

DESKRIPSI KEMAMPUAN MOTORIK KASAR MELALUI BERMAIN HALANG RINTANG ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK NEGERI PEMBINA KABUPATEN SORONG

Venny Warijo¹Yolan Marjuk², Hermaman³,

Program Studi pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Universtas Pendidikan Muhammadiyah Sorong

Email: Vennywarijo30@gmail.com¹, yolanmarjuk@unimudasorong.ac.id², hermamann@unimudasorong.ac.id³

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah melalui bermain halang rintang kemampuan motorik kasar anak dapat meningkat. Metode penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Metode pengumpulan data melalui observasi dan lembar wawancara. Hasil penelitian menunjukkan hasil yang diperoleh bahwa dengan implementasi bermain halang rintang kemampuan motorik kasar pada anak dapat mulai berkembang hal itu terlihat dari 15 orang anak yang ditemui sudah ada 10 orang anak yang sudah berkembang sesuai harapan sedangkan 5 orang anak lainnya mulai dalam tahap perkembangan, pada kegiatan melewati rintangan dapat secara signifikan membantu dalam pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak-anak. Dengan demikian bermain halang rintang dapat membantu kemampuan motorik kasar anak pada usia 4-5 tahun di TK Negeri Pembina Kabupaten Sorong berkembang sesuai harapan.

Kata kunci. *Motorik Kasar, Halang Rintang*

Abstrac: *The aim of this research is that through playing obstacle courses children's gross motor skills can improve. This research method is descriptive qualitative. Data collection methods are through observation and interview sheets. The results of the research show that with the implementation of playing obstacle courses, children's gross motor skills can begin to develop. This can be seen from the 15 children we met, 10 of whom were already developing according to expectations, while the other 5 children were starting to develop, at Obstacle crossing activities can significantly help in the development of gross motor skills in children. In this way, playing obstacle courses can help the gross motor skills of children aged 4-5 years at the Pembina State Kindergarten in Sorong Regency develop as expected.*

Keywords. Gross Motor, Obstacles

Copyright (c) 2024 (Venny Warijo¹Yolan Marjuk², Hermaman³)

✉Corresponding author :

Email Address : Vennywarijo30@gmail.com (Sorong, Indonesia)

Received 20 Januari 2024 , Accepted 05 Februari 2024, Published 10 Juni 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Departemen Pendidikan Nasional, 2003:3). Pada Permendikbud nomor 146 tahun 2014 tentang kurikulum 2013 pendidikan anak usia dini pasal 5 menjelaskan bahwa program-program pengembangan yang mencakup : 1) Nilai Agama dan Moral; 2) Fisik-Motorik; 3) Kognitif; 4) Bahasa; 5) Sosial Emosional dan 6) Seni. Menurut Santrock (2011), menyatakan motorik kasar (gross motor skill) yang merupakan keterampilan yang melibatkan aktivitas otot besar seperti tangan seseorang untuk bergerak dan berjalan. Perkembangan motorik anak juga tidak dapat dilepaskan dari aspek-aspek pokok. Sedangkan menurut (Decaprio, 2013) dalam (Novitasari et al., 2019) Adapun aspek-aspek pokok dalam pembelajaran motorik kasar pada anak adalah kekuatan, daya tahan kardiovaskuler (ketahanan), power, kecepatan, ketahanan, kelincihan, keseimbangan, waktu reaksi dan koordinasi.

Istilah motorik (motor) merujuk pada faktor biologis dan mekanis yang mempengaruhi gerak (*movement*). Istilah gerak ini merujuk pada perubahan actual yang terjadi pada bagian tubuh yang dapat diamati. Dengan demikian, motorik adalah kemampuan eksternal seseorang untuk mengubah berbagai posisi tubuh. gerak motorik massal adalah kemampuan mengubah berbagai posisi tubuh dengan menggunakan otot-otot besar (Aida, 2016: 3).

Gallahue (1989: 20) dalam (Agusriani, 2015) menyatakan bahwa perkembangan motorik ada dua bentuk yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar merupakan gerak yang menggunakan otot-otot besar pada tubuh, kebanyakan olahraga menggunakan kemampuan motorik kasar. Kemampuan motorik kasar sebagai kemampuan melakukan gerakan dengan melibatkan sebagian besar otot kasar tubuh yang membutuhkan tenaga besar Ismail (2012: 83). Menurut Santrock (2011: 209) mendefinisikan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kemampuan dalam melibatkan kerja otot-otot besar seperti tangan untuk bergerak dan kaki untuk berjalan. Sedangkan menurut Beaty (2013: 200) menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk menggunakan otot-otot besar yang melibatkan seluruh tubuh, kaki dan lengan dalam bergerak. Anak yang memiliki kemampuan motorik kasar yang baik maka ia akan memiliki perkembangan mental yang baik pula karena anak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga rasa percaya dirinya akan terus meningkat dan akan berpengaruh positif pada

kemampuan motorik kognitifnya. Unsur utama yang berperan penting dalam stimulasi perkembangan motorik anak - anak adalah guru dan orangtua. Guru memberikan stimulasi berupa kegiatan yang melibatkan otot-otot kasar anak di sekolah sedangkan dirumah orangtua menstimulasi dengan kegiatan yang dapat dilakukan anak sehari-hari (Hidayanti, 2013).

Menurut (Bagus, 2012)Permainan halang rintang merupakan sebuah permainan yang dimodifikasi dari pembelajaran lompat tinggi. Permainan ini terdiri dari 5 pos rintangan yang harus dilewati siswa dengan tingkat kesulitan yang bervariasi dan bertingkat. Dengan peralatan yang sangat sederhana, murah dan begitu mudah didapat. Sedangkan menurut Rahayu (2013), halang rintang yaitu sebuah permainan yang melewati rintangan dan halangan yang dimulai dari start hingga finish. Pada penelitian ini permainan halang rintang akan dirancang menjadi beberapa pos untuk setiap rintangannya dan akan dibagi beberapa kelompok saat melakukan treatment pembagian kelompok. Pedoman dalam melaksanakan permainan halang rintang yaitu memulai permainan dengan berdiri start, berlari berjinjit melewati rintangan yang telah disediakan,

Salah satu permainan yang dapat digunakan untuk meningkatkan motorik kasar anak adalah permainan halang rintangan. Permainan halang rintang adalah pengalaman efektif anak usia dini dengan atau tanpa alat permainan yang dapat menghasilkan pemahaman atau informasi, memberikan kesenangan, dan mengembangkan imajinasi anak-anak. Rintangang adalah aktivitas fisik dalam bentuk gerak lari atau lari melalui rintangan. Rintangang datang dari lari lintas alam, dan rintangan adalah kombinasi dari lari jarak jauh, rintangan, rintangan, dan lompatan air. Dalam perkembangan seorang anak, keadaan fisik motor sangat diperhatikan dan menjadi diskusi, karena proses tumbuh kembang anak akan mempengaruhi kehidupan mereka di masa depan (Audina & Sutapa, 2020).

Pengertian Motorik Kasar

Motorik adalah proses laten, yang berawal dari penangkapan rangsangan (auditif, visual, taktil dan kinestetik) oleh alat-alat indra, pemrosesan rangsangan-rangsangan tersebut, dan pembuatan keputusan oleh otak dan pelaksanaan gerak aktual yang teramati. Rohendi (2017:30). Motorik kasar berasal dari kata motor yang merupakan suatu gerak dasar atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak Aqib (2017:228).

Menurut Ismail (2012) dalam (Agusriani, 2015:36) Kemampuan motorik kasar sebagai kemampuan melakukan gerakan dengan melibatkan sebagian besar otot kasar tubuh yang membutuhkan tenaga besar.

Sedangkan menurut Beaty (2013) kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk menggunakan otot-otot besar yang melibatkan seluruh tubuh, kaki dan lengan dalam bergerak. Menurut Fikriyanti (2013) dalam (Mahmud, 2019) mengemukakan bahwa kemampuan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan spinal cord. Adapun definisi motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Ada beberapa contoh aktivitas yang melibatkan kemampuan motorik kasar, yaitu duduk, menendang, berlari, melompat, berjalan, naik turun tangga, dan sebagainya. Anak yang dapat menguasai gerakan motoriknya, maka kondisinya tubuhnya akan semakin sehat karena selalu bergerak. Hal ini tentunya akan berpengaruh pada kemandirian dan rasa percaya diri anak. Anak lebih mudah dalam bersosialisasi karena mampu mengimbangi gerakan dan aktivitas yang dilakukan bersama teman-teman sebayanya.

Menurut Decaprio (2013) dalam (Febrianta, 2016:87) Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar yang ada dalam tubuh maupun anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri. Sedangkan menurut Sujiono (2010) berpendapat bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar dari otot-otot besar pada tubuh anak Hildayani (2011) dalam (Agusriani, 2015) menyatakan bahwa perkembangan kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang melibatkan sebagian besar bagian tubuh dalam beraktivitas yang memerlukan pertumbuhan otot dan tulang yang kuat.

Perkembangan Motorik Kasar

Menurut (Saripudin, 2019) Departemen pendidikan dan kebudayaan (Depdiknas, 2008) menjabarkan fungsi pengembangan motorik sebagai berikut : 1) Melatih kelenturan otot jari dan tangan, 2) Memacu pertumbuhan dan pengembangan fisik motorik, rohani dan kesehatan anak, 3) Membentuk, membangun dan memperkuat tubuh anak, 4) Melatih keterampilan atau ketangkasan gerak dan berpikir anak, 5) Meningkatkan perkembangan emosional anak, 6) Meningkatkan perkembangan sosial anak, 7) menumbuhkan perasaan menyenangkan dan memahami manfaat kesehatan pribadi.

Banyak ahli yang menjelaskan tentang pentingnya meningkatkan perkembangan motorik anak usia dini yakni dalam mengembangkan fisiologis anak, memacu perkembangan sosial emosional anak serta meningkatkan kemampuan kognitif anak usia dini. Peran kemampuan motorik untuk perkembangan fisiologis anak yakni Anak bergerak atau berolahraga akan menjaga anak agar tidak mendapat masalah

dengan jantungnya karena sering dan rutinnya anak bergerak dengan cara berolahraga maka kegiatan tersebut juga menstimulasi semua proses fisiologis anak seperti peningkatan sirkulasi darah dan pernapasannya. Kegiatan motorik kasar anak merupakan awal anak mulai kenal kegiatan berolahraga. Jika anak terbiasa berolahraga mulai ia kecil maka hal itu akan berakibat baik untuk pembentukan postur tubuh anak kemudian. Selain itu, kegiatan berolahraga atau bergerak akan membuat tulang dan otot anak bertambah kuat.

Pengertian Halang Rintang

Menurut (Febrianta, 2016) Bermain adalah kegiatan yang dilakukan secara sukarela tanpa paksaan sehingga tidak menjadi beban tetapi menyenangkan dan memberi kepuasan bagi anak, selain itu bermain akan memberikan pengalaman dan pembelajaran bagi anak-anak Anak dapat menggunakan segala sesuatu yang ada didekatnya untuk bermain atau hanya dengan dirinya sendiri. Anak relatif bebas melakukan berbagai hal dalam permainan yang dilakukannya. Tidak ada paksaan bagi anak harus melakukan. Dalam bermain anak melakukan berbagai kegiatan yang berguna untuk mengembangkan dirinya. Anak mengamati, mengukur, membandingkan, bereksplorasi, meneliti, dan masih banyak lagi yang dapat dilakukan anak. Situasi ini seperti ini sering dilakukan tanpa disadari bahwa ia telah melatih dirinya dalam beberapa kemampuan tertentu sehingga ia memiliki kemampuan baru.

Menurut Freeman dan Munandar (2012) mengemukakan bahwa bermain adalah suatu aktivitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh secara fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional. Sedangkan menurut Hughes (2010) menyatakan bahwa bermain memenuhi lima karakteristik penting, yaitu: (1) bermain adalah motivasi dari dalam (2) pemain bebas memilih permainan yang ingin dilakukan tanpa ada paksaan dalam melakukannya (3) kegiatan bermain harus menyenangkan (4) nonliteral atau tidak nyata (5) bermain adalah aktif dalam melibatkan fisik, psikologis ataupun keduanya daripada hanya sekedar pasif.

Bermain memiliki manfaat yang banyak bagi kehidupan anak, memberikan anak kepuasan dan kesenangan saat melakukannya. Anak akan belajar untuk berinteraksi dengan anak lain dan dapat menjadi sarana edukasi untuk anak memperoleh informasi dan pengalaman berharga yang memengaruhi berbagai aspek perkembangannya. Bermain halang rintang adalah pengalaman langsung yang efektif dilakukan anak usia dini dengan atau tanpa alat permainan yang dapat menghasilkan pengertian atau informasi, memberi kesenangan, maupun mengembangkan imajinasi anak (Rahayu, 2013).

Permainan halang rintang bermain “halang rintang” adalah bermain dari start hingga finish dengan melewati banyak halang rintang. Misalnya anak harus melewati garis lurus sambil berjinjit dengan membawa bola diatas entong, anak harus melangkah rintangan yang terbuat dari rangkaian karet gelang, meloncat zig zag di simpai. Permainan ini di rancang untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak khususnya motorik kasar anak. Permainan “halang rintang” untuk menstimulasi pada anak, untuk memperkenalkan atau melatih motorik kasar misalnya gerakan melangkah, jalan, loncat, lompat, jinjit dan meningkatkan kemampuan mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi. Karena anak masih sering lupa dalam membedakan gerakan-gerakan tersebut. Keaktifan anak dalam belajar fisik motorik kurang semangat, kurangnya keberanian dan rasa percaya diri anak dalam mempraktikkan gerakan-gerakan tersebut karena situasi tempat belajar anak kurang nyaman, anak merasa bosan selalu belajar di dalam kelas. Keaktifan anak dalam mengikuti permainan “halang rintang” sangat tinggi karena permainan di lakukan di luar kelas, jadi anak lebih semangat dalam mengikuti permainan ini. Anak lebih bebas menggerakkan seluruh anggota badannya (Rahayu, 2013)..

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian deskriptif adalah prosedur penelitian yang berdasarkan data berupa lisan atau kata tertulis yang berasal dari objek yang telah diamati dan memiliki karakteristik bahwa data yang diberikan berupa data asli yang dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Menurut Meleong (2002:103) dalam Mike Piet (2019) Analisis data adalah proses pengaturan urutan data dengan mengorganisasikan ke dalam satu pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja yang akhirnya diangkat menjadi teori substatif yaitu teori yang dikembangkan untuk keperluan empiris suatu ilmu pengetahuan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil deskripsi penelitian diatas akan membahas tentang hasil yang diperoleh pada wawancara peneliti dengan para informan tentang deskripsi kemampuan motorik kasar melalui bermain halang rintang anak usia 4-5 tahun di TK Negeri Pembina Kabupaten Sorong. Berikut hasil yang diperoleh pada wawancara terkait bermain halang rintang pada anak, bermain halang rintang sendiri adalah permainan yang dari start hingga finish dengan melewati banyak halang rintang sebagaimana hal ini yang dilakukan oleh anak-anak TK Negeri Pembina Kabupaten Sorong. Hasil yang diperoleh pada wawancara dengan guru

kelas bahwa dengan bermain halang rintang sebagian besar sudah mulai berkembang hal itu terlihat dari 15 orang anak yang ditemui sudah ada 10 orang anak yang sudah berkembang sesuai harapan sedangkan 5 orang anak lainnya mulai dalam tahap perkembangan, pada kegiatan melewati rintangan dapat secara signifikan membantu dalam pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak-anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu, 2013) "Aktivitas bermain halang rintang untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B TK Salsabilah Surabaya" tindakan kelas yang telah dilaksanakan melalui beberapa tindakan yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa: Peningkatan motorik kasar anak kelompok B TK Salsabilah mengalami peningkatan yang signifikan.

Dengan demikian bermain halang rintang dapat membantu kemampuan motorik kasar anak pada usia 4-5 tahun mulai berkembang sesuai harapan, serta membantu mereka dalam pengembangan fisik, sosial, dan emosional secara menyeluruh. Hal ini sependapat dengan apa yang dipaparkan oleh Niswah (2016:10), menjelaskan bahwa manfaat permainan halang rintang antara lain meningkatkan daya tahan, meningkatkan kekuatan, meningkatkan kelincahan, meningkatkan kelentukan dan meningkatkan kemampuan psikologis anak. Melakukan permainan halang rintang memberikan banyak aktivitas sehingga keterampilan motorik pada anak dapat berkembang sesuai harapan.

Permainan halang rintang dapat menjadi cara yang sangat efektif yang digunakan guru untuk merangsang dan meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak-anak. Ini memungkinkan mereka untuk mengembangkan keterampilan fisik seperti keseimbangan, koordinasi, kekuatan, dan keterampilan yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka

Berdasarkan beberapa paparan di atas dapat dipahami bahwa motorik kasar pada anak usia dini memiliki pengaruh besar pada anak dalam perkembangan motorik kasar anak, pada permainan halang rintang menggunakan gerakan anggota tubuh anak untuk menggerakkan otot-otot besarnya melalui kematangan tubuh yang anak itu miliki sendiri seperti anak bisa menggerakkan badan, berlari, melompat, merangkak, duduk, berjalan sesuai dengan keseimbangan tubuh yang dimiliki oleh anak, begitu juga dengan TK kelompok A Negeri Pembina Kabupaten Sorong Provinsi Papua Barat Daya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian sehingga hasil yang diperoleh bahwa dengan bermain halang rintang kemampuan motorik kasar pada anak dapat mulai berkembang hal itu terlihat dari 15 orang anak yang ditemui sudah ada 10 orang anak yang sudah berkembang sesuai harapan sedangkan 5 orang anak lainnya

mulai dalam tahap perkembangan, pada kegiatan melewati rintangan dapat secara signifikan membantu dalam pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak-anak. Dengan demikian bermain halang rintang dapat membantu kemampuan motorik kasar anak pada usia 4-5 tahun berkembang sesuai harapan.

Saran

1. Bagi guru
Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi untuk guru agar dapat membimbing anak-anak untuk mencapai mengembangkan motorik kasar anak.
2. Bagi orang tua
3. Dapat dijadikan pedoman yang berharga bagi orang tua dalam menjalankan perannya agar lebih bermanfaat untuk perkembangan motorik kasar anak.
4. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan melakukan penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya mendapatkan pengetahuan.

REFERENSI

- Agusriani, A. (2015). Kepercayaan Diri Melalui Bermain Gerak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 9(1), 1–18.
- Aida, F. (2016). Urgensi Perkembangan Motorik Kasar pada Perkembangan Anak Usia Dini. *Raudhah*, IV(2).
- Audina, S., & Sutapa, P. (2020). Permainan Halang Rintang untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(1), 30–37. <https://doi.org/10.23960/jpa.v6n1.20864>
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10, 46–62.
- Febrianta, Y. (2016). Alternatif Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Dengan Aktivitas Akuatik (Berenang). *Al Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 85–95. <http://ejournal.uin-uka.ac.id/tarbiyah/index.php/alathfal/article/view>
- Hidayanti, M. (2013). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan bakiak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 7(1), 195–200.
- Mahmud, B. (2019). Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini. *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*, 12(1), 76–87. <https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>

- Nana, D., & Elin, H. (2018). Memilih Metode Penelitian Yang Tepat: Bagi Penelitian Bidang Ilmu Manajemen. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 5(1), 288. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/ekonologi/article/view/1359>
- Niswah, M. (2016). Permainan Halang Rintang Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 8(1), 1- 10.
- Novitasari, R., Nasirun, M., & D., D. (2019). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Dengan Media Hula hoop Pada Anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 6–12. <https://doi.org/10.33369/jip.4.1.6-12>
- Rahayu, S. (2013). Aktivitas Bermain Halang Rintang Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B Tk Salsabilah Surabaya. *PAUD Teratai*, 2(1), 1–9.
- Septiati, E. (2018). Kata Kunci : *Analisis Proses Berpikir Kombinatorik Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Pola Bilangan Berdasarkan Kecerdasan Logis Matematis*, 207–221. <https://bit.ly/35bBbfE>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Wiwik Pratiwi. (2017). Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini. *Manajemen Pendidikan Islam* , 5, 106–117.