



PENGENALAN MOTORIK KASAR MELALUI BERMAIN DENGAN AIR, KOIN DAN BOLA

Anfellia Lia Aferli, Dian Inayah Putri, Jamila Hidayat, Jisah Putri

anfellialiaaferli12juli2003@gmail.com

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Abstrak

Pengembangan motorik kasar merupakan aspek penting dalam perkembangan anak usia dini yang melibatkan koordinasi otot-otot besar dan berdampak pada kemampuan fisik serta interaksi sosial anak. Aktivitas bermain yang menstimulasi motorik kasar, seperti berlari, melompat, dan bermain di luar ruangan, berperan penting dalam meningkatkan koordinasi, kekuatan otot, dan keterampilan anak. Makalah ini membahas pentingnya pengembangan motorik kasar melalui berbagai aktivitas bermain, khususnya melalui interaksi dengan air, koin, dan bola. Pada pembahasan, dijelaskan pentingnya keterampilan motorik kasar dalam perkembangan fisik, sosial emosional, dan kognitif anak. Aktivitas bermain seperti permainan estafet, engklek, jungkat-jungkit, lempar tangkap bola, dan lompat tali dijelaskan sebagai sarana efektif untuk merangsang perkembangan motorik kasar. Selain itu, interaksi dengan air, koin, dan bola disebutkan sebagai metode yang menyenangkan dan bermanfaat dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak, memperkenalkan sifat-sifat air, serta mengembangkan imajinasi dan kreativitas mereka. Praktek bermain air dengan koin dan bola membantu anak mengembangkan keterampilan motorik kasar, koordinasi, keseimbangan, serta rasa ingin tahu dan kepercayaan diri. Aktivitas ini juga meningkatkan kebugaran fisik dan mengajarkan anak cara hidup sehat. Kesimpulannya, pengenalan motorik kasar melalui permainan air dengan koin dan bola memberikan pengalaman belajar yang positif dan menguntungkan bagi perkembangan anak secara menyeluruh.

Kata Kunci: Motorik Kasar, Perkembangan Anak, Aktivitas Bermain, Air, Koin, Bola.

Abstract

Gross motor development is an important aspect in early childhood development that involves coordination of large muscles and has an impact on children's physical abilities and social interactions. Play activities that stimulate gross motor skills, such as running, jumping, and playing outdoors, play an important role in improving children's coordination, muscle strength, and skills. This paper discusses the importance of gross motor development through various play activities, especially through interactions with water, coins, and balls. In the discussion, the importance of

gross motor skills in children's physical, social-emotional, and cognitive development is explained. Play activities such as relay games, hopscotch, seesaws, throwing and catching balls, and jumping rope are explained as effective means to stimulate gross motor development. In addition, interactions with water, coins, and balls are mentioned as fun and useful methods in improving children's gross motor skills, introducing the properties of water, and developing their imagination and creativity. Practicing water play with coins and balls helps children develop gross motor skills, coordination, balance, as well as curiosity and self-confidence. This activity also improves physical fitness and teaches children how to live a healthy life. In conclusion, the introduction of gross motor skills through water play with coins and balls provides a positive learning experience and is beneficial for the overall development of children.

Keywords: *Gross Motor Skills, Child Development, Play Activities, Water, Coins, Balls.*

PENDAHULUAN

Pengembangan motorik kasar merupakan bagian penting dari perkembangan anak karena melibatkan koordinasi antara otot-otot besar. Hal ini berdampak pada kemampuan anak untuk melakukan aktivitas fisik, berinteraksi dengan lingkungan sekitar, dan meraih pencapaian penting dalam perkembangan mereka. Pengembangan motorik kasar sangat penting karena anak dapat melakukan berbagai aktivitas fisik tanpa bantuan, bermain bersama teman dan menjadikan anak lebih aktif.

Aktivitas bermain yang dapat merangsang perkembangan motorik kasar pada anak biasanya melibatkan gerakan tubuh, seperti berlari, melompat, mengayuh sepeda, dan melakukan aktivitas fisik lainnya. Bermain di luar ruangan seperti taman ataupun halaman belakang memberikan anak kesempatan untuk berlari, melompat, dan bermain permainan yang ada di taman. Anak juga dapat meningkatkan koordinasi gerakan tubuh, kekuatan otot, dan keterampilan motorik kasar lainnya melalui olahraga.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif Pendekatan kualitatif dipilih karena dapat menggali makna-makna tersembunyi, nilai budaya,

dan konteks sosial yang tidak dapat dijelaskan secara statistik. Seperti yang dikemukakan oleh Creswell (2013), penelitian kualitatif berfokus pada eksplorasi makna subjektif yang dibangun oleh individu terhadap pengalaman atau teks tertentu. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kepustakaan (library research), yaitu penelitian yang memanfaatkan sumber-sumber literatur atau dokumen tertulis sebagai bahan utama dalam pengumpulan data dan analisisnya. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer. Untuk memperoleh data, digunakan teknik analisis dokumen, yaitu dengan membaca, mencatat, dan mengklasifikasikan informasi yang relevan dari teks sastra yang dianalisis. Bowen (2009) menjelaskan bahwa analisis dokumen merupakan metode sistematis yang digunakan dalam penelitian kualitatif untuk mengevaluasi dan menginterpretasikan dokumen tertulis secara kontekstual. Adapun teknik analisis data dilakukan melalui analisis isi (content analysis), yang digunakan untuk menelusuri tema-tema sosial dalam teks sastra. Langkah-langkah analisis mengikuti model Miles dan Huberman (1994), yaitu meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap pertama adalah reduksi data, yakni memilah data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya adalah penyajian data, yaitu menyusun data yang telah direduksi dalam bentuk naratif agar memudahkan penafsiran. Terakhir, dilakukan penarikan kesimpulan, yaitu menyimpulkan temuan-temuan nilai sosial yang terdapat dalam teks sastra berdasarkan hasil interpretasi mendalam. Sejalan dengan pendapat Moleong (2019), pendekatan kualitatif dimaksudkan untuk memahami realitas sosial dari sudut pandang partisipan atau teks itu sendiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pentingnya Motorik Kasar

Motorik kasar merupakan kegiatan menggunakan otot-otot besar, seperti gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Gerakan motorik kasar adalah bagian dari kegiatan yang terdiri atas keterampilan otot-otot besar, dengan mengutamakan kekuatan fisik dan keseimbangan (Samsudin, 2008). Motorik kasar

berhubungan dengan gerakan yang memerlukan koordinasi bagian tubuh, otot, dan syaraf (Sujiono, 2010). Keterampilan motorik kasar (gross motor skill), terdiri atas keterampilan otot-otot besar lengan, kaki, dan batang tubuh, seperti berjalan dan melompat (Desmita, 2013). Gerak motorik kasar merupakan gerak anggota badan secara kasar atau keras. Menurut Berk (Suyadi, 2010), semakin anak bertambah dewasa dan kuat tubuhnya, maka gaya gerakannya semakin sempurna. Keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar terdiri atas kegiatan seluruh tubuh atau sebagian tubuh. Keterampilan koordinasi motorik kasar mencakup ketahanan, kecepatan, kelenturan, ketangkasan, keseimbangan dan kekuatan.

Pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini bertujuan untuk memperkenalkan gerakan kasar, melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan dan cara hidup sehat (Samsudin, 2008). Manfaat pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini yaitu untuk meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani anak yang kuat dan terampil (Sujiono, 2010). Perkembangan motorik kasar anak memiliki manfaat bagi perkembangan anak, yaitu bagi perkembangan fisiologis anak, perkembangan sosial emosional anak, dan perkembangan kognitifnya. Pentingnya perkembangan motorik kasar bagi perkembangan fisiologisnya adalah dengan bergerak atau berolahraga akan menjaga anak supaya tidak mendapat masalah dengan jantungnya, dan mampu menstimulasi seluruh proses fisiologis anak, seperti peningkatan sirkulasi darah dan pernafasannya. Kemudian pentingnya perkembangan motorik kasar bagi perkembangan sosial emosionalnya adalah dengan kemampuan motorik kasar yang baik, maka anak akan memiliki rasa percaya diri yang besar, dan lingkungan juga akan menerima anak, sehingga anak akan mudah bersosialisasi dengan temannya dengan rasa percaya diri yang besar. Selanjutnya pentingnya perkembangan motorik kasar bagi perkembangan kognitifnya adalah dengan kegiatan fisik akan meningkatkan rasa ingin tahu anak

terhadap benda-benda yang ditemui anak. Keterampilan motorik kasar anak juga mampu menumbuhkan kreativitas dan imajinasi anak, gerakan yang dilakukan akan bermanfaat untuk membuat fungsi belahan otak kanan dan kiri menjadi seimbang (Iswaningtyas, 2015).

Aktivitas Bermain yang Merangsang Perkembangan Motorik Kasar

Menurut Erikson, bermain merupakan sarana untuk berinteraksi dengan orang lain. Bermain sangat penting untuk memberi kesempatan anak bersosialisasi dengan lingkungan. Bermain dalam pandangan teori kognitif sosial budaya Vygotsky menekankan pentingnya konteks sosial budaya dalam aktivitas bermain. Bermain merupakan tempat anak berinteraksi dengan teman sebaya atau orang lain. Interaksi sosial sangat berperan dalam mengembangkan kemampuan berpikir anak dan perkembangan perilaku moral juga berakar dari kegiatan bermain anak (Muslihudin & Agustin, Mubiar., 2008).

1. Permainan estafet

Permainan estafet adalah permainan yang dilakukan secara beregu, setiap regu terdiri atas empat orang pelari, dan setiap pelari memiliki peran masing-masing dalam permainan (Sunarsih & dkk., 2007). Permainan estafet merupakan suatu permainan yang didalamnya terdapat beberapa kegiatan yang berbeda yang harus diselesaikan secara berurutan oleh masing-masing anggota kelompok sambil membawa tongkat estafet. Anak saling memberi tongkat estafet setelah menyelesaikan semua rintangan dalam permainan.

Permainan estafet terdiri dari beberapa langkah pelaksanaan, yaitu :

- a. Membagi anak dalam beberapa kelompok yang terdiri dari 3-5 orang
- b. Setiap anak harus melakukan 4 kegiatan yang sudah dibagi menjadi 4 pos bermain yaitu melompat sesuai arah yang diinstruksikan, berlari sesuai pola yang ditandai dengan botol plastik, berlari memindahkan bola ke dalam keranjang secara bolak balik, dan berjalan di atas papan titian

- c. Anak wajib menyelesaikan seluruh kegiatan yang ada pada setiap pos bermain sambil membawa tongkat estafet
- d. Setelah seluruh pos terlewati, anak yang membawa tongkat memberikan tongkat estafet pada anak yang menunggu di garis start
- e. Seluruh anak wajib melewati setiap pos untuk sampai ke garis finish

2. Engklek

Menurut Rahmawati (2009:10), engklek atau sondah merupakan permainan meloncati garis dengan satu kaki. Sedangkan menurut Dharmamulya (2008:145), permainan ini dinamakan engklek atau ingkling, karena dilakukan dengan melakukan engklek, yaitu berjalan melompat dengan satu kaki.

Permainan engklek memiliki banyak jenis dan ragam, salah satunya engklek jenis gunung. Menurut Aisyah (2014:70), cara bermain engklek gunung dimulai dengan pemain melempar pecahan genting (gacuk) ke dalam busur no. 3. Selanjutnya melompat dengan satu kaki (engkleng) pada kotak 1, 2, 3 dan brok bersamaan pada kotak 4 dan 5 (kaki kiri 4, kaki kanan 5), engkleng di kotak 6, dan brok bersama lagi pada kotak 7 dan 8. Setelah itu, berbalik sambil brok pada kotak 8 dan 7. Dilanjutkan jongkok mengambil pecahan genting sambil tetap menghadap ke belakang. Setelah dapat kembali engkleng di kotak 6 dan brok di kotak 5 dan 4. Kemudian, kembali ke start dan engkleng lagi di kotak 3, 2, 1. Tahapan selanjutnya sama dengan tahapan engkleng yang pertama.

3. Jungkat-jungkit

Jungkat-jungkit adalah alat permainan edukatif di luar ruangan berupa batangan besi ataupun kayu berukuran 3 meter yang di tengah-tengahnya diberikan tumpuan yang tingginya 60 cm. Lalu, di masing-masing ujung batang besi atau kayu diberikan dudukan dan pegangan untuk anak.

Cara menggunakan permainan ini yaitu dengan menduduki masing-masing ujung besi atau kayu, lalu masing-masing anak saling menggenjot

agar terjadi gerakan ke atas dan ke bawah. Alat permainan ini digunakan secara berpasangan, minimal dua anak. Manfaat permainan ini bagi anak yaitu mampu mengembangkan kinestetik, konsentrasi, keseimbangan, kelincahan anak, menguatkan otot tangan dan kaki anak.

4. Lempar tangkap bola

Lempar tangkap bola adalah salah satu permainan yang menggunakan bola sebagai media. Permainan ini sering diterapkan pada anak dengan tujuan melatih motorik. Permainan ini memerlukan koordinasi baik antara kerja sama mata dan tangan serta kaki anak. Gerakan melempar dan menangkap bola berguna untuk melatih keseimbangan anak. Anak akan berusaha untuk tidak terjatuh ketika melempar dan menangkap bola, dan anak juga akan berusaha supaya lemparan yang dilakukan tepat sasaran dan berusaha supaya anak dapat menangkap bola yang diarahkan padanya.

5. Lompat tali

Menurut Diah dan Rosalia (2016:45), lompat tali adalah permainan yang sangat sederhana, tidak membutuhkan banyak biaya dan tempat, dan sistem bermainnya berkelompok. Alat yang digunakan merupakan karet gelang, dimana karet gelang sangat mudah didapatkan, dan dalam menyambung karet menjadi satu tidak terlalu sulit untuk anak lakukan. Permainan ini mengharuskan pemainnya melompati tali pada ketinggian yang telah ditentukan. Apabila salah satu pemain melompati tali dengan menyentuh atau tidak dapat melompati tali, maka permainan berhenti dan bergantian dengan pemain jaga. Namun, pada ketinggian tertentu, anak dapat melewati tali dengan cara menyentuh tali, asalkan jangan sampai terjatuh.

Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar melalui Interaksi dengan Air, Koin dan Bola

Mengenalkan anak dengan dunia air sejak dini sangat baik untuk membantu tumbuh kembang anak seperti menguatkan otot-otot tangan dan kaki serta melatih

keberanian anak. Fakta dilapangan terdapat permasalahan yang terjadi pada proses latihan pengenalan air untuk anak usia dini yaitu:

- a. Anak takut untuk masuk ke dalam air,
- b. Anak takut membuat gelembung udara di dalam air, dan
- c. Anak takut untuk melakukan gerakan meluncur dengan sendiri

Bermain dengan anak di air, tidak hanya mengajarkan bergerak melalui air, namun mendorong eksplorasi, rasa ingin tahu, kepercayaan diri, kegembiraan, pengambilan risiko, ketertarikan dan penentuan. "Children who learn to swim at an early age show advanced development in:

Lebih lanjut Lawton menjelaskan (2013, h. 20), Children learn through play and fun activities, particularly during the early stages of the learning process. Games can be used as a means of distracting concerned and worried learners by getting them to focus on the requirements of a fun and enjoyable activity.

Aktivitas dalam air sejak dini membantu anak untuk mengembangkan semangat menjaga kebugaran jasmaninya dan juga membantu mengembangkan kekuatan otot, koordinasi dan keseimbangan. Bermain dengan anak di air, tidak hanya mengajarkan bergerak melalui air, namun mendorong eksplorasi, rasa ingin tahu, kepercayaan diri, kegembiraan, pengambilan risiko, ketertarikan dan penentuan.

1. Bermain Air dengan Koin dan Bola

Motorik Kasar adalah kemampuan anak untuk melakukan gerakan yang melibatkan seluruh tubuh, seperti berjalan, menendang, melompat, dan menangkap bola.

KESIMPULAN

Motorik kasar merupakan kegiatan menggunakan otot-otot besar, seperti gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Perkembangan motorik kasar anak memiliki manfaat bagi perkembangan anak, yaitu bagi perkembangan fisiologis anak, perkembangan sosial emosional anak, dan perkembangan kognitifnya. Aktivitas bermain yang merangsang perkembangan motorik kasar

anak terdiri dari permainan estafet, engklek, jungkat-jungkit, lempar tangkap bola, lompat tali, dan sebagainya. Bermain pengenalan air dengan koin dan bola adalah kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat bagi anak-anak. Kegiatan ini dapat membantu mereka mengembangkan motorik kasar, mengenal sifat-sifat air, meningkatkan imajinasi dan kreativitas, serta memberikan mereka rasa senang dan bahagia.

REFERENSI

- Agustin, M. (2008). Mengenal dan Mengembangkan Potensi kecerdasan Jamak Anak Usia Taman Kanak-Kanak/Raudhatul Athfal. *Bandung: Rizqipress.*
- Aisyah. 2014. *Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Melompat Melalui Permainan Tradisional Engklek. Artikel Penelitian.* Pontianak: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Amelia, S. E. (2012). Methodology of learning swimming in the first part of life through a positive approach. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health, 12(1), 88-96.*
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Dharmamulya, Sukirman. dkk. 2008. *Permainan Tradisional Jawa.* Yogyakarta: kepel Press.
- Diah, R. dan Rosalia, D. 2016. *Aku Pintar dengan Bermain.* PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri. Solo
- Iswaningtyas, V. W. (2015). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui.
- Lawton, J. (2013). *Complete Guide To Primary Swimming.* USA: Human Kinetics.
- Rahmawati, Ami. 2009. *Permainan Tradisional Untuk Anak Usia 4-3 Tahun.* Bandung. Sandiarta Sukses.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak.* Prenada Media Grup: Jakarta
- Sujiono. B. (2010). *Metode Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini.*

Jakarta: Depdikas.

Sunarsih, S., & Dkk. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Penjas Orkes SD VI*. Penerbit Erlangga.

Suyadi. 2010. *Psikologi Belajar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: PT. Pustaka
Insan Madani.