

Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional “Gobak Sodor”

Lanny Wijayaningsih

*Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
lanny.wijayaningsih@yahoo.com*

Abstrak

Perkembangan motorik anak merupakan faktor yang paling penting terjadi pada tahap golden age atau masa emas tumbuh kembang anak usia dini, oleh sebab itu stimulasi sangat dibutuhkan, hal ini dapat dilakukan melalui aktivitas permainan-permainan yang dapat merangsang anak untuk bergerak. Tujuan penelitian ini adalah untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan tradisional Jawa Tengah “Gobak Sodor”. Metode penelitian ini adalah menggunakan jenis penelitian deskriptif melalui pendekatan kualitatif untuk menggambarkan secara lebih detail dan sistematis fakta-fakta yang ditemukan oleh Peneliti di lapangan serta untuk mengetahui adalah perubahan yang signifikan yang terjadi pada perkembangan motorik kasar anak setelah kegiatan permainan yang diadakan untuk anak usia dini khususnya di TK Laboratorium UKSW. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari sumber data primer yaitu diperoleh langsung dari anak-anak yang terlibat dalam permainan, dan sumber yang kedua adalah berupa buku, artikel, jurnal, untuk membantu mendukung hal-hal yang terkait dengan penelitian. Teknik pengumpulan data melalui kegiatan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam menstimulasi gerak melalui permainan tradisional “Gobak Sodor” yang dalam prosesnya dilakukan secara berulang ulang sehingga perkembangan motorik kasar anak terlatih dengan baik dan perkembangan motorik anak terlihat lebih terampil dan dapat dilakukan secara optimal.

Kata Kunci: motorik kasar, Perkembangan anak, Permainan tradisional

Abstract

The development of child motor skill as a part of importance things in golden age stage, so they need stimulation for moving and it is used to do many activities in their daily life. The aim of this research is to stimulate the development motoric early child through traditional game from central “gobak sodor” the method of this research is descriptive qualitative, that described the datas in detail and systematically and also based on the real fact in the students of early child education lab school UKSW. The resource datas is from articles, journals and text books, the primer datas are from observation the students and questioners to the teachers and parents, the result of this research, the traditional game gobak sodor that plays in many times to early child can improve the motoric skill very well. And the students look more flexible gross in their moving, their speed balance and the aqility of students in playing gobag sodor.

Keywords: Child development, gross motor, traditional game

LATAR BELAKANG

Secara umum perkembangan anak usia dini meliputi aspek motorik, kognitif dan sosial emosional pada masa *golden age* anak sangat membutuhkan stimulasi untuk mengoptimalkan semua aspek untuk menunjang perkembangannya secara efektif. Kemajuan teknologi pada zaman sekarang menyebabkan anak mengabaikan aktivitas bermain di luar ruangan dan mereka lebih disibukkan dengan bermain *gadget* masing-masing di dalam rumah, hal ini menyebabkan kurangnya gerak tubuh anak karena anak hanya duduk dan melihat konten-konten yang ada di *youtube* dan juga mengakibatkan kemampuan gerak pada motorik anak kurang berkembang secara baik. (Gustiana, 2014)

Gerak tubuh yang ada di dalam diri anak merupakan salah satu unsur yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan anak. Kemampuan gerak anak meliputi kemampuan motorik kasar dan kemampuan motorik halus. Perkembangan motorik anak usia dini dimulai dari yang sederhana ke yang lebih kompleks seiring dengan bertambahnya usia anak. Perkembangan motorik juga memiliki pola tahapan yang sama untuk semua anak, meskipun kecepatannya berbeda-beda. Anak yang mengalami perkembangan fisik baik akan terlihat pada gerak tubuh anak yang semakin terarah. Menurut Piaget, gerak selalu berhubungan dengan proses berpikir pada tahap sensori motor, pengetahuan dan kemampuan intelektual berkembang sebagai suatu hasil dari perilaku gerak (Ahmadi, 1991). Dalam tahapan ini akan dimulai dengan gerakan yang sederhana dan dilakukan berulang-ulang melalui koordinasi syaraf dan akan menimbulkan gerakan fisik. Adapun ciri-ciri perkembangan motorik yaitu kemampuan dalam berjalan, menendang, melempar bola, melompat, memanjat dan berlari (Fitriyani, 2020).

Kemampuan motorik adalah kemampuan dalam menggerakkan bagian-bagian tubuhnya yang ditandai dengan penguatan tulang, otot dan kemampuan anak untuk bergerak dan mengeksplorasi lingkungan. Perkembangan motorik terjadi secara bertahap dan berkelanjutan sesuai dengan usia dan stimulasi yang didapatkan sejak usia dini (Ahmadi, 1991). Aspek fisik motorik merupakan aspek perkembangan yang dimiliki anak dan yang memungkinkan anak dapat terampil menggerakkan anggota tubuhnya.

Menurut Hurlock (2006) menyebutkan bahwa keterampilan motorik juga digunakan untuk keterampilan bantu diri (*self image*), keterampilan bantu sosial, keterampilan bermain dan keterampilan sekolah. Untuk mencapai kemandirian anak harus mempelajari kemampuan motorik yang memungkinkan anak mampu melakukan sesuatu bagi diri mereka sendiri sehingga mampu menjadi kelompok sosial yang kooperatif yang bisa diterima di lingkungannya. Semakin baik keterampilan motorik yang dimiliki, semakin baik pula penyesuaian sosial yang dilakukan.

Berdasarkan permasalahan yang ditemui pada anak-anak TK di TK Laboratorium UKSW yang jarang melakukan aktivitas gerak di luar ruangan yang dikarenakan pengaruh *gadget* yang terus dimainkan sehingga anak-anak cenderung tidak banyak bergerak sehingga terlihat kemampuan motorik kasar anak

kurang berkembang secara optimal, maka penelitian ini dilakukan dengan menstimulasi kemampuan motorik kasar anak melalui permainan tradisional “Gobak Sodor”. Pemberian stimulasi melalui permainan merupakan cara untuk membantu anak dapat mencapai kemampuan motorik kasar berkembang dengan lebih optimal (A. Rahmat, 2010).

Kemampuan motorik kasar berhubungan dengan kecakapan akan dalam menggerakkan tubuh yang menggunakan otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh (Hasmawaty, 2018), sedangkan menurut Endang Rini Sukamti (2007) menjelaskan aktivitas yang menggunakan otot-otot besar diantaranya gerakan keterampilan non lokomotor, gerakan lokomotor dan gerakan manipulatif. Gerakan non lokomotor adalah aktivitas gerak tanpa memindahkan tubuh ke tempat lain, contohnya: mendorong, menarik, membungkuk, melempar. Sedangkan gerak lokomotor adalah aktivitas gerak yang memindahkan tubuh ke tempat lain, contoh: berlari, melompat, berjalan, sedangkan gerak manipulatif adalah aktivitas gerak dengan manipulasi benda, contoh: menggiring bola, menangkap bola, memukul bola.

Faktor-faktor utama perkembangan motorik kasar pada anak adalah faktor heriditas atau keturunan (sistem syaraf, kondisi fisik, bakat dan potensi), faktor lingkungan (motivasi yang kuat, lingkungan yang kondusif, aspek psikologis) dan faktor usia dan jenis kelamin (Sukintaka, 2001).

Pentingnya menstimulasi kemampuan motorik kasar menurut Fitri (2018) dan Fitriyani (2015) adalah:

1. Meningkatkan perkembangan kognitif, hal ini dapat dilakukan dengan melakukan olahraga yang akan melatih anak untuk fokus dan koordinasi antara pendengaran, penglihatan dan interaksi dengan sesama teman.
2. Membangun sikap mandiri, anak yang terampil motorik kasarnya akan dapat menyelesaikan tugas dan pekerjaannya tanpa bantuan orang lain.
3. Memupuk rasa percaya diri anak, melalui aktivitas bermain bersama teman sebayanya akan berdampak pada diri anak akan perasaan diterima lingkungannya karena anak bisa bermain bersama dalam beraktivitas yang menggunakan kemampuan motorik kasarnya sehingga dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada anak.
4. Membantu anak untuk lebih fokus. Kegiatan pelatihan fisik motorik akan membuat anak mengikuti gerakan dan fokus pada objek, selain itu kegiatan seperti menangkap atau melempar bola bisa mengkoordinasikan antara tangan atau kaki dengan mata, aktivitas ini akan melatih anak untuk fokus pada aktivitas itu.
5. Merangsang kemampuan imajinasi dan kreativitas. saat anak bermain anak akan berusaha untuk dapat mengikuti dan menyelesaikan permainan dan bahkan akan menggunakan kemampuan kognitifnya untuk membuat strategi agar dapat memenangkan permainannya.

Pengalaman anak dalam bermain merupakan kegiatan yang sangat menyenangkan, juga merupakan sarana mengembangkan kreativitas dan imajinasi, fleksibilitas, selain itu bermain dapat juga digunakan untuk menjelajahi dunia anak dalam mengembangkan kompetensinya dan anak akan merasakan perasaan bahagia dan rasa bahagia itulah yang

membuat menstimulasi syaraf anak untuk bergerak (Mustikawati, 2017).

Melalui bermain juga dapat mengembangkan perkembangan motorik yang akan membuat gerakan spontan maupun terlatih, aktivitas bermain juga sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan gerak pada anak melalui permainan tradisional. Salah satu permainan tersebut adalah gobak sodor. “Gobak Sodor” yang merupakan permainan anak-anak yang dimainkan oleh 4 – 6 anak dengan cara bermain : setiap anak di group jaga membuat penjagaan berlapis dengan cara berbaris ke belakang sambil merentangkan tangan agar tidak dapat dilalui oleh lawan, satu anak bertugas di garis tengah yang bergerak tegak lurus dari penjaga lainnya. Dalam permainan ini dibagi menjadi 2 tim: yaitu tim penjaga dan tim penyerang. Alat-alat yang digunakan dalam permainan “Gobak Sodor” adalah kapur dan lapangan yang berbentuk persegi panjang, kemudian antar garis panjang ditarik garis melintang sehingga membentuk beberapa persegi panjang. Mustikawati (2017) menganalisa bahwa permainan tradisional “Gobak Sodor” memuat unsur-unsur kondisi fisik yang dapat memberikan kemampuan anak untuk melatih: (1) *Endurance* atau daya tahan, (2) *Speed* atau kecepatan, (3) *Agility* atau kelincahan, (4) *Flexibility* atau kelenturan, (5) kecepatan reaksi, (6) *Balance* atau keseimbangan. (syimo; 2007).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa gobak sodor mampu meningkatkan hasil belajar dan merangsang kecerdasan kinestetik yang sangat baik (Silaen et al., 2022). Penelitian lain menunjukkan bahwa “gobak sodor” memiliki interaksi yang kuat dengan pembelajaran, kreativitas, dan kemampuan motorik kasar anak (Mawaddah & Akbar, 2022). Adapun penelitian yang dilakukan oleh menunjukkan bahwa pembelajaran pada anak TK memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar anak (Fajrin & Sugito, 2022).

Merujuk pada fenomena di atas penelitian ini akan mengkaji bagaimana permainan tradisional “gobak sodor” mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak TK. Dimana kebaruan dalam penelitian ini adalah metode permainan tradisional asli Indonesia yang digunakan untuk menstimuli perkembangan motorik kasar anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di TK. Laboratorium Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), dengan subjek penelitian yaitu, anak-anak TK B sejumlah 12 anak. Sementara metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Adapun Muchtar (2000) menjelaskan bahwa metode deksriptif adalah metode riset yang digunakan untuk memperjelas gejala sosial melalui berbagai variabel penelitian yang saling berkaitan antara satu dengan lainnya, sedangkan metode penelitian ini digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang perkembangan motorik kasar anak melalui permainan “Gobak Sodor”.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi partisipan dimana peneliti mengobservasi aktivitas kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh anak yang berfokus pada perkembangan motorik kasar dan

permainan tradisionalnya. Teknik berikutnya yaitu Wawancara mendalam yang dilakukan oleh Peneliti kepada guru, anak dan orang tua dengan membuat daftar pertanyaan atau panduan wawancara.

Adapun Teknik analisis Data yang dikumpulkan menggunakan teknik deskripsi berupa kata-kata atau yang bersifat narasi, gambar dan hasil kegiatan di lapangan. Data yang disajikan dalam penelitian kualitatif kemudian dianalisis dengan menggunakan tahapan reduksi data yang meliputi: (1). Meringkas data, (2) mengkode, (3) menelusuri tema, (4) menyeleksi ketat atas data, ringkasan atau uraian singkat dan menggolongkan ke dalam pola yang lebih luas (Abdillah et al., 2022) (Rijali, 2019).

HASIL PENELITIAN

Adapun penelitian ini menghasilkan beberapa tema-tema penelitian sebagaimana yang dijelaskan oleh peneliti di bawah ini.

Perkembangan motorik kasar anak di TK Laboratorium Universitas Kristen Satya Wacana

Temuan pertama menjelaskan bahwa sebelum diberikan stimulasi permainan tradisional “Gobak Sodor”, anak-anak cenderung tidak melakukan aktivitas gerak di luar ruang kelas, mereka cenderung terlihat kurang lincah dalam berlari maupun stamina pada anak-anak sudah capai saat diberi kegiatan aktivitas berlari.

Pelaksanaan Permainan Tradisional “Gobak Sodor”

Temuan berikutnya adalah bagaimana peneliti memberikan penjelasan tentang cara bermainnya dan memberikan contoh bermain yang dilakukan oleh guru-guru, kemudian anak-anak mengamatinya, dan kemudian dilatih untuk bermain dengan jumlah 4 anak dulu supaya lebih mudah, setelah mereka menguasai permainannya maka ditambahkan sejumlah 6 anak agar lebih menantang dengan tingkat kesulitan konsentrasi yang tinggi.

Pada proses pelaksanaan uji coba permainan “Gobak Sodor”

Anak-anak awalnya sangat kesulitan untuk bermain. Hal ini terlihat pada anak yang jarang dilatih berlari dengan cepat akan sangat mudah tertangkap dari si penjaga, selain itu anak yang bertugas menjaga juga mengalami kesulitan untuk mengejar atau menghalang-halangi si penyerang.

Pemberian pelatihan untuk kemampuan berlari

Hasil analisa dan observasi pada saat uji coba bermain gobak sodor, anak-anak terlihat kurang terampil dalam berlari, maka Peneliti memberikan pelatihan dasar dalam berlari melalui aktivitas permainan kucing – tikus yang mengharuskan anak yang berperan sebagai kucing akan terus mengejar anak yang berperan sebagai tikus dengan diberikan durasi waktu 5 menit tiap sesi bermain. Kemudian nanti anak diberi kesempatan untuk berganti peran dan berganti pasangan, melalui latihan ini diharapkan anak akan terstimulus untuk berlari lebih cepat dan terampil.

Pelaksanaan Permainan “Gobag Sodor”

Setelah melalui latihan bermain gobag sodor yang dilakukan setiap hari Jumat, terlihat proses perkembangan permainan anak yang lebih optimal setelah melakukan 10 kali permainan. Anak-anak terlihat telah mengetahui strategi dari permainan itu dan kemampuan berlari maupun bersiaga untuk fokus dalam menjaga sangat berkembang dengan baik, kualitas bergerak dengan spontan juga bagus dan reflek untuk mengejar maupun berlari sudah terlihat muncul di saat yang tepat dalam bermain gobag sodor.

Pengamatan pada setiap individu anak setelah bermain “Gobag Sodor”

Anak-anak terlihat sangat gembira, antusias, dan bersemangat serta muncul kemampuan bekerja sama, saling mendukung dan juga percaya diri anak saat bermain.

Interaksi antara Orang Tua, Guru dan anak

Peneliti menemukan beberapa keunikan dimana ketika guru bermain bersama dengan anak, maka ada perasaan bahwa guru merupakan sosok teman bagi anak.

Selanjutnya, orang tua yang juga ikut bermain bersama anak-anak merasakan *bounding* atau ikatan antara orang tua – anak menjadi lebih baik dan juga perasaan senang bermain bersama.

Anak-anak merasa permainan gobag sodor menjadi pilihan bermain bersama teman-temannya sehingga dapat mengalihkan permainan *gadget*-nya, juga melalui permainan gobag sodor anak dapat mengeluarkan energinya dengan berlari dan mengejar, hal ini memberikan rasa kepuasan pada anak dan juga perasaan senang saat bermain bersama teman-temannya

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Menstimulasi perkembangan motorik kasar anak dapat dilakukan melalui permainan tradisional, yang ternyata dapat disenangi anak sebagai pilihan bermain bersama teman-temannya, selain itu permainan “Gobag Sodor” dapat meningkatkan kemampuan gerak berlari anak dan reflek spontan saat mengejar. Tujuan melatih fisik motorik anak yaitu lebih fokus, hal ini dikarenakan kegiatan pelatihan motorik akan membuat anak mengikuti gerakan dan fokus pada objek (Hesmawati, 2017). Selain itu, motorik anak juga bisa memberikan dampak positif seperti peningkatan kemampuan kognitif, kebugaran, kardiovaskular, pernapasan yang lebih baik, persepsi diri yang lebih tinggi, peningkatan aktivitas fisik dan status berat badan (Sihite & Dimiyati, 2022).

Penguasaan kemampuan akan terlihat pada kemampuan menyelesaikan tugas motorik yang digunakannya. Hal lain yang didapatkan dalam permainan ini adalah pembentukan nilai-nilai karakter anak untuk latihan ketangguhan, daya tahan, kecepatan, gerak reflek, kecerdasan, membuat strategi, kepatuhan dan bekerja sama dalam tim. Diharapkan melalui permainan tradisional “Gobag Sodor” ini dapat juga menumbuhkan pribadi anak yang ulet dan bersemangat pantang mundur dalam menghadapi tantangan di masa depan. (Judarwanto, 2010) (Sukintaka, 2016).

DAFTAR PUSTAKA

- A. Rahman, Shofiatun (2010). Alat Permainan Edukatif untuk Program PAUD, Tadulako University Press, Palu.
- Abdillah, R., Subakuh, A. R., & Nazla, T. (2022). Pengalaman Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Tengah Semester Secara Daring. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 22(3), 307–316. <https://doi.org/10.31599/jki.v22i3.1479>
- Ahmad Abu (1991). Psikologi Perkembangan, Rineka Cipta, Jakarta.
- Antoni Syah (2018). Bermain & Permainan Anak Usia Dini, CV Aji Media Nusantara.
- Fitriyani (2015). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini, *Journal Golden Age*, Hamzamurad, University Vol 3 No.1.
- Farhani (2012). Impementasi bermain dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, *Jurnal kesehatan*, vol 3, no 5
- Fajrin, A. L., & Sugito, S. (2022). Kemampuan Motorik Kasar Anak di Masa Pandemi Covid-19: Pembelajaran Daring dan Luring. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6890–6898. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2043>
- Gustianna .A.D. (2014). Pengaruh permainan modifikasi terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini. vol 11, no 4.
- Hastuti (2019). Stimulasi psikososial anak kelompok bermain dan pengaruhnya pada perkembangan motoric. *Jurnal ilmu keluarga*, vol 10, no 5.
- Hesmawati (2017). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak : *Journal Ilmiah Ilmu Pendidikan*.
- Judarwanto.widodo (2010). stimulasi dan intervensi motoriki kasar, *jurnal unimus*, vol 15 ; no 7.
- Kholifah, S (2014). Perkembangan Motorik kasar anak melalui stimulasi permainan tradisional, *Jurnal sumber daya manusia kesehatan*, vol 1 no 1
- Khohir, Abdul (2009). Upaya Mendidik Anak Melalui Permainan Edukatif, *Forum Tarbiyah* 7 No. 2.
- Mawaddah, M., & Akbar, K. (2022). Interaksi Pembelajaran Seni Tari Vs Pembelajaran Seni Musik dan Kreativitas terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak. *Damhil Education Journal*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.37905/dej.v2i1.1397>
- Mustikawati M. (2017). Penggunaan Alat Permainan Edukatif Enggrang Bathok, Gobag Sodor, Engklek untuk Meningkatkan Pengembangan Motorik Kasar Anak.
- Rijali, A. (2019). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>
- Sihite, J., & Dimiyati, D. (2022). Pengaruh Permainan Sirkuit Pos Geometri Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2223–2233. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1896>
- Silaen, M. A. S., Pujianto, D., & Raibowo, S. (2022). Pengembangan model offense dan defense training bolabasket putra berbasis modifikasi permainan tradisional gobak sodor di smp negeri 5 Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i1.16917>

- Sukanti, Endang Rini (2007), *Perkembangan Motorik Anak*, Yogyakarta, UNY.
- Sukintaka (2010), *Teori Pendidikan Jasmani*, Solo, Esa Grafika.
- Syimo, Bambang (2007), *Metode Pengembangan Fisik*, Jakarta : Universitas Terbuka.