

## **UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI LOMPAT JINJIT**

**Khadijah<sup>1</sup>, Afrizha Tri Hayatun<sup>2</sup>, Aishwara Nurul Safitri<sup>3</sup>, Dhea Priyanti<sup>4</sup>, Nurul Anisa<sup>5\*</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup>, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

\*Corresponding author. Jl. William Iskandar Ps. V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20371, Medan, Indonesia.

*E-mail:* [khadijah@uinsu.ac.id](mailto:khadijah@uinsu.ac.id)<sup>1)</sup>  
[afrizhatrihayatun09@gmail.com](mailto:afrizhatrihayatun09@gmail.com)<sup>2)</sup>  
[aishwaranurul@gmail.com](mailto:aishwaranurul@gmail.com)<sup>3)</sup>  
[dheapriyanti89@gmail.com](mailto:dheapriyanti89@gmail.com)<sup>4)</sup>  
[annisanurul69081@gmail.com](mailto:annisanurul69081@gmail.com)<sup>5\*)</sup>

*Received 31-12-2022; Received in revised form 31-12-2022; Accepted 31-12-2022*

### **ABSTRAK**

Motorik kasar adalah gerak yang dimotori oleh saraf, otak dan otot besar yang berfungsi pada setiap gerakan pada tubuh. Sehingga pemberian stimulasi yang tepat dapat meningkatkan motorik kasar dalam berbagai aktifitas yang di berikan. Kemudian motorik kasar erat kaitannya dengan masalah perkembangan fisik dengan gerakan-gerakan tubuh yang dimotori dengan kerja sama antara otot, otak, dan syaraf. Ketika otot-otot badan cenderung lebih kuat dan kokoh, maka keterampilan-keterampilan yang menggunakan otot tangan dan kaki sudah mulai berfungsi. Sebagaimana yang dikatakan oleh seorang para ahli yaitu Hurlock (1978: 150) mengemukakan bahwa tujuan perkembangan motorik kasar adalah menunjang kesehatan fisik, tujuan lainnya yaitu katarsis emosional artinya bahwa anak melepaskan tenaga yang tertahan dan membebaskan tubuh dari ketegangan, kegelisahan, dan keputusan. Kemudian menurut bambang Sujiono (2007: 13) berpendapat bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki dan seluruh tubuh anak. Adapun perkembangan fisik seperti berjalan, berlari, melompat dan sebagainya tentunya membutuhkan keterampilan motorik agar otot saraf yang mulai tumbuh dapat berfungsi dengan baik.

**Kata Kunci :** *Lompat jinjit, Anak Usia Dini, Motorik Kasar*

## ABSTRACT

Gross motor is movement that is motorized by the nerves, brain and large muscles that function in every movement in the body. So that the provision of appropriate stimulation can improve gross motor skills in the various activities provided. Then gross motor skills are closely related to physical development problems with body movements that are motorized by cooperation between muscles, brain and nerves. When the muscles of the body tend to be stronger and stronger, skills that use the muscles of the hands and feet are starting to function. As said by an expert, Hurlock (1978: 150) suggests that the goal of gross motor development is to support physical health, another goal is emotional catharsis, meaning that the child releases restrained energy and frees the body from tension, anxiety and decisions. Then according to Bambang Sujiono (2007: 13) argues that gross motor movement is an ability that requires coordination of most parts of the child's body. Gross motor movements involve the activity of large muscles such as the muscles of the hands, leg muscles and the whole body of the child. As for physical development such as walking, running, jumping and so on, of course, it requires motor skills so that the growing nerve muscles can function properly.

**Keywords :** *Jump On Tiptoe, Early Childhood, Rough Motoric*



This is an open access article under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

## A. PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berumur 0 sampai 6 tahun, yang dimana pada usia ini merupakan suatu hal yang sangat penting bagi perkembangan dan pembentukan sikap, perilaku, dan karakter kepribadian pada anak tersebut, Karena usia 0 sampai 6 tahun adalah usia yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat atau disebut dengan masa emas (golden age). Usia dini juga dikatakan sebagai masa kreatif yang diyakini bahwa kreativitas yang ditunjukkan anak merupakan bentuk kreativitas yang original dengan frekuensi kemunculannya tanpa terkendali. Untuk itu pendidikan anak usia dini sangat penting untuk menstimulasi perkembangan anak dan mengembangkan kecerdasan anak. pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan dan pengasuhan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia 6 tahun, meskipun sesungguhnya akan lebih optimal lagi apabila ditunjukkan kepada anak sejak dalam kandungan hingga usia 8 tahun.

Tujuannya adalah membantu mengembangkan seluruh potensi dan kemampuan fisik, intelektual, emosional, moral dan agama secara optimal dalam lingkungan pendidikan yang kondusif, demokratis dan kompetitif. Perkembangan motorik kasar merupakan perkembangan jasmani yang melalui kegiatan pada pusat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Pada saat anak berumur 4-5 tahun anak dapat mengendalikan gerakan secara kasar yang melibatkan bagian badan seperti berjalan, berlari melompat dan lain-lain.

Setelah usia 5 tahun perkembangan besar dalam pengendalian koordinasi lebih baik yang juga melibatkan otot kecil yang digunakan untuk melempar dan lain sebagainya. Berbagai kegiatan motorik yang menggunakan tangan, pergelangan tangan dan kaki merupakan perkembangan yang dapat diprediksi dengan melalui kegiatan bermain yang diharapkan anak mampu dalam kemampuan ketangkasan, seperti: melempar, meloncat, dan berlari yang dimana kaki dan tangan akan sangat digunakan pada saat bermain.

Proses motorik kasar adalah suatu kegiatan atau pelaksanaan yang menggunakan otot-otot besar pada diri anak yang menjadi dasar untuk mengikuti seluruh aktivitas gerak dasar lokomotor ataupun non lokomotor yang tersusun dari otot lurik sehingga dapat berfungsi untuk melakukan aktivitas gerak dasar yang terkoordinasi melalui otak, sehingga dapat merangsang dan melakukan kegiatan seperti; berjalan, melompat, menendang, berlari, memukul, melempar, mendorong, menarik sehingga dapat terkoordinasi melalui gerakan tubuh.

Pada kenyataannya berdasarkan observasi peneliti di RA Kusuma Jl. Sei Kera No. 262 Medan motorik kasar anak usia dini belum berkembang baik, kenyataan ini ditunjang pula dari wawancara dengan dua orang guru yaitu adapun motorik kasar anak usia dini dikembangkan dengan menggunakan permainan sepak bola yang menggunakan bola plastik, kemudian selain dengan menerapkan permainan sepak bola, anak-anak di RA Kusuma Jl. Sei Kera No. 262 Medan juga menggunakan alat bermain seperti ayunan, gantungan, prosatan dan lain lain yang dapat menunjang perkembangan motorik kasar anak usia dini. Sehingga media permainan yang digunakan disekolah ini juga belum maksimal untuk meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini.

Perbaikan untuk pelaksanaan, kegiatan, pandangan seperti ini haruslah diadakan guna untuk meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini, khususnya pada permainan tradisional yang mencakup tiga permainan yaitu; permainan engklek, lompat tali, dan petak umpet. Dalam hal ini maka harapannya dengan menggunakan cara yang tepat pada permainan tradisional sehingga dapat memperbaiki dan meningkatkan dalam proses motorik kasar anak usia dini, dan dengan menggunakan permainan tradisional diharapkan dapat menjadikan guru dalam proses permainan tradisional lebih baik dan bisa meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini.

## **B. METODOLOGI**

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan menggunakan teknik pengumpulan data menggunakan observasi . Metode penelitian ini merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pola perkembangan motorik anak usia dini 4-5 tahun di RA KUSUMA . Metode memiliki ciri khas tersendiri terutama dengan adanya kelompok kontrol. Dalam bidang motorik, penelitian dapat menggunakan desain observasi karena variabel-variabel dapat dipilih dan variabel-variabel lain yang

dapat mempengaruhi proses observasi itu dapat dikontrol secara ketat. Sehingga dalam metode ini peneliti memanipulasi paling sedikit satu variabel, mengontrol variabel lain yang relevan dan mengobservasi pengaruhnya terhadap variabel terikat.

### **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Peneliti melakukan pengamatan terhadap perkembangan motorik kasar anak pada permainan tradisional, mampu melompat, berlari, melempar dan sebagai langkah awal sebelum melaksanakan penelitian tindakan kelas. Hasil yang diperoleh pada kemampuan awal sebelum tindakan, pada akhirnya akan dibandingkan dengan hasil setelah tindakan melalui permainan tradisional. Perbandingan bertujuan untuk menunjukkan adanya peningkatan sebelum dan sesudah melakukan tindakan. Pada tahap ini peneliti mengamati perkembangan motorik kasar anak di Kelompok B RA Kusuma Jl. Sei Kera No. 262 Medan. Kegiatan yang berlangsung pada saat peneliti adalah sebagai berikut:

Kegiatan awal dimulai dengan berbaris di depan kelas sambil melatih gerakan tubuh pada motorik kasar anak. kemudian anak-anak masuk kelas dan duduk di kursi masing-masing, selanjutnya guru mengarahkan anak untuk mengumpulkan tugas rumah yang diberikan kepada anak di hari sebelumnya.

Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari senin dengan tema kendaraan, dengan sub tema kendaraan di air. Bahan yang sudah disiapkan oleh guru dan peneliti yaitu, kertas, pensil, penghapus, alat permainan tradisional seperti pecahan keramik, genting, batu datar, karet, dan yang terkait dalam permainan tersebut serta lembar kerja anak. kegiatan pembuka yaitu diawali dengan membaca do'a sebelum belajar, kemudian bernyanyi " apa kabar" lalu pada kegiatan inti anak diberikan penjelasan tentang materi hari itu dengan menanyakan kendaraan apa yang diinginkan oleh anak, kemudian anak mewarnai gambar yang sudah diberikan oleh guru gambarnya pada kertas yang sudah dibagikan.

Pada pertemuan 1 kegiatan permainan tradisional terlebih dahulu dikasih arahan tentang aturan pada permainan tradisional tersebut, kemudian melihat dan mendengarkan deskripsi tata cara permainan tersebut, selanjutnya anak diminta 1 orang untuk mencontohkan permainan yang telah diarahkan oleh guru agar teman-teman yang lain mengerti ketika proses permainan tradisional dimulai. Proses yang dilakukan dalam bermain permainan tradisional terdapat 2 permainan tradisional yaitu: permainan engklek dan permainan lompat tali. Yang mana masing-masing permainan tersebut dilaksanakan pada hari senin. Dan diulang kembali pada siklus II. Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari selasa dengan tema yang sama yaitu kendaraan dan dengan sub tema kendaraan di udara. Aspek perkembangan motorik kasar anak pada permainan tradisional adalah melompat, berlari, melempar dan lainnya. Setelah selesai dengan tugas yang diberikan guru anak kembali duduk, anak terlihat penasaran dengan permainan tradisional apa yang akan dimainkan dengan permainan yang berbeda, setelah bermain

permainan tradisional tersebut anak tersebut diminta untuk menceritakan kembali dan mempraktekkan kembali permainan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar pada kelompok B di RA Kusuma Jl. Sei Kera No. 262 Medandapat ditingkatkan melalui permainan tradisional. Sebagaimana adapun indikator dalam upaya peningkatan motorik kasar anak melalui lompat jijit adalah :

No	Aspek Perkembangan	Indikator Perkembangan
1.	Keseimbangan Gerakan Tubuh	Mampu melakukan gerakan lompat jinjit dengan baik
2.	Kelincahan Gerakan	Mampu melompat dengan arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat
3.	Kecepatan Gerakan	Melompat dengan waktu yang telah di tetapkan dengan tepat dan cepat
4.	Keseimbangan gerakan tubuh dalam melompat pada permainan engkelek	Mampu melakukan gerakan melompat dengan satu kota ke kotak berikutnya dengan baik.
5.	Kecepatan gerakan tubuh dalam melempar gacu pada permainan engklek	Mampu melakukan gerakan melempar gacu melebihi kotak.
6.	Kelincahan gerakan tubuh dalam melompat permainan lompat tali .	Mampu melompati permainan lompat tali dengan beberapa putaran
7.	Keseimbangan gerakan tubuh dan kaki dalam melompati putaran permainan lompat tali	Mampu menyeimbangkan gerak lompatan putaran tali dengan baik

Selanjutnya adapun manfaat dari permainan tradisional tersebut yaitu lebih banyak memberikan kesempatan kepada pelaku untuk bermain secara berkelompok. Permainan ini setidaknya dapat dilakukan minimal oleh dua orang, dengan menggunakan alat-alat yang sangat sederhana, mudah dicari, menggunakan bahan-bahan yang ada di sekitarnya serta mencerminkan kepribadian bangsa sendiri. Banyak nilai yang dapat digali melalui permainan ini, beberapa kriteria dapat ditelaah dari sudut penggunaan bahasa, senandung/nyanyian/kakawihan, aktivitas fisik, dan aktivitas psikis.

Permainan tradisional yang sarat dengan nilai-nilai budaya mengandung unsur rasa senang, dan hal ini akan membantu perkembangan anak ke arah lebih baik di kemudian hari. Tentu saja hal ini dilatarbelakangi bahwa anak-anak yang melakukan permainan ini merasa terbebas dari segala tekanan, sehingga rasa keceriaan dan kegembiraan dapat tercermin pada saat anak memainkannya. Permainan ini juga dapat membantu anak dalam menjalin relasi sosial baik dengan teman sebayanya (peer group) maupun dengan teman yang usianya lebih mudah atau lebih tua, permainan ini juga dapat

melatih anak dalam manajemen konflik dan belajar mencari solusi dari permasalahan yang dihadapinya.

Teori tersebut sesuai dengan kondisi di lapangan, pada saat bermain dengan menggunakan permainan tradisional dapat meningkatkan motorik kasar anak usia dini, anak juga dapat melihat apa yang tak biasanya dilakukan dalam permainan sehari-sehari seperti dalam langkah-langkah bermain yang tak biasanya anak lakukan disekolah maupun dirumah, kemudian melalui permainan tradisional ini, guru dapat mengatasi sifat anak yang tidak ingin mengikuti bermain seperti biasanya akhirnya ingin ikut bergabung bermain melalui permainan tradisional, permainan tersebut juga dapat meningkatkan anggota kolektif seperti tangan, kaki, dan lainnya, serta banyak mempunyai gerakan bervariasi dalam melakukan permainan tersebut. Sesuai dengan penjelasan diatas maka untuk meningkatkan motorik kasar anak usia dini salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah dengan menggunakan permainan tradisional(Engklek, Petak Umpet, dan Lompat Tali).

#### **D. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan peneliti selama dua siklus diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pada saat sebelum diterapkan permainan tradisional dari 12 orang anak di Kelompok B terdapat 12 orang anak yang memperoleh kriteria mulai berkembang dengan baik.
- b. Anak mampu melakukan semua permainan tradisional dengan baik, sehingga perkembangan motorik kasar pada anak sudah berkembang.
- c. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional pada Siklus 1 ke Siklus II memperoleh peningkatan, inilah yang menunjukkan bahwa peningkatan motorik kasar anak kelompok B menjadi meningkat setelah menggunakan permainan tradisional RA Kusuma Jl. Sei Kera No. 262 Medan.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Samsudin. Pengembangan Motorik di Taman Kanak-Kanak, Jakarta: Prenada Media Group 2005.
- Sumatri. Model Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini, Jakarta: Kencana Media Group 2005.
- Kurniati, Euis. Permainan Tradisional Dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak, Jakarta: Prenada Media Group 2016.
- Khadijah. Media Pembelajaran Anak Usia Dini, Medan: Perdana Publishing 2015.
- Khadijah. Pendidikan Prasekolah, Medan: Perdana Publishing 2017.
- Latif, Mukhtar. Orientasi Pendidikan Anak Usia Dini, Jakarta: Kencana Media Group 2013.

**J-SANAK: Jurnal Kajian Anak**  
(p-ISSN: 2686-5343 |e-ISSN: 2715-7989)  
Vol. (4)(01), (Juli-Desember) (2022), (Halaman)(36-42)  
**DOI:** <https://doi.org/10.24127/j-sanak.v4i01.3126>

- Mulyani, Novi. Permainan Tradisional Anak Indonesia, Yogyakarta: Diva Press 2016.
- Santrock, w. John. Perkembangan Anak, Jakarta: Erlangga, 2007.
- Suyadi. Teori Pembelajaran Anak Usia Dini, Bandung: Perdana Publishing 2014.
- Suyanto. Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini, Yogyakarta: Hikayat Publishing 2005.
- Wahyuni, Sri. Permainan Tradisional Anak Di Indonesia, Yogyakarta: Kencana Media Group 2013.
- Wahyuningsih, Sri. Permainan Tradisional Untuk Usia 4-5 Tahun, Bandung: Prenada Media 2009.
- Wiyani, Ardy Novan. Bina Karakter Anak Usia Dini, Jogjakarta: Perdana Publishing 2013.
- Yus, Anita. Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak, Jakarta: Kencana Media Group 2011.