**EFEKTIVITAS PERMAINAN LOMPAT TALI TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN**

**Rafa Afifah**

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Islamic Village Tangerang

Email: [rafaafifah@gmail.com](mailto:rafaafifah@gmail.com)

|  |  |
| --- | --- |
| Received : September, 2021. | Accepted: Oktober, 2021. |
| Published: November, 2021. | |

**ABSTRACT**

The purpose of this study is to develop rough motor for children aged 5 to 6 years through one of the traditional games, jump rope games. Because, in this modern era, not many early childhood children know the traditional game so the game must continue to be preserved and have more value for the development of children's rough motor. This research uses qualitative research method. The results showed that rope jumping games are effective for developing children's rough motor skills, especially those aged 5 to 6 years. The child is able to jump according to the rules of the game and complete the indicators that have been determined in that age stage. In refraction of the stimulus given by the teacher to the children to develop their rough motor, the children will develop optimally.

Keywords : Jump rope, rough motor, early childhood

***ABSTRAK***

*Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan motorik kasar anak usia 5 hingga 6 tahun melalui salah satu permainan tradisional yaitu permainan lompat tali. Karena, pada zaman yang modern ini tidak banyak anak-anak usia dini yang mengetahui permainan tradisional sehingga permainan tersebut harus terus dilestarikan dan memiliki nilai yang lebih bagi perkembangan motorik kasar anak. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan lompat tali efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak terutama usia 5 hingga 6 tahun. Anak mampu melompat sesuai dengan aturan main dan melengkapi indikator-indikator yang telah ditentukan dalam tahap usia tersebut. Dalam pembiasan stimulus yang diberikan oleh guru kepada anak-anak untuk mengembangkan motorik kasarnya, maka anak-anak akan semakin berkembang secara optimal.*

*Kata kunci : Lompat tali, motorik kasar, anak usia dini.*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah suatu hal yang sangat penting bagi seluruh manusia. Seluruh orangtua di dunia ini sangat menginginkan anak-anaknya mampu berkembang dan tumbuh dengan optimal dalam segala prosesnya. Terlebih pula zaman semakin maju dan modern sehingga menuntut para anak untuk menjadi generasi yang unggul. Pendidikan anak memiliki proses yang telah dilaksanakan oleh orangtua sejak dalam kandungan untuk memberikan stimulus dalam segala aspeknya.

Menurut Susanto (2014:2) peran orang tua dan pendidik pada dasarnya mengarahkan anak-anak sebagai generasi unggul, karena potensi anak tidak akan tumbuh dengan sendirinya tanpa bantuan orangtua. Anak-anak memerlukan lingkungan yang baik yang telah dirangkai agar tumbuh dan berkembang secara optimal. Orangtua memegang peranan yang sangat penting bagi anak-anak karena orangtua ialah hal yang paling utama untuk memberikan motivasi agar siap di masa yang akan datang.

Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa anak usia dini 0-6 tahun dan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengadilan diri kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Khadijah & Amelia, 2020:90).

Menurut Hurlock anak usia dini atau masa kanak-kanak memiliki tingkatan usia yaitu usia prasekolah yang terdiri dari usia antara 2 hingga 6 tahun. Banyak para ahli menyebutkan bahwa pertumbuhan pada anak usia dini adalah masa keemasan atau disebut *golden age* yang paling penting dalam masa awal kehidupan anak-anak. Maka dari itu anak usia dini adalah masa yang sangat berharga bagi setiap keluarganya. Anak-anak memiliki keunikan yang berbeda-beda tanpa menyamakan kelebihan maupun kekurangan mereka masing-masing. Di masa keemasan ini adalah periode yang sangat kritis bagi sang anak. Karena, perkembangan yang didapat akan berpengaruh terhadap perkembangan selanjutnya atau yang akan datang.

Ki Hajar Dewantara mengemukakan sangat jelas bahwa anak memiliki potensi untuk menemukan pengetahuan baru dalam segala aktivitasnya yang secara tidak langsung anak akan berkembang secara optimal dalam potensi yang dimilikinya. Karena, anak bagaikan kertas putih yang akan menerima sesuatu yang diberikan kepadanya untuk bekal ketika dewasa. (Iftitah, 2019:19).

Setiap pertumbuhan dan perkembangan anak sangat menakjubkan. Karena, didalam tahap perkembangan, para anak yang lahir ke dunia ini tidak hanya tumbuh dari segi fisiknya saja, namun juga berkembang dari segi psikologis hingga inteligensinya. Kata bertumbuh berarti bertambahnya ukuran tubuh dan jaringan para sel yang semakin membesar.Dalam indikator ketika ingin mengetahui adanya pertumbuhan adalah adalanya penambahan berat badan, tinggi badan hingga besar linkar kepala seseorang. Adapun ketika ingin mengetahui adanya perkembangan adalah meningkatnya struktur, fungsi serta kemampuan anak yang lebih kompleks, yaitu kemampuan:

1. Sensori yaitu kemampuan panca indera meliputi rangsangan ketika mendengar, melihat, meraba, merasa, mencium.
2. Gerakan, yaitu perpindahan tempat dari satu titik ke titik yang lain baik hanya sekali maupun berkali-kali. Gerakan terdiri dari gerak halus, gerak kasar dan gerak kompleks.
3. Berinteraksi atau berkomunikasi yaitu misalnya dengan mengungkapkan perasaan dengan tersenyum, menangis dan berbicara.
4. Kognitif, yaitu kemampuan seseorang untuk mengenal, mengingat, membandingkan serta memecahkan masalah dengan kecerdasannya.
5. Bersosialisasi, kemandirian.
6. Kreatifitas.
7. Moral spiritual (Susanto, 2014:5)

Aspek perkembangan anak usia dini menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014 Pasal 10 adalah: (1) Nilai Agama dan moral, (2) Fisik-Motorik, (3) Kognitif, (4) Bahasa, (5) Sosial-Emosional, dan (6) Seni (Permendikbud, 2014). Dengan seluruh aspek di atas anak-anak diharapkan memiliki dan berkembang dengan optimal sesuai dengan perkembangan usianya.

Dari enam aspek yang disebutkan di atas, salah satu aspek perkembangan yang penting bagi anak usia dini adalah kemampuan fisik motorik. Motorik terbagi menjadi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Anak usia dini di dalam kelas atau dimanapun berada seringkali melakukan aktifitas yang berhubungan dengan motorik kasar, seperti berjalan-jalan, berlari-lari maupun melompat-lompat. Dengan tanpa disadari dalam aktivitas tersebut itu keterampilan motorik kasar lebih berperan ketimbang aktivitas bergerak yang sederhana bagi anak-anak (Safitri, 2019:6).

Sujiono menyatakan bahwa aktivitas fisik akan meningkatkan rasa keinginantahuan anak dan membuat anak-anak akan memperhatikan benda-benda, menangkapnya, mencobanya, melemparkannya, atau menjatuhkannya, mengambil, mengocok-ngocok, dan meletakkan kembali benda-benda ke dalam tempatnya. Hurlock juga menjelaskan kemampuan motorik kasar sebagai pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinasi antara susunan saraf, otot, otak dan *spinal cord* yaitu kemampuan yang diperlukan sejak usia balita sebagai bagian dari pertumbuhan dan perkembangan anak (Khadijah & Amelia, 2020).

Anak usia 5 sampai 6 tahun memiliki potensi yang sangat besar dalam mengembangkan seluruh aspek-aspek perkembangannya. Mereka lebih banyak melakukan aktivitas gerak yang melibatkan motorik kasarnya seperti berjalan, berlari, melompat, menendang. Oleh karena itu, kegiatan pembelajaran seharusnya dirancang sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan usia anak-anak. Tetapi, di taman kanak-kanak masih banyak kegiatan pembelajaran yang mengesampingkan aktivitas bersifat untuk mengembangkan motorik, khususnya motorik kasar pada anak (Fitrianti & Reza, 2013:2). Kegiatan pembelajaran yang sangat sering diutamakan adalah kognitif dan Bahasa, ini semua karena ada suatu kebiasaan turun menurun bahwa anak-anak ketika lulus sekolah harus pandai membaca dan menulis.

Masing-masing anak memiliki tingkat perkembangan yang berbeda-beda, ada anak yang mampu mengikuti dan mengalami perkembangan motoriknya sangat baik seperti yang dialami para atlet, tetapi ada juga anak yang kurang mampu mengikuti dan mengalami keterbatasan dalam motoriknya (Adi et al., 2020:26).

Ada beberapa cara untuk lebih mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak yaitu dengan bermain permainan lompat tali, bermain bola, senam, berenang, menari ataupun bermain peran. Ketika anak memiliki kesempatan yang sangat besar untuk melakukan hal-hal tersebut maka dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangannya akan lebih baik dan diharuskan dengan kemampuan koordinasi antara mata, tangan dan kaki serta menggunakan otot-otot besar.

Dengan mengembangkan gerakan motorik kasar anak, maka akan melibatkan pada perkembangan yang lainnya karena bagaimanapun perkembangan atau kemampuan gerak akan berkaitan dengan perkembangan lainnya dalam tugas kemapuan motorik kasar pada anak (Safitri, 2019).

Kemampuan motorik kasar anak dapat dikembangkan melalui kegiatan bermain seperti salah satu permainan tradisional yaitu permainan lompat tali. Pada zaman modern ini masih banyak anak-anak yang belum dapat mengontrol gerakan anggota tubuhnya dengan optimal dan semakin anak-anak yang kurang memahami dan tidak mengetahui tentang permainan tradisional karena dipengaruhi dengan perkembangan digital atau *gudjet* yang semakin meningkat. Permainan lompat tali ini akan memiliki banyak manfaat, yaitu permainan lompat tali ini suatu kegiatan yang baik bagi tubuh. Secara fisik anak akan jadi lebih terampil, karena dapat belajar cara melompat dan teknik melompat yang ada dalam permainan ini memang memerlukan keterampilan sendiri. Seiring berjalannya waktu permainan ini sering dilakukan maka anak akan dapat tumbuh menjadi cekatan, tangkas dan dinamis. Otot-ototnya pun padat dan berisi, kuat serta terlatih. Selain melatih fisik, permainan ini juga dapat membuat anak-anak mahir melompat tinggi dan mengembangkan kecerdasan anak. Permainan lompat tali juga akan mengurangi obesitas terhadap anak.

**METODE**

Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif, di mana penelitian ini bermaksud menggunankan pendekatan deskriptif dan analisis. Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan secara objektif mengenai “Efektivitas Permainan Lompat Tali Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI Panongan-Tangerang”.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. **Permainan Lompat Tali di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI**

Permainan lompat tali memiliki banyak cara untuk dimainkannya. Para guru memberikan contoh untuk bermain dengan cara melompat dengan tali posisi sejajar dari mata kaki hingga pinggang. Ketika anak memainkannya mereka meiliki kemampuan dan kelebihan dalam permainan tersebut. Melalui metode permainan lompat tali juga mampu memengaruhi motorik kasar anak. Anak akan merasa senang ketika lebih banyak bergerak aktif dalam segala aktifitasnya dan semakin sehat jasmani.

Dilihat dari keterangan yang peneliti peroleh dilapangan, peneliti menyimpulkan bahwa permainan lompat tali mengembangkan kemampuan motorik kasar anak. Di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI bermain permainan tersebut seminggu sekali dalam durasi 1 jam disetiap hari jum’at. karena permainan lompat tali di lembaga tersebut menggunakan outdoor dan melakukan senam terlebih dahulu.

Setiap orangtua menginginkan anak-anaknya memiliki perkembangan yang optimal setiap tahapannya. Namun, setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda. Ada anak yang cepat dalam mengikuti pembelajaran dan ada pula yang lambat dalam mendapatkan pembelajaran yang diberikan.

Para guru juga selalu memberikan metode untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Aspek perkembangan motorik kasar memiliki pendukung dan penghambat bagi anak-anak usia dini.

1. **Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI**

Masa kanak-kanak tepatnya usia dini merupakan masa yang sangat berharga untuk diberikan berbagai pembelajaran melalui stimulus yang sudah direncanakan. Kemampuan motorik kasar merupakan keterampilan yang melibatkan gerakan seluruh tubuh. Kegiatan yang membutuhkan otot inti seperti lengan dan kaki masuk dalam motorik kasar. Anak yang semakin meningkat dan baik gerakan motorik kasarnya pasti sering diberikan stimulus oleh guru-guru disekolah maupun orangtuanya dirumah, sehingga setiap tahapannya berkembang dengan baik.

Anak yang memiliki otot-otot kuat akan lebih aktif bergerak dalam segala aktifitasnya., begitupun sebaliknya anak yang memiliki otot yang kurang kuat akan lebih banyak diam dalam gerak aktifitasnya. Anak usia 5 sampai 6 tahun seharusnya sudah mampu melakukan banyak gerakan-gerakan motorik kasarnya, salah satunya melalui permainan tradisional.

1. **Permainan Lompat Tali terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI**

Strategi yang dilakukan para guru disekolah akan berjalan lancar dengan adanya pendukung. Strategi yang dilakukan untuk mendidik anak usia dini caranya tidaklah sama dengan mendidik anak yang sudah dewasa, jadi sangat diperlukan kesabaran dan kreativitas yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa yang dapat mendukung dalam strategi mengembangkan motorik kasar anak yaitu guru-guru memberikan contoh terlebih dahulu setiap gerakan dalam permainan lompat tali agar anak-anak mampu mengikutinya serta media untuk permainan tersebut sudah disiapkan oleh para guru. Sedangkan faktor penghambatnya terkadang ada anak yang tidak bisa belajar dalam kondisi outdoor.

Ketika anak sudah berkembang motorik kasarnya maka akan banyak gerakan-gerakan yang dikuasainya. Dalam permainan lompat tali banyak gerakan baru yang akan anak dapati seperti gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melenturkan tubuhnya maupun mengubah arah posisi tubuh dengan cepat.

Dalam rangka meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI, tidak semuanya berjalan dengan mulus sesuai harapan, karena ada faktor yang mendukung dan pasti ada faktor penghambatnya.

Dalam studi lapangan peneliti melakukan observasi dan menemukan beberapa faktor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam peningkatan motorik kasar anak melalui permainan lompat tali

**Analisis**

Kemampuan motorik kasar anak tidak akan berjalan dengan baik tanpanya pemberian stimulus untuk merangsang anak bergerak. Berdasarkan hasil data penelitian diatas telah diuraikan bahwa dengan metode permainan lompat tali mampu mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Sependapat dengan Safitri (2019) permainan lompat tali adalah salah satu permainan tradisional yang sangat menyenangkan untuk anak.

Permainan lompat tali adalah salah satu permainan yang tergolong sederhana karena permainan tersebut dimainkan dengan hanya melompati anyaman yang terbuat dari karet dengan ketinggian tertentu. Jika pemain mampu melompati tali karet tersebut, maka ia masih dapat terus bermain tanpa berhenti. Namun apabila pemain gagal melompat, makan pemain harus menggantikan posisi pemegang tali hingga ada pemain lain yang gagal melompati tali karet tersebut.

Senada juga dengan pendapat Nurmiyanti (2020) ketangkasan dalam bermain lompat tali ini menjadikan anak mampu berfikir praktis dan berani mengeksekusi secara langsung setiap tantangan yang harus dilewatinya. Dalam permainan ini anak-anak akan belajar sportivitas tinggi karena ketika gagal melakukan eksekusi mereka akan siap dengan segala konsekuensinya. Banyak sekali yang dapat dipelajari sang anak hanya dalam bermain bersama dan bersosial, rasa riang gembira tanpa beban menerima segala pendidikan secara tidak langsung perkembangan diri sang anak.

Di lokasi penelitian yaitu di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI, peneliti menemukan bahwa anak-anak memiliki rasa ketertarikan terhadap kegiatan permainan lompat tali yang akan dilaksanakan. Karena, lembaga sekolah tersebut sudah menerapkan permainan lompat tali sejak lama. Anak-anak sangat bersemangat dan antusias ketika permainan akan dimulai, karena berhubungan dengan gerak motorik kasar yang membuat anak-anak lebih senang. Untuk mengetahui berkembangnya motorik kasar anak dilihat dari keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan gerak tubuh.

Sebelum kegiatan permainan lompat tali dimulai, guru mengajak anak-anak untuk bernyanyi sambil bertepuk tangan. Anak-anak pun merasa senang dengan kegiatan awal yang mereka lakukan. Setelah itu guru mengkondisikan anak-anak untuk pemanasan dan senam. Lalu anak-anak senam dengan dipimpin oleh guru. Setelah anak-anak selesai senam, anak-anak istirahat sebentar untuk pindah ke kegiatan selanjutnya. Selanjutnya para guru mengajak anak untuk bermain lompat tali namun guru memberikan contoh terlebih dahulu agar anak-anak mampu melakukan kegiatan tersebut dengan optimal.

Peneliti melihat bahwa saat permainan dimulai, anak usia 5-6 tahun di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI mampu mengikuti gerakan-gerakan sesuai usianya. Hal ini juga disampaikan senada dengan Hasnida (2015) dalam bukunya bahwa motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, contoh kemampuan duduk, menendang, berlari, melompat, naik turun tangga, dan lain-lain. Tujuan melatih gerakan kasar adalah agar kemudian hari anak terampil dan tangkas melakukan berbagai gerakan yang diperlukan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Sunarsih, 2018).

**SIMPULAN**

Permainan lompat tali dapat efektif di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI karena dilaksanakan secara rutin dalam 1 minggu sekali dan menggunakan durasi selama 1 jam disetiap hari jum’at. Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang menjadi salah satu alat pembelajaran yang digunakan untuk menstimulus perkembangann motorik kasar di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dinyatakan bahwa motorik kasar anak usia 5 sampai 6 tahun di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI berkembang dengan baik dalam tahapan perkembangannya. Para siswa mampu mengikuti setiap kegiatan motorik kasar dengan baik dengan berbagai macam metode pemebelajaran AUD dan APE yang terdapat di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI.

Permainan lompat tali memiliki efektifitas yang baik dalam perkembangan motorik kasar anak usia 5 sampai 6 tahun di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI. Melalui permainan lompat tali anak usia 5 sampai 6 tahun di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI mampu menggerakan anggota tubuhnya terkoordinasi secara baik. Anak-anak di sekolah tersebut juga mampu mengubah arah posisi tubuh dengan cepat sesuai dengan perkembangan motorik anak usia dini pada umumnya. Metode belajar dengan permainan lompat tali di PAUDQu AL-MAKKI DZIKRI dalam perkembangan motorik anak usia 5 sampai 6 tahun, berkembang dengan kualitas yang baik serta meningkatkan semangat dalam melakukan aktivitasnya.

.

**REFERENSI**

Adi, S., Supriyadi, & Masgumelar, N. K. (2020). *Model-Model Exercise dan Aktivitas Fisik untuk Kebugaran Jasmani Anak SD*. Wineka Media. https://books.google.co.id/books?id=2mX5DwAAQBAJ&lpg=PP1&dq=model-model exercise&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q=model-model exercise&f=false

Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (A. D. Lestari (ed.); Cetakan Ke). CV Jejak. https://books.google.co.id/books?id=59V8DwAAQBAJ&lpg=PP1&dq=pengertian deskriptif kualitatif menurut para ahli&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q=pengertian deskriptif kualitatif menurut para ahli&f=false

Edi, F. R. S. (2016). *Teori Wawancara Psikodignostik* (Cetakan ke). PT.Leutika Nouvalitera. https://www.google.co.id/books/edition/Teori\_Wawancara\_Psikodignostik/uS96DwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=teori wawancara psikodignostik&pg=PP1&printsec=frontcover&bsq=teori wawancara psikodignostik

Fathoni, M. A., & Rohim, A. N. (2019). Peran Pesantren dalam Pemberdayaan Ekonomi Umat di Indonesia. *Proceeding Conference on Islamic Management, Accounting, and Economics (CIMAE)*, *2*, 133–140. https://journal.uii.ac.id/CIMAE/article/download/12766/9450

Fatmawati, F. A. (2020). *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini* (cetakan ke). Caremedia Communication. https://books.google.co.id/books?id=mhn9DwAAQBAJ&lpg=PP1&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false

Fitrianti, D., & Reza, M. (2013). Mengembangkan Kegiatan Gerak dan Lagu untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Pendidikan*, *2*, 1–6. https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/paud-teratai/article/view/3957/2007

Hasnida. (2015). *Analisa Kebutuhan Anak Usia Dini*. PT.LUXIMA METRO MEDIA.

Iftitah, S. L. (2019). *Evaluasi Pembelajaran Anak Usia Dini* (M. Kosim (ed.)). Dutab Media Publishing. https://books.google.co.id/books?id=5tb7DwAAQBAJ&lpg=PR1&dq=evaluasi pembelajaran anak usia dini&hl=id&pg=PR1#v=onepage&q=evaluasi pembelajaran anak usia dini&f=false

Khadijah, & Amelia, N. (2020). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini* (Cetakan Ke). Kencana. https://books.google.co.id/books?id=Bf72DwAAQBAJ&lpg=PP1&dq=perkembangan fisik motorik&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false

Kurniati, E. (2019). *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak* (cetakan ke). Prenadamedia Group.