

Optimalisasi Motorik Kasar Pada Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Media Serbaneka

¹Swastika Farezhena, ²Ajeng Ayu Widiastuti

^{1,2}Program Studi Pendidikan Guru PAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
272018010@student.uksw.edu, ajeng.widiastuti@uksw.edu

Abstrak

Keterampilan motorik kasar merupakan kecakapan yang penting dimiliki oleh setiap anak dengan melibatkan otot-otot besar dari seluruh anggota tubuhnya. Keterampilan ini menjadi fondasi anak untuk menguasai keterampilan hidup lainnya. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan dengan subyek tunggal. Penelitian ini bertujuan untuk melatih dan mengoptimalkan kekuatan keterampilan motorik kasar pada salah satu anak laki-laki yang berkebutuhan khusus dan berusia empat tahun di pusat terapi 123 Kids Center. Penelitian ini menggunakan program pembelajaran individu dengan menggunakan media serbaneka, yaitu beraneka macam media yang didapatkan dan dijumpai di sekitar anak. Hasilnya menunjukkan kemampuan motorik kasar untuk menjaga keseimbangan tubuh melalui kegiatan (1) menendang bola, (2) meniti garis lurus, (3) berjalan jinjit, (4) memasukkan bola dalam kolong kaki yang diangkat, (5) body balance, (6) sikap pesawat terbang, (7) sunda manda, dan (8) melompat dengan satu kaki dapat meningkat dengan pengulangan dan bantuan.

Kata kunci: Anak Berkebutuhan Khusus, Media Pembelajaran, Media Serbaneka, Motorik Kasar, Pendidikan Inklusi, Program Individu

Abstract

Gross motor skills are the important skill for every child by involving the large muscles of all the limbs. These skills become the foundation for children to be master in other life skills. This is action research with a single subject. This study aims to train and optimize the strength of gross motor skills in a four-year-old boy with special needs at the 123 Kids therapy center. This study uses individual learning program by using various media, which various kinds of media that are obtained and found around the child. The results show that gross motor skills to maintain body balance through the activities such as (1) kicking the ball, (2) walking in a straight line, (3) walking on tiptoe, (4) putting the ball under the raised leg, (5) body balance, (6) airplane attitude, (7) Sunda manda, and (8) jumping on one leg can be improved with repetition and assistance.

Keywords: Special Need Children, Learning Media, Various Media, Gross Motor, Inclusion, Individual Program

LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan suatu hal yang penting bagi kehidupan manusia. Dengan pendidikan, manusia memiliki wawasan dan pengetahuan yang berguna untuk segala aspek di kehidupan yang berlangsung sepanjang hayat. Setiap anak memerlukan pendidikan untuk mengembangkan keahlian dan kemampuan yang mereka miliki. Sebagaimana halnya anak pada umumnya, Anak berkebutuhan khusus juga berhak mendapatkan pendidikan yang layak bagi mereka, dan ketentuan tersebut diatur dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 32 yang menyebutkan bahwa “Pendidikan khusus (pendidikan luar biasa) merupakan pendidikan bagi peserta didik yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, dan sosial”. Ketentuan Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tersebut bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) atau bisa dikenal sebagai anak dengan perkembangan atypical sangat berarti karena memberi landasan yang kuat bahwa ABK perlu memperoleh kesempatan yang sama sebagaimana yang diberikan kepada anak typical lainnya dalam hal pendidikan dan pengajaran.

Anak berkebutuhan khusus adalah anak yang memiliki kelainan atau penyimpangan dari keadaan rata-rata anak pada umumnya, baik dalam hal fisik, mental, maupun karakteristik perilaku sosial (Abdullah, 2013). Abdullah (2013) menyebutkan klasifikasi anak berkebutuhan khusus dalam beberapa aspek. Pertama, anak yang dikategorikan berkebutuhan dalam aspek fisik meliputi kelainan dalam indera penglihatan (tunanetra) kelainan indera pendengaran (tuna rungu) kelainan kemampuan berbicara (tuna wicara) dan kelainan fungsi anggota tubuh (tuna daksa). Anak yang memiliki kebutuhan dalam aspek mental meliputi anak yang memiliki kemampuan mental lebih (supernormal) yang dikenal sebagai anak berbakat atau anak unggul dan yang memiliki kemampuan mental sangat rendah (abnormal) yang dikenal sebagai tuna grahita. Anak yang memiliki kelainan dalam aspek sosial adalah anak yang memiliki kesulitan dalam menyesuaikan perilakunya terhadap lingkungan sekitarnya. Anak yang termasuk dalam kelompok ini dikenal dengan sebutan tunalaras.

Apapun jenis atau klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus, anak-anak tetap berhak mendapatkan layanan pendidikan yang sama dengan anak-anak lainnya. Seperti

yang dijelaskan oleh Wandu & Mayar (2019) menyatakan bahwa pendidikan merupakan salah satu kebutuhan hidup manusia yang sangat berperan dalam pengembangan kompetensi yang dilakukan melalui pembelajaran, tak terkecuali bagi anak-anak. Pada dasarnya, setiap anak memiliki bakat dan kemampuan yang berbeda dan memerlukan metode pembelajaran yang berbeda pula. Hal tersebut mempengaruhi besar kecilnya masalah yang akan dihadapi. Masalah tersebut ada yang ringan karena dapat diselesaikan sendiri oleh anak bersangkutan. Akan tetapi, masalah tersebut juga ada yang berat dan membutuhkan perhatian dan bantuan khusus dari orang lain.

Anak-anak tersebut sering mengalami masalah dalam perkembangannya sehingga stimulus pertumbuhan dan perkembangan harus dilakukan sedini mungkin. Berdasarkan pengamatan sementara yang penelitian lakukan, anak berkebutuhan khusus mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar. Santrock (2011) menyatakan motorik kasar (*gross motor*) yang merupakan keterampilan yang melibatkan aktivitas otot besar seperti tangan seseorang untuk bergerak. Perkembangan motorik anak juga tidak dapat dilepaskan dari aspek-aspek pokok. Adapun aspek-aspek pokok dalam pembelajaran motorik kasar pada anak adalah kekuatan, daya tahan kardiovaskuler (ketahanan), power, kecepatan, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, waktu reaksi dan koordinasi (Decaprio, 2013).

Hasninda (2014) menyatakan motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Menurut Sujiono (2012), menyatakan motorik kasar adalah aktivitas gerak tubuh yang melibatkan otot besar seperti merayap, berguling, merangkak, duduk, berdiri, berjalan, lari, lompat, dan berbagai aktivitas menendang serta aktivitas melempar dan menangkap. Menurut Sumantri (dalam Munthe et al., 2021), motorik kasar memiliki beberapa tujuan yaitu: 1) Mampu meningkatkan keterampilan gerak; 2) Mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani; 3) Mampu menanamkan sikap percaya diri; 4) Mampu bekerja sama dan 5) Mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif. Selain itu, menurut Permendikbud 146 Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini Pasal 6 mengenai Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak disusun berdasarkan kelompok usia menyatakan

karakteristik motorik kasar anak usia 4-6 tahun yaitu: 1)Melakukan berbagai kegiatan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah; 2)Melakukan kegiatan yang menunjukkan anak mampu melakukan gerakan mata, tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur (misal: senam dan tarian); 3)Melakukan kegiatan yang menunjukkan anak mampu melakukan permainan fisik dengan aturan; 4)Melakukan kegiatan yang menunjang anak mampu terampil menggunakan tangan kanan dan tangan kiri dalam berbagai aktivitas.

Kemampuan motorik. kasar tidak didapatkan anak secara instan. Anak dapat mengembangkan keterampilan motorik kasarnya apabila mendapat kesempatan secara leluasa untuk mencoba berulang kali dan mendapatkan bantuan dari orang dewasa serta adanya media atau alat bantu yang disediakan (Bredekamp & Copple, 2005). Kegiatan yang berulang-ulang atau dibiasakan dapat membantu melatih keterampilan motorik anak (Rahyubi, 2012).

Dari hasil observasi awal di 123 Kids Center Salatiga terdapat perkembangan motorik kasar anak usia 4 tahun yang belum sesuai dengan usianya, hal ini menjadi berdampak pada pencapaian tugas-tugas perkembangannya, contohnya menjaga keseimbangan tubuh dan kekuatan otot terutama pada kaki saat melompat satu kaki. Dengan demikian, pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus dengan permasalahan motorik kasar memerlukan strategi yang berbeda dengan strategi pembelajaran pada umumnya. Untuk melatih kemampuan motorik kasar pada anak tersebut, maka perlu dilakukan penyusunan strategi dan program pembelajaran individual yang dimulai dengan melakukan kelengkapan data pribadi anak yang berhubungan dengan karakteristik spesifik, kemampuan dan kelemahan, dan tingkat perkembangan. Karakteristik spesifik biasanya berhubungan dengan tingkat perkembangan fungsional anak yang meliputi tingkat perkembangan sensorik motorik, kognitif, berbahasa, keterampilan diri, konsep diri, kemampuan berinteraksi sosial serta kreativitasnya. Selain itu, diperlukan observasi mendalam terkait perilaku anak, sehingga data tersebut menjadi dasar untuk membuat sebuah strategi dan program yang sesuai dengan kebutuhan anak.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari data kualitatif tentang identitas anak, wawancara dengan

terapis, serta observasi langsung terhadap anak. Berdasarkan data tersebut, peneliti mendapatkan bahwa anak mengalami keterlambatan dalam menjaga keseimbangan saat melompat satu kaki. Selanjutnya peneliti menyusun strategi dan rencana program individu berupa media serbaneka. Media serbaneka adalah suatu media yang digunakan sesuai dengan potensi yang terdapat di sebuah lokasi, baik di suatu daerah, sekolah, atau yang lainnya, yang dapat dimanfaatkan sebagai media pengajaran, misalnya papan tulis dan media 3 dimensi (Bretz dalam Mokhtar dkk., 2015).

METODE PENELITIAN

Kegiatan penelitian ini dilakukan di 123 Kids Center di Kota Salatiga yang dilaksanakan selama 8 pertemuan dalam rentang waktu 3 bulan. Para peneliti melakukan pengamatan terhadap kegiatan pembelajaran disana dan observasi terhadap subyek penelitian yaitu anak laki-laki berusia 4 tahun. Selanjutnya para peneliti melakukan wawancara terhadap terapis yang menjadi pendamping subyek. Didapatkan bahwa subyek merupakan anak yang lincah, dan dapat mendengarkan instruksi dengan baik, namun subyek belum memiliki keseimbangan tubuh dengan baik, belum dapat berdiri dengan satu kaki selama 6 detik, belum dapat melompat dengan satu kaki, belum dapat menendang bola, atau berjalan lurus sesuai garis.

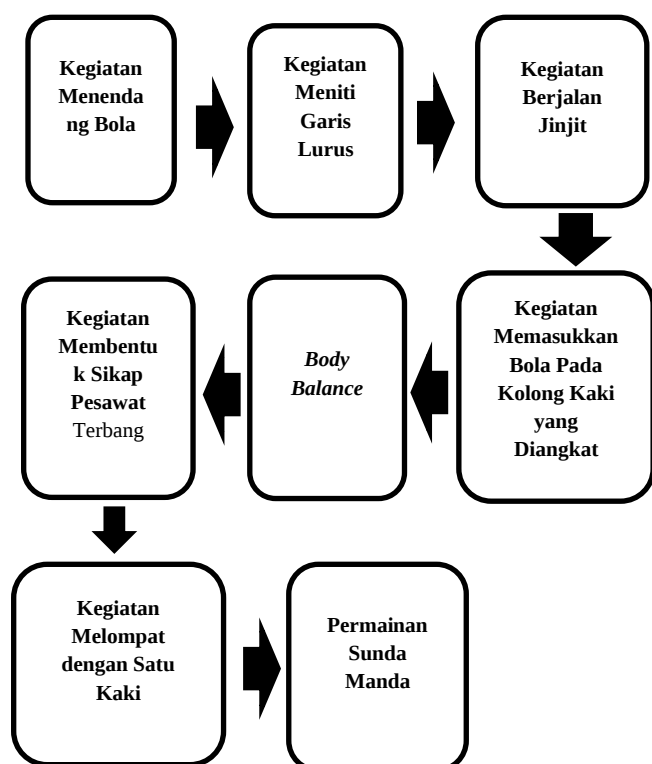
Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Action Research* yaitu sebuah penelitian yang dilakukan dengan memberikan kontribusi dalam tataran praktis terhadap masalah yang dihadapi oleh individu atau sekelompok orang dengan tujuan mencapai sebuah perubahan (Istiyani dkk, 2017). Pendekatan dilakukan secara individual yaitu hanya berfokus pada 1 anak. Penelitian ini dimulai dengan menerapkan program kerja yaitu program pembelajaran individual untuk melatih motorik kasar pada subyek. Kegiatan pembelajaran ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan. Dimana, para peneliti melakukan identifikasi kebiasaan pelaksanaan program pembelajaran di 123 Kids Center. Berdasarkan pengamatan, ditemukan hal-hal yang perlu mendapatkan ide tambahan dalam pembelajaran, yaitu penggunaan media pembelajaran. Selanjutnya, para peneliti melakukan wawancara reflektif kepada terapis yang menangani anak yang diberi perlakuan mengenai kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama ini,

kendala yang masih dihadapi anak, dan latar belakang anak. Kemudian, para peneliti membuat rencana program dan selanjutnya melaksanakan program pembelajaran individu kepada anak bersama terapis pendamping. Setelah program pembelajaran individual terlaksana, selanjutnya para peneliti melakukan evaluasi bersama dengan terapis pendamping.

Para peneliti menggunakan media serbaneka dalam penelitian ini, yaitu media yang dapat dimainkan oleh anak karena dekat dan dapat dijumpai oleh anak dalam kesehariannya. Adapun alat dan media yang digunakan sebagai media pembelajaran bagi anak yaitu antara lain bola, garis atau tali, *body balance* (gambar kaki dan tangan), balon, pembatas atau *cones* kerucut, lingkaran dari sedotan, puzzle karpet, alat permainan sunda manda, dan benda sekitar.

Berikut adalah gambaran alur kegiatan pembelajaran optimalisasi keterampilan motoric subyek yang dirancang untuk 8 kali pertemuan dan disesuaikan dengan kebutuhan subyek penelitian. Adapun kegiatan tersebut adalah (1) menendang bola, (2) meniti garis lurus, (3) berjalan jinjit, (4) memasukkan bola dalam kolong kaki yang diangkat, (5) *body balance*, (6) sikap pesawat terbang, (7) sunda manda, dan (8) melompat dnegan satu kaki.

Gambar 1. Bagan Alur Aksi



HASIL PENELITIAN

Berdasarkan program kerja yang telah dilaksanakan di 123 Kids Center, para peneliti menemukan solusi terkait permasalahan pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus, yaitu para peneliti menerapkan pembelajaran dengan menggunakan media bantu atau alat bantu dalam pembelajaran untuk mempermudah melatih motorik kasarnya. Melalui penggunaa media dan/atau alat bantu pembelajaran, didapatkan program pembelajaran individual dan rencana pelaksanaan harian individu.

Anak berkebutuhan khusus yang menjadi subyek penelitian di 123 Kids Center masih mengalami ketertinggalan dalam perkembangan motorik kasarnya. Hal tersebut bisa dilihat ketika anak belum dapat melompat dengan satu kaki, berdiri satu kaki masih belum seimbang, berjalan lurus maupun menendang bola. Nampak bahwa subyek membutuhkan penguatan kekuatan kaki dan keseimbangan agar subyek dapat melakukan aktivitas yang membutuhkan keterampilan motorik kasar terutama yang melibatkan otot-otot kaki. Berdasarkan pengamatan tersebut, para peneliti mencoba mengusulkan program pembelajaran untuk membantu anak yang perkembangan motorik kasarnya masih lambat, yaitu program khusus untuk anak dengan diagnosa *Sensory Processing Disorder* (SPD). Adapun kegiatan yang dilaksanakan antara lain:

1. Anak dapat menjaga keseimbangan tubuhnya dengan kegiatan menendang bola
2. Anak dapat menjaga keseimbangan tubuhnya dengan kegiatan meniti garis lurus
3. Anak dapat menjaga keseimbangan tubuhnya dengan bermain *body balance*
4. Anak dapat menjaga keseimbangan dengan berjalan jinjit di dalam lingkaran
5. Anak dapat mengangkat satu kaki secara bergantian dan memasukkan bola dalam kolong kaki yang diangkat
6. Anak dapat berdiri dengan satu kaki dan membentuk sikap pesawat
7. Anak dapat melompat satu kaki dengan media puzzle karpet
8. Anak dapat melompat satu kaki dengan permainan sunda manda

Alat dan media yang digunakan sebagai media pembelajaran bagi anak yaitu antara lain bola, garis atau tali, *body balance* (gambar kaki dan tangan), balon, pembatas atau *cones* kerucut, lingkaran dari sedotan, puzzle karpet, alat permainan sunda manda, dan benda sekitar.

Rincian Pelaksanaan Pembelajaran Harian individu

A. Menendang Bola

Aspek perkembangan yang akan diamati pertama yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan menendang bola. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Para peneliti membuat arena kegiatan yang terdiri dari titik untuk menendang dan gawang
2. Para peneliti mengajak anak untuk mengamati dan menjelaskan pada anak secara singkat dan memberikan contoh
3. Anak diminta untuk meletakkan bola di titik tendang
4. Anak diminta untuk menendang bola kearah gawang
5. Pemberian penghargaan untuk anak
6. Evaluasi



Gambar 2. Kegiatan Menendang Bola

Dari kegiatan tersebut anak dapat menendang bola bola secara lurus sehingga bola dapat masuk gawang. Namun, saat anak menendang masih belum dapat mengangkat salah satu kakinya secara maksimal sehingga saat menendang masih menyeret kakinya. Pada saat para peneliti meminta anak menendang bola dengan mengangkat kaki lebih tinggi, anak berdiri secara terhuyung - huyung. Hal ini dikarenakan keseimbangan anak yang belum optimal.

Pada saat anak diminta menendang bola secara bergantian menggunakan kaki kanan dan kiri, anak masih bingung dengan konsep kanan dan kiri sehingga masih perlu diarahkan bahkan peneliti harus memberikan contoh untuk menendang menggunakan kaki kiri, hal ini

dikarenakan anak terbiasa menggunakan koordinasi tangan dan kaki sebelah kanan saja, sehingga saat diminta untuk menggunakan koordinasi gerak sebelah kiri anak masih kesulitan dan arahan serta bantuan dari peneliti seperti harus mengangkat kaki kirinya dan menggerakkan kakinya untuk menendang bola.

Anak pada saat menendang bola pun pandangan matanya masih tidak melihat bola, sehingga peneliti berusaha mengingatkan untuk selalu melihat bolanya. Dikarenakan fokus anak yang masih kurang dan masih mudah terpengaruhi oleh lingkungan, seperti: orang lewat atau suara orang berbicara.

B. Meniti Garis Lurus

Aspek perkembangan yang akan diamati kedua yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan meniti garis lurus. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Para peneliti membuat arena titian menggunakan guling dan cones
2. Para peneliti memberikan contoh kepada anak
3. Anak diminta meniti dengan bantuan atau berpegangan
4. Anak diminta meniti dengan mandiri
5. Pemberian penghargaan untuk anak
6. Evaluasi



Gambar 3. Meniti Garis Lurus

Dalam kegiatan ini, Anak dapat meniti sepanjang dua meter dan dapat melakukannya sebanyak 3 kali bolak balik. Namun, sebelum itu anak sudah mencoba meniti secara berkali - kali dan gagal karena terjatuh atau melewati garis. Hal ini disebabkan keseimbangan tubuh anak yang masih kurang optimal.

Pada saat anak dinaikkan level meniti dengan ketinggian sekitar 20 cm, anak berani melewatinya, namun masih harus berpegangan dengan peneliti. Pada saat peneliti secara perlahan melepaskan pegangannya

anak langsung menjatuhkan badannya atau melompat dan melewati lintasan titian. Selama proses meniti ini dalam menjaga keseimbangannya anak masih memiliki gerakan kompensasi dengan menekukkan tangannya. Selama melakukan kegiatan ini pun anak belum dapat memfokuskan pandangannya pada lintasan titian. Anak dalam melintasi titian masih berhenti dan melihat sekitar dan melanjutkan langkahnya lagi.

Peneliti juga memberikan rintangan saat meniti dengan menendang *cones* yang diletakkan di samping lintasan titian dengan tujuan anak mengangkat salah satu kakinya sambil meniti, anak dapat menyelesaikan perintah walaupun masih terhuyung - huyung dan berkali - kali terjatuh. Anak juga masih takut berbuat salah sehingga pada kegiatan ini anak masih bertanya dengan mengulang instruksi peneliti, baru anak melakukan instruksi tersebut.

C. Berjalan Jinjit

Aspek perkembangan yang akan diamati ketiga yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan berjalan jinjit. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Peneliti dan anak membuat lingkaran dengan sedotan
2. Peneliti menyusun lingkaran supaya adak dapat melangkahi lingkaran
3. Peneliti memberikan contoh permainan ini
4. Anak dapat melewati 5 lingkaran dengan berjalan jinjit secara bolak balik
5. Pemberian penghargaan pada anak
6. Evaluasi



Gambar 4. Kegiatan Berjalan Jinjit

Anak dapat berjalan jinjit melalui lingkaran yang sudah disediakan. Namun keseimbangan anak masih belum maksimal sehingga anak masih terhuyung - huyung dalam berjalan jinjit. Anak juga masih melakukan gerakan kompensasi dengan menekankan tangannya dan

mengangkatnya untuk menjaga kestabilan keseimbangan tubuhnya.

Anak juga masih terburu - buru dalam melewati rintangan tersebut. Sehingga anak masih lari dengan keadaan jinjit dan masih melewati arena atau lingkaran karena kontrol tubuh yang belum optimal. peneliti mencoba memberikan contoh secara perlahan dan melangkahkan kaki dengan posisi jinjit secara perlahan. Namun, anak langsung menjulurkan lidahnya dan memainkan lidahnya sehingga anak terlihat sedikit panik dan cemas.

Dalam menjaga keseimbangannyapun bahu anak juga masih ikut bergerak kekanan dan ke kiri. Posisi jinjit anak pun juga dengan jari kaki yang mencengkrum, saat peneliti meminta anak melemaskan jari kakinya dan mengangkat bagian tumit, jari kaki anak ikut mencengkeram sehingga posisi jinjit anak ditumpu dengan jarinya saja.

D. Mengangkat Satu Kaki dan Memasukkan Bola Pada Kolong Kaki yang Diangkat

Aspek perkembangan yang akan diamati Keempat yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan mengangkat satu kaki dan memasukkan bola pada kolong kaki yang diangkat. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Peneliti memberikan contoh gerakan pada anak
2. Peneliti mengajak anak menirukan gerakan mengangkat satu kaki dan memasukkan bola pada kolong kaki
3. Anak diminta mengangkat kaki dan memasukkan bola dalam kolong kaki yang diangkat, anak melakukan 3 kali memasukkan bola di setiap kaki
4. Penghargaan pada anak
5. Evaluasi



Gambar 5. Kegiatan Mengangkat Satu Kaki dan Memasukkan Bola Pada Kolong Kaki yang Diangkat

Anak dapat mengangkat satu kaki dan memasukkan bola pada kolong kaki secara bergantian baik kaki kanan maupun kaki kiri. Kegiatan ini dilakukan dengan berdiri dan tidak melakukan gerakan yang berpindah tempat sehingga akan memudahkan anak dalam belajar mengangkat satu kaki. Namun, pada awalnya anak masih perlu bantuan karena anak belum dapat berdiri tegak dan masih terhuyung - huyung saat mengangkat salah satu kakinya.

Saat anak mulai nyaman dengan posisi mengangkat satu kaki dan mulai seimbang, peneliti meminta anak melakukan gerakan dengan tangan yaitu memasukkan bola pada kolong kaki yang diangkat, dengan adanya gerakan itu keseimbangan anak mulai tidak stabil kembali dan berkali - kali menapakkan kakinya kembali. Karena anak masih memiliki sikap yang terburu - buru dan masih kurang fokus maka peneliti memberikan instruksi secara perlahan dan memberikan kenyamanan pada anak untuk berlatih ketika dirinya sudah mulai siap serta berkali - kali juga peneliti mengingatkan untuk fokus dan melihat bola yang sedang anak masukan dalam kolong kakinya.

Karena kegiatan ini diulang secara berkali - kali peneliti juga memberikan semangat dan sedikit mengajak anak bernyanyi guna anak tidak merasa panik dan cemas. Secara perlahan anak dapat melakukan kegiatan ini hingga akhir. Anak pun juga merasa senang saat dirinya dapat mengangkat salah satu kakinya dengan tinggi.

E. Body Balance

Aspek perkembangan yang akan diamati kelima yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan *Body Balance*. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Para peneliti membuat arena bermain dengan menempel gambar tangan dan kaki secara acak
2. Anak diminta untuk mengamati arena yang sudah disediakan
3. Peneliti memberikan contoh pada anak, seperti anak harus menapakkan kaki pada gambar kaki, dan anak harus menempelkan tangan pada gambar tangan
4. Anak diminta bermain *body balance* dengan perlahan
5. Anak diminta bermain *body balance* dengan langkah yang sedikit cepat
6. Penghargaan pada anak
7. Evaluasi



Gambar 6. Body Balance

Anak dapat melakukan permainan *body balance*. Namun, saat anak bermain *body balance*, anak masih bingung dengan koordinasi tubuhnya karena harus sesuai dengan gambar. Anak harus menyesuaikan pijakan gambar kaki baik gambar kaki kanan maupun kaki kiri, lalu anak juga masih kesulitan membedakan gambar tangan kanan atau tangan kiri. Sehingga setiap langkahnya anak selalu melihat pada peneliti, setelah peneliti memberikan jawaban "iya, benar" anak baru melanjutkan langkahnya secara perlahan. Hal ini dikarenakan kurang percaya diri pada anak.

Pada saat anak diminta untuk mengangkat salah satu kaki dan menempelkan kedua tangan, anak masih kesulitan untuk mengangkat kakinya, anak hanya membungkukkan badan dan kaki yang satu hanya dijauhkan dari gambar karena anak bermaksud tidak menginjak gambar namun juga tidak dapat mengangkatnya. Setelah perlahan kaki anak dipegang oleh peneliti untuk diangkat, dari mulai berdiri tegak dan salah satu kaki diinjakkan pada gambar dan anak mulai membungkukkan badannya secara perlahan anak mulai bisa mengangkatnya secara mandiri walaupun belum dapat mengangkatnya secara maksimal. Jika tumpuan badan dengan kaki kiri, anak akan terhuyung - huyung karena kekuatan anggota gerak sebelah kiri lebih lemah dari pada sebelah kanan. Hal ini karena pembiasaan kegiatan lebih banyak dilakukan dengan koordinasi gerak bagian kanan.

F. Berdiri Dengan Satu Kaki dan Membentuk Sikap Pesawat

Aspek perkembangan yang akan diamati keenam yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan berdiri dengan satu kaki dan membentuk sikap pesawat. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Peneliti memberikan contoh cara berdiri dengan satu kaki dan sikap pesawat
2. Anak berdiri satu kaki dengan sikap pesawat dengan berpegangan
3. Anak diminta untuk berdiri dengan satu kaki dengan sikap pesawat dengan waktu 5 detik.
4. Penghargaan pada anak
5. Evaluasi



Gambar 7. Membentuk Sikap Pesawat Terbang

Anak dapat melakukan sikap pesawat yaitu dengan merentangkan kedua tangan mengangkat salah satu kaki dan membungkukkan badannya. Pada awalnya anak hanya bisa sampai di tahap mengangkat salah satu kaki dan merentangkan kedua tangannya karena pada saat membungkukkan badan, kaki yang diangkat akan turun dan menapakkan kakinya. Sehingga peneliti memberikan bantuan dengan berpegangan saat membungkukkan badan dan tetap mengangkat salah satu kaki, saat pegangan dilepaskan anak berteriak dan menurunkan kakinya.

Percobaan selanjutnya peneliti berusaha memberikan bantuan kembali namun peneliti mengatakan bahwa akan tetap berada disamping anak untuk menjaganya saat tidak seimbang sehingga anak dapat mencoba melepaskan pegangannya. Saat anak melepaskannya akhirnya anak dapat membuat sikap pesawat secara mandiri dengan kurang lebih durasi lima detik walaupun bagian punggung dan kakinya belum sempurna membentuk garis lurus horizontal. Saat anak dapat melakukannya secara mandiri, anak kembali menjulurkan lidah dan memainkannya seraya menggambarkan bahwa anak merasa cemas dan panik.

Dalam kegiatan ini anak masih perlu bantuan dalam membungkukkan badannya, karena keseimbangannya yang belum optimal sehingga ketika mengangkat salah satu kaki dan melakukan gerakan tubuh

lainnya anak masih belum seimbang, sehingga masih perlu adanya latihan koordinasi tubuh yang lebih kompleks.

G. Melompat Satu Kaki pada Kotak Karpet

Aspek perkembangan yang akan diamati ketujuh yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan melompat satu kaki pada kotak karpet. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Para peneliti menyiapkan arena untuk bermain
2. Anak diminta untuk memilih gambar yang ingin dipasang
3. Anak mengambil potongan puzzle dan membawanya dengan melewati kotak dan melompatinya dengan satu kaki
4. Anak memasang puzzle
5. Anak dapat melompati kotak secara berurutan sebanyak 5 kali
6. Penghargaan pada anak
7. Evaluasi



Gambar 8.1 Persiapan Melompat



Gambar 8.2 Saat Mendarat

Anak dapat melompat satu kaki dengan media puzzle karpet. Namun saat memijakkan kakinya atau mendarat di karpet selanjutnya kaki yang diangkat masih turun dengan posisi jinjit dan anak berusaha menyeimbangkan tubuhnya dan mengangkatnya lagi untuk lompatan selanjutnya. Dalam permainan ini anak sudah memahami peraturan bermain dan mulai nyaman

dengan peneliti sehingga anak mulai percaya diri dalam melakukan kegiatan ini. Durasi fokus dan konsentrasi anak juga mulai bertambah. Anak juga sudah mulai dapat mengontrol koordinasi gerak tubuhnya dengan menjaga keseimbangan walaupun masih memainkan lidah dan melakukan gerakan kompensasi pada tangannya.

Anak juga sudah dapat mengulangi lompatannya ketika ia melakukan kesalahan dan anak sudah mulai berusaha untuk mendarat dengan satu kaki walaupun belum dapat mendarat dengan badan yang tegak dan masih mengalami goyangan pada tubuhnya.

Peneliti mencoba meminta anak untuk melompat satu kaki di tempat dengan berpegangan, namun tetap ketika mendarat kaki yang diangkat akan ikut menapakkan kakinya. Akhirnya peneliti memegang salah satu kaki anak untuk diangkat dan meminta anak untuk mencoba melompat. Secara perlahan peneliti melepaskan kaki anak dan melompat satu kaki dengan mandiri. Namun saat diminta mencoba melompat dengan perpindahan tempat keseimbangan anak masih belum stabil dan masih terhuyung - huyung.

H. Permainan Sunda Manda

Aspek perkembangan yang akan diamati kedelapan yaitu dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan kegiatan Sunda Manda. Kegiatan ini dilakukan dengan urutan sebagai berikut:

1. Para peneliti menyiapkan arena untuk bermain sunda manda
2. Peneliti memberikan contoh cara bermain
3. Anak diminta memainkan sunda manda dengan ritme jing jing brok, artinya jing harus melompat dengan satu kaki dan turun dengan dua kaki
4. Anak diminta melakukan kegiatan secara mandiri
5. Penghargaan pada anak
6. Evaluasi



Gambar 8. Bermain Sunda Manda

Pada awalnya masih sama dengan permainan sebelumnya. Anak dapat melompat dengan satu kaki namun ketika mendarat kaki yang diangkat masih ikut turun atau menapakkan kaki dengan model jinjit.

Setelah berkali - kali bermain anak mulai paham konsep bermain sunda manda ini bahwa jika kotaknya satu harus mengangkat salah satu kaki jika kotaknya dua, anak boleh menapakkan kedua kakinya di masing masing kotak. Anak juga dapat memainkan permainan sunda manda ini walaupun masih perlu pengulangan dan instruksi dari peneliti, anak berusaha memikirkan bagaimana caranya supaya bisa melompat dengan satu kaki sehingga anak dengan sendirinya memiliki cara dengan dapat melompat menggunakan satu kaki walaupun kaki yang diangkat masih dipegang oleh anak. Sehingga anak melompat dengan memegang salah satu kaki. Anak juga masih terlihat memainkan lidahnya saat melompat. Anak merasa senang saat dirinya dapat melompat satu kaki walaupun kaki yang diangkat masih dipegang dengan tangannya dan dapat menyelesaikan permainan ini.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Kegiatan penelitian *action research* dengan menggunakan strategi program individu dalam mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak menggunakan media serbaneka telah terlaksana, para peneliti terlibat dalam proses berlangsungnya kegiatan dan telah melakukan evaluasi bersama terapis pendamping anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak dapat melakukan semua kegiatan yang dirancang yang bertujuan untuk menyeimbangkan tubuhnya dan perubahan terjadi pada subyek melalui penelitian aksi (Istiyani dkk, 2017).

Anak yang menjadi subyek penelitian ini dapat melakukan delapan kegiatan pengoptimalan keterampilan motorik kasar yang telah direncanakan. Anak dapat melakukannya dengan beberapa kali pengulangan dan bantuan peneliti atau terapis. Anak merasa senang dengan menunjukkan senyuman bahkan tertawa saat anak dapat melakukan kegiatan tersebut, meskipun terkadang anak masih mudah terdisktraksi oleh suara di tengah-tengah kegiatan berlangsung.

Hasil penelitian menunjukkan anak dapat menjaga keseimbangan tubuhnya dengan kegiatan menendang bola, meniti garis lurus, bermain *body balance*, berjalan jinjit di dalam lingkaran, mengangkat satu kaki secara bergantian dan memasukkan bola dalam kolong kaki yang diangkat, berdiri dengan satu kaki dan membentuk sikap pesawat, melompat satu kaki dengan media puzzle karpet, dan melompat satu kaki dengan permainan sunda manda. Semua kegiatan tersebut dapat dilakukan anak dengan melakukan pengulangan beberapa kali dan dengan bantuan peneliti maupun terapis. Hal ini menunjukkan bahwa melatih keterampilan motorik bukanlah sesuatu yang instan, dibutuhkan proses pengulangan atau pembiasaan sehingga semakin terampil. Seperti yang disampaikan oleh Bredekamp & Copple (2005) dan Rahyubi (2012) bahwa anak membutuhkan kesempatan yang berulang-ulang dan pembiasaan untuk terampil dalam kemampuan motoriknya.

Selain itu, subyek tidak hanya dapat melakukan semua kegiatan untuk menyeimbangkan tubuhnya, namun subyek juga mulai terampil dalam mengkordinasi anggota gerak tubuhnya dan dapat mengembangkan sikap percaya diri selama mengikuti kegiatan. Hasil penelitian ini mendukung pernyataan Sumantri dalam Munthe dkk (2021) dimana kemampuan motorik kasar tidak hanya berguna untuk meningkatkan kebugaran jasmani namun juga untuk meningkatkan kemampuan gerak dan kepercayaan diri anak.

Oleh karena itu kegiatan untuk mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak harus senantiasa dilakukan sebagai bagian pembiasaan sehingga anak semakin terampil mengkordinasikan anggota gerak tubuhnya. Kiranya hasil penelitian ini dapat menjadi inspirasi terapis atau orangtua dalam mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak melalui media-media serbaneka atau berbagai media yang dapat dijumpai di sekitar anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, N. (2013). Mengenal Anak Berkebutuhan Khusus. *Magistra*, 25(86), 1–10.
- Bredekamp & Copple (2005). Perkembangan Motorik Halus. <http://www.jurnal.ac.id>. Diakses 29 Desember 2022.
- Decaprio, R. (2013). *Aplikasi Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Diva Press.
- Hasninda. (2014). *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT. Luxima Metro Media.
- Istiyani, D., Zamroni, Z., & Arikunto, S. (2017). A Model of Madrasa Ibtidaiya Quality Evaluation. *REiD (Research and Evaluation in Education)*, 3(1), 28–41.
- Khadijah, & Nurul A. (2020). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini: Teori dan Praktik. Jakarta: Kencana.
- Mokhtar, Sabri, T., & Zainuddin. (2015). Penggunaan Bangun Datar untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Matematika di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 4(6), 1–14.
- Munthe, R. A., Masyhuri, & Ratnani, I. P. (2021). Pelatihan Identifikasi Anak Berkebutuhan Khusus bagi Guru PAUD melalui Model Konstruktivisme. *Menara Riau: Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Pengembangan Masyarakat Islam*, 15(1), 11–21.
- Nisa, K., Mambela, S., & Badiah, L. I. (2018). Karakteristik dan kebutuhan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 2(1), 33–40.
- Pratiwi, J. C. (2016). Sekolah inklusi untuk anak berkebutuhan khusus: tanggapan terhadap tantangan kedepannya. *Prosiding Ilmu Pendidikan*, 1(2).
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Nusa Media. Bandung.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa Perkembangan Anak Edisi 11*. Salemba Humanika.
- Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2014). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. *Modul Metod. Pengemb. Fis*, 1–21.
- Sujiono, Y. N. (2012). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. PT Indeks.
- Sumantri. (2005). *Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Dinas Pendidikan.

- Sumekar, G. (2009). *Anak Berkebutuhan Khusus (Cara Membantu Mereka Agar Berhasil dalam Pendidikan Inklusif)*. UNP Press.
- Suryaningrum, C., Ingarianti, T. M., & Anwar, Z. A. (2016). Pengembangan model deteksi dini anak berkebutuhan khusus (ABK) pada tingkat pendidikan anak usia dini (PAUD) di kota Malang. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(1), 62-74.
- Switri, E. (2022). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Pasuruan: Penerbit Qiara Media.
- Wandi, Z. N., & Mayar, F. (2019). Analisis Kemampuan Motorik Halus dan Kreativitas pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Kolase. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 351–358.