidak ada atau 0% anak.

Hasil pengamatan tersebut menunjukkan bahwa upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu sudah berhasil mencapai target yang telah ditentukan yaitu meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu dalam kategori baik (Berkembang Sangat Baik/BSB) sebanyak 92% anak. Maka upaya meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek dinyatakan berhasil.

#### d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi pada siklus II hambatan yang diperoleh pada saat tindakan siklus I sudah mampu diatasi pada siklus II. Kegiatan berjalan dengan lancar dan anak-anak terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan yang diberikan oleh peneliti. Pada tahapan refleksi siklus I menuju ke siklus II peneliti melakukan sebuah perubahan dalam melaksanakan kegiatan gerak dan lagu. Adapun langkah perbaikan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut ini :

- 1) Peneliti harus bisa membuat anak untuk lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan gerak dan lagu
- 2) Peneliti memerintahkan anak untuk mempelajari atau melakukan pengulangan kembali gerak dan lagu sebelum pelaksanaan siklus II
- 3) Peneliti mengharuskan anak untuk melakukan pengulangan minimal 3 kali sebelum pelaksanaan siklus II

Adapun masih ditemukan dua anak yang masih belum bisa memenuhi kriteria dan aspek pemecahan masalah belum memenuhi indikator keberhasilan, indikator yang belum berhasil dicapai oleh anak yaitu pada bagian koordinasi dan pada bagian anak sudah terbiasa dalam melakukan gerak dan lagu, namun secara keseluruhan peningkatan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah melalui kegiatan gerak dan lagu di SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo telah mengalami peningkatan yang signifikan. Motorik kasar anak melalui kegiatan gerak dan lagu telah memenuhi indikator yang telah ditetapkan sebelumnya, yaitu sebanyak 23 anak dari 25 anak yang masuk dalam kriteria baik. Hal tersebut dapat dilihat dari pengamatan yang dicapai oleh anak. Oleh karena itu penelitian dirasa cukup dan dihentikan sampai siklus II.

## **B. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil observasi pada siklus II dan hasil refleksi, maka dapat disimpulkan tindakan kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD N Kepek.

Pada penelitian ini kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan aktivitas dalam meningkatkan motorik kasar anak yang lebih halus, lebih baik, lebih sempurna dan mampu terkoordinasi dengan baik. Anak terlihat sudah mampu mengontrol dan mengkoordinasikan gerak anggota tubuhnya seperti tangan dan kaki dengan baik.

Berdasarkan hal tersebut indikator yang diharapkan dalam upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah adalah sebagai berikut ini:

1. BB : belum Berkembang

Anak masih perlu membutuhkan bimbingan dan contoh dari guru ataupun dari orang tua untuk melakukan kegiatan gerak dan lagu

2. MB : Mulai Berkembang

Anak mulai bisa walaupun masih memerlukan bantuan contoh dari orang tua

3. BSH : Berkembang Sesuai Harapan

Anak mulai andiri tanpa dibantu oleh orang tua dan anak mulai konsisten dengan gerakan dan lagu yang terdapat dalam video contoh

4. BSB : Berkembang Sangat Baik

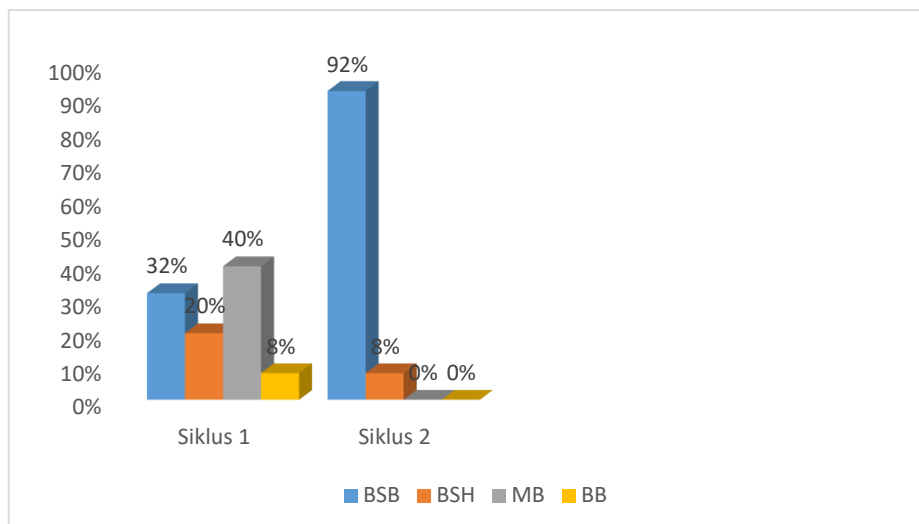
Anak bisa melakukan sendiri secara mandiri dan sudah bisa mengkoordinasikan tangan dan kakinya secara baik. Anak juga sudah mampu

menyesuaikan antara gerakan dan lagu tanpa melihat contoh video yang telah diberikan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan maka dapat ditarik kesimpulan dengan menggunakan kegiatan gerak dan lagu dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Peningkatan ini menunjukkan melalui motorik kasar anak yang telah diamati dalam pelaksanaan kegiatan gerak dan lagu. Adapun peningkatan motorik kasar anak tersebut dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

**Tabel 7.**  
**Perbandingan peningkatan Motorik kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah melalui Kegiatan Gerak dan Lagu Siklus I dan Siklus II**

No	Kriteria	Siklus	
		I	II
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	8	23
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	5	2
3	Mulai Berkembang (MB)	10	0
4	Belum Berkembang (BB)	2	0
Jumlah		25	25



**Grafik 5.**  
**Perbandingan peningkatan Motorik kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah melalui Kegiatan Gerak dan Lagu Siklus I dan Siklus II**

Berdasarkan penjabaran diatas, motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek mengalami peningkatan di siklus I peserta didik yang Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 32% anak, sedang kan pada siklus II mengalami peningkatan Berkembang Sangat Baik (BSB) menjadi 92% anak. Kesimpulan jadi 92% anak yaitu Berkembang Sangat Baik (BSB), anak mulai mandiri tanpa dibantu oleh orang tua dan mampu mengkoordinasikan anggota tubuhnya dengan baik serta anak telah mampu konsisten dalam melakukan kegiatan gerak dan lagu. Jadi kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo.

Menurut Fikriyati (2013) kememampuan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan pengendalian tubuh anak melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan syaraf, otot, otak. Motorik kasar di definisikan sebagai gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak. Melalui kegiatan gerak

dan lagu yang dilakukan pada penelitian ini sudah terlihat bahwa anak sudah bisa mengendalikan keterampilan tubuh yang sudah terkoordinir. Anak juga sudah mampu menggunakan seluruh otot-otot besar untuk melakukan kegiatan gerak dan lagu ini. Hal tersebut dilihat pada kegiatan gerak dan lagu pada siklus II peremuan ke-1. Pada siklus II pertemuan ke-1 anak terlihat sudah mampu mengkoordinir tubuhnya, hal tersebut dapat dilihat pada kriteria anak sudah terbiasa melakukan kegiatan gerak dan lagu. Dalam kriteria tersebut sudah banyak anak yang mampu menguasainya.

Menurut Aida Farida (2016:6), Unsur-unsur keterampilan motorik kasar diantaranya: meliputi kekuatan badan, kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Unsur diatas merupakan unsur yang mampu membentuk atau mendukung perkembangan motorik kasar anak. Setiap unsur ini dipastikan ada dalam perkembangan motorik kasar bagi anak, hanya saja waktu yang mampu mengoptimalkan perkembangan motorik kasar tersebut. Dalam penelitian menggunakan kegiatan gerak dan lagu ini siswa sekolah dasar kelas bawah SD N Kepek sudah mencapai unsur-unsur motorik yang ada. Namun masih ada 2 siswa yang belum bisa memenuhi kelima unsur-unsur keterampilan motorik tersebut. Unsur yang belum dapat dicapai oleh ke dua siswa tersebut yaitu unsur koordinasi. Koordinasi dalam gerak dan lagu ini adalah koordinasi antara gerakan dengan lagu yang mereka lakukan atau mereka tirukan sesuai dengan video yang telah dibagikan peneliti melalui media *youtube*. Dapat disimpulkan bahwa anak usia kelas bawah masih sulit dalam mengembangkan koordinasi tubuh, maka harus dilakukan latihan supaya anak mampu melakukan koordiansi pada tubuhnya secara baik.

Menurut Rudiyanto (2016:32), ada enam (6) tujuan perkembangan motorik kasar anak. Didalam penelitian ini tujuan perkembangan motorik kasar anak sudah tercapai melalui kegiatan gerak dan lagu yang dilakukan. Dari kegiatan gerak dan lagu tersebut bertujuan untuk keseimbangan tubuh anak, melenturkan otot-otot anak, mengembangkan kecerdasan anak, untuk kelincahan gerak anak, sebagai alat penunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil dan untuk meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi.

Adapun faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar pada anak menurut Kristanto (2015:10) terdapat dua faktor yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan. Didalam penelitian ini terlihat pada faktor lingkungan sangatlah berpengaruh terhadap pertumbuhan motorik kasar anak. Karena pada faktor lingkungan sangat menentukan tercapai atau tidaknya sebuah upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Pada penelitian ini faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik kasar anak adalah faktor lingkungan biologis yaitu pada jenis kelamin dan umur.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa melakukan kegiatan gerak dan lagu mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak. Dari kegiatan gerak dan lagu dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengingat materi pembelajaran yang diberikan oleh guru. Kegiatan gerak dan lagu juga merupakan bagian yang penting dan menarik bagi kehidupan anak sehari-harinya, dan dari kegiatan gerak dan lagu ini bisa dijadikan sebagai media pembelajaran.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan yang dialami dalam penelitian ini antara lain:

- a. Kendala jaringan.
- b. Peserta didik yang susah dihubungi dikarenakan belum mengumpulkan video.
- c. Video yang dikirimkan oleh peserta didik tidak jelas.
- d. File ukuran video yang dikirimkan sangat besar.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) dan analisis data yang dilakukan secara kolaboratif antara guru dan peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan gerak dan lagu mampu meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan presentasi motorik kasar anak setelah melakukan tindakan pada siklus I dan siklus II. Keberhasilan ini dapat dilihat pada peningkatan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah pada setiap siklusnya. Pada siklus pertama terdapat Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 32% anak. Dan pada siklus II Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 92% anak.

Demikian Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang telah peneliti lakukan, yaitu bahwasanya kegiatan gerak dan lagu dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut ini:

1. Perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan gerak dan lagu diharapkan mampu merubah pola belajar anak disemua kegiatan dan mampu disesuaikan dengan pembelajaran yang sudah ada.
2. Untuk meningkatkan motorik kasar anak harus kreatif dan bervariasi dalam melakukan atau membuat suatu gerakan untuk pembelajaran tersebut. Dalam pembuatan tersebut menggunakan metode yang mudah dan menarik, agar

anak dapat enggan mudah memahami pembelajaran sebagai sesuatu hal yang menyengkan dilakukan oleh anak didiknya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin & Muhadi.(1993). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Depdikbud
- Barbara A, Wasik.(2008). Pendidikan Anak Usia Dini menyiapkan Anak Usia Tiga, Empat, dan Lima Tahun Masuk Sekolah. DKI:Indeks
- B. Suhartini. (2011). Merangsang Motorik Kasar Anak Tuna Rungu Kelas Dasar Sekolah Luar Biasa Melalui Permainan. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia ( Volume 8, Nomor 2 November 2011).
- Dian Apriani.(2010). Upaya Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar, Artikel Jurnal PG PAUD FIP UNESA
- Desmita.(2013). “Psikolog Perkembangan Peserta Didik”. Bandung: remaja Rosdakarya.
- Farida Mulyaningsih. (2017). Analisis Senam Angguk di Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 13, Nomer 1, 2017)
- Farida Aida.(2016). “ Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini”. Jurnal Raudah: Vol. IV, No.2
- F. Suharjana. (2011). Pengembangan Pembelajaran Senam Melalui Bermain di Sekolah Dasar. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 8, Nomor 1 April 2011).
- Hasnida. (2014). Media Pembelajaran Kreatif. Jakarta: PT Luxima Metro Media.
- Helmawati. (2015). Mengenal dan memahami PAUD. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Hendrik Kusworo, Sri Winarni. (2017). Model Pemanasan Berbasis Gerak dan Lagu bagi Anak Tunanetra. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 13, Nomer 1, 2017)
- Kunandar.(2008). Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas sebagai Pengembangan Profesi Guru, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), h. 129-130
- Mursid, (2015). Belajar dan Pembelajaran PAUD, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Muhamad Arif Syarif Hidayatullah,(2013). “Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional” Jawa,Jurnal penelitian PAUD
- M Kristanto dan YhanaPratiwi. (2015). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Melalui Permainan Tradisional Engklek, Jurnal Penelitian PAUD


- Mutiah Diana. (2010). Psikologi Bermain Anak Usia Dini, (Jakarta: Prenada Media Grup)
- Partini. (2010). Pengantar Pendidikan Anak Usia Dini, (Yogyakarta: Grafindo Litera Media)
- Syamsu Yusuf LN. (2014). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung:
- Sugiyanto. Karakteristik Anak Usia SD . Diunduh pada 25 september 2020, dari <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/tmp/Karakteristik%20Siswa%20SD.pdf>
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sa'dun Akbar. (2010). Penelitian Tindakan Kelas Filosofi, Metodologi, Implementasi. Yogyakarta: CV. Cipta Medika.
- Suharsimi Arikunto. (2010). Penelitian Tindakan untuk Guru, Kepala Sekolah & Pengawas. Yogyakarta: Aditya Media.
- Sujarwo. (2015). Kemampuan Motorik Kasar dan Halus Anak Usia 4-6 Tahun. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 11, Nomor 2, November 2015)
- Sanjaya Wina, Penelitian Tindakan Kelas (Jakarta: Kencana, 2009), 97.
- Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2015), 240.
- Woerjati Sk, dkk. (Tanpa Tahun). Buku Diktat Mata Kuliah Senam Irama. Yogyakarta: Program Studi PJKR UNY.

# LAMPIRAN

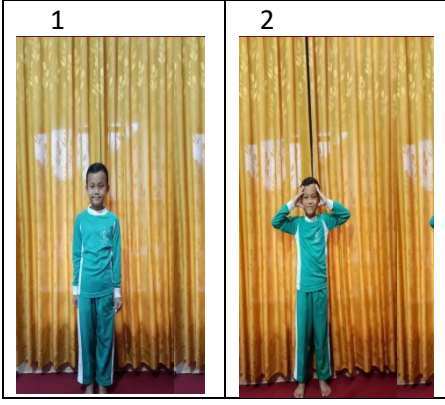
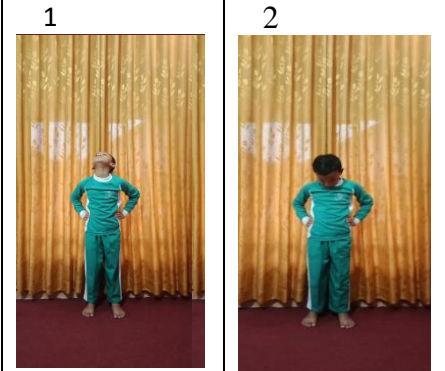

## Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Gerak dan Lagu

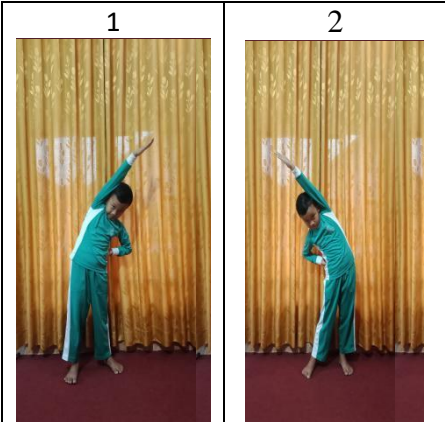
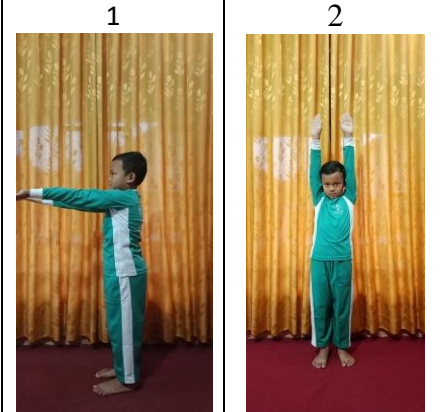
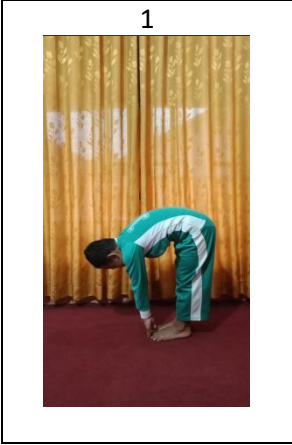
### Latihan A Pemanasan (Lingkaran Besar, Lingkaran Kecil)


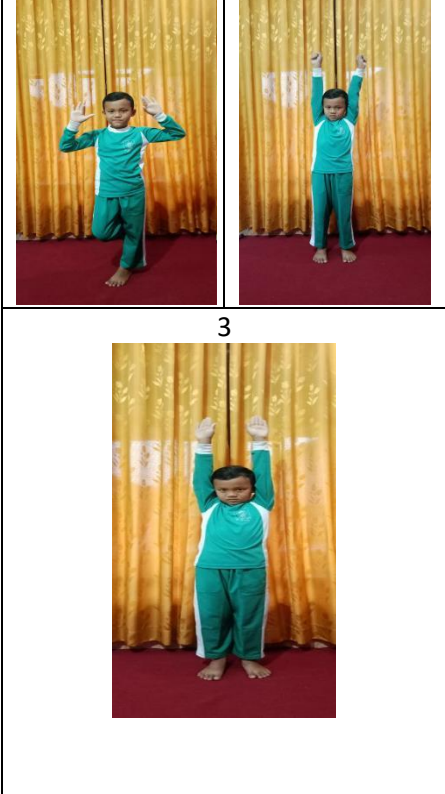
Gambar	Kegiatan	Keterangan
	<p><b>Materi gerak dan lagu : Lingkaran Kecil</b></p> <p>Siswa di instruksikan untuk membuat formasi lingkaran dan bergandengan tangan.</p>	<p><b>2 kali melakukan</b></p>
	<p><b>“Lingkaran kecil, Lingkaran kecil”</b></p> <p>Siswa bergandengan tangan dan berjalan kedepan membentuk lingkaran kecil.</p>	
	<p><b>“Lingkaran besar”</b></p> <p>Siswa bergandengan tangan dan berjalan mundur membentuk lingkaran besar.</p>	
	<p><b>“Ayo berjalan, Ayo berjalan”</b></p> <p>Siswa melepaskan tangan, berganti dengan gerakan tangan dengan ajakan ayo kemudian menghadap kanan dan berjalan melawan arah jarum jam. Saat berjalan tangan diangkat keatas sambil melambai lambaikan tangan.</p>	



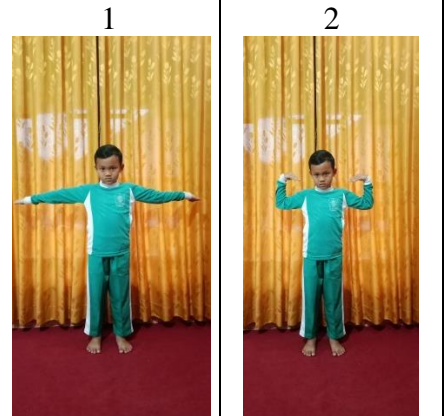
Gambar	Kegiatan	Keterangan
	<p><b>“Lalu berlari, lari.....lari.....ayo terus lari....”</b></p> <p>Saat lirik ayo berlari tanagn sudah tidak melambai lambai, Gerakan siswa yang tadinya berjalan diganti berlari. Saat sampai di lirik ayo ada gerakan tangan mengajak.</p> <p><b>“Jalan.....Jalan.....awas berhenti.</b></p> <p>Saat lirik jalan jalan siswa mulai berjalan dan berhenti berlari, saat lirik berhenti siswa kemudian berhenti.</p>	

### B1.1 (PENGULURAN)




No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
1.		<p><b>MATERI GERAK DAN LAGU :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Satu kepala saya</i></li> <li>➤ Kedua tangan memegang kepala, dengan mata pandangan ke depan. posisi kaki merapat.</li> </ul>	(2x Pengulangan lagu)
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Gerak atas bawah</i></li> <li>➤ Kedua tangan berpegangan pada pinggul, kepala diangkat ke atas setelah itu menunduk sesuai dengan lagunya. Kaki merapat.</li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Satu Tubuh Saya</i></li> <li>Kaki merapat dan tangan siswa menunjuk dirinya sendiri atau menunjuk badannya sendiri</li> </ul>	




NO	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
4.		<p><b><i>Liuk Kanan Kiri</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kaki siswa merapat, siswa meliukkan badan ke kanan dengan tangan kanan memegang pinggul dan tangan kiri lurus sesuai dengan liukkan badan. Selanjutnya siswa meliukkan badan ke kiri dengan tangan kiri berpegangan pada pinggul dan tangan kanan lurus menyesuaikan liukkan badan.</li> </ul>	
5.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Dua tangan saya, ditarik ke atas</i></b></li> <li>➤ Siswa meluruskan tangan lurus ke depan setelah itu siswa menarik tangannya ke atas dan kaki jinjit.</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Dua Kaki Saya Pakai Sepatu Baru</i></b></li> <li>➤ Siswa menundukkan atau membungkukkan badan dengan berusaha menyentuh kaki. Posisi kaki merapat.</li> </ul>	

No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
7.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Dua Mata saya, Lihat Kanan Kiri</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa menunjukkan kedua matanya. Saat siswa melihat kanan, tangan kanan siswa disamping mata dan kaki sebelah kanan sebagai tumpuan kaki sebelah kiri lurus.</li> </ul> </li> </ul>	
8.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Sepuluh Jari Saya Untuk Meremas-remas</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa jalan di tempat, kedua tangan melambai-lambai dan menggerakkan jarinya dari atas ke bawah sampai diatas jari-jari gerak mengenggam dan membuka/ meremas.</li> </ul> </li> </ul>	


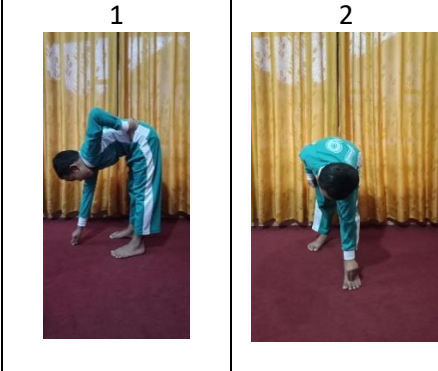

No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
9.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Dua Telinga saya yang Kiri dan Kanan</i></b></li> <li>➤ Siswa menunjukkan telinganya dengan jari telunjuk meraka, setelah itu tangan dibelakang telinga sesuai dengan arah (kiri-kanan). Siswa masih berjalan di tempat.</li> </ul>	2x pengulangan lagu
10.	 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b><i>Sehat Tubuh saya, Ayo Kita Berputar.</i></b></li> <li>➤ Siswa menunjuk dirinya dengan jari jempolnya dan siswa berputar dengan tangan membuka dan menutup. Berputar searah jarum jam atau ke kanan.</li> </ul>	

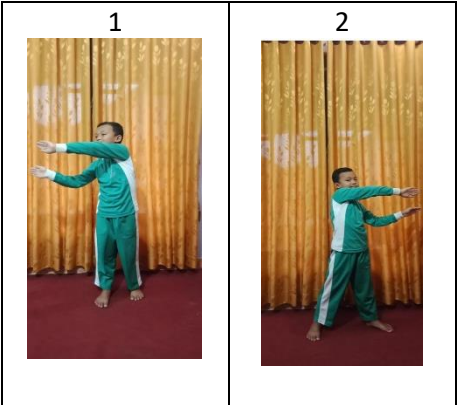
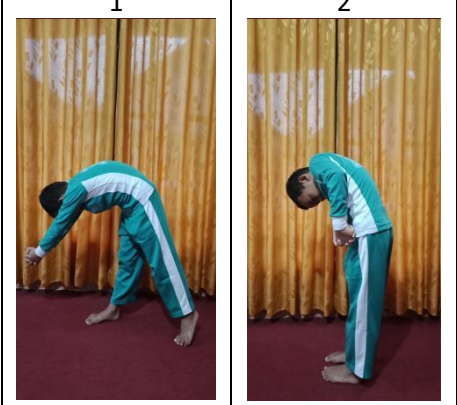
## B1.2 (PELEMASAN)

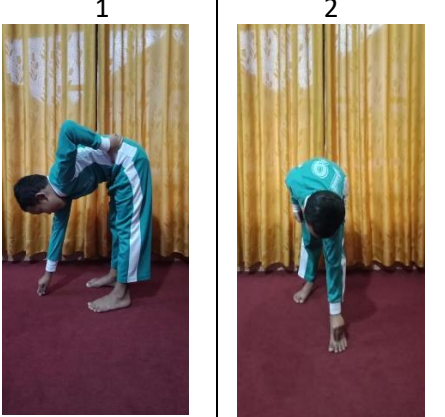

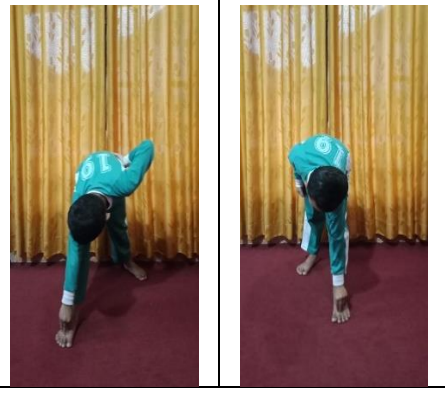
No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
1.		<p><b>MATERI GERAK DAN LAGU KALAU KAU SUKA HATI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>kalau kau</i> 1. kedua tangan menunjuk diri sendiri bagian dada dengan kedua ibu jari.</li> </ul>	
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>suka hati putar lengan...</i></li> <li>• kedua lengan direntangkan lurus dengan bahu lalu diputar ke depan</li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>kalau kau</i> 1. kedua tangan menunjuk diri sendiri bagian dada dengan kedua ibu jari.</li> </ul>	





No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
4.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>suka hati putar pinggang</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. posisi kedua tangan berada pinggang.</li> <li>2. Pinggang diputar berlawanan arah jarum jam atau diputar 360 derajat.</li> </ol> </li> </ul>	Lagu dinyanyikan 2x
5.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>kalau kau suka hati mari kita lagukan, kalau kau</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. kedua tangan menunjuk diri sendiri bagian dada dengan kedua ibu jari.</li> </ol> </li> </ul>	
6.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>suka hati putar lengan</i> kedua lengan diputar kedepan</li> </ul>	






### B 1.3 -B 1.4 (Penguatan dan Pelepasan/Menanam Jagung)

NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
1.		<p><b>LANGKAH – LANGKAH GERAKAN DAN LAGU MENANAM JAGUNG:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Ayo kawan kita bersama</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kedua tangan diayunkan ke arah bahu dengan kaki jalan di tempat</li> </ul> </li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan latihan penguatan dan pelepasan diulang sebanyak 3 kali</p>
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Menanam jagung di kebun kita</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Badan membungkuk seperti orang menanam jagung. Kaki melangkah ke samping kanan, kiri dan tengah dengan lutut ditekuk setiap gerakan tangan seperti menanam jagung.</li> </ul> </li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Ambil cangkulmu, ambil pangkurmu</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Pada lagu ambil <b><u>Cangkulmu</u></b> badan sedikit membungkuk seperti mengambil cangkul lalu cangkul diletakan dipundak kanan dengan lutut ditekuk dan kaki kanan melangkah kedepan . Sedangkan pada lagu ambil</li> </ul> </li> </ul>	





No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
4.		<p><b><u>Pangkurmu</u></b> badan sedikit membungkuk seperti mengambil pangkur lalu pangkur diletakkan dipundak sebelah kiri dengan lutut ditekuk dan kaki kiri melangkah kedepan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Kita bekerja tak jemu – jemu</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Pada lagu <b><i>Kita Bekerja</i></b> jalan ditempat sembari mengepalkan kedua tangan sambil diangkat ke atas dan pada lagu <b><i>Tak Jemu – jemu</i></b> jalan di tempat sembari melambatkan kedua tangan ke atas (kanan, kiri).</li> </ul> </li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan latihan penguatan dan pelepasan diulang sebanyak 3 kali</p>
5.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Cangkul, cangkul, cangkul yang dalam</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Badan dibungkukkan seperti orang sedang mencangkul dengan lutut ditekuk dan kaki kanan kedepan</li> </ul> </li> </ul>	




NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
6.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Menanam jagung di kebun kita</b></li> <li>○ Jalan di tempat dengan tangan membuka kesamping kanan dan kiri.</li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan latihan penguatan dan pelepasan diulang sebanyak 3 kali</p>
7.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Beri pupuk supaya subur</b></li> <li>○ Melangkah ke samping kanan 2 kali dan ke samping kiri 2 kali sembari tangan seperti sedang memberikan pupuk ke tanaman jagung.</li> </ul>	
8.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tanamkan benih dengan teratur</b></li> <li>○ Kaki kanan melangkah dengan arah kaki menyerong ke kanan dan menyerong ke kiri seperti tangan sedang menanam benih jagung.</li> </ul>	

NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
9.	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Jagungnya besar, lebat buahnya</i></li> <li>○ Pada lagu <b><u>Jagungnya Besar</u></b> jalan ke depan dengan tangan di depan seperti menunjukkan buah jagung yang besar. Pada lagu <b><u>Lebat Buahnya</u></b> jalan mundur dengan tangan di angkat ke atas seperti membentuk lingkaran (menandakan buahnya lebat).</li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan latihan penguatan dan pelepasan diulang sebanyak 3 kali</p>
10.	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Tentu berguna bagi semua</i></li> <li>○ Pada lagu <b><u>Tentu Berguna</u></b> badan memutar dengan kedua tangan membuka kesamping kanan dan kiri sambil pinggul meliuk – liuk. Pada lagu <b><u>Bagi Semua</u></b> kedua tangan membuka ke depan dan kesamping kanan kiri.</li> </ul>	

NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
11.	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> <p>3</p>  </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Cangkul, cangkul aku gembira</i></li> <li>○ Pada lagu <u><i>Cangkul, cangkul</i></u> badan dibungkukkan seperti orang sedang mencangkul dengan lutut ditekuk dan kaki kanan kedepan. Pada lagu <u><i>Aku Gembira</i></u> jalan di tempat dengan kedua tangan mengepal dan diangkat ke atas.</li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan latihan penguatan dan pelepasan diulang sebanyak 3 kali</p>
12.	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Menanam jagung dikebun kita</i></li> <li>○ Jalan memutar dengan tangan melambai lambai.</li> </ul>	

## B2. KESEIMBANGAN (Burung Kakak Tua)




NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
1.		<p><b>MATERI GERAK DAN LAGU BURUNG KAKATUA :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Burung kakatua...</i></li> <li>●● Kedua lengan direntangkan sambil digerakkan keatas dan kebawah seperti mengepakkan sayap, kemudian kedua kaki rapat, tumit diangkat keatas dan kebawah dengan tumpuan ujung kaki. Saat kebawah lutut sedikit ditekuk.</li> </ul>	<p>Waktu : 4 menit</p> <p><i>Gerakan senam burung kakatua dilakukan 2x pengulangan.</i></p>
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Hinggap dijendela...</i></li> <li>●● Saat kedua lengan diatas kemudian jatuhkan kedua lengan di samping badan secara bersamaan ( lengan tetap lurus). Selanjutnya, diikuti gerakan tangan seperti menggambar jendela diudara.</li> </ul>	
3.	 <p style="text-align: center;"><b>Gambar</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Nenek sudah tua...</i></li> <li>●● Badan membungkuk, tangan kiri diletakkan di pinggang belakang dan tangan kanan di depan seperti memegang tongkat sambil berjalan pelan-pelan.</li> </ul>	
4.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Giginya tinggal dua..</i></li> <li>●● Kedua tangan menunjuk gigi dengan jari telunjuk. Kemudian kedua tangan dijulurkan kedepan. Selanjutnya, tangan kiri di pinggang dan tangan kanan menunjukkan angka dua.</li> </ul>	

No	Gambar	KBM (Uraian)	Keterangan
5.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Trek...dung...trek...dung..trek..dung tralala..</i></li> <li>●● Kedua lengan direntangkan kemudian pergelangan tangan digerakkan keatas dan kebawah, diikuti gerakan kaki yaitu tumit di angkat dengan tumpuan ujung kaki sambil berjalan pelan-pelan. Ketika <i>tralala</i> posisi lengan tangan dan kaki masih sama bedanya hanya jalan di tempat.</li> </ul>	
6.		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Trek...dung...trek...dung..trek..dung tralala..</i></li> <li>●● Kedua lengan direntangkan kemudian pergelangan tangan digerakkan keatas dan kebawah, diikuti gerakan kaki yaitu tumit di angkat dengan tumpuan ujung kaki sambil berjalan pelan-pelan. Ketika <i>tralala</i> posisi lengan tangan dan kaki masih sama bedanya hanya jalan di tempat.</li> <li>● <i>Trek...dung...trek...dung..trek..dung tralala..(nada tinggi)</i></li> </ul>	<p><i>Pada syair trek dung tralala semua gerakan sama.</i></p>
7.		<ul style="list-style-type: none"> <li>●● Kedua lengan direntangkan kemudian pergelangan tangan digerakkan keatas dan kebawah, diikuti gerakan kaki yaitu tumit di angkat dengan tumpuan ujung kaki sambil berjalan pelan-pelan. Ketika <i>tralala</i> posisi lengan tangan dan kaki masih sama bedanya hanya jalan di tempat.</li> <li>● <i>Burung kakatua....</i></li> <li>●● Kedua lengan direntangkan sambil digerakkan keatas dan</li> </ul>	




		kebawah seperti mengepakkan sayap, kemudian kedua kaki rapat, tumit diangkat keatas dan kebawah dengan tumpuan ujung kaki	
--	--	---	--





### B.3 KEKUATAN DAN KETANGKASAN (Jaranan)





NO.	GAMBAR	KBM/URAIAN	KETERANGAN
1.		<p><b>MATERI GERAK DAN LAGU (JARANAN) :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Jaranan ... Jaranan</i> <i>Jarane jaran teji...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan kedua tangan berada didepan dada kemudian didorong ke depan dengan kaki kanan ke depan dan ke belakang.</li> </ul>	Gerakan dilakukan 2x pengulangan
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Jaranan ... Jaranan</i> <i>Jarane jaran teji...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan kedua tangan berada didepan dada kemudian didorong ke depan dengan kaki kiri ke depan dan ke belakang.</li> <li>• <i>Jaranan ... Jaranan</i> <i>Jarane jaran teji...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan kedua tangan berada didepan dada kemudian didorong ke depan dengan kaki kiri ke depan dan ke belakang.</li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sing numpak ndoro Bei...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan menunjuk diri sendiri dengan ibu jari menggunakan kedua tangan.</li> </ul>	

<p>4.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Sing nggiring poro mentri...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan menunjuk diri sendiri dengan ibu jari menggunakan kedua tangan.</li> </ul>	
<p>5.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Cek cek nong ... cek cek gung...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan tangan berada dipinggian kemudian lompat ke kanan dan ke kiri.</li> </ul>	
<p>6.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Jarane mlebu ning lurung...</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan menekuk siku kedua tangan dari bawah ke depan dada diikuti dengan kaki kanan dan kiri maju mundur.</li> </ul>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Gedebuk krincing ...</i> <i>Gedebuk krincing</i> <i>Gedebuk krincing ... prok prok</i> <i>Gedebuk jeder (2x)</i></li> <li>•• Siswa berdiri dengan kedua tangan berada dipinggian kemudian kaki dihentakkan ke lantai 2 kali pada bagian lirik lagu “prok... prok..” bertepuk tangan.</li> </ul>	





### B.4 JALAN dan LARI (anak kambing saya)





NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
1.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mana dimana, adik saya pergi</b> - siswa berjalan ditempat, tangan kanan diatas alis (hormat) menengok kanan kiri, kemudian kedua telapak tangan ditempelkan ke dada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v</li> </ul>	Lagu dinyanyikan 2x dan gerakan dilakukan 2x pengulangan
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Adik saya pergi, dengan berjalan kaki</b> - siswa masih jalan ditempat dengan kedua tangan ditempelkan didada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v, dilanjutkan dengan berjalan kedepan</li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mana dimana, adik saya pergi</b> - siswa berjalan ditempat, tangan kanan diatas alis (hormat) menengok kanan kiri, kemudian kedua telapak tangan ditempelkan ke dada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v.</li> </ul>	

<p>4.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Adik saya pergi, dengan berlari-lari</i></b></li> <li>- siswa masih jalan ditempat dengan kedua tangan ditempelkan didada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v, dilanjutkan dengan berlari kedepan.</li> </ul>	
<p>5.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Mana dimana, adik saya pergi</i></b></li> <li>- siswa berjalan ditempat, tangan kanan diatas alis (hormat) menengok kanan kiri, kemudian kedua telapak tangan ditempelkan ke dada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v</li> </ul>	
<p>6.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Adik saya pergi, dengan berjalan kaki</i></b></li> <li>- siswa masih jalan ditempat dengan kedua tangan ditempelkan didada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v, dilanjutkan dengan berjalan kedepan</li> </ul>	
<p>7.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Mana dimana, adik saya pergi</i></b></li> <li>- siswa berjalan ditempat, tangan kanan diatas alis (hormat) menengok kanan kiri, kemudian kedua telapak tangan ditempelkan ke dada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v</li> </ul>	




8.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Adik saya pergi, dengan berlari-lari</i></b></li> <li>- siswa masih jalan ditempat dengan kedua tangan ditempelkan didada dan kemudian kedua tangan julurkan kedepan membentuk huruf v, dilanjutkan dengan berlari kedepan.</li> </ul>	
9.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Mari kita berjalan...</i></b></li> <li>- siswa jalan sambil tangan seperti gerakan memompa kekanan dan kekiri</li> </ul>	
10.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Mari kita berlari...</i></b></li> <li>- siswa tangan seperti mengajak dan kemudian berlari-lari kecil</li> </ul>	
11.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><i>Jalan dan lari bersama-sama</i></b></li> <li>- siswa jalan kemudian lari dan diakhiri dengan berherhenti dan menrentangkan tangan.</li> </ul>	



### B5. MELOMPAT DAN MELONCAT (Satu-satu Aku Sayang Ibu)

NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
1.		<p><b>Langkah-langkah gerak dan lagu</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Satu satu...</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Kedua tangan mengacungkan satu jari kemudian digerakan ke kanan, kiri, kanan</li> </ul> </li> </ul>	<p>Lagu dinyanyikan 2x dan gerakan dilakukan 2x pengulangan</p>
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Lompat kanan kiri...</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Melompat kekanan sambil meletakkan tangan dipinggang kemudian kembali melompat kekiri sambil meletakkan tangan ke pinggang</li> </ul> </li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>dua dua...</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Kedua tangan mengacungkan satu jari kemudian digerakan ke kanan, kiri, kanan</li> </ul> </li> </ul>	
4.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Loncat tinggi tinggi...</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Berdiri tegak lalu meloncat vertical sebanyak dua kali ditempat.</li> </ul> </li> </ul>	

NO	GAMBAR	KBM/URAIAN	KETERANGAN
5.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tiga tiga...</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kedua tangan mengacungkan 3 jari kemudian digerakan ke kanan, kiri, kanan</li> </ul> </li> </ul>	
6.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Loncat lompat kaki..</b> Tangan diletakan dipinggang, kaki meloncat kedepan kemudian langsung dilanjut melompat kebelakang</li> </ul>	
7.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Satu, dua, tiga...</b> Kedua tangan mengacungkan jari berurutan dari satu jari digoyangkan kekanan, dua jari digoyang kekiri, dan tiga jari ke kanan</li> </ul>	
8.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bisa semuanya...</b> Meloncat vertical dengan kaki dibuka dan tangan juga dibuka keatas</li> </ul>	

### LATIHAN C. PENDINGINAN (kasih ibu)

NO	GAMBAR	KBM (URAIAN)	KETERANGAN
1.		<p><b>Langkah-langkah gerak dan lagu</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Kasih ibu kepada beta</u></b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pada lagu kasih ibu kedua tangan di julurkan kedepan, pada lagu kepada beta tangan di silangkan sambil menepuk bahu</li> </ol> </li> </ul>	<p>Pada waktu melakukan pendinginan lagu diulang sebanyak 3 kali.</p>
2.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Tak terhingga sepanjang masa</u></b> <ol style="list-style-type: none"> <li>b. Pada lagu tak terhingga tangan tangan di depan dada sambil di goyang-goyangkan ke kanan dan ke kiri, pada lagu sepanjang masa tangan di julurkan ke depan dan di buka kekanan dan kekiri.</li> </ol> </li> </ul>	
3.		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Hanya memberi tak harap kembali</u></b> <ol style="list-style-type: none"> <li>c. Lagu hanya memberi tangan di julurkan lurus kedepan satu demi satu telapak tangan menghadap ke atas lalu di belik menghadap ke bawah, pada lagu tak harap kembali tangan di tarik ke depan dada lalu di goyang-goyangkan ke kanan dan kekiri</li> </ol> </li> </ul>	

<p>4.</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>Bagai sang surya menyinari dunia</u></b></li> </ul> <p>d. Pada lagu bagai sang surya tangan di atas kepala dengan posisi silang lalu di buka kekanan dan kekiri sampai bawah, lagu menyinari dunia tangan ke atas secara perlahan sambil jari-jari tangan membuka dan menutup</p>
-----------	---	--

## Lampiran 2. SK Bimbingan Proposal TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHIRAGA  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168

Nomor : 5/ PGSD Penjas /I/2021  
Lamp : 1 Bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Ibu Dr. Sri Winarni, M.Pd.**  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Dhea Deyliana  
NIM : 17604224008  
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Motorik Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Kegiatan Senam Irama.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 15 Januari 2021  
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001









Tembuan :  
1. Prodi  
2. Ybs

2020 PGSD-PENJAS

### Lampiran 3. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN  
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Dhea Deyliana  
 NIM : 17604224008  
 Program Studi : PGSD Penjas  
 Jurusan : FIK  
 Pembimbing : Dr. Sri Winarni, M.Pd

No	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tangan Dosen Pembimbing
1.	10 Nov 2020	BAB I. Latar Belakang	
2.	16 Des 2020	BAB II. Kajian teori	
3.	22 Des 2020	BAB III. Metode Penelitian	
4.	26 Des 2020	BAB III. Instrumen Penelitian	
5.	19 Feb 2021	BAB III. Instrumen Penelitian	
6.	9 Maret 2021	Bab III Instrumen P	
7.	6 April 2021	Bab IV Hasil Penelitian dan	
8	23 April 2021	Bab IV Pembahasan. Pembahasan	

Mengetahui  
 Koord. Prodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
 NIP.19670701 199412 1 001

## Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : 526/UN34.16/PT.01.04/2021  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian

15 Maret 2021

Yth . SD Negeri Kepek  
di Kepek Kec. Pengasih Kab. Kulon Progo Yogyakarta

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Dhea Deyliana  
NIM : 17604224008  
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK SEKOLAH  
DASAR KELAS BAWAH MELALUI GERAK DAN LAGU  
Waktu Penelitian : 21 - 31 Maret 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

D. Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP. 19820815 200501 1 002

## Lampiran 5. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAHA  
KAPANEWON PENGASIH  
SD NEGERI KEPEK

Alamat : Jl. Pengasih – Sentolo No.16, Kepek, Pengasih, Kulon Progo, 55652

### SURAT KETERANGAN

Nomor :

Yang bertanda tangan di bawah ini : 329/SD.Kepek/IV/2021

Nama : Murtinah, S. Pd  
NIP : 19660713 198604 2 002  
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dhea Deyliana  
NIM : 17604224008  
Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani – S1  
Judul Penelitian : Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Gerak Dan Lagu Pada Siswa SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo  
Waktu Penelitian : 21 Maret – 1 April 2021

Saudara diatas tersebut benar-benar telah melaksanakan penelitian di SD Negeri Kepek Kabupaten Kulon Progo dengan judul sesuai diatas.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kulon Progo, 5 April 2021  
Kepala Sekolah,  
Murtinah, S. Pd  
19660713 198604 2 002

## Lampiran 6. Lembar Observasi dan Hasil Penelitian

### Lembar Penilaian Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu

Siklus J. Pelaksanaan 1. Tanggal 24...Mei...2021

No	Nama	Aspek yang diamati								Kemampuan yang dicapai	Kreteria	Keterangan
		A	B	C	D	E	F	G	H			
1	Abdul Mu'in				✓	✓	✓	✓	✓	2	BB	Belum Berkembang
2	Adam Darwish Adrian									3	MB	Mulai Berkembang
3	Agata Fitri Setyanti				✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
4	Alden Dimaz Pranata	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	BSD	Berkembang Sangat Baik
5	Alika Zahra Awaliyah				✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
6	Amalia Putri Utami	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	6	BST	Berkembang Sesuai Harapan
7	Ardiya Yoga Pratama				✓	✓	✓	✓	✓	2	BB	Belum Berkembang
8	Arzha Dwi Ainurafiq				✓	✓	✓	✓	✓	5	BST	Berkembang Sesuai Harapan
9	Ayunda Husna Lathifa				✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
10	Calista Cindy Arsyia	✓			✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
11	Caroline Naura Vallerena				✓	✓	✓	✓	✓	5	BST	Berkembang Sesuai Harapan
12	Dafta Arya Ghossan				✓	✓	✓	✓	✓	2	BB	Belum Berkembang
13	Denis Septiano Putra				✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
14	Fahmi Frenanta Alfarobi	✓			✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
15	Fandi Afrizal				✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
16	Fiki Julianto				✓	✓	✓	✓	✓	4	BSD	Berkembang Sangat Baik
17	Gailh Lukitasari	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	6	BST	Berkembang Sesuai Harapan
18	Listya Hidayati				✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
19	Lutfi Taufi Kurohman				✓	✓	✓	✓	✓	2	BB	Belum Berkembang
20	Naufal Rudiansa				✓	✓	✓	✓	✓	6	BST	Berkembang Sesuai Harapan
21	Raihan Dafta Winanto		✓		✓	✓	✓	✓	✓	5	BST	Berkembang Sesuai Harapan
22	Rehan Dwi Nugroho				✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
23	Rina Indriani				✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
24	Shafiq Fatin Amatullah				✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
25	Shofiyara Cindy Hafizha				✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang

Lembar Penilaian Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu

Siklus II, Pelaksanaan 2, Tanggal 1 April 2021.

No	Nama	Aspek yang diamati								Kemampuan yang dicapai	Kriteria	Keterangan
		A	B	C	D	E	F	G	H			
1	Abdul Mu'tin	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	7	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
2	Adam Darwish Adrian	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
3	Agata Firi Setyanti	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
4	Alden Dimaz Pranata	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
5	Alifa Zahra Awalayah	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
6	Amalia Putri Utami	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
7	Ardiya Yoga Pratama	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
8	Arzha Dwi Ainurafa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	7	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
9	Ayunda Husna Lathifa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
10	Calista Cindy Arsyia	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
11	Caroline Naura Vallerena	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
12	Dafta Arya Ghossan	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	7	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
13	Denis Septiano Putra	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
14	Fahmi Frenanta Alfarobi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
15	Fandi Afrizal	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
16	Fiki Julianto	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
17	Galih Lukitasari	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
18	Listya Hidayati	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
19	Lufti Taufi Kurohman	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	7	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
20	Naufal Rudiansa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
21	Raihan Dafta Winanto	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
22	Rehan Dwi Nugroho	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
23	Rina Indriani	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
24	Shafa' Fatm Amatullah	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik
25	Shoofyyara Cindy Hafizha	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	8	3/3	Pertumbuhan Sangat Baik

Lembar Penilaian Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Bawah Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu

Siklus II Pelaksanaan 1. Tanggal 31. Maret 2021

No	Nama	Aspek yang diamati								Kemampuan yang dicapai	Kreteria	Keterangan
		A	B	C	D	E	F	G	H			
1	Abdul Mu'in	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	A	MB	Mulai Berkebangan
2	Adam Darwish Adrian	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
3	Agata Firi Selyanti	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
4	Alden Dimaz Pranata	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	B	B5B	Berkebangan sangat Baik
5	Alka Zahra Awalayah	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	S	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
6	Amalia Putri Utami	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
7	Ardiya Yoga Pratama	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
8	Arzha Dwi Ainurafa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5H	Berkebangan sesuai Baik
9	Ayunda Husna Lathifa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
10	Calista Cindy Arsyia	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
11	Caroline Naura Vallerena	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
12	Daifa Arya Ghossan	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	MB	Mulai Berkebangan
13	Denis Septiano Putra	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
14	Fahmi Frenanta Alfirobi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	S	B5B	Berkebangan sangat Baik
15	Fandi Afrizal	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	S	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
16	Fiki Julianto	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
17	Galih Lukitasari	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	S	B5B	Berkebangan sangat Baik
18	Listya Hidayati	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	S	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
19	Lutfi Taufi Kurehman	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	A	MB	Mulai Berkebangan
20	Naufal Rudiansa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	A	B5B	Berkebangan sangat Baik
21	Raihan Daifa Winanto	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
22	Rehan Dwi Nugroho	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5H	Berkebangan sesuai Harapan
23	Rina Indriani	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
24	Shafa' Fatim Amatullah	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik
25	Shofyyara Cindy Hafizha	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	F	B5B	Berkebangan sangat Baik

Lembar Penilaian Peningkatan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu

Siklus 1. Pelaksanaan 2. Tanggal 25 Maret 2021

No	Nama	Aspek yang diamati								Kemampuan yang dicapai	Kreteria	Keterangan	
		A	B	C	D	E	F	G	H				
1	Abdul Mu'in										2	B5B	Belum Berkembang
2	Adam Darwish Adrian	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
3	Agata Fitri Seyanti		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
4	Alden Dimaz Pranata		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
5	Alika Zahra Awalayah		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
6	Amalia Putri Utami	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
7	Arditya Yoga Pratama			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
8	Arzha Dwi Anurafa	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	6	B5H	Berkembang Sangat Baik
9	Ayunda Husna Lathifa			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
10	Calista Cindy Arsyia	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	5	B5H	Berkembang Sangat Baik
11	Caroline Naura Vallerena	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	6	B5H	Berkembang Sangat Baik
12	Dafta Arya Ghossan				✓	✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
13	Denis Septiano Putra				✓	✓	✓	✓	✓	✓	3	MB	Mulai Berkembang
14	Fahmi Frenanta Alfarobi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
15	Fandi Afizal		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
16	Fiki Julianto	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
17	Galih Lukitasari		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5H	Berkembang Sangat Baik
18	Lisya Hidayati				✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
19	Lutfi Taufi Kurohman		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	2	BB	Mulai Berkembang
20	Naufal Rudiansa		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
21	Raihan Dafta Winanto		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5H	Berkembang Sangat Baik
22	Rehan Dwi Nugroho	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik
23	Rina Indriani			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
24	Shafa' Fatin Amatullah			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	MB	Mulai Berkembang
25	Shofyyara Cindy Hafizha	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	4	B5B	Berkembang Sangat Baik