

**UPAYA MENINGKATKAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK
MELALUI SENAM PINGGUIN DI KELOMPOK B TK. IKAL DOLOG,
LAMPINUENG BANDA ACEH**

Zikrur Rahmat

STKIP Bina Bangsa Getsempena
e-mail: zikrur@stkipgetsempena.ac.id

Abstrak

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan motorik kasar anak melalui metode senam pinguin, maka dapat di simpulkan bahwa dengan senam pinguin dapat meningkatkan motorik kasar anak kelompok B₂ di TK TK Ikal Dolog Lampineung Kota Banda Aceh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada gambaran observasi aktivitas anak pada siklus I jumlah perolehan dengan kategori belum muncul 20% (4 anak), kategori mulai muncul 80% (16 anak) kategori berkembang sesuai harapan dan kategori berkembang sangat baik tidak ada. Sedangkan siklus II tidak ada kategori belum muncul, mulai muncul, kategori berkembang sesuai harapan adalah 10% (2 anak) kategori berkembang sangat baik adalah 90% (18 anak) Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa metode senam pinguin dapat meningkatkan motorik kasar anak.

Kata Kunci: Meningkatkan, motorik kasar, senam pinguin

Abstract

The purpose of this study was to improve the gross motoric skills of children through pinguin gymnastics, so it can be concluded that pinguin exercise can improve the gross motoric skills of B2 children in TK TKal of Lampineung Dolog in Banda Aceh City. The results showed that in the description of observations of children's activities in the first cycle the number of acquisitions with categories did not yet appear 20% (4 children), categories began to appear 80% (16 children) categories developed according to expectations and categories very well developed none. While the second cycle there was no category yet appeared, began to appear, the category developed according to expectation was 10% (2 children) the category of very good developing was 90% (18 children) Based on these data it can be concluded that the pinguin gymnastics method can improve the gross motor skills of children.

Keywords: Achievement, motoric, pinguin gymnastic

PENDAHULUAN

Anak Usia Dini menurut Solehuddin, (2002: 12) adalah sosok individu yang sedang mengalami proses perkembangan dengan sangat pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia TK tergolong ke dalam anak usia dini yaitu anak yang berada pada rentang usia lahir sampai 8 tahun. Dimana masa prasekolah itu berkisar antara usia 4-6 tahun Rudiyanto dalam Solehuddin Unow, (2002: 23). Anak

Usia Dini dikatakan sebagai masa keemasan yaitu usia yang sangat berharga dibandingkan dengan usia-usia selanjutnya. Hadis dalam Solehuddin, (2002: 28) menambahkan bahwa anak dalam usia dini adalah anak "petualang" yang kuat dan tegar, yang senang menjelajahi berbagai kemungkinan yang ada di lingkungannya (di rumah dan sekitarnya) seraya mengembangkan seluruh aspek perkembangannya. Pendidikan Taman Kanak-kanak

bertujuan membantu anak didik mengembangkan berbagai potensi baik psikis maupun fisik yang meliputi moral dan nilai agama, sosial, emosional, kemandirian, kognitif, bahasa, fisik motorik, serta seni untuk siap memasuki pendidikan Sekolah Dasar.

Pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) merupakan suatu lembaga pendidikan formal untuk anak sebelum memasuki ke jenjang pendidikan selanjutnya. Lembaga ini dianggap penting untuk mengembangkan potensi anak secara optimal. Potensi yang dikembangkan pada anak usia dini meliputi : kemampuan, kecerdasan, bakat, kemampuan fisik motorik, kognitif, bahasa, *sosio-emosional* dan spiritual. (Direktorat PAUD, 2005: 66). Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Menurut Yudha dalam Solehuddin, (2002: 11) perkembangan motorik adalah perubahan perilaku motorik yang merefleksikan interaksi antara kematangan organisme dan lingkungan setiap individu. Dilihat dari konsepnya, secara umum motorik mengacu pada pengertian gerakan. Sedangkan psikomotor merupakan gerakan-gerakan yang dialihkan melalui gerakan-gerakan elektronik dari pusat otot besar. Perkembangan motorik adalah kemajuan pertumbuhan gerak sekaligus kematangan gerak yang diperlukan lagi bagi seorang anak untuk melaksanakan suatu keterampilan.

Setiap periode usia akan menjadikan keterampilan anak bertambah. Tujuan dan fungsi perkembangan motorik adalah penguasaan keterampilan yang tergrafik dalam perkembangan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik

terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Jika keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukan efektif dan efisien. Perkembangan motorik kasar yang baik, tidak hanya didukung melalui pemenuhan status gizi saja, akan tetapi didukung juga oleh stimulasi yang diberikan perkembangan fisik yang terjadi, anak yang memasuki usia dini memiliki banyak keuntungan dalam hal fisik motorik bila dilakukan lewat permainan, senam, ataupun berolahraga. Setiap bentuk kegiatan tersebut mempunyai nilai positif terhadap perkembangan perkembangan motorik khususnya motorik kasar, meskipun perkembangan tersebut akan berbeda pada setiap anak, namun hal ini sesuai dengan perkembangannya. Pemenuhan aktivitas-aktivitas kemandirian, aktivitas bermain, dan keterampilan dalam pendidikan taman kanak-kanak akan maksimal dan baik jika diiringi dengan perkembangan motorik kasar yang baik. Melalui keterampilan motorik yang baik, khususnya motorik kasar, anak dapat melakukan aktivitas mandirinya dengan baik, dapat melakukan gerakangerakan permainan seperti berlari, meloncat, dan dapat melakukan keterampilan berolahraga dan keterampilan baris-berbaris yang diajarkan dalam pendidikan taman kanakkanak yang diikutinya. Jika keterampilan motorik kasar anak kurang baik, tidak hanya pemenuhan kemandirian aktivitasnya yang terlambat, akan tetapi hal itu juga berdampak kepada perkembangan anak yang lain seperti aktivitas sosial, perkembangan konsentrasi, dan perkembangan *motorik planning* yang juga kurang baik.

Berdasarkan kenyataan yang peneliti temukan di kelompok B TK. Khairani Gampong Lubok Batee Aceh Besar terlihat bahwa perkembangan motorik anak kelompok B masih kurang hal ini ditandai dengan kurangnya perkembangan anak dalam berdiri satu kaki, kurangnya perkembangan anak dalam mengayunkan tangan, dan kurangnya perkembangan anak dalam melakukan gerakan-gerakan senam. Senam pinguin adalah senam yang mengikuti gerakan pinguin dimana kedua tangan dihipitkan ke paha dan kedua kaki dilipat hingga diputar dengan gerakan ke kiri dan ke kanan sesuai dengan irama.

Berdasarkan uraian di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak melalui senam pinguin di kelompok B TK. Khairani Gampong Lubok Batee Aceh Besar.

Perkembangan Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada usia 0-6 tahun. Usia dini merupakan usia yang sangat penting bagi perkembangan anak sehingga disebut *golden Age*. Anak Usia Dini sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat, baik fisik maupun mental. Anak Usia Dini belajar dengan caranya sendiri. Menurut Busthomi (2012: 37) Usia dini merupakan masa yang paling baik untuk meletakkan dasar yang kokoh bagi perkembangan mental-emosional dan potensi otak anak yang akan mempengaruhi kejiwaan anak. Teori dan penelitian Daniel Goleman tentang kecerdasan emosi (*Emotional Intelligence/EQ*), mengingatkan bahwa keberhasilan hidup manusia tidak semata-mata ditentukan oleh kecerdasan

intelektual (IQ) seperti yang dipahami sebelumnya, tetapi justru ditentukan oleh *emotional intelligence*. Kecerdasan emosi ini sangat terkait dengan belahan otak kanan.

Karakteristik Umum Anak Usia Dini 4-5 Tahun

Usia dini merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan yang sangat menentukan perkembangan masa selanjutnya. Erickson mengemukakan bahwa "masa kanak-kanak merupakan gambaran manusia sebagai manusia. Perilaku yang berkelainan pada masa dewasa dapat dideteksi pada masa kanak-kanak"

Menurut Busthomi (2012, :41). Karakteristik Umum atau sifat-sifat Anak Usia Dini, sebagai berikut:

- a. Unik, artinya sifat anak itu berbeda satu sama lainnya
- b. Egosentris, artinya anak lebih cenderung melihat dan memahami sesuatu dari sudut pandang dan kepentingannya sendiri
- c. Aktif dan Energik, artinya anak lazimnya senang melakukan aktivitas
- d. Rasa ingin tahu yang kuat dan antusias terhadap banyak hal
- e. Eksploratif dan berpetualang, maksudnya terdorong oleh rasa ingin tahu yang kuat, anak lazimnya menjelajah, mencoba dan mempelajari hal-hal baru
- f. Spontan, artinya perilaku yang ditampilkan anak umumnya relatif asli dan tidak ditutup-tutupi sehingga merefleksikan apa yang ada dalam perasaan dan pikirannya
- g. Senang dan kaya dengan fantasi, artinya anak senang dengan hal-hal yang imajinatif
- h. Masih kurang pertimbangan dalam melakukan sesuatu

- i. Daya perhatian yang pendek
- j. Bergairah untuk belajar.

Perkembangan Motorik Anak TK

Dalam buku *Anak Prasekolah* (2000) tertulis bahwa masa lima tahun pertama adalah masa pekatnya perkembangan motorik anak. Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Perkembangan motorik ini erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik di otak. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot. Oleh sebab itu, setiap gerakan yang dilakukan anak sesederhana apa pun, sebenarnya merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol otak. Jadi, otaklah yang berfungsi sebagai bagian dari susunan syaraf yang mengatur dan mengontrol semua aktivitas fisik dan mental seseorang. Perkembangan motorik anak TK dibagi menjadi 2 (dua):

1. Perkembangan Motorik Kasar Tugas 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.

Senam Pinguin

Senam pinguin adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama dengan mengikuti gaya hewan pinguin, senam ini pada umumnya dilakukan secara beregu atau masal, tetapi perorangan pun bisa dilakukan. Senam

pinguin dapat dilakukan dengan atau tanpa menggunakan alat, alat yang biasa digunakan dalam senam pinguin yaitu bola, tali, tongkat, simpai dan gada. Banyak sekali aneka ragam permainan bagi anak-anak yang berusia 5-6 tahun dimana semua permainan yang melibatkan guru lebih mengaktifkan motorik kasar anak, salah satu permainan yang sangat menarik bagi anak adalah dengan kegiatan senam. Senam mampu meningkatkan motorik kasar dengan gerakan-gerakan tubuh seperti berlari, melompat, menggerakkan tangan, dan lain sebagainya (Mustafa 2010: 35).

Senam juga dapat meningkatkan keiramaan kinestetik bagi anak, karena anak-anak dapat mengekspresikan ide dan perasaan dapat bentuk berolah raga (Armstrong dalam Tadkiroatun Musfiroh, 2008: 62). Sedangkan menurut Imam S. Hidayat (dalam Nono Hardinoto dan Eva Farida, 2007: 2) mendefinisikan senam sebagai latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis.

Menurut Sari (2013) ada beberapa gerakan penting dalam senam pinguin yaitu:

1. Bicep curl adalah gerakan menekuk (*flexi*) persendian siku dan meluruskannya kembali (*extensi*), gerakan ini berfungsi untuk melatih otot lengan depan
2. (*bicep*) *Tricep curl* adalah gerakan meluruskan (*extensi*) persendian siku, gerakan ini berfungsi untuk melatih otot lengan belakang (*tricep*)

Up right row adalah Gerakan mengangkat tangan dari depan perut bawah ke arah dada.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini dibuat agar pelaksanaan proses penelitian lebih mudah dikerjakan, sehingga membantu penulis dalam pengambilan data. Pada penelitian yang mencoba menjembatani antara praktik dan teori dalam pendidikan yang bertujuan untuk mengetahui model pembelajaran metode demonstrasi dapat meningkatkan motorik halus anak di TK Ikal Dolog, Lampineung, Kota Banda Aceh. Menurut Ebbutt (2008: 12) mengemukakan "penelitian tindakan kelas adalah upaya perbaikan pelaksanaan praktik pendidikan oleh sekelompok guru dengan menggunakan tindakan-tindakan dalam pembelajaran, berdasarkan refleksi mengenai hasil dari tindakan-tindakan tersebut". Bentuk penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan profesionalisme guru. PTK merupakan satu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran di dalam kelas, dalam pelaksanaannya harus melalui tahapan-tahapan yang membentuk suatu siklus. Empat kegiatan yang ada pada setiap siklus dalam penelitian tindakan kelas yaitu:

1. Perencanaan tindakan
2. Pelaksanaan tindakan
3. Observasi
4. Refleksi

Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Januari 2019 pada semester ke dua tahun

ajaran 2018/2019. Penelitian bertempat di TK. Ikal Dolog, Lampineung Kota Banda Aceh yang beralamat di Lampineung.

Subjek Penelitian

Menurut Arikunto (2010: 172) "subjek penelitian adalah sumber data dalam penelitian". Subjek penelitian ini adalah seluruh anak usia 4-6 tahun di kelompok B TK. Kairani Lubok Batee yaitu sebanyak 20 anak yang terdiri dari 5 laki-laki dan 15 perempuan.

Prosedur Penelitian Tindakan

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui peningkatan motorik halus anak melalui metode demonstrasi anak kelompok B TK. Kairani Lubok Batee. Desain penelitian meliputi empat komponen: rencana (planning), tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflection). Keempat komponen ini merupakan langkah berurutan dalam siklus dan saling berhubungan dengan siklus berikutnya seperti di bawah ini:

Tahap 1: Perencanaan tindakan

Tahap perencanaan adalah: mengembangkan rencana tindakan yang secara kritis untuk meningkatkan apa yang telah terjadi berdasarkan permasalahan yang ada. Pada tahap ini peneliti mengadakan diskusi dengan guru kelas untuk merencanakan kegiatan senam pinguin sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan kasar pada anak Kelompok B di TK. Ikal Dolog Lampineung Kota Aceh Banda Aceh. Bersama guru peneliti memfokuskan kegiatan senam pinguin yang sesuai untuk peningkatan motorik kasar anak. Adapun indikator motorik kasar dengan menggunakan metode senam pinguin, anak mampu menirukan gerakan yang

diperagakan guru, anak lincah dalam melakukan senam pinguin, anak mampu menjaga keseimbangan anak dalam menggerakkan badan. Bersama guru peneliti.

Tahap 2: Pelaksanaan Tindakan Pelaksanaan kegiatan awal

1. Guru meminta kepada anak untuk duduk di kursi masing- masing serta membuka dengan salam dan do'a, sebelum belajar dan dilanjutkan dengan bernyanyi Bersama
2. Guru menyuruh anak untuk berbaris diluar lapangan untuk melakukan senam pinguin
3. Guru menyiapkan musik dan melakukan gerakan senam pinguin

Pelaksanaan kegiatan inti yaitu:

1. Guru memperlihatkan cara melakukan gerakan senam pinguin
2. Guru menyuruh kepada anak untuk melakukan gerakan senam pinguin yang dilakukan oleh guru
3. Anak dapat melakukan gerakan yang dilakukan oleh guru

Pelaksanaan kegiatan akhir yaitu:

1. Guru memberikan penilaian atas hasil kerja anak dengan menggunakan lembar observasi
2. Pengamatan terhadap tindakan
3. Pada tahap ini pengamat mengamati setiap kejadian yang berlangsung ketika proses pelaksanaan tindakan yang dilakukan oleh peneliti, sambil melakukan pengamatan ini pengamat mengisi lembar aktivitas pada kegiatan motorik kasar dengan menggunakan senam pinguin.

Tahap 4: Refleksi terhadap tindakan

Refleksi adalah mengingat dan merenungkan kembali suatu tindakan yang sama persis seperti yang telah dicatat dalam observasi dan pretes. Hal ini dilakukan untuk berusaha memahami proses masalah, persoalan dan kendala yang nyata dalam tindakan strategis. Dalam penelitian ini, refleksi dilakukan setelah proses belajar mengajar dan pelaksanaan observasi. Apabila siklus I hasilnya tidak sesuai harapan peneliti, kemudian baru dilaksanakan siklus ke II.

Kriteria Keberhasilan

Batas kelulusan hasil penilaian mempunyai kaitan erat dengan kedua sistem penilaian. Dengan demikian, ada batas kelulusan yang berorientasi kepada penilaian acuan norma, yakni batas lulus aktual dan batas lulus ideal. Batas lulus tersebut mengisyaratkan penggunaan nilai rata-rata kelas dan simpangan baku. Disamping itu ada pula batas kelulusan yang berorientasi kepada sistem penilaian acuan patokan, yakni batas lulus purposif atau ditentukan berdasarkan kriteria tertentu (Mulyasa, 2009: 74). Nilai rata-ratanya adalah 75%.

Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui observasi adalah kegiatan mengamati aktivitas anak untuk memperoleh data tentang kegiatan senam pinguin. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi.

Teknik Analisis Data

Tahapan sesudah pengumpulan data adalah analisa data. Dalam penelitian tindakan kelas analisis dilakukan penelitian sejak awal pada setiap tindakan, aspek

kegiatan yang berlangsung dari awal penelitian yaitu mulai dari observasi, perencanaan tindakan sampai dengan refleksi terhadap tindakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

TK Khairani Lubok Batee didirikan pada tahun 2006, dibawah naungan yayasan Al-Khairat berlokasi dijalan rel kereta api lama Km 8,5 TK Ikal Dolog Lampineung Banda Aceh sekarang ini dalam kondisi yang sangat baik dengan luas bangunan 610 m². TK Ikal Dolog Lampineung Banda Aceh sudah dapat dipandang sebagai salah satu lembaga pendidikan memiliki sarana dan prasarana yang sudah memadai. Hal ini sesuai dengan realita yang didapatkan di lapangan bahwa sarana dan prasarana sudah lengkap dengan berbagai fasilitas pendidikan dan pengajaran. Fasilitas tersebut dalam bentuk bangunan atau gedung. Jumlah tenaga pengajar (guru) pada TK TK Ikal Dolog Lampineung Banda Aceh sebanyak 17 guru.

Namun pada umumnya guru yang mengajar profesional. Bahkan secara keseluruhan dapat di pandang guru senior dalam proses mengajar. Sedangkan mengenai keadaan guru lebih jelasnya dapat dilihat pada dalam tabel berikut ini: Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah keseluruhan anak-anak yang belajar di TK Khairani.

Lubok Batee sebanyak 141 anak. Selanjutnya juga dapat dilihat dengan jelas bahwa lebih banyak anak perempuan apabila di dibandingkan dengan anak laki-laki.

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK Ikal Dolog, Lampienung Banda Aceh pada

bulan Januari 2019. Pelaksanaan penelitian ini diawali dengan menjumpai kepala sekolah untuk mendapatkan izin penelitian sekaligus meminta izin untuk mengenal anak kelompok B₂ yang akan menjadi subjek penelitian. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siklus I, di sini dapat kita lihat bahwa pada siklus I anak mampu menirukan gerakan yang diperagakan oleh guru sangat rendah, yaitu jumlah perolehan skor dengan katagori belum muncul 4 dengan skor rata-rata sebesar 20, jumlah perolehan skor dengan katagori mulai muncul 16 dengan skor rata-rata sebesar 80, tidak ada perolehan skor anak dengan katagori berkembang sesuai harapan, tidak ada perolehan skor dengan katagori berkembang sangar baik. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siklus I, di sini dapat kita lihat bahwa pada siklus I anak mampu menirukan gerakan hewan pingguin masih rendah. yaitu jumlah perolehan skor dengan katagori belum muncul 8 dengan skor rata-rata sebesar 40, jumlah perolehan skor dengan katagori mulai muncul 12 dengan skor rata-rata sebesar 60, tidak ada perolehan skor anak dengan katagori berkembang sesuai harapan, tidak ada perolehan skor dengan katagori berkembang sangar baik. Dari penelitian yang telah dilakukan dari siklus I pada indikator Anak mampu menggerakkan bada kedepan dan kebelakang, yaitu jumlah perolehan skor dengan kategori belum muncul 8 dengan skor rata-rata sebesar 40, jumlah perolehan skor anak dengan kategori mulai muncul 16 dengan skor rata-rata sebesar 80, dan, tidak ada perolehan skor dengan berkembang sesuai harapan dan kategori berkembang sangat baik.

Refleksi Hasil Penelitian Siklus I

Berdasarkan hasil yang ada pada siklus I belum memenuhi kriteria keberhasilan yang ditentukan yaitu 75 % sehingga perlu dilanjutkan ke siklus ke II, melihat hasil penelitian pada siklus I yang belum berhasil, maka sebelum melanjutkan ke siklus ke II perlu melakukan perbaikan diantaranya yaitu memberikan contoh yang berulang tentang senam pinguin.

Kendala yang terjadi pada Siklus I

1. Anak belum antusias karena ada anak yang masih belum mengerti dengan gerakan yang dilakukannya.
2. Senam pinguin tidak menggunakan musik, hanya menggunakan gerakan dan hitungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada anak kelompok B₂ di TK Ikal Dolog Lampineung Kota Banda Aceh untuk meningkatkan motorik kasar anak melalui metode senam pinguin, maka dapat disimpulkan bahwa dengan senam pinguin dapat meningkatkan motorik kasar anak kelompok B₂ di TK TK Ikal Dolog Lampineung Kota Banda Aceh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada gambaran observasi aktivitas anak

pada siklus I jumlah perolehan dengan kategori belum muncul 20% (4 anak), kategori mulai muncul 80% (16 anak) kategori berkembang sesuai harapan dan kategori berkembang sangat baik tidak ada. Sedangkan siklus II tidak ada kategori belum muncul, mulai muncul, kategori berkembang sesuai harapan adalah 10% (2 anak) kategori berkembang sangat baik adalah 90% (18 anak) Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa metode senam pinguin dapat meningkatkan motorik kasar anak.

Berdasarkan hasil penelitian dan disimpulkan di atas, maka disarankan:

1. Diharapkan kepada guru dalam setiap melaksanakan kegiatan pembelajaran khususnya untuk meningkatkan motorik kasar anak akan lebih baik jika guru menggunakan metode senam pinguin sesuai dengan kebutuhan anak.
2. Diharapkan kepada kepala sekolah untuk mendukung upaya guru dalam menggunakan metode senam pinguin untuk meningkatkan motorik kasar anak, khususnya di TK TK Ikal Dolog Lampineung Kota Banda Aceh.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bhinneka Cipta. Bandung.
- Armstrong. 2008. *Macam-macam Senam*. Gramedia Jakarta.
- Busthomi, 2012. *Perkembangan kecerdasan Anak Usia Dini*. Arruz Media Yogyakarta
- Balai Pustaka. 2000. *Buku Prasekolah*. Jakarta. *Buku Balita dan Perkembangan*. Gramedia Jakarta.
- Jurjanah. 2014. *Startegi Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini*. Universitas Terbuka.
- Kurikulum modifikasi permen 58. Departemen pendidikan Nasional 2009
- Melinda. 2009. *Pengembangan Motorik Kasar Anak*. Universitas Terbuka.
- Mustafa. 2010. *Media Senam Pinguin*. Universitas Terbuka.
- Mulyasa 2009. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung. Remaja Rosda Karya
- Moeslichatoen. 1999. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Departemen PK dan Rineka Cipta.
- Solehuddin, 2002. *Perkembangan Anak Usia Dini*. Gramedia Jakarta