

Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan, Indeks Massa Tubuh Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini

Syahrial Bakhtiar¹, Khairuddin², Heru Afrian³

¹²³Faculty of Sport Science Padang State University, Padang Indonesia

syahrial@fik.unp.ac.id¹, khairuddin@fik.unp.ac.id², heruafrian14@gmail.com

Abstract

This study aims to reveal the effect of learning strategies on conventional and game chains on the ability of students' object control. It uses a queasy experiment design. The population was all kindergarten students in Padang Panjang, amounting to 80 people. The sampling technique is done by purposive random sampling, only students aged 5 to 6 years with a total sample of 80 people. Control object-capability data is obtained by giving the TGMD-2 test. Data were analyzed using a two-way variant analysis (ANOVA) technique with a 2x2 factorial design. The results and data analysis show that: 1) There is a difference in the ability of basic movement skills between groups of children who are given a strategy of learning a series of conventional games with a value of $Q\ 3.61 > Q_{table}\ 2.95$. 2) There is a difference in Fundamental Motor Skills between a child with normal BMI and a child with a lean/fat BMI $Q\ count\ 3.61 > Q_{table}\ 2.95$. 3) There is an interaction between learning strategies with the level of BMI towards the mastery of basic child movement skills which is shown with a value of $0.000 < 0.05$. 4) There is a difference in the ability of basic child movement skills between groups who have a normal BMI given SPRP with conventional learning strategies with the calculation of the value of $Q\ count\ 7.65 > Q\ table\ 3.15$. 5) There is a difference in the ability of basic movement skills of children between groups of children who have a lean/obese BMI given SPRP with children who are given conventional learning strategies with a $Q\ count\ value\ of\ 4.25 > Q_{table}\ 3.15$.

Keywords; *learning strategies, BMI, Fundamental Motor Skills*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan dan konvensional terhadap kemampuan kontrol objek siswa. Penelitian menggunakan desain eksperimen. Populasi adalah semua siswa TK di Padang Panjang, dengan sampel berjumlah 80 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan purposive random sampling, hanya siswa berusia 5 hingga 6 tahun dengan *jumlah* sampel 80 orang. Data kemampuan kontrol objek diperoleh dengan tes TGMD-2. Data dianalisis menggunakan teknik analisis varian dua arah (ANAVA) dengan desain faktorial 2x2. Hasil dan analisis data menunjukkan bahwa: 1) Ada perbedaan kemampuan keterampilan gerakan dasar antara kelompok anak dengan strategi rangkaian permainan dengan konvensional dengan nilai $Q\ 3,61 > Q_{table}\ 2,95$. 2) Ada perbedaan Keterampilan Gerak Dasar antara anak dengan BMI normal dan seorang anak dengan BMI kurus/gemuk $Q\ hitung\ 3,61 > Q_{tabel}\ 2,95$. 3) Terdapat interaksi antara strategi pembelajaran dengan tingkat BMI terhadap penguasaan keterampilan gerak



dasar yang ditunjukkan dengan nilai $0,000 < 0,05$. 4) Ada perbedaan kemampuan keterampilan gerakan dasar anak antara kelompok yang memiliki BMI normal yang diberikan SPRP dengan strategi pembelajaran konvensional dengan perhitungan nilai Q hitung $7,65 > Q$ tabel $3,15$. 5) Terdapat perbedaan kemampuan keterampilan gerak dasar anak antara kelompok anak yang memiliki BMI kurus/gemuk diberikan SPRP dengan anak yang diberikan strategi pembelajaran konvensional dengan nilai Q hitung $4,25 > Q$ tabel $3,15$.

Kata kunci; *Strategi Pembelajaran, BMI, Keterampilan Gerak Dasar*

PENDAHULUAN (Arial 11 bold)

Pendidikan menjadi suatu hal yang sangat dibutuhkan dimana melalui pendidikan setidaknya dapat merubah pola pikir seseorang menjadi lebih terbuka dan berwawasan selain itu pendidikan juga merupakan ajang dimana masing-masing individu saling bersaing menampilkan kemampuan terbaiknya untuk mencapai tujuan yang mereka inginkan. Secara tidak sadar pendidikan mengantarkan kita agar selalu siap menghadapi tantangan sesuai zaman yang semakin hari semakin tinggi. Pendidikan di Indonesia dibagi menjadi tiga, yakni: (1) Pendidikan Formal, (2) Pendidikan Non Formal, dan (3) Pendidikan Informal. Pendidikan Formal diselenggarakan secara terstruktur dan berjenjang yang dimulai pada Pendidikan Anak Usia Dini, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah, dan Perguruan Tinggi.

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan pendidikan awal anak mulai mengenal lingkungan sekitarnya, melakukan interaksi sosial melalui gerakan permainan dan mengeksplor lingkungan disekitarnya. Oleh sebab itu, perkembangan keterampilan gerak dasar seorang anak pada masa Pendidikan Anak Usia Dini sangat penting untuk diperhatikan. *World Health Organization* (WHO) menjelaskan, di Indonesia ditemukan fenomena obesitas yang sudah mencapai angka 25,4% dari populasi penduduk yang berkisar 260 juta jiwa dengan persentase terbesarnya ditemukan pada anak usia 0 – 14 tahun. Hal ini disebabkan berbagai faktor, salah satunya kurangnya kesempatan anak dalam melakukan aktifitas fisik (WHO, 2004).

Menurut Thelen dan Smith dalam Gusril (2015) "*Physical growth and a child's history of movement experiences play a fundamental role in influencing shifts in patterns of movement. If deficits in gross motor development are not identified and remediated, the child may experience lifelong problems with motor skills*", yang artinya "Perkembangan fisik dan riwayat seorang anak dalam



pengalaman gerak merupakan kemampuan pokok yang mempengaruhi pola gerak. Apabila kekurangan dalam perkembangan motorik kasar tidak diidentifikasi dan diperbaiki, anak mungkin akan mengalami permasalahan yang kekal dengan keterampilan motorik". Banyak anak-anak di Indonesia tidak memiliki kesempatan yang cukup dan tidak memiliki kemampuan yang cukup untuk aktif dalam bergerak (Famelia Dkk, 2017). Berdasarkan penjelasan hasil penelitian, aktifitas fisik merupakan suatu kebutuhan yang mendasar bagi anak untuk mengembangkan potensi lainnya. Kemampuan gerak adalah mekanisme awal untuk mengarahkan kepada aktivitas fisik. Aktivitas fisik anak merupakan hal yang penting untuk perkembangan kesehatan (Stodden Dkk, 2008).

Keterampilan gerak dasar merupakan dasar dari semua aktivitas fisik anak yang pada dasarnya melibatkan kekuatan otot tangan dan kaki. Sesuai dengan yang dijelaskan bahwa "Gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar merupakan dasar untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup" (Bakhtiar, 2015). Gerak dasar adalah elemen penting terhadap tingkah laku aktifitas fisik anak-anak. Model ini secara khusus menjelaskan dua jalur perkembangan yang berbeda, yakni hubungan positif dan negatif terhadap aktifitas fisik (Stodden, 2008). Dengan demikian dapat dipahami bahwa gerak dasar merupakan elemen penting yang harus dimiliki setiap anak.

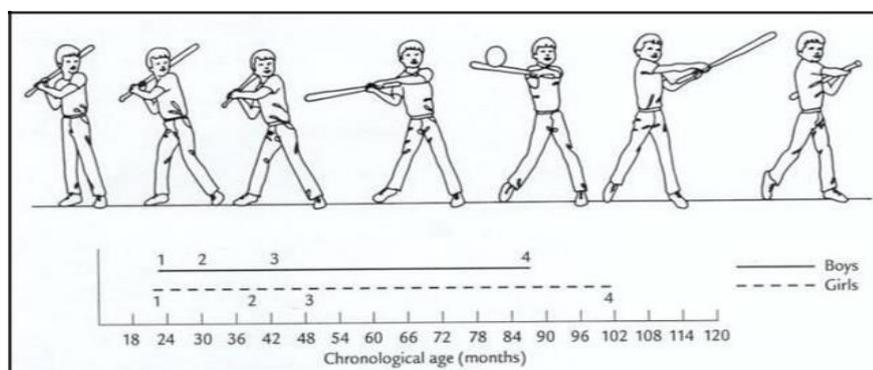
Dikatakan bahwa menurut Clark dalam Bakhtiar "Keterampilan gerak dasar merupakan keterampilan gerak yang melibatkan keterampilan otot besar, kekuatan otot tubuh, lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai latihan atau tujuan gerakan. Seperti melempar sebuah bola kepada teman atau meloncat melewati sebuah genangan air" (Bakhtiar, 2015). Seorang anak yang memiliki keterampilan dalam gerak dasar juga akan memiliki kesempatan mengembangkan keterampilannya dengan baik di bidang yang lain, khususnya dalam bidang olahraga. Selama tahun awal sekolah dasar, motorik kasar seorang anak menyuguhkan fungsi aturan/ketentuan yang signifikan dalam mempengaruhi bagaimana teman sebayanya menganggap anak tersebut (Ulrich,



2000). Keterampilan gerak dasar merupakan ABC dari gerak. Anak-anak tidak dapat secara otomatis memperoleh derajat penguasaan penampilan yang sempurna dalam keterampilan gerak dasar. Seperti banyaknya keterampilan lainnya, mereka harus diajarkan (Goodway, 2006).

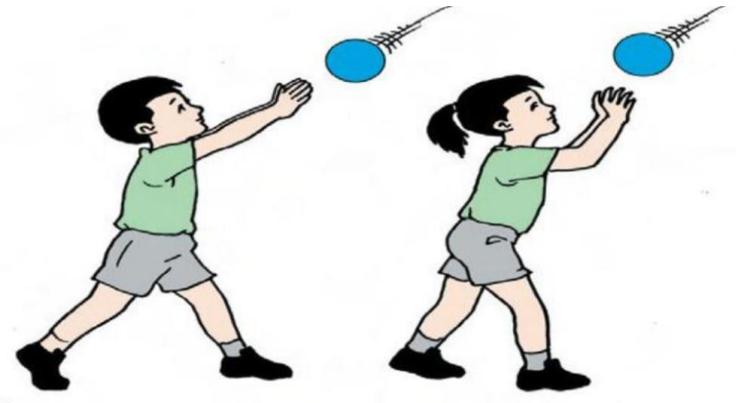
Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yaitu: a) Kekuatan, b) Koordinasi, c) Kecepatan, d) Keseimbangan dan e) Kelincahan (Stodden Dkk, 2008). Keterampilan gerak dasar dikelompokkan ke dalam tiga bagian, yaitu: a) ketrampilan lokomotor, b) ketrampilan keseimbangan, dan c) keterampilan manipulatif (Ulrich, 2000). *Object control* lebih menekankan pada keterampilan motorik kasar yang menunjukkan gerakan melempar, memukul, dan menangkap yang efisien. Kemampuan obek kontrol anak dalam Ulrich terdiri dari *strike, catch, dribble, kick, throw* dan *roll* (Ulrich, 2000).

1. Strike (memukul bola dengan tongkat), Cara pelaksanaannya yaitu tubuh menyamping, Tubuh berotasi penuh. Mengkombinasikan ayunan belakang, melangkah, rotasi panggul, rotasi tubuh ayunan lengan, kontak bola dan gerakan lanjutan untuk memaksimalkan ayunan. Pergelangan tangan berpilin dan ada follow-through.



Gambar 1: memukul bola

2. Catch (menangkap bola), Memperhatikan gerak bola dengan mata Mensejajarkan tubuh dengan datangnya bola saat bola melayang. Kaki sedikit diregangkan. Menangkap dengan tangan. Jari-jari disesuaikan saat menangkap bola. Berat badan berpindah dari belakang ke depan



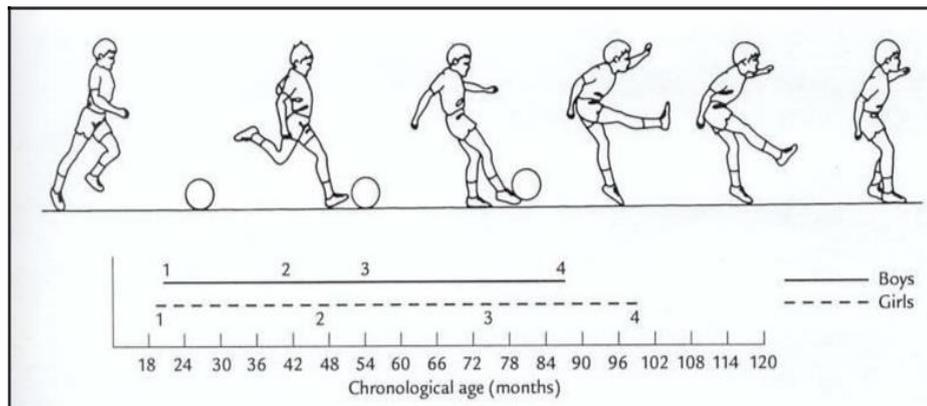
Gambar 2: menangkap bola

3. Dribble (memantulkan bola basket), Kaki agak diregangkan. Mata fokus ke pantulan bola Kontak bola dengan jari-jari tangan setinggi pinggang. Pergelangan tangan dan siku menekuk kemudian diluruskan untuk mendorong bola Panggul dan lutut sedikit disesuaikan selama memantulkan bola. Bola memantul di depan kaki dominan.



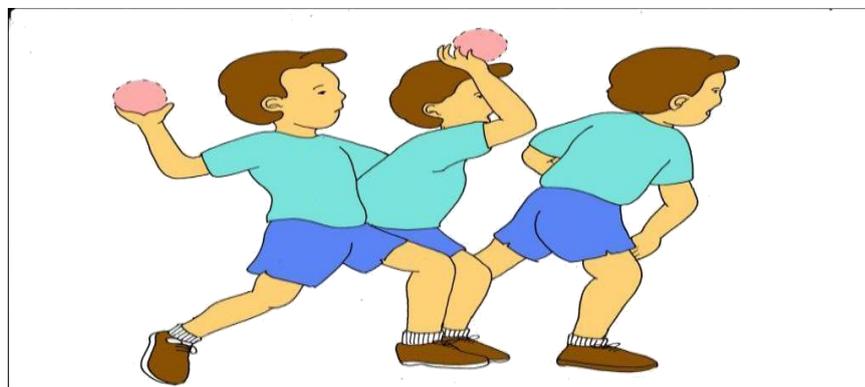
Gambar 3 : mendribel bola

4. Kick (menendang Bola), Bergerak berkesinambungan menuju bola, Langkah terakhir lebih panjang (leap) sebelum menendang Kaki menendang mulai dari belakang dengan lutut di tekuk. Tungkai diluruskan ketika kontak dengan bola Tubuh sedikit condong ke belakang saat kaki kontak dengan bola. Kaki menendang bergerak dengan penuh tenaga ke depan dan atas.



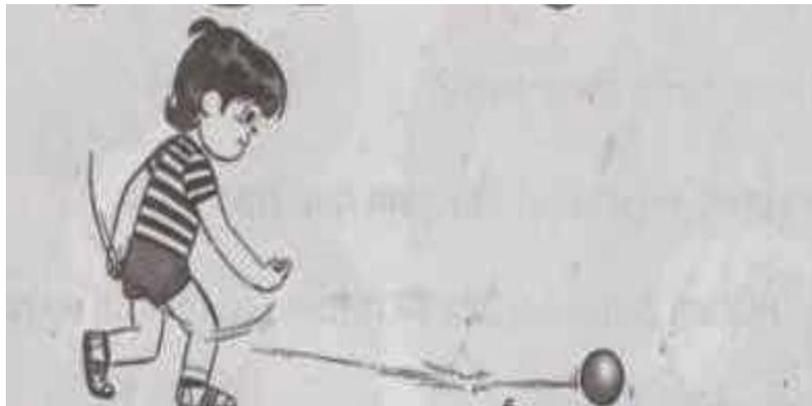
Gambar 4 : menendang bola

5. Throw (lempar atas), Melangkah panajang ke depan dengan kaki yang berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk melempar Rotasi sigmen tubuh dimana panggul berotasi pertama, kemudian disusul tangan punggung bahu, lengan atas dan lengan bawah Lengan atas di belakang tubuh Lengan bawah dibelakang lengan atas Lengan pelempar menyilang tubuh setelah melempar bola (follow-through)



Gambar 5 : melempar bola

6. Roll (menggeling bola), Mengayun legan ke belakang dengan bahu menghadap ke depan Lengan dominan diluruskan Mekangkah ke depan dengan kaki yang berlawanan dengan tangan yang akan menggelingkan bola menuju target Melepaskan bola dekat dengan lantai tanpa pantulan Tungkai sedikit di tekuk Mengontrol bola menuju target



Gambar 6 : menggelinding bola

Kemampuan objek kontrol seorang anak ditengarai turut dipengaruhi oleh strategi pembelajaran yang diterapkan oleh guru di sekolah. Dalam bahasa sederhana strategi pembelajaran ialah siasat membelajarkan siswa/i menuju tercapainya tujuan instruksional (Nurmaidah, 2015). Bermain merupakan salah satu strategi pembelajaran bagi anak usia dini yang dapat diikuti anak secara menyenangkan. Melalui bermain anak diajak untuk bereksplorasi (penjajakan), menemukan, dan memanfaatkan berbeda-beda di sekitarnya (Suryadi & Maulida U, 2013). Montessori bahwa permainan sebagai “kebutuhan batiniah” setiap anak karena bermain mampu menyenangkan hati, meningkatkan keterampilan dan meningkatkan perkembangan anak. Konsep bermain inilah yang kemudian disebutnya sebagai belajar sambil bermain (Suryadi & Maulida U, 2013).

Strategi konvensional merupakan suatu strategi pembelajaran yang biasa digunakan guru dalam keseharian di sekolah. Biasanya strategi pembelajaran konvensional ini lebih berorientasi teacher center, yang artinya berpusat pada guru. Pembelajaran Konvensional adalah salah satu pembelajaran yang hanya memusatkan pada metode pembelajaran ceramah. Bower dalam Bakhtiar menyampaikan bahwa pembelajaran konvensional menekankan pada resitasi konten, tanpa memberikan waktu yang cukup kepada siswa untuk merefleksi materi-materi yang dipresentasikan, menghubungkannya dengan pengetahuan sebelumnya, atau mengaplikasikannya kepada situasi kehidupan nyata (Bakhtiar, 2015).

Hal yang juga diduga mempengaruhi kemampuan objek kontrol anak selanjutnya adalah body mass index atau indeks massa tubuh anak tersebut.

Body Mass Indeks (BMI) atau disebut juga Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah indikator yang paling sering digunakan dan praktis untuk mengukur tingkat populasi berat badan lebih dan obesitas pada orang dewasa (Soegondo Dkk, 2011). *Body Mass Index* (BMI) merupakan teknik untuk menghitung *index* berat badan, sehingga dapat diketahui kategori tubuh kita apakah tergolong kurus, normal dan obesitas (kegemukan). *Body Mass Index* (BMI) dapat digunakan untuk mengontrol berat badan sehingga dapat mencapai berat badan normal sesuai dengan tinggi badan. Saat diterapkan pada individual, hanya satu dari beberapa penaksiran yang digunakan untuk menentukan resiko terhadap penyakit yang berhubungan dengan berat badan (underweight, overweight, atau obese) (Alhamda, Syukra 2015).

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan di beberapa sekolah Taman kanak-kanak di Sumatera Barat, dapat disimpulkan bahwa banyak aktifitas gerak yang diterapkan sebagian besar Guru TK kepada anak-anak dengan pemahaman yang terbatas. Banyak guru TK yang tidak begitu memahami pentingnya kemampuan gerak dasar bagi anak dan pengaruhnya terhadap perkembangan kemampuan kognitif dan psikomotor anak melalui aktifitas gerak. Hal ini disebabkan banyak faktor, seperti (1) sedikitnya informasi Guru TK tentang keterampilan gerak dasar dikarenakan sumber literasi tentang gerak dasar kebanyakan dari luar Indonesia yang berbahasa Inggris sehingga menyulitkan guru TK yang mayoritas tidak memiliki kemampuan berbahasa Inggris yang aktif; (2) sikap ketidak terbukaannya dalam menyambut metode pengajaran baru yang lebih kreatif dan inovatif dalam menyampaikan materi pembelajaran; (3) kurangnya perhatian pihak terkait dalam mengadakan pelatihan atau seminar tentang keterampilan gerak dasar bagi anak; (4) belum ada bentuk-bentuk pembelajaran sebagai panduan operasional bagi Guru TK. Berdasarkan studi awal, dengan metoda wawancara dan penyebaran kuesioner yang disebarkan ke guru PAUD dan TK di Sumatera barat, mereka membenarkan bahwa belum memiliki wawasan dan keterampilan tentang materi dalam implementasi pembelajaran gerak dasar untuk di ajarkan kepada siswa, sehingga pembelajaran gerak tidak dapat berjalan sebagaimana mestinya (Oktarifaldi Dkk, 2019).

Kendala yang dialami guru-guru TK tersebut sangat mempengaruhi proses pembelajaran yang dapat memperburuk kondisi perkembangan kemampuan gerak dasar anak pada masa usia dini. Hal tersebut terlihat dari banyaknya guru dan anak melakukannya pada gerakan yang salah dan aktifitas gerak yang kurang terkontrol. Kondisi seperti ini tentu sesuatu yang sangat berbahaya dan harus menjadi perhatian penting karena jika hal tersebut dilakukan terus menerus dan menjadi kebiasaan, kelak anak akan mengalami kesulitan dalam memperbaiki gerakan tersebut. Dan jika anak mengalami keterbatasan gerak pada saat usia bermain maka di khawatirkan anak akan memiliki sedikit pengalaman gerak yang akan dia tampilkan dimasa mendatang.

Pendidikan di TK harus dilingkupi dengan keaktifan anak dalam bermain, bernyanyi, dan berkegiatan/bekerja, karena ketiga hal ini akan mengasah otak, kecerdasan, emosi, dan keterampilan fisik yang dilakukan dengan ceria, bebas, dan tanpa beban. Menurut Helms dan Turner dalam Gusril menyatakan bermain adalah cara jalan bagi anak untuk mengungkapkan hasil pemikiran, perasaan, dan cara mereka menjelajahi dunia lingkungannya termasuk membantu menjalin sosial antar anak dengan anak (Gusril, 2015). Dengan demikian, guru TK dituntut untuk mampu memeberikan situasi pembelajaran yang berjalan secara alami dan disenangi anak-anak TK tanpa adanya tekanan dan perasaan terpaksa dengan strategi permainan yang dipilih. Kondisi tersebut nantinya akan mempermudah untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar anak. Sedangkan Pembelajaran Konvensional adalah salah satu pembelajaran yang hanya memusatkan pada metode pembelajaran ceramah.

Bower dalam Bakhtiar menyapaikan bahwa pembelajaran konvensional menekankan pada resitasi konten, tanpa memberikan waktu yang cukup kepada siswa untuk merefleksi materi-materi yang dipresentasikan, menghubungkannya dengan pengetahuan sebelumnya, atau mengaplikasikanya kepada situasi kehidupan nyata. Pembelajaran konvensional memiliki ciri yaitu : (1) pembelajaran berpusat Pada Guru, (2) terjadi passive learning, (3) interaksi diantara siswa kurang, (4) tidak ada kelompok-kelompok kooperatif, dan (5) penilaian bersifat sporadis (Bakhtiar, 2015).

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah diuraikan di atas, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian untuk mengungkapkan sejauhmana

keterampilan gerak dasar *Object Control* anak di Kota Padang Panjang. Serta BMI (*Body Mass Index*) di TK Pembina Kota Padang Panjang. Dan untuk mengukur keefektifan metoda pengajaran gerak dengan menggunakan strategi pembelajaran rangkaian permainan apakah dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar anak usia dini. Dengan demikian perlu kiranya peneliti melakukan treatment untuk membuktikan keefektifan metode pembelajaran tersebut.

METODELOGI PENELITIAN (Arial 11 bold)

Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data mengenai BMI siswa TK Pembina Padang Panjang adalah mengukur tinggi badan menggunakan meteran dengan skala *centimetre* dan berat badan menggunakan timbangan digital dengan catatan dua angka dibelakang koma. Penggunaan timbangan digital ini dianggap lebih bias memberikan hitungan pasti perihal berat badan yang ditimbang. Sedangkan kemampuan obek kontrol anak diperoleh melalui *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2) yang terdiri dari *strike, catch, dribble, kick, throw* dan *roll* (Ulrich, 2000). Masing-masing item tes memiliki kriteria yang harus dipenuhi oleh anak dalam penilaian. Untuk setiap gerakan yang sesuai dengan masing-masing kriteria pada setiap skill akan diberi nilai 1 sedangkan yang tidak sesuai diberi nilai 0. Penilaian kemampuan objek kontrol ini berdasarkan video yang telah direkam menggunakan *handycame* ketika penelitian sedang berlangsung. Semua anak diminta melakukan setiap kemampuan objek kontrol sebanyak 3 kali percobaan. Percobaan pertama dianggap sebagai latihan. Percobaan kedua dan ketiga nanti baru menjadi penialain dalam penelitian.

Data level perkembangan kemampuan objek kontrol siswa PAUD di Kota Padang Panjang diambil sebanyak 2 kali pengulangan bagi semua anak untuk setiap *skill* yang dites. Data dari tes tersebut disimpan dalam bentuk video. Pemberian nilai level perkembangan level kemampuan objek kontrol ini berdasarkan lembaran INDO-SKIP Training. Kemudian untuk data keseimbangan anak diperoleh dengan 1 kali percobaan untuk setiap gerakanya dan data ini disimpan dalam bentuk lembaran tes. Tes ini diberikan kepada anak-anak yang berusia 5 sampai 6 tahun. Jumlah siswa yang terlibat adalah 80 orang yang terdiri dari 40 kelompok anak dengan Rangkaian permainan dan 40 lagi dengan kelompok konvensional.



HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, treatment yang dilakukan terhadap 80 orang siswa PAUD umur 5 sampai 6 tahun di Padang Panjang menunjukkan bahwa Ada perbedaan kemampuan keterampilan gerakan dasar antara kelompok anak dengan strategi rangkaian permainan dengan konvensional dengan nilai $Q_{hitung} 3,61 > Q_{tabel} 2,95$. 2) Ada perbedaan Keterampilan Gerak Dasar antara anak dengan BMI normal dan seorang anak dengan BMI kurus/gemuk $Q_{hitung} 3,61 > Q_{tabel} 2,95$. 3) Terdapat interaksi antara strategi pembelajaran dengan tingkat BMI terhadap penguasaan keterampilan gerak dasar yang ditunjukkan dengan nilai $0,000 < 0,05$. 4) Ada perbedaan kemampuan keterampilan gerakan dasar anak antara kelompok yang memiliki BMI normal yang diberikan Strategi Pembelajaran Rangkain Permainan (SPRP) dengan strategi pembelajaran konvensional dengan perhitungan nilai $Q_{hitung} 7,65 > Q_{tabel} 3,15$. 5) Terdapat perbedaan kemampuan keterampilan gerak dasar anak antara kelompok anak yang memiliki BMI kurus/gemuk diberikan SPRP dengan anak yang diberikan strategi pembelajaran konvensional dengan nilai $Q_{hitung} 4,25 > Q_{tabel} 3,15$.

PEMBAHASAN

Keterampilan gerak dasar merupakan ABC dari gerak. Anak-anak tidak dapat secara otomatis memperoleh derajat penguasaan penampilan yang sempurna dalam keterampilan gerak dasar, Seperti banyaknya keterampilan lainnya, mereka harus diajarkan (Goodway, 2006). Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa jika ingin meningkatkan keterampilan gerak dasar perlu diajarkan dan direncanakan dengan pendekatan yang tepat. Selama tahun awal sekolah dasar, motorik kasar seorang anak menyuguhkan fungsi aturan/ketentuan yang signifikan dalam mempengaruhi bagaimana teman sebayanya menganggap anak tersebut (Ulrich, 2000). Penjelasan sebelumnya mengisyaratkan bahwa hanya dengan menguasai gerak dasar secara baik teman sebaya bagi anak-anak dapat menunjukkan potensi diri dalam bersosialisasi. Tidak hanya pengaklaman gerak tetapi aspek afektif anak dapat dikembangkan dengan menguasai gerak, hal ini menuntut keahlian guru dalam merancang pembelajaran gerak bagi anak usia dini.



Kemampuan motorik adalah semua gerakan tubuh yang memungkinkan dilakukan oleh manusia, dapat diartikan juga sebagai perkembangan kematangan dan pengendalian gerak oleh tubuh. Unsur utama dari perkembangan motorik anak adalah gerak, semakin anak aktif bergerak dan melakukan aktivitas fisik, maka manfaat yang diperoleh akan semakin besar. Untuk merangsang perkembangan intelegensi dan kesehatan anak, orang tua dapat meningkatkan ketrampilan anak dalam menguasai gerakan motorik kasar dan gerakan motorik halus. Anak yang memiliki nilai indeks massa tubuh yang tinggi cenderung memiliki berat badan berlebih bahkan obesitas. Kondisi ini membuat anak merasa malas untuk bergerak, sehingga akan berakibat buruk bagi kondisi fisik dan pertumbuhan anak tersebut (Diyono Sevy A, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, indeks masa tubuh memiliki pengaruh dalam bergerak bagi anak-anak. Terbukti bahwa anak yang memiliki kelebihan berat badan akan cenderung malas dalam bergerak dan berpengaruh pada level perkembangan gerak dasar khususnya objek kontrol.

Pembelajaran konvensional memiliki ciri yaitu : (1) pembelajaran berpusat Pada Guru, (2) terjadi passive learning, (3) interaksi diantara siswa kurang, (4) tidak ada kelompok-kelompok kooperatif, dan (5) penilaian bersifat sporadis (Bakhtiar, 2015). Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik melakukan studi dan eksperimen dalam membandingkan hasil pembelajaran dengan pendekatan konvensional dan rangkaian permainan. Dalam berolahraga atau melakukan aktivitas fisik penting bagi anak dalam menjelajahi lingkungannya. Aktifitas fisik yang monoton tentu membuat jenuh bagi anak, sehingga perlu didampingi oleh guru dengan menggunakan pendekatan atau strategi yang tepat dan efisien. Beberapa penelitian membuktikan bahwa bermain merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam merangsang anak untuk beraktivitas fisik. Montessori bahwa permainan sebagai “kebutuhan batiniah” setiap anak karena bermain mampu menyenangkan hati, meningkatkan keterampilan dan meningkatkan perkembangan anak. Konsep bermain inilah yang kemudian disebutnya sebagai belajar sambil bermain (Suyadi & Maulida U, 2013). Dengan demikian untuk merealisasikan gerak atau aktifitas fisik perlu dilakukan guru suatu strategi yang dalam penelitian ini dikenal dengan strategi rangkaian permainan. Setelah dilakukan treatment pada dua kelompok anak, rangkaian

permainan terbukti menghasilkan output yang dilihat melalui level perkembangan objek kontrol anak dibandingkan dengan konvensional. Bermain merupakan salah satu strategi pembelajaran bagi anak usia dini yang dapat diikuti anak secara menyenangkan. Melalui bermain anak diajak untuk bereksplorasi (penjajakan), menemukan, dan memanfaatkan berbeda-beda di sekitarnya (Suyadi & Maulida U, 2013).

KESIMPULAN (Arial 11 bold)

Ada perbedaan kemampuan keterampilan gerakan dasar antara kelompok anak dengan strategi rangkaian permainan dengan konvensional, selanjutnya perbedaan juga tampak antara anak yang memiliki BMI normal dengan anak yang memiliki BMI kurus/gemuk. Terdapat interaksi antara strategi pembelajaran dengan tingkat BMI terhadap penguasaan keterampilan gerak dasar khususnya level kemampuan objek kontrol. selanjutnya terdapat perbedaan kemampuan keterampilan gerak dasar anak khususnya objek kontrol anak di Kota Padang Panjang antara kelompok anak yang memiliki BMI kurus/gemuk yang diberikan perlakuan strategi rangkaian permainan dengan anak yang diberikan strategi pembelajaran konvensional. Hal ini menunjukkan bahwa level kemampuan objek kontrol anak akan meningkat secara signifikan bila diberikan perlakuan dan pendekatan dengan rangkaian permainan dibandingkan dengan konvensional.

DAFTAR PUSTAKA (Arial 11 bold, format APA)

- Ulrich, D. A. Austin, TX: Pro-ed; 2000. *Test of gross motor development*.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development: Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga, 31.
- World Health Organization. (2004). *International statistical classification of diseases and related health problems* (Vol. 1). World Health Organization.
- Goodway, J. D., Robinson, L. E., & Crowe, H (under review). 2006. *Developmental Delay in Fundamental Motor Skill Development of ethnically Diverse and Disadvantaged Preschoolers*, Submitted to *Journal Research Quarterly for Exercise and Sport*. Gusril. 2015. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Padang. UNP Press.



- Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, 60(2), 290-306.
- Soegondo, S., Soewondo, P., & Subekti, I. (2009). Penatalaksanaan diabetes melitus terpadu. *Jakarta: Balai Penerbit FKUI*.
- Ulfah Maulidya, S. (2013). Konsep Dasar PAUD. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Alhamda, S., & Sriani, Y. (2014). Buku ajar ilmu kesehatan masyarakat.
- Nurmaidah. 2015. Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini. *Jurnal Al Afkar Vol III Nomor.1*
- Familia, R., Goodway, J. D., Bakhtiar, S., & Mardela, R. (2016, June). Investigating the motor competence and physical activity of Indonesian, Muslim preschoolers from urban and rural areas. In *Journal Of Sport & Exercise Psychology* (vol. 38, pp. S33-s33). 1607 n Market St, PO BOX 5076, Champaign, Il 61820-2200 USA: Human Kinetics Publ Inc.
- Diyono, D. (2019). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Motorik Kasar Pada Anak Usia 8–10 Tahun. *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi*, 3(2), 34-40.
- Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2019). The Effect Of Agility, Coordination And Balance On The Locomotor Ability Of Students Aged 7 To 10 Years. *Jurnal Menssana*, 4(2), 190-200.