

MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR AUD DENGAN BERMAIN PERMAINAN TRADISIONAL

Eka Aditiya Agustina, Syifa Nadya Salsabila Agatha, Novita Widyaningrum

Program Pendidikan Anak Usia Dini
Sekolah Tinggi Agama Islam Al-Azhar Menganti Gresik

Abstract : Motor development is an aspect that needs to be considered, one of which is its development in early childhood. Motor development is often a benchmark as evidence that children are growing and developing well. Motor development is a development related to gross and smooth muscles. Gross muscles or what can be called large muscles are body muscles composed of striated muscles that have the function of carrying out activities controlled by the brain. To develop gross motor muscles each can be done by applying traditional games that can make the child's gross motor develop. There are several traditional games that can develop gross motor muscles in children including clogs, gobak sodor, and dancing. Forms of games that prioritize running, jumping, and turning are included in gross motor skills. This often happens in early childhood, because the world of play is very closely related to the development of early childhood today.

Keywords: Motor Development, Traditional Games, Early Childhood

Abstrak : Perkembangan motorik merupakan aspek yang perlu diperhatikan salah satunya dalam perkembangannya pada anak usia dini. Perkembangan motorik sering menjadi tolak ukur sebagai bukti bahwa anak tumbuh dan berkembang dengan baik. Perkembangan motorik merupakan perkembangan yang terkait dengan otot kasar dan otot halus. Otot kasar atau yang bisa disebut dengan otot besar merupakan otot tubuh yang tersusun dari otot lurik yang memiliki fungsi melakukan kegiatan yang dikendalikan oleh otak. Untuk mengembangkan otot motorik kasar setiap dapat dilakukan dengan cara menerapkan permainan tradisional yang dapat membuat motorik kasar pada anak itu berkembang. Ada beberapa permainan tradisional yang dapat mengembangkan otot motorik kasar pada anak diantaranya bakiak, gobak sodor, dan menari. Bentuk permainan yang mengutamakan berlari, melompat, dan berputar termasuk dalam kemampuan motorik kasar. Hal ini sering terjadi pada anak usia dini, dikarenakan dunia bermain sangat erat pada perkembangan anak usia dini pada masa kini.

Kata Kunci : Perkembangan Motorik, Permainan Tradisional, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada usia 0-6 tahun. Pada masa rentang anak usia dini dalam memberikan rangsangan untuk mencapai perkembangan yang optimal merupakan periode yang sangat penting. Perkembangan otak pada anak usia dini mengalami perkembangan yang sangat pesat sehingga disebut dengan masa emas atau golden age. Pemberian stimulasi dapat membantu anak untuk berkembang, anak yang terstimulasi dengan baik dapat berkembang dengan baik juga. Sehingga apa yang diberikan sejak usia dini sangat berpengaruh untuk perkembangan pada tahap selanjutnya.

Aktivitas fisik pada tahun-tahun awal anak usia dini mempromosikan pengembangan keterampilan motorik kasar dan gerakan mendasar, yang merupakan pondasi bagi mereka untuk membangun rasa percayaan diri dan keterampilan yang diperlukan untuk kehidupan yang akan datang. Aktifitas fisik yang teratur pada masa usia dini akan membantu untuk memaksimalkan keterampilan motorik kasar anak. Keterampilan motorik menggambarkan berbagai koperensi fisik yang termasuk pada keseimbangan dan kestabilitas, gerakan terkoordinasi dan manipulasi objek. Koordinasi dan kontrol untuk banyak jenis dan bentuk dalam gerakan memiliki hubungan yang kompleks antara aktifitas fisik, keterampilan motorik halus, dan motorik kasar yang dirasa anak usia dini. Anak yang terlibat dalam aktifitas fisik mereka mempunyai kompetensi dasar dalam keterampilan motorik dasar, dan anak belajar keterampilan dasar motorik melalui program gerak yang dirancang dengan baik dan terencana. Keterampilan motorik halus dan motorik kasar dapat diperoleh anak secara alami melalui bermain.

Kegiatan yang melibatkan banyak gerak merupakan kegiatan bermain pada anak usia dini dan juga merupakan faktor penting untuk pengembangan koperensi fisik motorik, karena periode anak usia dini merupakan waktu yang optimal untuk mengembangkan keterampilan motorik, keterampilan motorik ini berfungsi sebagai pondasi untuk aktifitas fisik yang lebih kompleks bagi masa yang akan datang, aktifitas fisik merupakan beberapa aspek penting bagi kesehatan dan perkembangan anak-anak. Banyak aktifitas fisik yang dapat dilakukan ditengah-tengah masyarakat untuk mengembangkan aspek bagi kesehatan dan juga perkembangan bagi anak khususnya perkembangan motorik.

Akan tetapi untuk mengembangkan aspek kesehatan dan motorik ditengah-tengah masyarakat terjadi hambatan untuk saat ini, karena pada awal 2020 terjadi fenomena yang membuat geger seluruh dunia yaitu menyebarluasnya virus covid-19 yang menyebabkan perubahan pada rutinitas sehari-hari termasuk juga pada rutinitas anak usia dini. Pada tanggal 1 april 2020 UNESCO mencatat ada 1,5 miliar anak usia sekolah yang terdampak pada virus ini. Ada 188 Negara didunia yang mengalami dampak pada pandemi termasuk sekitar 60 jt diantaranya di Indonesia. Akibat penyebaran covid-19 terdapat beberapa ketentuan dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar diantaranya aturan dilakukan pembelajaran secara daring.

Untuk memaksimalkan pembelajaran jarak jauh ini para guru khususnya guru pendidikan anak usia dini memanfaatkan aplikasi zoom meeting, whatsapp grup, dan google

meet. Akan tetapi banyak permasalahan-permasalahan dalam menerapkan pembelajaran jarak jauh. Dengan adanya kendala dan hambatan pembelajaran tersebut perlu dilakukan pemikiran yang lebih maksimal lagi dalam melaksanakan penyampaian pembelajaran. Dalam hal ini guru dapat memanfaatkan pembelajaran dengan permainan tradisional yang dapat dimainkan oleh anak usia dini dirumah masing-masing yang mudah dilakukan oleh anak, agar dapat merangsang otot-otot motorik anak.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode dalam penulisan artikel ini ialah bersifat literature review. Pencarian literature terdapat dari 7 artikel dengan kata kunci “Perkembangan motorik, permainan tradisional, dan anak usia dini”. Dari 7 artikel yang disebutkan hanya ada 6 artikel yang digunakan sebagai referensi karena sesuai dengan kata kunci. Dalam penulisan ini, penulis membahas hal yang berkaitan dengan perkembangan motorik kasar anak dalam permainan tradisional. Berfokus pada model permainan tradisional yang digunakan dalam hal ini untuk mencapai kemampuan keterampilan dan perkembangan motorik kasar anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan fisik motorik pada anak memiliki peran yang sangat penting dengan aspek perkembangan lainnya, perkembangan motorik bisa menjadikan tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang bagi anak. Hal ini disebabkan perkembangan fisik motorik pada anak dapat dilihat dengan panca indra, seperti pada perubahan ukuran tubuh anak. Perubahan yang nyata adalah perubahan pada bentuk dan pada ukuran tubuh seorang anak. Perkembangan motorik yaitu perubahan secara progresif, pengontrolan dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang didapat melalui interaksi antara faktor kematangan dan latihan selama kehidupan dapat dilihat melalui perubahan yang dilakukan.

Keterampilan motorik terutama pada motorik kasar dapat dibangun mulai dari berbagai usia, baik mulai dimulai pada saat anak masih balita dan motorik akan berkembang baik dengan berjalannya usia anak yang semakin dewasa. Perkembangan motorik kasar anak adalah salah satu aspek penting dalam perkembangan, karena kemampuan motorik kasar adalah kapasitas individu yang berhubungan dengan berbagai keterampilan yang bisa didapat anak sejak usia dini. Keterampilan motorik kasar yang terdapat pada anak usia 3 tahun yaitu melakukan gerakan yang sederhana seperti meloncat, melompat, dan berlari yang dilakukan oleh anak karena mereka merasa senang melakukan gerakan-gerakan atau aktifitas tersebut, anak merasa cukup bahagia karena dapat menunjukkan aktifitas tersebut. Sedangkan pada usia 4-5 tahun pertama kehidupan setelah lahir anak yaitu dapat mengontrol gerakan yang kasar. Pengembangan motorik kasar memerlukan koordinasi dari

otot-otot tertentu yang dapat membuat mereka bergerak, gerakan tersebut menyangkut anggota tubuh yang digunakan untuk melompat, berjinjit, berenang, bersepedah, berdiri dengan satu kaki, dan lain-lain. Setelah anak berusia 5 tahun akan terjadi perkembangan yang besar dalam pengendalian koordinasi untuk lebih baik.

Kemampuan motorik pada setiap anak sangat berbeda-beda, ada anak yang memiliki kemampuan berkembang dengan lambat dan ada juga anak yang memiliki kemampuan berkembang dengan sangat cepat sesuai dengan usia. Maka dari itu pada saat anak masih berusia dini aspek pengembangan motorik dibutuhkan dalam bentuk kegiatan yang menyenangkan agar dapat mengontrol motorik pada anak. Berbagai gerakan motorik kasar sangat berguna bagi kehidupan anak untuk masa yang akan datang, seperti anak dibiasakan untuk terampil dalam berlari atau memenjat, hal ini dapat memicu anak menyukai aktifitas ketika mereka sudah dewasa.

Keterampilan setiap anak berbeda-beda disetiap bidang. Ada anak yang suka pada bidang olahraga yang bisa dibilang dapat membahayakan dirinya sendiri. Dalam bidang ini pendapat setiap orang tua berbeda ada yang mendukung dan ada juga yang melarang melakukan olahraga tersebut, padahal sebagai orang tua semestinya harus mendukung aktifitas apapun yang akan dilakukan anak selagi aktifitas itu masih bisa dikontrol. Setiap orang tua memiliki sifat dan peraturan yang berbeda terhadap anak, ada orang tua yang bersikap memberi kebebasan terhadap anak untuk terampil tetapi tetap ada pantauan dari orang tua dan ada juga orang tua yang bersikap menuruti egonya sendiri yang melarang anak untuk maju dan terampil dalam segala bidang.

Dalam menerapkan keterampilan dan perkembangan motorik kasar pada anak dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya dengan melakukan beberapa permainan tradisional yang dapat memicu keterampilan dan perkembangan motorik kasar pada anak. Permainan tradisional diartikan sebagai salah satu kegiatan yang menyangkut suatu hal yang dilakukan berdasarkan tradisi yang ada dilingkungan sekitar, sehingga dapat menimbulkan rasa puas terhadap pelaku.

Dari banyaknya permainan tradisional ada beberapa permainan yang dapat membuat anak terampil dan berkembang motorik kasarnya, seperti permainan *bakiak* (*bakiak* adalah permainan yang berobjekkan sandal yang berasal dari Cina dan berkembang di Asia, permainan *bakiak* biasa dimainkan pada saat memperingati kemerdekaan Indonesia). Permainan *bakiak* dapat dikatakan permainan yang dapat membuat anak terampil dan memicu perkembangan motorik kasar, hal ini dikarenakan bermainan *bakiak* yaitu permainan yang mengandalkan kekompakan dan menantang), *boy-boyan* (*boy-boyan* adalah jenis permainan yang sering dimainkan oleh anak-anak, tidak hanya anak laki-laki yang memainkan tetapi anak perempuan juga dapat memainkan. Permainan ini dikatakan permainan yang dapat mengembangkan motorik kasar karena melibatkan fisik seperti berlari), *petak umpet* (*petak umpet* adalah permainan tradisional yang sangat populer ditengah masyarakat khususnya anak-anak. Permainan ini dapat dikatakan permainan yang dapat mengembangkan motorik kasar karena permainan ini dilakukan dengan fisik seperti

berlari untuk mencari dan menemukan teman yang bersembunyi), dan *egrang* (*egrang* adalah permainan tradisional yang menggunakan bambu atau kayu untuk mediannya. Permainan ini dapat dikatakan permainan yang mengembangkan keterampilan dan mengembangkan motorik kasar karena cara memainkannya membutuhkan usaha yang besar dalam mengatur keseimbangan tubuh), *sondah atau engklek* (*sondah* atau *engklek* adalah permainan tradisional yang biasa dimainkan oleh anak-anak perempuan, permainan ini menggunakan media yang berbentuk persegi empat dan berjumlahkan 7 kotak yang dapat digambar diatas tanah dan bentuk medianya menyerupai tanda (+), permainan ini juga menggunakan potongan dari genteng sebagai media pendukung dalam permainan *engkek*. Permainan *engklek* bisa dikatakan permainan yang mendukung perkembangan motorik kasar anak, karena permainan ini dimainkan dengan cara menjaga keseimbangan tubuh).

Namun untuk melakukan berbagai permainan yang telah disebutkan diatas, tidak akan mungkin dapat dilakukan bersama ditahun 2020, hal ini dikarenakan ditahun 2020 telah muncul virus covid-19 yang menyebabkan terhambatnya aktifitas diluar ruangan. Karena adanya virus ini pemerintah menerapkan *home schooling* dan pengurangan kegiatan diluar ruangan. Untuk mengatasi masalah ini, agar anak tetap bisa mengembangkan motorik kasar mereka dirumah atau didalam ruangan orang tua bisa menerapkan permainan tradisional seperti *menari payung* (Menari payung adalah aktifitas yang menggunakan payung sebagai media pedukung dari aktifitas menari, gerakan tari payung disesuaikan dengan kemampuan motorik kasar setiap anak yang dimana gerakannya itu mudah untuk ditirukan), *lompat tali* (lompat tali adalah permainan tradisional yang sudah dimainkan sejak dulu hingga saat ini, permainan lompat tali tidak hanya bisa dimainkan diluar ruangan tetapi lompat tali juga bisa dimainkan didalam ruangan dengan syarat ruangan untuk memainkannya itu cukup luas. Permainan ini dikatakan dapat mengembangkan motorik kasar anak karena permainan ini dilakukan dengan cara melompat).

Itulah tadi beberapa permainan tradisional yang dapat diterapkan atau dapat dimainkan oleh anak-anak yang berguna untuk memicu pertumbuhan motorik kasar mereka. Ada beberapa permainan tradisional yang bisa dimainkan diluar ruangan bersama dengan teman-teman atau masyarakat yang ada disekitar dan juga ada permainan yang dimainkan didalam ruangan karena untuk saat ini permainan yang dilakukan diluar ruangan tidak mungkin dilakukan, itu karena pada tahun 2020 telah muncul virus covid-19 yang membuat larangan melakukan aktifitas berlebihan diluar ruangan.

KESIMPULAN

Perkembangan motorik yaitu perubahan secara progresif, pengontrolan dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang didapat melalui interaksi antara faktor kematangan dan latihan selama kehidupan dapat dilihat melalui perubahan yang dilakukan. Perkembangan fisik motorik pada anak memiliki peran yang sangat penting dengan aspek perkembangan lainnya, perkembangan motorik bisa menjadikan tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang bagi anak. Kemampuan motorik pada setiap anak sangat berbeda-beda, ada anak yang memiliki kemampuan berkembang dengan lambat dan ada

juga anak yang memiliki kemampuan berkembang dengan sangat cepat sesuai dengan usia. Pengembangan motorik kasar memerlukan koordinasi dari otot-otot tertentu yang dapat membuat mereka bergerak, gerakan tersebut menyangkut anggota tubuh yang digunakan untuk melompat, berjinjit, berenang, bersepedah, berdiri dengan satu kaki, dan lain-lain. Dalam menerapkan keterampilan dan perkembangan motorik kasar pada anak dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya dengan melakukan beberapa permainan tradisional yang dapat memicu keterampilan dan perkembangan motorik kasar pada anak. Dari banyaknya permainan tradisional ada beberapa permainan yang dapat membuat anak terampil dan berkembang dalam motorik kasarnya, seperti permainan *bakiak*, *boy-boyan*, *petak umpet*, *egrang*, *sondah* atau *engklek* yang dimainkan diluar ruangan ada juga permainan yang dapat memicu perkembangan motorik kasar yang dimainkan didalam ruangan seperti *menari payung* dan *lompat tali*.

DAFTAR PUSTAKA

- Farida Aida. Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangan Anak Usia Dini. Jurnal Raudhah. 2 (4), 2016.
<http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/raudhah/article/view/52>
- Yuliana Tri, Hadi Nugroho Isfauzi, Rukmana Sari Ayu Titis. Strategi Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Melalui Tari Payung. 6(2), 132-133., 2020. <https://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/seling/article/view/629>
- Fitriani Rohyana. Perkembangan Fisik Motorik AUD. Jurnal Golden Age Hamzanwadi University. 3(1), 27-28, 2018.
<https://e-jurnal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/view/742/592>
- Nasution Siyyella Tika, Sutapa Panggung. Jurnal Obsesi. 5(2), 14, 2021.
<https://scholar.archive.org/work/wyt5jaxpebem5o64b77vtdcade/access/wabyback/>
<https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/download/849/pdf>
- Sutini Ai. Meningkatkan Keterampilan Motorik AUD Melalui Permainan Tradisional. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. 4(2), 68-72, 2013. <https://ejournal.upi.edu/index.php/cakrawaladini/article/view/10386>
- Hidayanti Maria. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Bakiak. Jurnal Pendidikan Usia Dini. 7(1), 197-198, 2013. <https://www.neliti.com/publications/117598/peningkatan-kemampuan-motorik-kasar-anak-melalui-permainan-bakiak>