

Pentingnya Kemampuan Motorik Kasar Bagi Anak Usia Dini Dan Strategi Mengoptimalkannya Melalui Permainan Tradisional

Vira Desiana¹, Rosa Imani Khan²

PG-PAUD, FKIP, Universitas Nusantara PGRI Kediri^{1,2}
viradesiana07@gmail.com¹, rossa_rose@unpkediri.ac.id²

ABSTRACT

Early childhood is a human being who is growing and developing rapidly both physically and psychologically. Through the educational process, children can optimize aspects of their development. One of the important aspects to be developed in early childhood is gross motor skills. Gross motor movement is an ability that requires the coordination of most of the child's body. Therefore, it usually requires more power because it is carried out by larger muscles. This study aims to describe the importance of gross motor skills for early childhood and strategies to optimize them through traditional games. This research was conducted using qualitative methods. The necessary data were collected through a literature study and then interpreted to describe traditional games and reveal their role in honing gross motor skills in early childhood. Traditional games are games from the excavation of local culture using simple equipment. Traditional games are not only able to train one's brain, social and emotional state, but also train balance of motion and body agility.

Keywords: gross motor skills, early childhood, traditional games

ABSTRAK

Anak usia dini merupakan manusia yang sedang tumbuh dan berkembang pesat baik secara fisik maupun psikologisnya. Melalui proses pendidikan, anak dapat mengoptimalkan aspek-aspek perkembangannya. Salah satu aspek yang penting untuk dikembangkan dalam diri anak usia dini yaitu motorik kasar. Gerakan motorik kasar merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga yang lebih karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tentang pentingnya kemampuan motorik kasar bagi anak usia dini dan strategi mengoptimalkannya melalui permainan tradisional. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif. Data-data yang diperlukan dikumpulkan melalui studi pustaka kemudian dilakukan interpretasi untuk mendeskripsikan tentang permainan tradisional dan mengungkap perannya dalam mengasah kemampuan motorik kasar pada anak usia dini. Permainan tradisional merupakan permainan dari hasil penggalian budaya lokal yang menggunakan peralatan yang sederhana. Permainan tradisional tidak hanya mampu melatih otak, sosial dan emosional seseorang, tetapi juga melatih keseimbangan gerak dan ketangkasan tubuh.

Kata Kunci: kemampuan motorik kasar, anak usia dini, permainan tradisional

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan manusia yang sedang tumbuh dan berkembang pesat baik secara fisik maupun psikologisnya. Pada Pasal 28 Ayat 1 Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan bahwa anak usia dini adalah anak berusia 0-6 tahun. Anak usia dini memiliki beberapa ciri-ciri antara lain rasa ingin tahu yang tinggi, memiliki kepribadian yang unik, suka meniru orang lain, kaya akan imajinasi, suka bereksplorasi, labil dan memiliki potensi untuk belajar (Aisyah, 2010). Untuk kemampuan belajarnya yang tinggi anak usia dini memerlukan dukungan melalui pendidikan. Pendidikan merupakan proses dalam kegiatan untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam Undang-undang Pasal 1 Ayat 4 dikemukakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu usaha yang ditujukan kepada anak baru lahir sampai usia enam tahun yang diberi dorongan melalui pendidikan untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan anak. Di samping istilah pendidikan anak usia dini, terdapat pula terminologi pengembangan anak usia dini yaitu usaha yang dilakukan oleh masyarakat sekitar dan pemerintah untuk membantu anak dalam mengembangkan suatu potensi secara holistik baik aspek pendidikan, gizi maupun kesehatan (Direktorat PADU, 2003). Setiap anak mempunyai keinginan yang sangat kuat dalam hal kemandirian, meskipun demikian anak memerlukan pihak lain (pendidik) untuk tempat memberi bimbingan dan perlindungan (Tirtaraharja & Sulo, 2005). Sebagaimana penjelasan di atas, kemampuan telah dimiliki anak sejak lahir namun dalam perkembangannya tetap memerlukan stimulasi dan bimbingan melalui pendidikan.

Melalui proses pendidikan, anak dapat mengoptimalkan aspek-aspek perkembangannya. Perkembangan adalah proses bertambahnya kematangan dan fungsi psikologis anak. Kematangan perkembangan yang dialami oleh anak memiliki pengaruh dalam peningkatan perkembangannya. Perkembangan anak usia dini penting diketahui karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi perkembangan anak ke jenjang selanjutnya. Upaya untuk mengoptimalkan pengetahuan perkembangan anak usia dini dapat dibantu oleh orangtua dan guru. Perkembangan aspek anak usia dini tercantum dalam Permendikbud 137 Tahun 2014 yaitu aspek nilai agama dan moral, aspek fisik-motorik, aspek kognitif, aspek bahasa, aspek sosial-emosional dan aspek seni. Pengetahuan tentang perkembangan anak usia dini akan menjadi modal persiapan berbagai stimulasi, pendekatan, strategi, metode, rencana, media atau alat permainan edukatif, yang dibutuhkan untuk membantu anak mengembangkan semua aspek perkembangannya sesuai kebutuhan anak pada setiap tahapan usia.

Salah satu aspek yang penting untuk dikembangkan dalam diri anak usia dini yaitu fisik motorik. Perkembangan fisik adalah pertumbuhan dan perubahan yang terjadi pada tubuh seseorang. Perubahan yang jelas terlihat adalah perubahan pada bentuk dan ukuran tubuh seseorang. Perkembangan motorik (*motor development*) adalah perubahan yang terjadi secara progresif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang diperoleh melalui interaksi antara faktor kematangan (*maturation*) dan latihan atau pengalaman (*experiences*) selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/pergerakan yang dilakukan. Perkembangan fisik motorik terbagi menjadi dua, meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar melibatkan otot-otot besar sedangkan motorik halus melibatkan otot-otot kecil. Gerakan-gerakan yang dilakukan oleh anak melibatkan otot. Anak pada masa usia dini lebih cenderung aktif/lebih senang bergerak, lebih senang melakukan percobaan atau bereksperimen, lebih senang bermain baik permainan yang membutuhkan banyak energi maupun permainan yang hanya menampakkan sedikit gerakan. Perkembangan motorik sangat mendukung aspek perkembangan yang lain (Hildayani, 2004).

Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan beraktivitas yang menggunakan otot-otot besar. Oleh karena itu kemampuan motorik kasar pada anak perlu dilatih, karena kemampuan motorik kasar berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik halus dengan tujuan dapat meningkatkan aspek perkembangan pada anak secara kompleks. Seiring berjalannya waktu anak banyak melakukan gerakan, oleh karena itu tingkat perkembangan otot besarnya tumbuh dengan pesat. Demikian juga dengan perkembangan motorik halus dan kasar, perkembangan ini semakin meningkat dan menjadi lebih cepat pada saat anak berumur 4-5 tahun. Koordinasi tangan, lengan, dan tubuh dapat bergerak di bawah koordinasi yang lebih baik daripada mata (Reefani, 2013).

Rahayu & Khsanah (2013) menjelaskan bahwa di zaman yang semakin berkembang, perkembangan teknologi pun semakin canggih, budaya yang semakin terus berubah. Perubahan tidak hanya terjadi pada lingkungan sosial tetapi juga pada pola bermain anak-anak. Proses dan cara bermain anak-anak dari hari ke hari mengalami perkembangan. Pada zaman melenial ini, banyak anak yang lebih memilih permainan *game* yang ada di dalam *gadget*-nya daripada bermain dengan teman-teman sebayanya. Anak-anak saat ini jarang yang mengenal permainan tradisional bahkan ada yang sama sekali tidak mengenal permainan tradisional. Perubahan ini merupakan pergerakan struktur yang bersangkutan sesuai dengan perubahan waktu dan arus globalisasi. Hal ini menyebabkan banyak anak-anak tidak mengenal permainan tradisional yang sebenarnya merupakan sebuah sarana bagi anak pra-sekolah hingga anak yang sudah sekolah untuk melatih motorik dan kognitif mereka. Bermain

merupakan ciri khas pada anak usia dini, anak akan mendapatkan keceriaan dan mampu berekspresi bebas ketika bermain. Ada berbagai macam permainan yang bisa dimainkan oleh anak, salah satunya adalah permainan rakyat atau permainan tradisional.

Permainan tradisional merupakan permainan dari hasil penggalian budaya lokal yang menggunakan peralatan yang sederhana. Permainan tradisional tidak hanya mampu melatih otak, sosial dan emosional seseorang, tetapi juga melatih keseimbangan gerak dan ketangkasan tubuh. Berdasarkan paparan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam lagi tentang pentingnya kemampuan motorik kasar bagi anak usia dini dan strategi mengoptimalkannya melalui permainan tradisional.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif berupa kata-kata atau tulisan. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berupaya menggali dan memaknai apa yang terjadi pada seorang individu atau suatu kelompok, yang berasal dari persoalan sosial atau kemanusiaan (Kurnia, 2010). Dalam penelitian ini, dilakukan pengumpulan data dengan metode studi pustaka. Penggunaan metode ini bertujuan untuk memperoleh data dari sumber-sumber tertulis terkait pokok permasalahan. Data yang sudah terkumpul kemudian diinterpretasi untuk mendeskripsikan tentang pentingnya kemampuan motorik kasar bagi anak usia dini dan strategi mengoptimalkannya melalui permainan tradisional. Selanjutnya, hasil analisis data akan disajikan dalam bentuk deskripsi.

PEMBAHASAN

Anak Usia Dini

Anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-6 tahun. Pada usia tersebut, perkembangan terjadi sangat pesat. Oleh karena itu sering disebut dengan masa emas bagi anak untuk belajar, sehingga sering disebut usia emas (*golden age*). Anak usia dini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, peristiwa ini dapat dilihat ketika anak sedang mengamati sesuatu, anak lebih sering bertanya dan suka bereksperimen. Anak usia dini suka meniru segala sesuatu yang ia lihat. Peniruan ini tidak hanya pada sikap tetapi juga suatu kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat di sekitarnya. Selain itu anak usia dini juga kaya akan imajinasi dan hal ini sangat berguna bagi pengembangan kreativitas anak. Pada usia ini, anak memiliki kemampuan untuk belajar yang luar biasa. Usia dini merupakan masa yang paling tepat untuk menstimulasi perkembangan individu. Agar dapat memberikan berbagai upaya pengembangan, maka perlu diketahui tentang perkembangan-perkembangan

yang terjadi pada anak usia dini. Pengetahuan tentang perkembangan anak usia dini akan menjadi acuan orang dewasa untuk menyiapkan berbagai stimulasi, pendekatan, strategi, metode, rencana, media atau alat permainan edukatif, yang dibutuhkan untuk membantu anak berkembang pada semua aspek perkembangannya sesuai kebutuhan anak pada setiap tahapan usianya (Aisyah, 2010)

Kemampuan Motorik Kasar

Motorik merupakan gerakan yang dilakukan melalui tindakan, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Pada dasarnya, perkembangan motorik berkembang sejalan dengan kematangan saraf, otot atau kemampuan kognitifnya. Perkembangan motorik adalah ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot. Sehingga, setiap gerakan yang sederhana merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dari sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak. Keterampilan motorik menjadi dua bagian, yaitu: 1) keterampilan motorik kasar; 2) keterampilan motorik halus (Desmita, 2013).

Sujiono (2009) menyatakan bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan kordinasi sebagian besar anggota tubuh anak. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak. Perkembangan motorik kasar pada anak lebih dulu berkembang dari pada perkembangan motorik halus, misalnya anak lebih dulu memegang benda-benda yang ukuran besar dari pada yang ukuran kecil. Karena anak belum mampu mengontrol gerakan jari-jari tangannya untuk kemampuan motorik halus, seperti memegang pensil, krayon, menggunting dan lain-lain. Gerak motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki gerakan terkordinasi dan keseimbangan seperti orang dewasa. Gerakan motorik kasar merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga yang lebih karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.

Guna merangsang motorik kasar pada anak usia dini dapat dilakukan dengan cara melatih anak untuk melompat, lari cepat, memeras kertas, bersiul, membuat ekspresi muka senang, sedih, gembira, berjinjit, berdiri di atas satu kaki, berjalan di titian dan sebagainya. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Kemampuan motorik setiap orang berbeda-beda tergantung dengan banyaknya gerakan yang lakukan atau dikuasai. Dari penjabaran di atas, kemampuan motorik kasar identik dengan kebugaran jasmani. Perkembangan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, keterampilan dan kontrol motorik.

Pencapaian suatu kemampuan dianggap dipengaruhi oleh banyak faktor. Diikuti beberapa variasi yang mempengaruhi pola perkembangan motorik anak. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh gizi, status kesehatan dan perlakuan motorik yang sesuai dengan masa perkembangannya. Hal ini dikatakan bahwa tahapan perkembangan motorik anak pra sekolah yaitu tahap verbal kognitif, tahap asosiatif, dan tahap otomatisasi. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik banyak dikemukakan oleh Sujiono (2013) yang menyatakan bahwa perkembangan fisik anak dipengaruhi oleh faktor keturunan dari pihak keluarga, jenis kelamin, gizi, kesehatan, status sosial, perekonomian, dan gangguan emosional. Beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan keterampilan motorik yaitu faktor tampilan dan faktor lingkungan. Dengan ini dijelaskan bahwa faktor tampilan paling sering berpengaruh pada keterampilan gerak tertentu, faktor tampilan dapat berupa ukuran tubuh, pertumbuhan fisik, kekuatan, dan berat tubuh serta sistem syaraf.

Ada sembilan hal yang mempengaruhi pertumbuhan fisik anak dari lahir diantaranya keturunan, pengaruh gizi, pengaruh perbedaan suku, pengaruh musim dan iklim, pengaruh penyakit, pengaruh himpitan psikososial, pengaruh urbanisasi, pengaruh jumlah keluarga dan status sosial ekonomi, dan kecenderungan seluler. Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak yaitu faktor dalam belajar, dalam hal ini proses belajar yang harus diciptakan dengan dilakukannya tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya.

Permainan Tradisional

Wahyuningsih (2009) menyatakan bahwa permainan tradisional, yaitu permainan yang dilakukan oleh masyarakat dengan cara turun-temurun. Permainan tradisional merupakan permainan dari hasil penggalian budaya lokal yang tidak disadari banyak orang bahwa di dalam permainan tradisional mengandung banyak nilai-nilai pendidikan. Selain mengandung nilai-nilai pendidikan, permainan tradisional juga bisa digunakan untuk membuat hati seseorang gembira, senang ketika sedang memainkannya. Permainan tradisional pada umumnya dimainkan secara berkelompok atau minimal dua orang. Permainan tradisional untuk anak merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan hati anak, dengan menggunakan alat-alat yang sederhana namun anak-anak sangat senang, karena dimainkan bersama teman-teman seusianya. Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional adalah salah satu jenis permainan kreatif yang dilakukan masyarakat dahulu secara turun-temurun dan merupakan hasil dari penggalian budaya lokal yang dapat dimainkan secara berkelompok atau minimal dua orang dengan menggunakan alat-alat sederhana.

Permainan tradisional merupakan bentuk permainan anak-anak yang berbentuk sederhana dan diwarisi turun-temurun dan banyak variasinya. Ciri-ciri permainan tradisional ialah, usianya sudah tua, tidak diketahui asal usulnya, siapa penciptanya dan dari mana asalnya. Permainan tradisional merupakan kegiatan yang diatur oleh suatu peraturan permainan yang merupakan warisan dari generasi terdahulu yang dilakukan oleh anak-anak guna untuk mendapatkan kegembiraan. Perbedaan antara permainan masa kini dengan permainan tradisional yaitu pada zaman dahulu permainan tradisional tidak hanya melatih otak, perasaan, emosional seseorang, tetapi juga melatih keseimbangan gerak dan ketangkasan tubuh. Hal ini, yang terlihat berbeda antara permainan tradisional dengan permainan modern. Permainan modern banyak dibuat untuk melatih kemampuan fisik anak. Padahal, disebut unsur edukatif sempurna sekurang-kurangnya harus mencakup 5 unsur yaitu: motorik (gerak fisik), afeksi (perasaan), kognitif (kecerdasan), spiritual (budi pengerti), dan keseimbangan (kesempurnaan hidup) (Muliawan, 2009).

Manfaat Permainan Tradisional untuk Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini

Permainan tradisional dikenal mempunyai banyak manfaat yang hingga saat ini masih tetap dilestarikan keberadaannya. Pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini yang paling efektif adalah dilakukan melalui kegiatan bermain yang menyenangkan. Ini dilakukan guna untuk merangsang minat belajar dalam diri anak. Metode yang dapat dipilih untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak ini adalah melalui permainan tradisional. Permainan tradisional menggunakan peralatan-peralatan yang masih tradisional. Anak dapat dilatih kemampuan motorik kasarnya dengan aktivitas yang terkandung di dalam permainan tradisional, antara lain melompat, menjaga keseimbangan tubuh, memicu kelincahan dan kelenturan tubuh. Semua kemampuan ini dapat terasah jika anak distimulasi kemampuannya dengan cara bermain permainan tradisional (Nurwati, 2018).

KESIMPULAN

Anak usia dini merupakan manusia yang sedang tumbuh dan berkembang pesat baik secara fisik maupun psikologisnya. Melalui proses pendidikan, anak dapat mengoptimalkan aspek-aspek perkembangannya. Perkembangan anak usia dini penting diketahui karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi perkembangan anak ke jenjang selanjutnya. Upaya untuk mengoptimalkan perkembangan anak usia dini dapat dibantu oleh orangtua dan guru. Salah satu aspek yang penting untuk dikembangkan dalam diri anak usia dini yaitu kemampuan motorik kasar. Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan beraktivitas yang menggunakan otot-otot besar. Oleh

karena itu kemampuan motorik kasar pada anak perlu dilatih, karena kemampuan motorik kasar berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik halus dengan tujuan dapat meningkatkan aspek perkembangan pada anak secara kompleks. Bermain merupakan ciri khas pada anak usia dini, anak akan mendapatkan keceriaan dan mampu berekspresi bebas ketika bermain. Ada berbagai macam permainan yang bisa dimainkan oleh anak, salah satunya adalah permainan rakyat atau permainan tradisional. Permainan tradisional merupakan permainan dari hasil penggalian budaya lokal yang menggunakan peralatan yang sederhana. Permainan tradisional tidak hanya mampu melatih otak, sosial dan emosional seseorang, tetapi juga melatih keseimbangan gerak dan ketangkasan tubuh, termasuk kemampuan motorik kasar anak.

SARAN

Bagi para orangtua maupun para pendidik PAUD, hendaknya tetap menjalankan perannya yang sangat penting untuk memperkenalkan permainan-permainan tradisional kepada anak. Jangan sampai permainan tradisional tergerus oleh kecanggihan permainan modern yang berkembang pesat saat ini. Permainan tradisional memiliki banyak sekali manfaat yang tidak semuanya juga dimiliki oleh permainan modern. Pelestarian budaya bangsa, termasuk permainan tradisional yang ada di daerah kita yang pasti sarat akan manfaat untuk perkembangan anak usia dini, tetap harus dilakukan agar bangsa ini tidak kehilangan jati dirinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Aisyah, S. dkk. (2010). *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*. Universitas Terbuka.
- Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan*. PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Hidayani, R. dkk. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Universitas Terbuka.
- Kurnia, S. S. (2010). *Menulis Ilmiah: Metodologi Penelitian Kualitatif (Kedua)*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Muliawan. (2009). *Tips Jitu Memilih Mainan Positif & Kreatif untuk Anak-anak*. Divapress.
- Nurwati. (2018). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional pada Kelompok B TK Islam Silmi Samarinda. *Jurnal Warna*, 03(02), 28–41.
- PADU, D. (2003). *Model PADU Terintegrasi Posyandu*. Direktorat PADU - Ditjen PLSP – Depdiknas.

- Rahayu, D. F., & Khsanah, I. (2013). Upaya Meningkatkan Ketangkasan Gerak Lokomotor Anak Melalui Permainan Ranjau Pintar pada Kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kendal Tahun Ajaran 2012/2013. *Jurnal Paudia*, 2(2), 73–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.26877/paudia.v2i2.1640>
- Reefani, N. K. (2013). *Panduan Anak Berkebutuhan Khusus*. Imperium.
- Sujiono, Y. N. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Indeks.
- Sujiono, Y. N. (2013). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Indeks.
- Tirtaraharja, U., & Sulo, S. L. L. (2005). *Pengantar Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Wahyuningsih, S. (2009). *Permainan Tradisional Untuk Usia 4-5 Tahun*. Sandiarta Sukses.