

PERMAINAN “JINLOMPAR” (JINJIT-LOMPAT-LEMPAR) SEBAGAI STIMULASI ASPEK FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI

Anti Isnaningsih¹, Luthfi Aji Ramdani², Iys Nur Handayani³, Nugrah Laksana Putri⁴

Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen¹, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen²,

Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen³ TK Puspita Harum PGRI Ambalkumolo⁴

antiisnarningsih@gmail.com¹ luthfiajiramdani@gmail.com² iysnurhandayani@gmail.com³

nugrahputri021@gmail.com⁴

Abstract: Gross motor skills are one aspect of child development as a basis for balance and skills that influence children's daily activities. The aim of this research is to explain how the game JINLOMPAR (tiptoe-throw-jump) affects the gross motor development of children aged 4-5 years. This research is a quantitative descriptive study with subjects as many as 17 children at the Puspita Harum PGRI Ambalkumolo Kindergarten. The data collection instrument uses observations on children's gross motor development and interviews with teachers as a means of information from researchers and sources of data from observations. Observation results show that the JINLOMPAR game can improve the gross motoric aspects of children aged 4-5 years in achieving coordination, combining movements, body balance, agility, muscle strength, and throwing objects in a directed manner.

Keywords: Gross Motor 1, Games 2, Children's games 3

Abstrak: Motorik kasar merupakan salah satu aspek perkembangan anak sebagai dasar untuk keseimbangan dan ketrampilan yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari pada anak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memaparkan bagaimana permainan JINLOMPAR (jinjit-lempar-lompat) terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan subjek sebanyak 17 anak di TK Puspita Harum PGRI Ambalkumolo. Instrument pengumpulan data menggunakan observasi pada perkembangan motorik kasar anak dan wawancara pada guru sebagai sarana informasi dari peneliti dan sumber data hasil observasi. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa permainan JINLOMPAR dapat meningkatkan aspek motorik kasar anak usia 4-5 tahun pada capaian koordinasi penggabungan gerakan, keseimbangan badan, kelincahan, kekuatan otot, dan melempar benda secara terarah.

Kata kunci: Motorik Kasar 1, Permainan 2, Permainan anak 3

A. PENDAHULUAN

Aspek perkembangan anak usia dini salah satunya adalah aspek perkembangan fisik motorik yang terdiri dari motoric halus dan motoric kasar (Puryanti and Isnaningsih 2022). Aspek motoric halus berperan atau bermanfaat pada bidang ketrampilan yang melibatkan otot-otot kecil dan koordinasi seperti memindahkan benda, menyusun balok, menulis dan mencoret (Agustina, Nasirun, and D. 2019). Begitu juga dengan aspek motoric kasar yang berperan pada koordinasi pada sebagian besar tubuh untuk bergerak seperti berjinjit, lari, melompat, berjalan, melompat dan sebagainya (Muriyan 2018). Keduanya saling berkaitan dan harus berkembang secara seimbang. Keseimbangan antara dua perkembangan tersebut akan berdampak pada ketrampilan yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari pada anak.

Kegiatan fisik motoric pada anak juga memiliki pengaruh pada minat belajar anak seperti rasa keingintahuan terhadap suatu objek, meningkatkan rasa percaya diri, dan memberikan peluang pada anak untuk berpartisipasi pada suatu kegiatan (Susantia et al. 2016). Khususnya pada perkembangan motoric kasar di usia dini yang sedang berkembang pesat. Motoric kasar sebagai pengendali gerak tubuh melalui kegiatan yang terkoordinasi antara syaraf, otot, dan otak nantinya akan menjadi dasar kapasitas individu yang berpengaruh pada suatu kinerja (Hurlock 1978a). Itulah mengapa motoric kasar penting dikembangkan karena akan memberikan dampak pada aktivitas sehari-hari (Atika Putri and Andespa 2021).

Tingkat capaian perkembangan fisik motoric kasar anak usia 4-5 tahun berdasarkan Permendiknas 137 tahun 2013 antara lain menirukan gerak pohon tertiuip angin, melakukan gerakan menggantung, melakukan gerakan melompat-melompat-berlari secara terkoordinasi, melempar sesuatu secara terarah, menangkap sesuatu secara tepat, melakukan gerakan antisipasi, menendang sesuatu secara terarah dan memanfaatkan permainan di luar ruangan (Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 137 2013). Pada beberapa milestone capaian perkembangan motoric kasar anak tersebut dikatakan bahwa gerakan-gerakan yang terkoordinasi, itu artinya kegiatan aktivitas fisik motoric kasar yang baik pada anak tidak hanya sebatas bergerak menggerakkan otot besar saja, namun bergerak yang sesuai dengan aturan yang dibuat maupun gerakan yang mempunyai tujuan.

Berdasarkan hasil observasi di TK Puspita Harum PGRI Ambakumolo ternyata 30% atau 5 dari 17 anak usia 4-5 tahun kondisi motoric kasar berada pada tahapan belum berkembang baik. Kondisinya beragam, dari mulai anak yang bergerak sesuka hati tanpa memperhatikan aturan sehingga belum bisa gerakan terkoordinasi, bahkan anak yang sama sekali tidak bergerak pada waktu senam sehat. Disamping itu 10% anak atau 2 anak belum paham dengan instruksi saat kegiatan fisik motoric sebelum pembelajaran. Permasalahan ini bisa terjadi karena tidak terbiasa gerakan atau stimulasi gerakan fisik motoric yang terstruktur, mulai dari rangkaian gerakan-gerakan yang saling terkoordinasi, dan kurang pembiasaan kegiatan fisik motoric bertema.

Berdasarkan penelitian (Indrawati and Rahmah 2020) bahwa aspek motoric kasar anak usia dini dapat ditingkatkan melalui pembelajaran gerak tari ayam. Gerakan menari dengan berimajinasi menjadi seekor ayam yang sedang mencari makan, berlari kecil, berjalan dan sebagainya. Sedangkan hasil penelitian (Withasari 2022) aspek fisik motoric dapat ditingkatkan menggunakan permainan papan titian, ada tiga kategori berjalan di papan titian yakni berjalan tanpa berpegangan dengan cepat, berjalan tanpa berpegangan dengan lambat, dan berjalan pada papan titian dengan berpegangan. Metode yang digunakan agar anak berani berjalan pada papan titian dengan memberikan *reward* berupa nilai atau tepuk meriah. Pada penelitian tersebut motoric kasar anak dapat ditingkatkan melalui gerak tari dan kegiatan berjalan di papan titian yang membutuhkan koordinasi mata tangan. Dalam penelitian ini juga akan dibahas tentang stimulasi aspek motoric kasar melalui permainan JINLOMPAR (Jinjit-Lompat-Lempar) secara berurutan.

Permainan merupakan kegiatan yang disukai anak-anak karena kebutuhan dasar alamiah anak adalah bermain. Layaknya bekerja bagi orang dewasa, aktivitas bermain sebagai penyalur energi dalam diri anak. Melalui bermain anak akan mempelajari banyak hal, memberikan rangsangan untuk melakukan berbagai tugas perkembangan dan sebagai latihan *problem solving* guna mencari jalan keluar dimasa mendatang (Hayati and Putro 2021). Permainan JINLOMPAR merupakan permainan pengembangan dari aktivitas gerakan-gerakan tunggal motoric kasar, dalam permainan ini akan menggabungkan tiga gerakan tunggal yang dilakukan secara berurutan dan koordinasi. selain penggabungan Gerakan tunggal, pada permainan ini juga adanya tantangan kompetisi dari dua regu yakni melempar bola kedalam keranjang setelah melakukan gerakan menjinjit dan melompat.

Berdasarkan pemaparan hasil observasi di sekolah TK Puspita harum PGRI Ambalkumolo yang mana kondisi perkembangan fisik motoric kasar anak belum berkembang dengan baik, dan sehubungan dengan kegiatan bermain yang dibutuhkan oleh anak sebagai sarana belajar dan penyalur energi, maka peneliti ingin mengetahui apakah permainan JINLOMPAR ini mempunyai pengaruh atau tidak terhadap peningkatan aspek motoric kasar pada anak usia 4-5 tahun di TK Puspita Harum PGRI Ambalkumolo.

B. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian kdeskriptif kuantitatif merupakan analisis yang digunakan untuk memberikan gambaran atau deskripsi tentang data yang dikumpulkan (Aziza 2023). Dalam hal ini penelitian yang mendeskripsikan dan menjelaskan bagaimana permainan JINLOMPAR diaplikasikan untuk kegiatan fisik motoric kasar anak usia 4-5 tahun di TK Puapita Harum PGRI Ambalkumolo Kecamatan Buluspesantren kabupaten Kebumen yang berjumlah 17 anak. Subjek penelitian yang berpartisipasi adalah guru dan anak usia 4-5 tahun. Yang kemudian menarik kesimpulan dari fenomena yang terjadi menggunakan angka-angka. Penelitian deskriptif kuantitatif hanya mendeskripsikan suatu kondisi variable dalam penelitian tanpa memaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu (Wahyudi 2022). Teknik

Permainan “Jinlompap” (Jinjit-Lompat-Lempap) Sebagai Stimulasi Aspek Fisik Motorik Anak Usia Dini

pengumpulan data yang digunakan menggunakan observasi untuk melihat perkembangan motoric kasar anak dan wawancara untuk berkomunikasi kepada guru sebagai sarana informasi dari peneliti dan sumber data hasil observasi. Adapun indicator instrument penskoran perkembangan motoric kasar anak usia 4-5 tahun yang diambil dari peraturan metri pendidikan nomor 137 tahun 2013 sebagai berikut.

Table 1. Instrumen Aspek Motorik Kasar Anak 4-5 Tahun

No	Indicator	Item
1	Kelincahan gerakan	Anak dapat berjalan berjinjit-melompat-dan melempar dengan lincah
2	Koordinasi gerakan	Anak dapat mengkoordinasikan pada penggabungan gerakan berjalan jinjit-melompat-melempar
3	Melempar benda secara terarah	Anak dapat melempar bola kedalam keraanjang
4	Keseimbangan badan	Anak dapat menyeimbangkan anggota badan pada saat berjalan jinjit berbentuk zig-zag
5	Kekuatan otot	Anak dapat melompat berturut-turut sebanyak 4 kali

Rubrik penilaian dikategorikan dalam 4 kategori skor, dimana skor 1 apabila anak tidak melakukan gerakan motoric kasar, skor 2 apabila melakukan gerakan motoric kasar namun belum benar, skor 3 apabila melakukan gerak motoric kasar dengan benar namun dibantu oleh guru atau teman, dan skor 4 apabila dapat melakukan gerakan motoric kasar dengan benar tanpa bantuan. Cara menghitung presentase skor tiap anak menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Presentase nilai yang diperoleh

F= Jumlah nilai tiap sebjek

N= jumlah nilai maksimal

Analisis data yang digunakan setelah dari hasil presentase penilaian aspek motoric kasar anak sebelum dan sesudah guru menerapkan permainan JINLOMPAR dalam kriteria penggolongan perkembangan anak sebagai berikut :

Tabel 2. Kriteria Penilaian Motorik Kasar Anak 4-5 Tahun

No	Kriteria	Interval
1	Berkembang Sangat Baik (BSB)	85%-100%
2	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	69%-84%
3	Mulai Berkembang (MB)	53%-68%
4	Belum Berkembang (BB)	36%-52%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan motoric kasar merupakan aspek penting sebagai kebutuhan koordinasi dan keseimbangan anak dalam kehidupan sehari-hari, motoric kasar juga mempengaruhi seseorang pada suatu kinerja, untuk itu perkembangan motoric kasar penting untuk dikembangkan khususnya dimasa usia dini karena lebih mudah untuk distimulasi (Hurlock 1978) (Atika Putri and Andespa 2021). Berdasarkan observasi, aspek motoric kasar anak di TK Puspita Harum PGRI Ambalkumolo diperoleh hasil skor sebagai berikut:

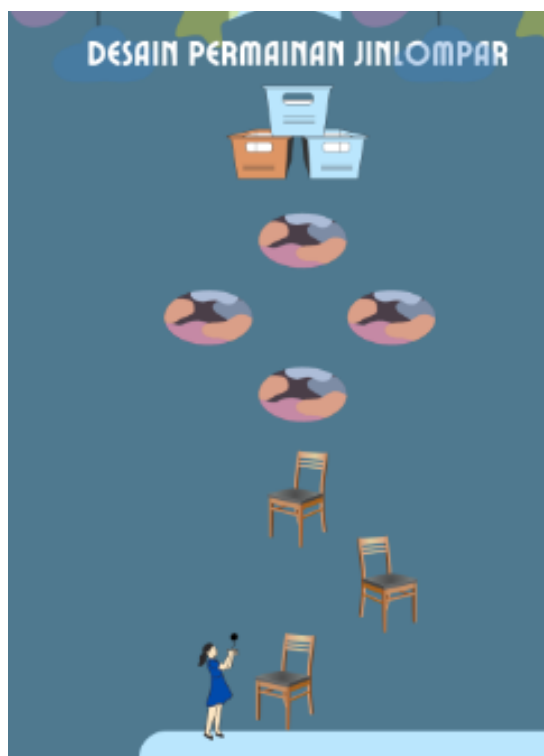
Table 3. Hasil Pra-Observasi Motoric Kasar Anak 4-5 Tahun

No	Nama Anak (samaran)	Skor	Presentase	Kategori
1	A	8	40%	BB
2	B	9	40%	BB
3	C	11	55%	MB
4	D	10	50%	MB
5	E	11	55%	MB
6	F	11	55%	MB
7	G	12	55%	MB
8	H	15	75%	BSH
9	I	14	70%	BSH
10	J	16	80%	BSH
11	K	14	70%	BSH
12	L	16	80%	BSH
13	M	18	90%	BSB
14	N	19	95%	BSB
15	O	18	90%	BSB
16	P	20	100%	BSB
17	Q	19	95%	BSB

Dari 17 anak usia 4-5 tahun perkembangan motoric kasar anak yang berada pada tahapan Belum Berkembang (BB) sejumlah 2 anak atau 10%, anak yang berada pada tahapan Mulai Berkembang (MB) sebanyak 5 anak atau 30%, anak yang berada pada tahapan Berkembang Sesuai Harapan (BSH) sebanyak 5 anak atau 30%, dan anak yang berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) sebanyak 5 anak atau 30%. Selanjutnya peneliti menerapkan permainan JINLOMPAR selama 15 hari berturut-turut.

Permainan JINLOMPAR merupakan permainan pengembangan dari aktivitas gerakan-gerakan tunggal motoric kasar, dalam permainan ini akan menggabungkan tiga gerakan tunggal yang dilakukan secara berurutan dan koordinasi. Selain penggabungan gerakan tunggal, pada permainan ini juga adanya tantangan kompetisi dari dua regu yakni melempar bola kedalam keranjang setelah melakukan gerakan menjinjit dan melompat. Alat dan bahan yang digunakan dalam permainan in diantaranya: (1) tiga buah kursi kecil, (2)empat buah karpet warna, (keranjang bola), (3) bola sejumlah anggota setiap regu. Desain permainan JINLOMPAR sebagai berikut:

Permainan “Jinlompap” (Jinjit-Lompat-Lempap) Sebagai Stimulasi Aspek Fisik Motorik Anak Usia Dini



Gambar 1. Design Permainan JINLOMPAR

Cara bermain dari permainan ini adalah: (1) anak jalan berjinjit melewati pola jalan zig-zag yang ditandai dengan menggunakan kursi kecil, (2) kemudian anak melompati karpet warna sebanyak 4x, (3) barulah anak melempar bola ke dalam keranjang yang ada didepannya, (4) anak melakukan permainan ini berbaris memanjang secara bergantian untuk satu regunya, (5) permainan ini dilakukan oleh dua regu, dan setiap regu minimal berjumlah 3 anak.



Gambar 2. Praktik Permainan JINLOMPAR

Setelah permainan dilakukan secara continue setiap hari selama 15 hari berturut-turut, kemudian dilakukan observasi kembali untuk melihat perkembangan aspek motoric kasar anak. hasil observasi yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Perkembangan Motoric Kasar Anak Setelah diterapkan Permainan JINLOMPAR

No	Nama Anak (samaran)	Skor		Presentase		Kategori	
		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
1	A	8	11	40%	55%	BB	MB
2	B	9	11	40%	55%	BB	MB
3	C	11	16	55%	80%	MB	BSH
4	D	10	15	50%	75%	MB	BSH
5	E	11	16	55%	80%	MB	BSH
6	F	11	15	55%	75%	MB	BSH
7	G	12	17	55%	85%	MB	BSB
8	H	15	20	75%	100%	BSH	BSB
9	I	14	20	70%	100%	BSH	BSB
10	J	16	20	80%	100%	BSH	BSB
11	K	14	19	70%	95%	BSH	BSB
12	L	16	20	80%	100%	BSH	BSB
13	M	18	19	90%	95%	BSB	BSB
14	N	19	20	95%	100%	BSB	BSB
15	O	18	20	90%	100%	BSB	BSB
16	P	20	20	100%	100%	BSB	BSB
17	Q	19	20	95%	100%	BSB	BSB
Total Rerata		14.7	17.58	73%	87.9%		

Dari hasil rekap perkembangan motoric kasar anak 4-5 tahun di TK Puspita Harum PGRI Ambalkumolo diperoleh hasil rerata sebelum diterapkan permainan JINLOMPAR sebesar 14.7 (73%) atau berada pada tahapan berkembang sesuai harapan (BSH) dan setelah 15 hari diterapkan permainan JINLOMPAR rerata skor menjadi 17.58 (87%) atau berada pada tahapan berkembang sangat baik (BSH). Beberapa capaian perkembangan anak yang mengalami peningkatan diantaranya koordinasi penggabungan gerakan, keseimbangan badan saat berjalan jinjit pada pola zig-zag, kelincahan dan kekuatan otot pada saat melompat pada karpet sebanyak 4x secara berturut-turut, dan melempar benda secara terarah dalam hal ini melempar bola ke dalam keranjang. Temuan pada penelitian ini sejalan dengan pendapat (Qomariah and Hamidah 2022) bahwa permainan bermanfaat pada memperkuat kekuatan fisik, menunjukkan kecepatan gerak anak, keseimbangan, mengasah kelincahan gerak anak mengasah kelenturan tubuh, dan kekuatan otot. Sejalan juga dengan (Sujiono 2009) bahwa pada dasarnya bermain memiliki tujuan utama untuk memelihara pertumbuhan dan perkembangan optimal anak usia dini melalui pendekatan bermain.

Permainan JINLOMPAR yang disediakan oleh guru sebagai kegiatan motoric kasar anak yang lebih terarah dan mengandung aturan terlebih disisipkan kompetisi yang membuat anak lebih semangat lagi pada saat bermain, sejalan dengan pendapat (Hayati and Putro 2021) bahwa peran guru disini perlu melayani kegiatan anak salah satunya dengan menyiapkan permainan anak yang mendukung untuk tumbuh kembang.

Permainan JINLOMPAR ini juga sebagai salah satu penyalur aktivitas yang lebih terkoordinasi dan terarah dari pada anak hanya berlarian tanpa jelas atau kegiatan fisik yang kurang bermanfaat seperti bermain adegan memukul menarik atau mendorong, karena hakikatnya bermain itu sebagai kebutuhan pada anak, energi lebih yang ada pada tubuh perlu disalurkan agar anak tidak mengalami stres. Sejalan dengan teori Harbert Spencer bahwa anak bermain artinya memiliki energi berebih yang mendorong anak untuk melakukan aktivitas sehingga terbebas dari perasaan tertekan (Tadkiroatun 2018) dan merasakan sebuah kesenangan atau kepuasan (Hasanah 2016).

C. KESIMPULAN

Aspek perkembangan motoric kasar sebagai dasar untuk keseimbangan dan ketrampilan yang mempengaruhi aktivitas sehari-hari pada anak. Kegiatan fisik motoric pada anak juga memiliki pengaruh pada minat belajar dan memberikan peluang pada anak untuk berpartisipasi pada suatu kegiatan. Salah satu stimulasi yang dapat diberikan adalah melalui permainan. Permainan JINLOMPAR sebagai salah satu solusi untuk meningkatkan aspek motoric kasar anak usia 4-5 tahun. Permainan yang merupakan pengembangan dari gerakan tunggal (berjinjit, melompat dan melempar benda) yang digabungkan untuk melatih koordinasi penggabungan gerakan, keseimbangan badan, kelincihan, kekuatan otot, dan melempar benda secara terarah. Hasil pengamatan menunjukan bahwa permainan JINLOMPAR dapat meningkatkan aspek motoric kasar anak usia 4-5 tahun pada capaian koordinasi penggabungan gerakan, keseimbangan badan, kelincihan, kekuatan otot, dan melempar benda secara terarah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Sabaria, M. Nasirun, and Delrefi D. 2019. “Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Melalui Bermain Dengan Barang Bekas.” *Jurnal Ilmiah Potensia* 3(1):24–33. doi: 10.33369/jip.3.1.24-33.
- Atika Putri, Azlin, and Yelda Andespa. 2021. “Pengaruh Permainan Tradisional Terompah Panjang Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 4-5 Tahun.” *KINDERGARTEN: Journal of Islamic Early Childhood Education* 4(2):165–72.
- Aziza, Nurul. 2023. “Metodologi Penelitian 1 : Deskriptif Kuantitatif.” *ResearchGate* (July):166–78.
- Hasanah, Uswatun. 2016. “Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini.” *Jurnal Pendidikan Anak* 5(1):717–33. doi: 10.21831/jpa.v5i1.12368.
- Hayati, Sitti Nur, and Khamim Zarkasih Putro. 2021. “Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini.” *GENERASI EMAS : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4(1):52.
- Hurlock, Elizabeth B. 1978a. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. 1978b. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.

- Indrawati, Triana, and Nabila Aulia Rahmah. 2020. "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Pembelajaran Gerak Tari Ayam." *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini* 3(1):16–29. doi: 10.24042/ajipaud.v3i1.6539.
- Muriyan, Osanisa. 2018. "Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun Melalui Gerakan-Gerakan Senam Di Tk Negeri Pembina Kalianda Lampung Selatan." Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 137. 2013. *Standart Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)*.
- Puryanti, Puryanti, and Anti Isnaningsih. 2022. "Pengaruh Kegiatan Art Craft Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak Usia 4-5 Tahun." *Aulad: Journal on Early Childhood* 5(1):162–67. doi: 10.31004/aulad.v5i1.319.
- Qomariah, Dede Nurul, and Siti Hamidah. 2022. "Menggali Manfaat Permainan Tradisional Dalam Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar: Konteks Anak Usia Dini." *Jendela PLS* 7(1):8–23.
- Sujiono, Yuliani Nurani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Susantia, Ria, Syafrimen Syafrilb, Rifda El Fiahc, and Titik Rahayu. 2016. "Enam Cara Pengembangan Motorik Halus Anak Melalui Metode Pemberian Tugas." in *The 4th International Conference on Islam and Higher Education (ICIHE-2016)*.
- Tadkiroatun, Musfiroh. 2018. "Teori Dan Konsep Bermain." *Modul PAUD: Bermain Dan Permainan Anak UT* 1–44.
- Wahyudi, Wahyudi. 2022. "Analisis Motivasi Belajar Siswa Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Blended Learning Saat Pandemi Covid-19 (Deskriptif Kuantitatif Di Sman 1 Babadan Ponorogo)." *Kadikma* 13(1):68. doi: 10.19184/kdma.v13i1.31327.
- Withasari, Yurinda; Devi Rena Lestari. 2022. "Mengembangkan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Papan Titian Usia 5-6 Tahun Di PAUD Tunas Harapan Desa Bakit." *BERNAS KIDS: Islamic Childhood Education ...* 1(1):43–51.