

**PENGARUH KEGIATAN BERMAIN LEMPAR TANGKAP DAN
ESTAFET TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK
USIA 5-6 TAHUN**

(Skripsi)

Oleh

**NUR LATIFATUL LAILAH
NPM 2053054011**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

PENGARUH KEGIATAN BERMAIN LEMPAR TANGKAP DAN ESTAFET TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK BAITURRAHMAN PARUNG PANJANG

Oleh

NUR LATIFATUL LAILAH

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang. Peneliti bertujuan untuk menganalisis (1) pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, (2) pengaruh kegiatan bermain estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, (3) perbedaan pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Metode penelitian menggunakan *quasi eksperiment* dengan desain *two group pretest and posttest*. Populasi penelitian berjumlah 60 orang anak kelompok B sehingga sampel berjumlah 60 orang menggunakan teknik *sampling* jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang telah di uji validitas dan dinyatakan semua indikator valid, kemudian uji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach* dan dinyatakan reliabel dengan nilai reliabilitas 0,904. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor *N-Gain* pada kelas eksperimen sebesar 59,25% (cukup efektif), dan kelas kontrol sebesar 38,16% (tidak efektif). Kemudian hasil pengujian menggunakan uji t didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar ($0,000 < 0,05$), terdapat pengaruh kegiatan lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

Kata kunci : motorik kasar anak, lempar tangkap, estafet, anak usia 5-6 tahun

ABSTRACT

THE EFFECT OF CATCHING AND RELAY GAMES ON THE GROSS MOTOR DEVELOPMENT OF CHILDREN AGED 5-6 YEARS AT TK BAITURRAHMAN PARUNG PANJANG

By

NUR LATIFATUL LAILAH

The problem in this research is the low gross motor skills ability of children aged 5-6 years at TK Baiturrahman Parung Panjang. The researcher aims to analyze (1) the effect of catch-and-throw play activities on the gross motor development of children aged 5-6 years, (2) the effect of relay play activities on the gross motor development of children aged 5-6 years, (3) the difference in the effects of catch-and-throw play activities and relay activities on the gross motor development of children aged 5-6 years. The research method uses a quasi-experimental approach with a two-group pretest and posttest design. The research population consists of 60 children in group B, so the sample size is 60 using saturated sampling technique. Data collection technique uses observation sheets that have been tested for validity and all indicators are declared valid, followed by reliability testing using Cronbach's alpha and declared reliable with a reliability value of 0.904. The research results show an average N-Gain score in the experimental class of 59.25% (fairly effective), and in the control class of 38.16% (not effective). Furthermore, the t-test results obtained a sig. value (2-tailed) of ($0.000 < 0.05$), indicating that there is an effect of catch-and-throw and relay activities on the gross motor development of children aged 5-6 years.

Keywords: gross motor skills in children, catching games, relay games, children aged 5-6 years

**PENGARUH KEGIATAN BERMAIN LEMPAR TANGKAP DAN
ESTAFET TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK
USIA 5-6 TAHUN**

**Oleh
NUR LATIFATUL LAILAH**

**Skripsi
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada
Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Jurusan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi

: **Pengaruh Kegiatan Bermain
Lempar Tangkap Dan Estafet
Terhadap Motorik Kasar Anak
Usia 5-6 Tahun**

Nama Mahasiswa

: Nur Latifatul Lailah

Nomor Pokok Mahasiswa

: 2053054011

Program Studi

: Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia

Jurusan



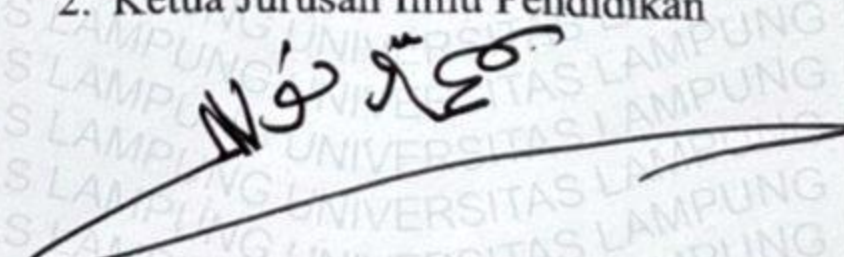
Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2


Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd.
NIP 196409141987122001


Susanthi Pradini, M.Psi.
NIP 231804891017201

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP 19741220 200912 1 002

MENGESAHKAN**1. Tim Penguji**

Ketua

: Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd.

Sekretaris

: Susanthi Pradini, M.Psi.

Penguji

: Dr. Asih Budi Kurniawati, M.Pd.**2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan****Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.**

NIP. 198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 29 September 2025

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah:

Nama : Nur Latifatul Lailah

NPM : 2053054011

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Kegiatan Bermain Lempar Tangkap dan Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun ” tersebut merupakan hasil penelitian saya, kecuali beberapa bagian tertentu yang saya rujuk sumbernya dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Apabila di kemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 13 Oktober 2025

Penulis,



Nur Latifatul Lailah
NPM 2053054011

RIWAYAT HIDUP



Nur Latifatul Lailah lahir di Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan pada 26 April 2001, anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Muhtarom dan Ibu Rusmi. Penulis memiliki satu saudara laki-laki dan satu perempuan bernama Mohammad Syarifuddin dan Maulina Rahmatullah. Penulis menempuh pendidikan formal mulai dari TK Annur pada tahun 2007 sampai 2008, dilanjutkan Sekolah Dasar 2008 sampai 2014, kemudian melanjutkan ke Madrasah Tsanawiah dan Madrasah Aliyah di Daar El-qolam 2014 sampai 2019. Penulis melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi dan terdaftar sebagai Mahasiswa S1 PG PAUD Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur MANDIRI pada periode 2020/2021. Pada tahun 2023, penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Pengenalan Lapangan Prasekolah (PLP) selama 40 hari di Desa Gedung Pakuon, Kecamatan Baradatu, Kabupaten Way Kanan.

MOTTO HIDUP

“Selama masih ada yang namanya perjuangan tidak akan ada yang sia-sia”

(R.A Kartini)

“Hidup akan tetap berjalan, maka janganlah menyerah dan berputus asa”

(Nur Latifatul Lailah)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim ...

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Sebagai rasa syukur dan terima kasih, kupersembahkan karya ini kepada

Kedua Orang Tua Tercinta

Untuk kedua orangtuaku, yang selalu memberikan cinta, kasih sayang, serta pengorbanan tanpa henti, mendukung dan mendoakanku dengan penuh keikhlasan di setiap langkah yang aku jalani.

Kakak Dan Adik Tersayang

Untuk kakak dan adikku, yang selalu membawa kebahagiaan keceriaan, dukungan dan semangat dalam hidupku.

Almamater Tercinta Universitas Lampung

Tempatku menimba ilmu untuk bekal kehidupan.

SAWACANA

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan berkah dan rahmat-Nya sehingga skripsi yang berjudul “pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peran dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A.IPM. selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan FKIP Universitas Lampung.
3. Dr. Muhammad Nurwahidin, S.Ag., M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
4. Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Umum Dan Keuangan Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
5. Dr. Riswandi, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerja Sama Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
6. Dr. Asih Budi Kurniawati, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Universitas Lampung, sekaligus selaku dosen pembahas yang telah memberikan kritik dan saran dalam penyempurnaan skripsi ini.

7. Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, membimbing, memberikan saran, motivasi dan arahan dalam proses penyusunan skripsi ini.
8. Ibu Susanthi Pradini, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus pembimbing 2 yang telah membimbing, memberikan saran dan arahan selama kuliah.
9. Ibu/Bapak Dosen dan Staff Karyawan PG PAUD FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan bantuan selama kuliah.
10. Ibu Siti Rukayah, S.Pd. Selaku Kepala Sekolah, Dewan Guru dan Anak-Anak TK Baiturrahman Parung Panjang yang telah membantu dan atusisas dalam proses penelitian.
11. Kedua Orang Tuaku Tercinta dan Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga ayah dan ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.
12. Teman-teman Seperjuanganku (Rafika, Ria, Mutiara, Annisa, Sindi, Putri, Esti) Terima kasih sudah menemani selama 5 tahun diperantauan, melewati bersama dalam suka dan duka, dan selalu membantu dalam menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas.
13. Teman-teman Ikas Lampung, Terima kasih sudah kebersamaian pada proses perkuliahan, dan sudah mendukung dalam pembuatan skripsi.
14. Kepada Nunas Ambar Cahyani, S.H., Ratna Kurnia, S.H., Tri Pramesti Cahyani, S.H Terima kasih atas semua dukungan yang sudah diberikan dalam penyusunan skripsi.
15. Teman-teman seperjuangan PG PAUD 2020 yang sudah berjuang bersama.
16. Semua pihak yang telah membantu dalam menyusun skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
I. PENDAHULUAN	9
1.1 Latar Belakang Masalah	9
1.2. Identifikasi Masalah	15
1.3. Batasan Masalah.....	15
1.4. Rumusan Masalah	15
1.5. Tujuan Penelitian.....	16
1.6. Manfaat Penelitian.....	16
II. KAJIAN PUSTAKA	17
2.1 Hakikat Motorik Kasar Anak Usia Dini.....	17
2.2 Teori Perkembangan Motorik Kasar Anak	31
2.3 Hakikat Bermain.....	34
2.4 Aktivitas Bermain Lempar Tangkap	41
2.5 Aktivitas Bermain Estafet	44
2.6 Kerangka Berpikir	48
2.7 Hipotesis Penelitian.....	49
III. METODOLOGI PENELITIAN	42
3.1 Jenis Penelitian	42
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	42
3.3 Desain Penelitian.....	42
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	43

3.5 Definisi Konseptual	44
3.6 Definisi Operasional	44
3.7 Teknik Pengumpulan Data	46
3.8 Langkah Penelitian	46
3.9 Instrumen Penelitian	49
3.10 Uji Instrumen Penelitian	50
3.10.1 Uji Validitas	50
3.11 Teknis Analisis Data	52
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	55
4.1 Hasil Penelitian	55
4.2 Data Deskriptif <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i>	56
4.3 Hasil Analisis Data	63
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	69
IV. KESIMPULAN DAN SARAN	78
5.1 Kesimpulan	78
5.2 Sara	79
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Perkembangan Motorik Kasar Anak Di TK Baiturrahman Kecamatan Parung Panjang	11
2. Desain Penelitian.....	43
3. Data Peserta Didik Kelompok B TK Baiturrahman.....	43
4. Pelaksanaan Pretest, Posttest dan Treatment	47
5. Skala Penilaian	49
6. Kisi-Kisi Instrumen Penilaian Perkembangan Motorik Kasar Anak usia 5-6 tahun	49
7. Hasil Uji Validitas.....	51
8. Kriteria Reliabilitas	51
9. Hasil Uji Reliabilitas Kemampuan Motorik Anak.....	52
10. Perlakuan di Kelas Eksperimen	55
11. Distribusi Nilai <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen	57
12. Distribusi Nilai <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen	58
13. Rekapitulasi Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelas Eksperimen.....	59
14. Distribusi Nilai <i>Pretest</i> Kelas Kontrol	60
15. Distribusi Nilai <i>Post Test</i> Kelas Kontrol.....	61
16. Rekapitulasi Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelas Kontrol	62
17. Hasil Uji Normalitas Kelas Eksperimen	63
18. Hasil Uji Normalitas Kelas Kontrol.....	63
19. Hasil Uji Homogenitas.....	64
20. Hasil Nilai Uji N Gain Kelas Eksperimen dan Kelas kontrol.....	65
21. Hasil Perhitungan Uji Hipotesis 1	67
22. Hasil Perhitungan Uji Hipotesis 2.....	68
23. Hasil Perhitungan Uji Hipotesis 3.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pikir Penelitian	49
2. Rumus Normalitas Gain.....	54
3. Diagram Batang Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelas Eksperimen.....	59
4. Diagram Batang Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelas Kontrol	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian Pendahuluan	86
2. Surat Balasan Izin Penelitian Pendahuluan.....	88
3. Surat Izin Penelitian	89
4. Surat Balasan Izin Penelitian	89
5. Data perkembangan motorik kasar anak kelompok B TK Baiturrahman parung panjang.....	91
6. Data perkembangan motorik kasar anak kelompok B TK Baiturrahman parung panjang.....	92
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).....	93
8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).....	103
9. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Variabel Y (Kemampuan Motorik Kasar).....	111
10. Rubrik Penilaian Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 5-6 Tahun (Y)	112
11. Lembar Observasi Perkembangan Motorik Kasar	115
12. Hasil Uji Validitas Perkembangan Motorik Kasar	117
13. <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen	118
14. <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	120
15. <i>Pretest</i> Kelas Kontrol.....	122
16. <i>Posttest</i> Kelas Kontrol	124
17. Hasil Uji Normalitas	126
18. Hasil Uji Homogenitas	127
19. Hasil UJI N GAIN.....	128
20. Hasil Uji Hipotesis	133
21. Foto Pelaksanaan Kegiatan.....	136

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Anak usia dini memiliki potensi yang perlu dikembangkan yang memiliki karakteristik tertentu yang tidak akan sama dengan orang dewasa. Maka dari itu, sangat diperlukan untuk memberikan pondasi awal, terutama pada perkembangan anak dalam segala aspek perkembangan tumbuh kembangnya. Di usia ini disebut dengan masa keemasan (*golden age*) yaitu suatu proses yang mempunyai masa rentan pada perkembangan seorang individu. Masa ini merupakan masa kritis yang akan mempengaruhi terhadap keberhasilan tumbuh kembangnya di masa yang akan datang (Puspita, 2020).

Di usia ini anak sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, kepribadian, dan intelektual. Anak juga mengalami masa dimana mereka sedang melewati masa perkembangan yang sangat baik, masa ini juga merupakan masa yang tepat untuk pemberian dasar dalam mengembangkan kemampuan kognitif, motorik, bahasa, sosio-emosional, agama dan moral serta seni dalam diri anak (Soekamti, 2019). Pada masa ini, anak mengalami pertumbuhan pesat dalam berbagai aspek termasuk fisik, mental, kepribadian dan intelektual. Oleh karena itu, stimulasi yang tepat sangat penting untuk membantu mereka mengembangkan berbagai kemampuan dasar yang akan menjadi fondasi bagi kehidupan mereka di masa yang akan datang.

Perkembangan anak usia dini dengan sifat holistik di lihat dari perkembangan optimal sehat badan, gizi cukup dan pendidikan secara baik yang mencakup semua aspek pertumbuhan dan perkembangan. Setiap aspek

akan saling terkait dan saling mempengaruhi. Oleh karena itu, orang tua, pendidik, dan lingkungan sekitar untuk memberikan dukungan yang seimbang dan menyeluruh agar anak-anak dapat berkembang secara optimal. Pemenuhan gizi yang baik dan pendidikan yang benar menjadi pondasi penting dalam proses ini.

Menurut Hurlock (2013:150) Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, otot syaraf dan otot yang dikoordinasikan. Proses perkembangan motorik ini dimulai sejak bayi lahir dan terus berlanjut sepanjang masa anak-anak tumbuh. Aktivitas fisik, bermain, dan latihan yang tepat sangat penting untuk memfasilitasi perkembangan motorik yang baik. Melalui pengalaman-pengalaman tersebut, anak-anak belajar mengontrol gerakan tubuh mereka dengan lebih baik, meningkatkan keterampilan koordinasi, dan membangun fondasi yang diperlukan untuk kemampuan motorik yang lebih kompleks di masa depan.

Perkembangan motorik kasar anak merupakan kemampuan anak untuk bergerak dengan lancar dan mengendalikan gerakan tubuhnya yang memiliki dampak besar pada kemampuan mereka untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik. Perkembangan motorik kasar merupakan hal yang sangat penting bagi anak usia dini khususnya anak kelompok bermain/KB dan taman kanak-kanak/TK (Soekamti, 2019). Stimulasi motorik kasar yang tepat akan membantu anak berkembang secara optimal yang dapat meningkatkan proses belajar pada anak. Jika motorik kasar terhampar karna kurangnya stimulasi, masalah kesehatan atau lingkungan tidak mendukung. Hal ini dapat menimbulkan konsekuensi jangka pendek dan panjang pada berbagai aspek perkembangan anak.

Tabel 1. Data Perkembangan Motorik Kasar Anak Di TK Baiturrahman Kecamatan Parung Panjang

No.	TK	Jumlah anak	Kemampuan Motorik Kasar Anak			
			BB	MB	BSH	BSB
1.	B1	24 Anak	4	12	5	3
2.	B2	25 Anak	2	13	5	5
Total		49 Anak	6	25	10	8
presentase		100%	12,24%	51,02%	20,40	16,32%

Sumber : TK Baiturrahman Parung Panjang

Keterangan

BB : (Belum Berkembang)

MB : (Mulai Berkembang)

BSH : (Berkembang Sesuai Harapan)

BSB : (Berkembang Sangat Baik)

Berdasarkan data tabel observasi awal, yang di lakukan pada TK Baiturrahman Kecamatan Parung Panjang pada tanggal 20 sampai dengan 26 Maret 2024 terdapat beberapa masalah yang berkaitan dengan motorik kasar anak, hal ini ditunjukkan ketika anak melakukan kegiatan bermain di luar kelas ketika melakukan kegiatan senam. Beberapa anak sudah mulai berkembang pada motorik kasarnya, ada pula sebagian anak masih belum mampu melakukan gerakan keseimbangan dengan contoh anak belum bisa menangkap benda yang diberikan temannya dan anak yang belum bisa memberikan benda yang dipegang ke teman satu timnya. Sebagian anak yang belum bisa mengkoordinasi gerak tubuhnya saat bermain. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang bermain lempar tangkap dan estafet terhadap motorik kasar anak di TK Baiturrahman di Kecamatan Parung Panjang. Kegiatan ini diharapkan dapat menstimulasi perkembangan motorik kasar anak.

Kegiatan bermain dalam mengembangkan motorik kasar dapat memberikan manfaat bagi kemampuan anak dalam menguasai gerakan yang sulit dilakukan. selain itu, memberikan stimulasi fisik yang lebih mumpuni seperti tidak mudah lelah dalam melakukan aktivitas baik di dalam aktivitas fisik maupun di bidang olahraga. Pengembangan motorik kasar di usia ini sangat diutamakan. Bermain itu penting bagi anak, karena bermain menjadi bagian penting dalam proses tumbuh kembang anak (Ardini, 2018). Dengan

bermain anak akan belajar berbagai hal tentang kehidupan sehari-hari. Mampu mengoptimalkan pengalaman anak yang berkaitan dengan lingkungan, dan mampu meningkatkan kemampuan berbahasa, berpikir, bersikap, bergaul, berkarya dan sebagainya.

Gallahue (dalam Anggraini, 2022) mengemukakan bahwa perkembangan gerak yang melibatkan kemampuan motorik kasar anak memiliki beberapa fase *Fundamental Movement Phase*. Fase ini dimulai sejak anak berusia 2-7 tahun. Fase ini merupakan kelanjutan dari fase perkembangan gerak sebelumnya. Fase ini anak belajar mengeksplorasi tubuh untuk melakukan berbagai hal manipulatif. Fase ini anak banyak bergerak lokomotor, nonlokomotor, serta manipulatif. Jika motorik terhambat pada usia 5-6 tahun anak akan kesulitan dalam mengeksplorasi gerakan-gerakan dasar ini. Maka akan menghambat transisi ke *specialized movement phase* di usia 7 tahun dimana anak seharusnya sudah dapat mengkombinasikan gerakan-gerakan tersebut dalam olahraga. Akibatnya, anak akan tertinggal dalam pengembangan keterampilan olahraga dan aktivitas fisik yang lebih kompleks. Pada dampak fisik dalam aktivitas sehari-hari anak mungkin mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas fisik dasar seperti berlari, melompat, atau menjaga keseimbangan. Hal ini dapat menyebabkan anak lebih sering cedera atau cepat lelah.

Dunia anak adalah dunia bermain, bermain adalah metode belajar yang tepat bagi guru untuk mengembangkan motorik anak. Dimana ketika bermain anak akan merasa senang karena mendapatkan kegiatan baru. Bagi mereka imajinasinya sedang berkembang, benda atau barang apa saja bisa dijadikan sarana bermain. Dengan bermain memiliki banyak manfaat bagi perkembangan anak terutama pada perkembangan motorik kasarnya. Kegiatan yang mampu memberikan keseimbangan yang baik sangat penting dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini. Memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk berlatih dan memperkuat keseimbangan mereka melalui berbagai aktivitas fisik dan permainan dapat membantu mereka menjadi lebih terampil dan percaya diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Rohmah, 2016).

Memberikan stimulasi motorik kasar yang baik dan benar dapat mengantarkan anak pada pencapaian tumbuh kembang yang optimal. Jika satu aspek perkembangan yang distimulasi dengan benar maka akan mempengaruhi aspek perkembangan yang lainnya. Dengan ini pendidik perlu menyediakan berbagai macam kegiatan yang menarik untuk anak sehingga mereka tidak merasa sedang terangsang perkembangannya. pemberian stimulasi gerak pada perkembangan anak sedari dini (Sulistyo, 2021). Dengan memberikan stimulasi, diharapkan mampu membentuk kemampuan anak dalam melakukan kegiatan fisik di dalam sekolah maupun di luar sekolah.

Pemberian stimulasi pada kemampuan motorik akan memiliki peran pada peningkatan kemampuan fisik anak yang akan membuat aktivitas fisik anak semakin banyak. Berbagai kegiatan fisik bisa dilakukan dengan bermain. Dengan bermain mampu meningkatkan kegiatan fisik anak. Aktivitas fisik akan menciptakan pula rasa keingintahuan anak dan membuat anak-anak akan memperhatikan benda-benda, menangkapnya, mencoba, melemparkan atau menjatuhkan, mengambil, mengocok-ngocok, dan meletakkan kembali benda-benda ke dalam tempatnya. Pentingnya untuk mengembangkan motorik kasar anak usia dini agar dapat meningkatkan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan penyesuaian kegiatan motorik lainnya (Abdillah, 2019). Jika motorik kasar anak berkembang dengan optimal maka akan mempengaruhi beberapa kegiatan aktivitas yang dilakukan anak.

Salah satu kegiatan yang dapat membangun rasa semangat anak untuk melakukan kegiatan motorik kasar adalah dengan memodifikasi kegiatan belajar dengan bermain. Lempar tangkap merupakan kegiatan bermain yang menggunakan bola sebagai media. Permainan lempar tangkap bola ini seringkali diterapkan pada anak usia dini dengan tujuan dapat melatih motorik kasar. Estafet adalah salah satu cabang olahraga lari atletik yang dilakukan secara beregu dan setiap pelari harus menempuh jarak yang telah ditentukan sebelum memberikan tongkat penyambung ke teman satu tim yang berada di depannya.

Permainan membutuhkan koordinasi baik antara kinerja mata ataupun tangan serta kaki. Ketika melakukan kegiatan melempar dan menangkap bola, ada beberapa anak yang sudah bisa melempar dan menangkap bola. Gerakan melempar dan menangkap bola yang dilakukan anak dalam permainan ini juga berguna untuk melatih keseimbangan anak. Dari kegiatan ini anak akan memiliki rangsangan terhadap perkembangan tumbuh gerakanya dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini didukung oleh peneliti yang telah dilakukan oleh Soekamti (2019) tentang perkembangan motorik kasar anak usia dini sebagai dasar menuju prestasi olahraga dalam hasil penelitiannya diketahui bahwa anak usia taman kanak-kanak pada umumnya sangat aktif, mereka memiliki penguasaan terhadap tubuhnya dan sangat menyukai kegiatan yang dilakukan sendiri. Oleh karena itu, Orang tua atau guru perlu menyediakan ruang dan waktu bagi anak untuk melakukan kegiatan yang dapat melatih otot kasar anak serta menyediakan barang-barang dan peralatan bagi anak yang bisa didorong, diangkat, dilempar dan dijinjing. Selanjutnya hasil penelitian Cuacicha (2016) tentang pengaruh bermain lempar tangkap bola terhadap keterampilan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dalam hasil penelitiannya diketahui bahwa adanya pengaruh yang sangat signifikan antara bermain lempar tangkap bola terhadap keterampilan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Pertiwi Sumberejo Kota Gajah Lampung Tengah. Selanjutnya hasil penelitian Tangse dan Dimyati (2021) tentang permainan estafet untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan permainan estafet terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Kegiatan permainan estafet ini juga dapat menjadi salah satu acuan kegiatan pembelajaran dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak disekolah maupun diluar sekolah.

Paparan dari penelitian terdahulu tersebut, merupakan data pendukung bahwa kegiatan bermain estafet dan lempar tangkap dapat dijadikan alternatif untuk mengembangkan motorik kasar anak yang mampu mensimulasikan gerak tubuh anak pada motorik kasarnya. Kegiatan

bermain dengan lempar tangkap dan estafet di TK Baiturrahman, harapannya dapat memberikan hasil, karena kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet merupakan model pembelajaran yang melibatkan anak secara langsung pada pembelajaran. Selain itu, menerapkan kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet diharapkan mampu berhasil dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak serta mengembangkan gerak tubuh anak dalam kegiatan sehari-hari. Maka dari itu peneliti bermaksud untuk meneliti pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Beberapa kegiatan bermain perlu diberikan untuk perkembangan motorik kasar anak di TK Baiturrahman Parung Panjang.
2. Beberapa anak masih belum mampu melakukan gerakan keseimbangan.
3. Beberapa anak masih belum mampu mengkoordinasi gerak tubuh

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka batasan masalah pada kegiatan bermain lempar tangkap terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman sudah mulai berkembang motorik kasarnya tetapi masih perlu memberikan kegiatan bermain yang mampu mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak dengan kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang dapat dirumuskan adalah sebagai berikut :

1. Apakah kegiatan lempar tangkap berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman ?

2. Apakah kegiatan estafet berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman ?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Pengaruh kegiatan lempar tangkap terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman.
2. Pengaruh kegiatan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman.
3. Perbedaan pengaruh bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1 secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan mengembang ilmu yang berkaitan dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui media bermain lempar tangkap.

1.6.2 secara praktis

- a. Bagi kepala sekolah, penggunaan media bermain lempar tangkap ke dalam pembelajaran diharapkan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak.
- b. Bagi guru, sebagai pengetahuan pentingnya kegiatan bermain lempar tangkap dalam perkembangan motorik kasar anak dan sebagai bahan masukan bagi sekolah untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak.
- c. Peneliti lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti untuk menggunakan kegiatan bermain lempar tangkap untuk perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

II. KAJIAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Motorik Kasar Anak Usia Dini

Motorik kasar atau yang biasa disebut dengan *gross motor* yang sebagian gerakannya menggunakan otot-otot besar. Motorik kasar menjadi bagian aspek perkembangan yang sangat erat dan penting untuk membantu perkembangan tumbuh anak (Ningrum *et al*, 2023). Merujuk pada kemampuan ini mencakup berbagai aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, melompat dan memanjat. Perkembangan motorik kasar sangat penting dalam tahap tumbuh kembang anak karena berkontribusi pada kesehatan fisik yang aktivitasnya akan membantu anak untuk tetap aktif dan sehat. Koordinasi dan keseimbangan melalui latihan motorik kasar anak akan belajar untuk mengkoordinasikan gerakan tubuh yang akan meningkatkan keseimbangan. Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu kemampuan yang perlu dikembangkan pada pendidikan anak usia dini. Perkembangan motorik kasar mempunyai tingkat penting yang setara dengan perkembangan aspek yang lain. Dengan itu, pendidik perlu memiliki kemampuan untuk membantu mengembangkan dan melatih keterampilan motorik anak di lembaga pendidikan anak usia dini.

Motorik kasar diperlukan agar anak dapat duduk, menendang berlari, naik turun tangga dan sebagainya. motorik kasar dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak pada kemampuan gerak tubuhnya. Pada dasarnya, perkembangan ini berkembang sejalan dengan kemampuan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sederhana apapun, merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang di kontrol oleh otak (Siregar, R 2020). Kematangan sistem saraf yang akan memberikan perkembangan pada motorik kasar yang dimulai dengan kematangan sistem saraf pusat. Seiring dengan bertambahnya usia, koneksi saraf di otak akan

semakin kuat, memungkinkan anak untuk melakukan gerakan yang lebih kompleks. Pengembangan otot-otot pada kaki perlu berkembang dan menguat untuk aktivitas motorik kasar, memberikan latihan fisik yang teratur akan membantu memperkuat otot-otot sehingga anak dapat melakukan kegiatan gerakan dengan lebih baik. Dengan demikian, perkembangan motorik kasar adalah hasil dari interaksi yang harmonis antara sistem saraf, otot, dan pengalaman yang diperoleh oleh anak. Hal ini merupakan proses yang berkelanjutan dan sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak secara keseluruhan.

Setiap gerakan anak melibatkan tiga unsur penting yaitu otot, otak, dan syaraf. Ketiga unsur ini bekerja sama untuk menghasilkan gerakan yang terkoordinasi dan bermakna. Jika salah satu dari ketiga unsur tersebut tidak berfungsi dengan baik, maka gerakan yang dihasilkan bisa menjadi tidak efektif atau bahkan tidak terjadi sama sekali. Unsur-unsur yang bisa dijelaskan berupa gerakan otot yang menjadi jaringan yang berkontraksi untuk menghasilkan gerakan yang konteks pada motorik kasar yang meliputi pada otot besar dan otot kaki, lengan, dan punggung yang memberikan peran penting dalam aktivitas fisik. Hal ini didukung oleh teori Gallahue (dalam Anggraini, 2022) yang menyatakan bahwa kemampuan manipulatif kasar sangat erat kaitannya dengan kerja otot besar tubuh manusia. Kemampuan ini biasanya digunakan oleh anak untuk melakukan berbagai kegiatan olahraga. Perkembangan motorik kasar terjadi secara bertahap dari bayi hingga dewasa. Model ini menekankan bahwa motorik kasar merupakan dasar utama untuk keterampilan gerak yang lebih kompleks, yang terbagi menjadi tiga kategori yaitu gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar akan menjadi dasar tumbuh kembang pada gerak tubuh anak. Di usia ini perlu memberikan anak beberapa kegiatan yang menggunakan seluruh anggota tubuh agar otot-otot dapat berkoordinasi dengan baik. Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang mereka. Motorik kasar yang melibatkan penggunaan otot-otot besar yang berperan dalam kemampuan anak untuk

melakukan berbagai aktivitas fisik seperti duduk, berlari, dan menaiki tangga. Proses perkembangan ini dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf dan otot, serta melibatkan interaksi kompleks antara otot, otak, dan syaraf. Pendidik dan orang tua memiliki peran krusial dalam memberikan stimulasi yang tepat untuk membantu anak mengembangkan keterampilan motorik kasar mereka. Dengan memberikan dukungan melalui aktivitas fisik yang menyenangkan dan bermanfaat, anak-anak dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, aktif, dan memiliki keterampilan fisik yang baik, serta mampu berpartisipasi dalam berbagai aktivitas sehari-hari dengan percaya diri.

2.1.1. Prinsip Perkembangan Motorik Kasar

Prinsip perkembangan motorik anak usia dini biasanya mengalami perubahan pada fisik maupun psikis yang sesuai dengan masa pertumbuhan. Perkembangan motorik anak akan menyesuaikan dengan status kesehatan, gizi, dan pemberian stimulasi yang sesuai dengan usia anak. Menurut pendapat Hurlock (1980) yang menjabarkan tentang prinsip perkembangan motorik anak, sebagai berikut ;

1. Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf;
Perkembangan motorik anak sangat dipengaruhi oleh otak sebagai pusat pengendali gerakan, proses ini berkaitan erat dengan sistem saraf yang mengatur otot, keseimbangan, dan koordinasi. Dengan memberikan stimulasi yang tepat, anak akan mengalami perkembangan keterampilan motoriknya dengan optimal.
2. Belajar keterampilan motorik tidak terjadi sebelum anak matang;
Sebelum sistem otot dan syaraf berkembang dengan baik, tidak akan mempengaruhi gerak keterampilan anak. Maka diharapkan anak sudah benar-benar siap menerima stimulasi gerak yang akan diberikan.
3. Perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan;
Diramalkan perkembangan motorik diperlihatkan dengan adanya bukti jika usia anak berjalan konsisten dengan laju perkembangan. Seperti, anak yang berjalan lebih awal sebelumnya dapat duduk lebih awal.

4. Perkembangan motorik dimungkinkan untuk dapat ditentukan;

Perkembangan motorik pada dasarnya mengikuti pola yang diramalkan, maka berdasarkan rata-rata usia akan sangat menentukan norma berbentuk kegiatan motorik lainnya. Norma inilah yang akan digunakan orang tua mengetahui perkembangan yang seharusnya terjadi pada usia tertentu. Norma tersebut juga bisa digunakan untuk mengetahui normal tidaknya cara motorik anak berkembang.

5. Perbedaan individu dalam laju perkembangan motorik;

Berdasarkan aspek yang cakupannya luas, perkembangan motorik yang dimiliki anak hampir selalu sama dengan pola yang ada. Berdasarkan pada rincian pola tersebut memungkinkan terjadinya perbedaan pola antara anak. Hal ini dikarenakan perbedaan usia anak serta perbedaan kemampuan anak menguasai kegiatan motorik.

Marlina dan Bouchard (dalam Ayu, 2020) mengungkapkan mengenai prinsip utama perkembangan motorik kasar yaitu ;

1. Kematangan saraf

Kemampuan anak dalam melakukan gerakan motorik sangat dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf yang mengatur gerakan tersebut. Saat lahir saraf-saraf pada pusat sistem saraf belum sepenuhnya berkembang dan berfungsi untuk mengontrol gerakan motorik. Sekitar usia 5 tahun, saraf-saraf ini telah mencapai tingkat kematangan yang cukup untuk merangsang berbagai aktivitas motorik. Otot-otot besar yang bertanggung jawab atas gerakan motorik kasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan berlutut, berkembang lebih cepat dibandingkan otot-otot halus yang mengatur motorik halus, seperti menggunakan jari-jari tangan untuk menyusun puzzle, memegang pensil, atau menggunakan gunting untuk membentuk dengan plastisin atau tanah liat.

2. Urutan

Pada usia 5 tahun, anak telah mengembangkan kemampuan motorik yang kompleks, yaitu kemampuan untuk mengkoordinasikan gerakan

motorik dengan seimbang, seperti berlari sambil melompat, mengendarai sepeda, dan aktivitas lainnya. 1) urutan pertama disebut pembedaan, yang mencakup perkembangan bertahap dari gerakan motorik kasar yang belum terarah menjadi gerakan yang lebih terarah sesuai dengan fungsi motorik. 2) urutan kedua adalah keterpaduan, yaitu kemampuan untuk menggabungkan gerakan motorik yang saling berlawanan dalam koordinasi yang baik, seperti berlari dan berhenti, melempar dan menangkap, serta bergerak maju dan mundur.

3. Motivasi

Teori Hedonisme menjelaskan motivasi yang berkaitan dengan perasaan senang atau gembira. Selain itu, terdapat juga teori naluri yang merujuk pada motivasi yang ada dalam diri manusia. Motivasi ini bersifat alami dan mendorong individu untuk berperilaku dan beraktivitas guna mencapai tujuannya. Semakin kuat motivasi seseorang, semakin cepat pula mereka dapat mencapai tujuan dan merasakan kepuasan. Hal ini juga berlaku untuk anak-anak, dimana kematangan motorik mereka memotivasi untuk melakukan berbagai aktivitas motorik dalam skala yang lebih luas. Ini dapat dilihat dari: 1) peningkatan aktivitas fisik yang signifikan, 2) anak-anak terus melakukan aktivitas fisik dengan menggunakan otot-otot besar atau kecil tanpa ingin berhenti. Motivasi yang berasal dari dalam diri anak perlu didukung oleh motivasi eksternal. Contohnya; dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk terlibat dalam berbagai kegiatan gerak motorik serta menyediakan sarana dan prasarana yang diperlukan.

4. Pengalaman

Perkembangan gerakan merupakan dasar bagi perkembangan berikutnya. Latihan dan pendidikan gerak pada anak usia dini lebih ditujukan bagi pengayaan gerak, pemberian pengalaman yang membangkitkan rasa senang dalam suasana riang gembira anak.

5. Praktik

Beberapa kebutuhan anak usia dini yang berkaitan dengan pengembangan motoriknya perlu dipraktikkan anak dengan bimbingan guru.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik anak usia dini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kematangan sistem saraf, urutan perkembangan, motivasi, pengalaman, dan praktik. Kematangan saraf sangat penting dalam mengatur gerakan motorik, dan setiap anak memiliki laju perkembangan yang berbeda. Proses perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan, dimana anak yang lebih awal mencapai satu keterampilan biasanya juga lebih awal dalam keterampilan lainnya. Motivasi baik dari dalam diri anak maupun dari lingkungan eksternal, berperan penting dalam mendorong anak untuk aktif bergerak dan berlatih. Pengalaman yang menyenangkan dan praktik yang terarah, seperti bermain dan berlatih dengan bimbingan, juga sangat penting untuk mendukung perkembangan motorik anak. Dengan memahami prinsip-prinsip ini, orang tua dan pendidik dapat memberikan dukungan yang tepat untuk membantu anak mencapai potensi motoriknya secara optimal.

2.1.2 Aspek Motorik Kasar Anak

Perkembangan motorik kasar anak sangat penting untuk diperhatikan karena dengan memperhatikan motorik anak kita dapat mengetahui berbagai kegiatan maupun aktivitas fisik motorik yang dilakukan anak (Siregar, R 2020). Dengan mengamati perkembangan motorik kasar anak, akan dapat menilai sejauh mana kemampuan anak dalam mengontrol dan menggerakkan otot-otot besar tubuhnya, seperti berjalan, berlari, melompat, atau melempar. Perkembangan motorik kasar pada anak merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan karena melalui perkembangan motorik ini, akan dapat memahami bagaimana anak melakukan berbagai aktivitas fisik dan gerakan tubuh sehari-hari.

Perkembangan motorik kasar anak melibatkan aspek perkembangan anak. Menurut Gallahue (1989) ada tiga aspek perkembangan motorik kasar anak, yaitu sebagai berikut:

1. Keseimbangan; Keseimbangan merupakan kemampuan untuk dapat mempertahankan tubuh agar tidak terjatuh. Stimulasi yang dapat diberikan untuk melatih keseimbangan pada anak usia dini yaitu memberikan permainan lempar tangkap dan estafet.
2. Koordinasi visual motorik; Koordinasi visual motorik merupakan kemampuan yang penting dalam perkembangan anak karena dapat mendukung berbagai aktivitas fisik, kognitif, dan keterampilan sehari-hari. Mendorong anak untuk terlibat dalam permainan dan kegiatan yang merangsang hubungan anatar mata dan gerakan yang dapat membantu anak dalam mengembangkan koordinasi visual motorik yang kuat.
3. Koordinasi fisik; Koordinasi fisik merupakan keterampilan untuk menggerakkan berbagai bagian tubuh secara teratur, sehingga menghasilkan gerakan yang efisien dan efektif. Koordinasi ini melibatkan integrasi otot saraf dan otak untuk mengontrol gerak tubuh (Anggraini, 2022).

Dalam (Saripudin, 2019) ada pun pernyataan tentang perkembangan motorik pada anak mengikuti pola umum;

- a. *Continuity* (bersifat kontinyu), dimulai dari yang sederhana ke yang kompleks sejalan dengan bertambahnya usia.
- b. *Uniform Sequence* (memiliki tahapan yang sama) yaitu memiliki pola tahapan yang sama untuk semua anak, meskipun kecepatan pada tiap anak berbeda.
- c. *Maturity* (kematangan) yaitu dipengaruhi oleh perkembangan sel syaraf. Sel saraf telah terbentuk semua saat anak lahir, tetapi proses mielinasinya masih terus berlangsung sampai beberapa tahun kemudian. Anak tidak dapat melakukan gerakan tertentu yang terkoordinasi sebelum proses mielinasi tercapai.

- d. Umum ke khusus, yaitu dimulai dari gerak yang bersifat umum ke gerak yang bersifat khusus. Gerakan secara menyeluruh dari badan terjadi lebih dulu sebelum gerakan bagian-bagiannya. Hal ini disebabkan karena otot-otot halus (*fine muscles*).
- e. Dimulai gerak refleks bawaan ke arah gerak yang terkoordinasi. Anak lahir di dunia telah memiliki refleks, seperti menangis bila lapar, haus, sakit atau merasa tidak enak. Refleks tersebut akan berubah menjadi gerak yang terkoordinasi dan bertujuan.
- f. Bersifat *chepalo-caudal direction* artinya bagian yang mendekati ekor. Otot leher berkembang lebih dulu daripada otot bagian kaki.
- g. Bersifat *proximodistal*, artinya bahwa bagian yang mendekati sumbu tubuh yaitu tulang belakang berkembang lebih dulu dari bagian yang lebih jauh. Otot dan syaraf lengan berkembang lebih dulu dari otot jari. Oleh karena itu anak-anak biasanya menangkap bola dengan lengan bukan dengan jari tangannya.
- h. Koordinasi *bilateral* menuju *cross lateral*, artinya bahwa koordinasi organ yang sama berkembang lebih dulu sebelum bisa melakukan koordinasi organ bersilangan.

Motorik mencakup semua jenis gerakan yang dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik adalah proses yang melibatkan kematangan dan pengendalian gerakan tubuh (Sujiono, 2020). Pertumbuhan fisik anak sangat penting karena dapat mempengaruhi perilaku sehari-hari mereka, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung, pertumbuhan fisik menentukan keterampilan anak dalam bergerak, sedangkan secara tidak langsung, perkembangan fisik dan motorik dapat mempengaruhi cara anak memandang diri mereka sendiri dan orang lain.

Peningkatan keterampilan motorik anak juga berkontribusi pada aspek fisiologis, kemampuan sosial emosional, dan kognitif mereka. Perkembangan motorik anak dibagi menjadi dua kategori yaitu gerakan motorik kasar dan gerakan motorik halus (Amini, 2020). Gerakan motorik kasar melibatkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh dan menggunakan otot-otot besar, sedangkan gerakan motorik halus melibatkan bagian tubuh

tertentu yang dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti keterampilan menggunakan jari-jari tangan dan gerakan pergelangan tangan. Jenis kegiatan motorik sangat penting karena berperan sebagai media utama dalam proses belajar dan penguasaan keterampilan motorik kasar dan halus. Melalui kegiatan yang tepat dan berulang, anak dapat meningkatkan sikap dan penampilan gerakannya, mempercepat penguasaan keterampilan, serta membangun fondasi yang kuat untuk perkembangan fisik, kognitif dan sosial di masa depan.

Hal ini di dukung oleh teori Richard (dalam Anggraini, 2022) perilaku belajar anak dapat diukur melalui sikap dan penampilan dalam melakukan gerakan tertentu. Karakteristik penampilan ini menjadi indikator kemajuan belajar atau penguasaan keterampilan yang semakin membaik dari waktu ke waktu. Dengan kata lain, semakin sering dan teratur anak melakukan suatu keterampilan motorik, maka penguasaannya akan semakin meningkat, baik pada motorik kasar maupun motorik halus. Dengan itu, Kegiatan motorik menjadi hal yang penting dalam proses belajar agar mampu menguasai keterampilan motorik kasar dan halus.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar anak sangat penting untuk diperhatikan, karena dapat memberikan wawasan tentang berbagai aktivitas fisik yang dilakukan anak. Proses perkembangan motorik berkaitan erat dengan kematangan sistem saraf dan otot, serta melibatkan aspek keseimbangan, koordinasi visual motorik, dan koordinasi fisik. Terdapat pola umum dalam perkembangan motorik anak, yang mencakup kontinuitas, urutan yang seragam, kematangan, serta perkembangan dari gerakan umum ke gerakan khusus. Peningkatan keterampilan motorik berkontribusi pada aspek fisiologis, sosial emosional, dan kognitif anak. Perkembangan motorik dibagi menjadi dua kategori, yaitu motorik kasar yang melibatkan otot-otot besar dan motorik halus yang melibatkan otot-otot kecil. Kedua jenis gerakan ini sangat penting untuk mendukung perkembangan anak di masa depan. Dengan demikian, perhatian dan dukungan dari orang tua dan pendidik

sangat diperlukan untuk membantu anak mengembangkan keterampilan motorik mereka secara optimal.

2.1.3 Manfaat Perkembangan Motorik Kasar Anak

Pengembangan motorik kasar pada anak usia dini perlu dilakukan. Manfaat perkembangan motorik kasar bagi anak usia dini adalah 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 (Baan, 2020). Pengembangan motorik kasar pada anak usia dini sangat penting untuk dilakukan karena memiliki berbagai manfaat. Melalui perkembangan motorik kasar, anak dapat meningkatkan kemampuan dalam mengatur dan mengendalikan gerakan tubuh serta koordinasi antar bagian tubuh. Selain itu, perkembangan motorik kasar juga membantu anak mengasah keterampilan fisik yang diperlukan dalam aktivitas sehari-hari dan mendukung pola hidup sehat. Semua ini berkontribusi pada pertumbuhan fisik anak yang lebih kuat dan terampil, sehingga anak dapat menjalani aktivitas dengan lebih optimal dan sehat.

Menurut Sujiono (dalam Nurlailah, 2018) menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar anak mempunyai manfaat bagi perkembangan anak adalah untuk meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi. Selain itu, perkembangan motorik kasar juga berperan dalam meningkatkan keterampilan fisik anak dan mendorong mereka untuk menjalani gaya hidup yang sehat. Semua hal ini bersama-sama mendukung pertumbuhan fisik anak menjadi lebih kuat, sehat, dan terampil dalam melakukan berbagai aktivitas.

Perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun memiliki berbagai manfaat yang signifikan, antara lain:

1. Mendukung Perkembangan Fisik yang Pesat (*Golden Age*); Dini adalah "*golden age*" atau usia emas karena pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat pada berbagai aspek, termasuk motorik. Perkembangan motorik kasar yang baik pada usia 5-6 tahun akan

mengoptimalkan pertumbuhan fisik anak, yang pada gilirannya akan mempengaruhi perilaku sehari-hari dan keterampilan bergerak mereka.

2. Meningkatkan Kemandirian dan Konsep Diri; Fisik anak secara langsung akan menentukan keterampilannya dalam bergerak, dan secara tidak langsung akan mempengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri dan orang lain. Keterampilan motorik kasar yang berkembang baik memungkinkan anak untuk lebih mandiri dalam aktivitas fisik, yang dapat meningkatkan konsep diri positif.
3. Mendukung Perkembangan Kognitif dan Sosial-Emosional; Peningkatan keterampilan motorik anak akan meningkatkan pula aspek fisiologis, kemampuan sosial emosional, dan kognitif anak. Ini menunjukkan bahwa motorik kasar yang baik pada usia 5-6 tahun akan berkontribusi pada perkembangan kognitif (misalnya, melalui eksplorasi lingkungan) dan sosial-emosional (misalnya, melalui partisipasi dalam permainan dengan teman sebaya).
4. Memfasilitasi pembelajaran melalui pengalaman langsung dan bermain; Anak usia dini membutuhkan pengalaman langsung dan bahwa bermain adalah sarana penting bagi perkembangan. Keterampilan motorik kasar yang baik memungkinkan anak untuk aktif bereksplorasi, mencoba-coba (trial and error), dan berpartisipasi dalam berbagai jenis permainan yang mendukung pembelajaran dan perkembangan mereka secara menyeluruh.
5. Membantu Anak Menjadi Bagian dari Makhluk Sosial; Anak usia dini mulai suka bergaul dan bermain dengan teman sebayanya, serta belajar berbagi dan mengalah. Keterampilan motorik kasar yang memadai memungkinkan anak untuk berpartisipasi aktif dalam permainan kelompok, yang merupakan sarana penting untuk sosialisasi dan belajar berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Amini, Sujiono, dan Aisyah, 2020).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pengembangan motorik kasar pada anak usia dini, khususnya usia 5-6 tahun, sangat penting untuk meningkatkan kemampuan mengelola dan mengontrol gerakan serta

koordinasi. Manfaatnya meliputi peningkatan pertumbuhan fisik yang optimal, kemandirian, dan konsep diri positif, serta dukungan terhadap perkembangan kognitif dan sosial-emosional. Selain itu, keterampilan motorik kasar yang baik memungkinkan anak untuk belajar melalui pengalaman langsung dan bermain, serta berpartisipasi dalam interaksi sosial dengan teman sebaya. Secara keseluruhan, pengembangan motorik kasar berkontribusi pada pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat, dan terampil.

2.1.4 Tujuan Perkembangan Motorik Kasar Anak

Tujuan dari perkembangan motorik kasar pada anak adalah untuk memperkenalkan dan melatih gerakan yang melibatkan kemampuan otot besar pada anak. Menurut Yudha M. Saputra (dalam Nuha, 2020) tujuan dari perkembangan motorik kasar pada anak merupakan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik anak dapat dilihat dari sejauh mana anak mampu menyelesaikan tugas motorik yang diberikan dengan baik. Jika anak berhasil melaksanakan tugas motorik tersebut dengan tingkat keberhasilan yang tinggi, maka dapat dikatakan bahwa gerakan motorik yang dilakukan efektif dan efisien. Artinya, anak mampu menggerakkan tubuhnya dengan tepat dan hemat energi dalam menyelesaikan tugas motorik tersebut.

Perkembangan motorik kasar bagi anak usia dini memiliki tujuan yakni memperkenalkan gerakan kasar, melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan dan cara hidup sehat. Dengan mendukung perkembangan motorik kasar, mampu membantu anak untuk membangun dasar yang kuat untuk keterampilan fisik yang lebih kompleks di masa depan serta menumbuhkan kebiasaan sehat sejak dini (Baan, 2020). Perkembangan motorik kasar anak usia dini memiliki tujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan

cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil.

Menurut M, Yudha (dalam Hardiyaningrum, 2014) tujuan perkembangan motorik merupakan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik tertentu. Sedangkan menurut Samsudin, tujuan perkembangan motorik kasar adalah penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Adapun beberapa tujuan pengembangan motorik kasar meliputi :

1. mampu meningkatkan keterampilan gerak.
2. mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani.
3. mampu menanamkan sikap percaya diri.
4. mampu bekerjasama.
5. mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif.

Perkembangan motorik kasar yang diterapkan di Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki tujuan penting, yaitu untuk mengenalkan dan melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan anak dalam mengatur dan mengendalikan tubuh, serta meningkatkan koordinasi dan kelincahan (Anggraini 2022). Hal ini bertujuan untuk mendukung pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat, dan terampil. Sesuai dengan tujuan tersebut, anak usia dini dilatih dalam keterampilan dasar yang akan membantu perkembangan motorik mereka di masa depan. Pengembangan kemampuan dasar anak dapat diukur melalui keterampilan motoriknya, sehingga guru PAUD perlu berperan aktif dalam membantu mengembangkan keterampilan motorik anak. Ini mencakup memperkenalkan dan melatih perkembangan motorik kasar, serta memaksimalkan kemampuan anak dalam mengatur dan mengontrol gerakan tubuh serta koordinasi. Dengan demikian, anak diharapkan dapat menjalani pola hidup sehat yang mendukung pertumbuhan jasmani yang kuat dan terampil.

Kompetensi yang diharapkan dapat dikembangkan oleh guru sebelum anak memasuki lembaga prasekolah atau TK adalah kemampuan untuk melakukan berbagai aktivitas motorik secara terkoordinasi. Hal ini bertujuan untuk membentuk kesiapan, melatih keberanian, serta meningkatkan kelenturan dalam menulis. pentingnya melatih perkembangan motorik kasar anak mencakup beberapa aspek, antara lain:

- a. membuat otot-otot anak lebih lentur
- b. Melatih keseimbangan tubuh.
- c. Meningkatkan kecerdasan anak dengan merangsang otak melalui peredaran darah yang lancar, sehingga oksigen dapat mengalir dengan baik ke otak dan mendukung perkembangan saraf.
- d. Membuat gerakan anak menjadi lebih lincah.
- e. Menjadi alat penunjang untuk pertumbuhan jasmani yang lebih sehat, kuat, dan terampil.
- f. Memaksimalkan kemampuan anak dalam mengontrol gerakan tubuh, mengelola, dan meningkatkan keterampilan hidup sehat (Anggraini 2022).

Dengan demikian, pengembangan motorik kasar pada anak usia dini sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif mereka secara menyeluruh.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pengembangan motorik kasar pada anak usia dini bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan yang melibatkan kemampuan otot besar, meningkatkan kemampuan mengelola dan mengontrol gerakan serta koordinasi, dan membangun dasar untuk keterampilan fisik yang lebih kompleks di masa depan. Hal ini juga mendukung kebiasaan hidup sehat dan pertumbuhan jasmani yang kuat dan terampil. Kualitas motorik anak dapat diukur dari kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas motorik tertentu, yang mencakup peningkatan keterampilan gerak, kebugaran jasmani, sikap percaya diri, kerjasama, serta perilaku disiplin dan sportif. Oleh karena itu, peran guru PAUD sangat penting dalam membantu anak mengembangkan keterampilan motorik kasar, yang pada gilirannya mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif secara menyeluruh.

2.2 Teori Perkembangan Motorik Kasar Anak

John W. Santrock, (2007; 210) seorang ahli psikologi perkembangan menjelaskan awal dimulainya perkembangan motorik kasar adalah berkembangnya postur tubuh. Perkembangan postur tubuh berupa dasar keterampilan motorik kasar serta berbagai aktivitas lainnya, sehingga membutuhkan kontrol tubuh. Motorik kasar adalah keterampilan yang melibatkan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Motorik kasar terjadi secara bertahap seiring dengan pertumbuhan anak, yang dipengaruhi oleh faktor biologis, lingkungan, dan pengalaman belajar (Anggraini, 2022). Teori tersebut menegaskan bahwa perkembangan motorik kasar berawal dari perkembangan postur tubuh yang baik. Pada usia 5-6 tahun, anak sudah memiliki postur tubuh yang relatif stabil dan kuat, yang menjadi dasar penting untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar yang lebih kompleks seperti berlari, melompat, dan melempar. Postur yang baik memungkinkan anak mengontrol tubuhnya dengan lebih efektif saat melakukan berbagai aktivitas motorik kasar.

Elizabeth B. Hurlock seorang ahli psikologi perkembangan. Menurut Hurlock (dalam Ayu, 2020) perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Pengembangan motorik anak diartikan sebagai proses kematangan yang ada hubungannya dengan aspek diferensial bentuk atau fungsi termasuk perubahan sosial emosional. Hurlock menekankan bahwa perkembangan motorik kasar dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf, pertumbuhan fisik dan latihan atau pengalaman. Dalam teorinya mengatakan bahwa perkembangan motorik merupakan hasil kematangan sistem saraf dan pengendalian gerak tubuh oleh otak. Pada usia 5-6 tahun, sistem saraf anak sudah mengalami kematangan yang cukup untuk mengontrol gerakan otot besar secara lebih terkoordinasi dan halus. Anak mulai mampu melakukan gerakan motorik kasar yang lebih kompleks seperti berlari, melompat, dan melempar dengan kontrol yang lebih baik.

David L. Gallahue adalah seorang ahli perkembangan motorik yang mengembangkan teori tentang tahapan perkembangan gerak manusia, termasuk motorik kasar. Gallahue menjelaskan bahwa perkembangan motorik kasar terjadi secara bertahap dan terdiri dari fase perkembangan gerak yang terjadi sejak bayi hingga dewasa. Gallahue (1989) menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar sangat erat kaitannya dengan kerja otot besar tubuh anak. Kemampuan ini biasanya dilakukan oleh anak untuk melakukan berbagai kegiatan olahraga. Kemampuan ini berkaitan dengan kecakapan anak dalam hal manipulatif. Gallahue membagi keterampilan motorik dalam tiga kategori, yaitu: kemampuan lokomotor, kemampuan non lokomotor, kemampuan manipulatif.

Menurut Richard (1980) perubahan pada perilaku belajar anak dapat diukur dengan sikap dan penampilan dalam gerakan tertentu. Karakteristik penampilan adalah indikator yang mengembangkan belajar atau penguasaan keterampilan yang dikembangkan dapat membuat keterampilan yang lebih baik dari sebelumnya, dan akan meningkatkan penguasaan keterampilan tersebut, maka waktu yang diperlukan untuk menampilkan keterampilan yang akan semakin meningkat.

Berdasarkan pada kemampuan melakukan gerakan, keterampilan motorik anak secara umum dapat dibagi menjadi dua yaitu :

1. Keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) adalah keterampilan gerak menggunakan otot-otot besar untuk melakukan koordinasi yang halus dalam gerakan, kecermatan gerakan bukan merupakan suatu hal yang penting. Seperti gerakan melempar, melompat, meloncat, dan berjalan.
2. Keterampilan motorik halus (*fine motor skill*) adalah gerakan yang menggunakan otot kecil yang memerlukan koordinasi tangan, mata, dan pengendalian gerak agar gerakan yang dihasilkan menjadi cermat dan tepat. Seperti kegiatan meremas, menulis, menggambar, menggenggam, memasukkan kelereng, serta menyusun balok.

Menurut Esther Thelen (1995), perkembangan motorik adalah proses berkelanjutan dari interaksi antara bayi dan lingkungan. Thelen menunjuk

refleks berjalan: gerakan menginjak yang dibuat oleh Neonatus saat mereka dituntut dalam posisi berdiri dengan kaki menyentuh lantai. Perilaku ini biasanya hilang di bulan keempat. Tidak sampai akhir tahun pertama, saat bayi mulai bersiap untuk belajar berjalan, gerakan itu muncul kembali.

Teori yang menjelaskan secara mendalam tentang sistematika motorik anak adalah *Dynamic System Theory*, yang dikembangkan oleh Thelen dan Whitney. Teori ini menyatakan bahwa untuk mengembangkan kemampuan motorik, anak perlu mempersepsikan lingkungan di sekitarnya, yang kemudian memotivasi mereka untuk bertindak. Kemampuan motorik anak mencerminkan keinginan mereka. Sebagai contoh, ketika anak melihat mainan yang beragam, mereka mempersepsikan dalam pikiran mereka bahwa mereka ingin bermain dengan mainan tersebut. Persepsi ini menjadi pendorong bagi anak untuk bergerak, yaitu dengan cara mengambil mainan yang menarik perhatian mereka.

Malina dan Bouchard, yang dikenal sebagai Teori Perkembangan Motorik, berfokus pada bagaimana faktor-faktor biologis dan lingkungan mempengaruhi perkembangan motorik anak. Teori ini menekankan bahwa perkembangan motorik adalah hasil dari interaksi antara faktor genetik, lingkungan, dan pengalaman individu.

Berikut adalah beberapa poin penting dari teori ini:

1. Faktor Genetik: Malina dan Bouchard berpendapat bahwa faktor genetik memainkan peran penting dalam perkembangan motorik. Genetika dapat mempengaruhi potensi fisik anak, seperti kekuatan otot, koordinasi, dan kemampuan fisik lainnya.
2. Pengalaman dan Lingkungan: Selain faktor genetik, pengalaman dan lingkungan juga sangat berpengaruh. Anak-anak yang memiliki akses ke lingkungan yang kaya akan stimulasi fisik, seperti bermain di luar, berpartisipasi dalam olahraga, dan berinteraksi dengan teman sebaya, cenderung mengembangkan keterampilan motorik yang lebih baik.
3. Tahapan Perkembangan: Teori ini juga mengidentifikasi tahapan perkembangan motorik yang dilalui anak. Setiap anak mungkin berkembang dengan kecepatan yang berbeda, tetapi ada pola umum yang

dapat diidentifikasi, seperti kemampuan untuk merangkak, berjalan, berlari, dan melompat.

1. Interaksi Dinamis: Malina dan Bouchard menekankan bahwa perkembangan motorik adalah proses yang dinamis dan interaktif. Anak-anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal (seperti genetik) tetapi juga oleh faktor eksternal (seperti lingkungan dan pengalaman). Interaksi ini membentuk bagaimana anak belajar dan mengembangkan keterampilan motorik mereka.
2. Pentingnya Aktivitas Fisik: Teori ini juga menyoroti pentingnya aktivitas fisik dalam perkembangan motorik. Anak-anak yang terlibat dalam berbagai aktivitas fisik memiliki peluang lebih besar untuk mengembangkan keterampilan motorik yang baik dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

Berdasarkan pendapat teori di atas, dapat disimpulkan bahwa teori-teori diatas menekankan bahwa perkembangan motorik kasar anak terjadi secara bertahap dan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor genetik, pengalaman lingkungan, dan stimulasi. Kemampuan motorik kasar adalah fondasi gerakan anak yang bergantung pada otot besar dan koordinasi tubuh, termasuk mata-tangan untuk keseimbangan serta seluruh tubuh untuk koordinasi fisik. Pengembangan yang optimal melalui aktivitas bermain akan membantu anak mencapai kemandirian dan kesehatan fisik yang lebih baik.

2.3 Hakikat Bermain

Bermain merupakan kegiatan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual anak. Dengan bermain anak dapat mengenal lingkungan, berinteraksi, serta mengembangkan emosi dan imajinasi dengan baik (Maria, 2019). Bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan hati dengan bermain disebabkan karena adanya sisa kekuatan didalam diri anak yang sedang berkembang dan tumbuh. Adapun menurut para ahli mengatakan bahwa tidak mudah mendefinisikan pengertian bermain secara tepat. Dalam kehidupan sehari-hari anak membutuhkan pelepasan dari kekangan yang

timbul dari lingkungannya. Dengan bermain anak dapat mengungkapkan emosinya secara wajar.

Menurut Vygotsky (dalam Maria, 2019) menyatakan bahwa permainan adalah suatu seting yang bagus untuk perkembangan kognitif, ia sangat tertarik khususnya pada aspek-aspek simbolis dan khayalan dari suatu permainan, sebagaimana ketika seorang anak menirukan tongkat sebagai kuda dan mengendarai tongkat seolah-olah itu seekor kuda atau bermain lokomotif kereta api dengan menyusun kursi memanjang dan anak duduk di kursi depan sebagai masinis kereta api.

Bermain adalah kebutuhan alami bagi anak usia dini dan memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan mereka. Selain berfungsi sebagai aktivitas yang menyenangkan, bermain juga merupakan sarana bagi anak untuk belajar. Melalui berbagai aktivitas bermain, anak-anak dapat mengeksplorasi lingkungan mereka, mengembangkan keterampilan sosial, emosional, dan kognitif. Oleh karena itu, bermain tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak usia dini. Kegiatan bermain harus menjadi prioritas utama dalam proses pembelajaran mereka, karena melalui bermain, anak tidak hanya bersenang-senang, tetapi juga belajar dan berkembang secara holistik (Fadhillah, 2017).

Menurut Hurlock (1980) mengkategorikan bermain menjadi dua, yaitu bermain aktif dan pasif. Bermain aktif adalah kegiatan bermain dimana kesenangan timbul dari apa yang dilakukan individu, apakah dalam bentuk kesenangan berlari atau membuat sesuatu dengan lilin atau cat. Adapun bermain pasif, yaitu kegiatan bermain dimana kesenangan diperoleh dari kegiatan orang lain. Artinya anak tidak melakukan kegiatan bermain secara langsung, hanya sekedar melihat orang lain bermain atau hanya sekedar menonton televisi. Oleh karenanya, bermain pasif ini juga disebut sebagai kegiatan hiburan.

Bermain merupakan kebutuhan untuk anak. Melalui bermain anak akan melakukan pembelajaran dengan senang. Menurut Furqon (dalam Siregar, 2020) menyatakan bahwa bermain adalah aktivitas yang menyenangkan, serius dan sukarela, dimana anak berada dalam, dunia yang tidak nyata atau

sesungguhnya. Kegiatan bermain memberikan kebebasan kepada anak untuk berimajinasi, bereksplorasi, dan menciptakan suatu bentuk kreativitas dengan hal-hal menyenangkan. Sedangkan menurut Musfiroh, bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan demi kesenangan secara sukarela, tanpa paksaan atau tekanan dari hal luar.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktivitas yang digemari oleh anak-anak yang kegiatannya dilakukan sukarela tanpa paksaan yang membuat anak merasa puas. Bermain menjadi suatu kebutuhan bagi anak yang dapat memberikan hal positif bagi seluruh aspek perkembangan anak. Kegiatan bermain juga menjadi kegiatan yang dilakukan anak dengan berpura-pura menggunakan suatu alat demi kesenangan sehingga anak dapat memproyeksikan harapan-harapan yang mampu memberikan kepahaman tersendiri bagi imajinasi anak. Keterampilan menjadi dasar yang penting bagi aktivitas fisik yang lebih kompleks dan perlu didukung melalui permainan aktif dan stimulasi yang tepat.

2.3.1 Manfaat Bermain

Mengingat begitu pentingnya bermain bagi anak usia dini sebagaimana telah diungkapkan di atas, maka sudah pasti kegiatan bermain memiliki nilai manfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Bermain sebagai suatu aktivitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional. Peran bermain bagi perkembangan anak dapat dilihat melalui uraian berikut ini:

1. Bermain mengembangkan kemampuan motorik; Anak terlahir dengan kemampuan refleks, dan pada akhirnya ia mampu mengontrol gerakannya. Melalui bermain anak belajar mengontrol gerakannya. Melalui bermain anak belajar mengontrol gerakannya menjadi terkoordinasi. Selain itu, dengan bermain memungkinkan anak bergerak secara bebas, sehingga anak mampu mengembangkan kemampuan motoriknya.
2. Bermain mengembangkan kemampuan kognitif; Anak belajar mengkonstruksikan pengetahuan dengan berinteraksi dengan objek yang

ada disekitarnya. Bermain menyediakan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan objek. Dengan bermain seorang anak juga mempunyai kesempatan untuk menggunakan indranya, seperti menyentuh, mencium, melihat dan mendengarkan, untuk mengetahui sifat-sifat objek. Dalam konsep *edutainment* hal ini disebut sebagai *global learning* (belajar menyentuh).

3. Bermain mengembangkan kemampuan efektif; Kemampuan efektif adalah kemampuan yang berhubungan dengan sikap seseorang. Kemampuan ini dapat dikembangkan dan dilatih melalui kegiatan bermain. Caranya yaitu dengan melaksanakan dan mengikuti aturan-aturan permainan yang telah dibuat bersama. Karena dalam setiap permainan pasti memiliki aturan. Aturan akan diperkenalkan oleh teman bermain sedikit demi sedikit, tahap demi tahap sampai setiap anak memahami aturan mainnya. Oleh karena itu, bermain akan melatih anak dalam menyadari akan adanya aturan dan pentingnya mematuhi aturan. Yang demikian itu merupakan tahap awal dari perkembangan moral anak.
4. Bermain mengembangkan kemampuan bahasa; Pada saat bermain anak akan menggunakan bahasa, baik untuk berkomunikasi dengan temannya atau hanya sekedar menyatakan pikirannya. Bermain dengan bercakap-cakap menggambarkan anak sedang dalam tahap menggabungkan pikiran dan bahasa sebagai satu kesatuan. Jadi dengan bermain secara otomatis bahasa anak akan dapat berkembang dengan baik.
5. Bermain mengembangkan kemampuan sosial; Pada saat bermain anak secara langsung berinteraksi dengan anak yang lain, interaksi tersebut mengajarkan anak bagaimana merespons, memberi dan menerima, menolak atau setuju ide dan perilaku anak yang lain. Sikap yang demikian itu sedikit demi sedikit akan mengurangi rasa egosentrisme pada anak dan mengembangkan kemampuan sosialnya.

Adapun manfaat bermain menurut Hurlock (dalam diantaranya;

1. Dapat mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuhnya
2. Dapat melatih atau dorongan berkomunikasi

3. Sebagai penyaluran energi emosional yang terpendam
4. Sebagai penyaluran bagi kebutuhan dan keinginan
5. Dapat sebagai sumber belajar bagi anak
6. Sebagai sarana belajar masyarakat/bersosialisasi anak
7. Dapat melatih standar moral anak
8. Dapat dijadikan sebagai relaksasi bagi diri anak
9. Memberikan kesempatan anak untuk mencoba hal baru
10. Melatih anak untuk memecahkan masalah sederhana (Fadhilah, 2017).

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa beberapa manfaat bermain bagi anak dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktivitas yang sangat penting bagi anak usia dini, karena memiliki banyak manfaat yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara holistik. Melalui bermain, anak-anak dapat mengembangkan berbagai kemampuan, termasuk motorik, kognitif, afektif, bahasa, dan sosial. Selain itu, bermain juga merangsang aspek-aspek lain seperti imajinasi, seni, kreativitas, dan moral agama.

2.3.2 Teori Bermain

Teori bermain yang bisa diambil dari teori kognitif. Menurut Piaget, bermain memiliki peran penting dalam perkembangan kognitif anak. piaget melihat bermain sebagai sarana bagi anak untuk mempraktekkan dan mengkonsolidasikan konsep-konsep serta keterampilan yang telah dipelajari sebelumnya. Dalam teorinya, Piaget menjelaskan bahwa bermain memungkinkan anak untuk menerapkan pengetahuan yang telah mereka peroleh melalui pengalaman, sambil berinteraksi dengan dunia sekitar mereka. Ini membantu anak mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang lingkungan mereka. Bermain menurut Piaget, bukan hanya aktivitas yang menyenangkan, tetapi juga saran penting bagi anak untuk mengkonstruksi pengetahuan dan memperkuat pemahaman kognitif mereka melalui pengalaman langsung. Menurut Piaget perkembangan kognitif seseorang dibagi menjadi 4 tingkatan, yaitu:

- a. Sensori motor; Sensorimotor merupakan tahap perkembangan kognitif anak pada usia lahir sampai dua tahun. Ciri-ciri yang dapat terlihat pada

tahap ini adalah mulai terbentuknya konsep kepermanenan objek dan kemajuan gradual dari perilaku reflektif ke perilaku yang mengarah pada tujuan. Kemampuan kognitif anak diperoleh melalui indranya, seperti melihat, mendengar, merasa, mencium, dan meraba

- b. Praoperasional; Praoperasional adalah tahap perkembangan kognitif anak pada usia dua sampai tujuh tahun. Ciri-ciri yang dapat diamati pada periode ini, yaitu anak sudah dapat menggunakan simbol-simbol untuk menyatakan objek-objek dunia. Pemikirannya masih egosentris dan sentris. Egosentris adalah sifat keakuan. Artinya, setiap benda yang dipegang atau dibawa oleh anak dianggap miliknya dan orang lain tidak boleh memegang, mengambil, atau meminjamnya. Adapun sentris merupakan sikap anak yang memfokuskan pada satu titik atau benda yang dianggap menarik bagi dirinya.
- c. Operasional konkret; Operasional konkret adalah tahap perkembangan kognitif anak pada usia tujuh sampai sebelas tahun. Ciri perkembangan ialah anak sudah mulai dapat menunjukkan perbaikan dalam kemampuan untuk berpikir secara logis (masuk akal). Kemampuan-kemampuan baru tersebut termasuk penggunaan operasi-operasi yang dapat balik. Pemikiran tidak lagi sentral melainkan sudah desentris, dan pemecahan masalah tidak begitu dibatasi oleh keegosentrisan.
- d. Operasional formal; Operasional formal merupakan tahap perkembangan kognitif terakhir menurut Piaget. Tahap ini terjadi pada anak usia sebelas tahun sampai dewasa. Ciri-ciri yang dapat terlihat yaitu anak sudah mulai bisa memahami atau melakukan pemikiran abstrak dan simbolis-simbolis secara murni. Selain itu, sudah dapat memecahkan masalah melalui penggunaan eksperimentasi sistematis (Fadhilah, 2017).

Menurut Vygotsky (dalam (Ardini dan Lestarinigrum, 2018) bermain akan memberi kemajuan pada kemampuan berpikir abstrak, cara belajar yang berkaitan dengan *zone of proximal development (ZPD)* yang bisa disebutkan dengan jarak antara tahap aktual dan potensial yang dimiliki anak. Dengan bermain akan memberikan potensi pada anak yang perkembangannya

sejalan dengan kemampuan aktualnya, dengan kata lain bermain akan mengembangkan ZPD anak. selain itu Vygotsky meyakinkan bahwa bermain menjadi salah satu cara anak untuk belajar mengatur diri sendiri. Vygotsky juga berpendapat bahwa bermain merupakan *self help tool* tanpa didasari melalui bermain, dengan sendirinya anak akan mengalami kemajuan dalam perkembangannya. Vygotsky memandang suatu bermain sebagai ‘kaca pembesar’ yang dapat menelaah kemampuan baru anak yang merupakan *hidden potency* sebelum teraktualisasi menjadi *actual potency*. Selain itu, ketika bermain pura-pura kemampuan kognitif, sosial, dan emosi anak akan berkembang.

Dalam rangka memaksimalkan kegiatan bermain anak dalam membangun kognitif melalui ZPD, orang tua maupun pendidikan dapat melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menciptakan lingkungan yang membuat anak merasa nyaman.
2. Menjadi contoh anak dalam berperilaku.
3. Mengajak berbicara dengan semua anak dalam kelompok dan dengan cara perseorangan.
4. Memberi dukungan atau pijakan tepat sesuai dengan kemampuan anak.
5. Membantu anak untuk mengembangkan kemampuan fokus, tetap pada tugas, konsentrasi, dan menyelesaikan tugas hingga tuntas.
6. Melakukan observasi dan dokumentasi apa yang anak lakukan dan katakan sebagai dasar untuk memberikan pijakan (Fadhilah, 2017).

Berdasarkan pendapat di atas, mengenai teori bermain di atas dapat disimpulkan bahwa bermain bisa menjadi kegiatan yang menyenangkan bagi anak. Dengan bermain anak tidak merasa terpaksa untuk melakukan aktivitas. Dengan bermain anak juga bisa menyalurkan emosinya dengan bebas, anak juga memiliki imajinasi dan mampu menciptakan sesuatu yang diinginkan anak. Bermain memungkinkan anak untuk mempraktekkan dan mengkonsolidasikan pengetahuan yang telah mereka pelajari melalui pengalaman langsung.

2.4 Aktivitas Bermain Lempar Tangkap

Bermain lempar tangkap adalah salah satu bentuk aktivitas fisik yang fundamental dan seringkali menjadi bagian integral dari perkembangan motorik anak usia dini. Aktivitas ini melibatkan gerakan mengarahkan dan menerima suatu objek, umumnya bola, dengan menggunakan tangan dan lengan. Menurut Sujiono (2007), melempar adalah gerakan mengarahkan suatu benda yang dipegang dengan cara mengayunkan tangan ke arah tertentu, melibatkan kekuatan tangan dan lengan serta koordinasi beberapa unsur gerakan. Senada dengan itu, Mardina, Purwadi, dan Satya (dalam Cuacicha, 2016) mendefinisikan melempar sebagai tindakan membuang benda yang ada di tangan untuk memindahkannya sejauh mungkin ke arah yang diinginkan. Sementara itu, menangkap adalah kegiatan yang berupa gerakan tangan untuk menghentikan suatu benda yang bergerak atau benda yang ada di dekatnya (Hafifah & Maysyah, 2016).

Lempar tangkap merupakan suatu permainan yang menggunakan benda sebagai alat bermain, permainan ini seringkali dilakukan untuk anak usia dini yang mempunyai tujuan untuk melatih motorik kasarnya. Media dalam permainan ini adalah bola berukuran besar dan kecil. Selain itu permainan ini juga membutuhkan koordinasi baik antara kerja sama mata dengan tangan serta kaki anak. Gerakan melempar dan menangkap yang dilakukan anak akan berguna pada keseimbangan anak. Anak akan berusaha untuk tidak terjatuh saat melempar dan menangkap bola, dan anak juga akan berusaha agar lemparan yang dilakukan tepat sasaran serta berusaha agar anak mampu menangkap bola yang diarahkan kepadanya (Siregar, 2020). Pada permainan lempar tangkap memiliki keunggulan signifikan dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Mampu melatih koordinasi, kekuatan otot, dan keterampilan motorik dasar, permainan ini juga meningkatkan konsentrasi, reaksi, serta aspek sosial dan emosional anak. Oleh karena itu, lempar tangkap untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar pada anak usia dini.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan lempar tangkap ini dapat mengembangkan motorik kasar anak. Dalam lempar tangkap anak

melakukan kegiatan bermain yang menggunakan bola berukuran besar dan kecil dengan cara melempar dan menangkap bola yang akan membantu kinerja pada mata dan tangan serta kaki.

2.4.1 Langkah- Langkah Bermain Lempar Tangkap

Kegiatan bermain lempar tangkap ini dilakukan anak dengan bantuan guru pada saat mempersiapkan keranjang, bola, dan rute sebelum bermain lempar tangkap. Konsep bermain lempar tangkap ini menggunakan media bola berukuran besar. Berikut penjelasan langkah persiapan dan langkah bermain yang akan dilakukan:

1. Persiapan oleh Guru/Pendamping:

- a. Guru memastikan semua alat bermain (misalnya, bola dengan berbagai ukuran, keranjang, atau target) dan materi pendukung (jika ada, seperti kartu pertanyaan) telah disiapkan.
- b. Area bermain dipastikan aman dan cukup luas untuk bergerak bebas.

2. Penjelasan Aturan dan Langkah Permainan:

- a. Guru menjelaskan secara sederhana langkah-langkah dan aturan permainan kepada anak-anak. Penjelasan harus mudah dipahami dan menarik.
- b. Contoh: "Hari ini kita akan bermain 'Tangkap dan Jawab'! Nanti Bu Guru akan melempar bola ke salah satu dari kalian. Kalau bolanya tertangkap, kalian harus menjawab pertanyaan dari kartu gambar yang Bu Guru tunjukkan. Setelah itu, kalian lempar bolanya ke teman yang lain, ya!"

3. Pelaksanaan Permainan (Contoh Modifikasi "Tangkap dan Jawab"):

- a. Guru memulai permainan dengan melempar bola secara acak kepada salah satu anak.
- b. Anak yang berhasil menangkap bola kemudian diberikan kartu pertanyaan (misalnya, kartu berisi gambar angka, hewan, warna, atau bentuk bangun ruang).
- c. Anak harus menjawab pertanyaan yang diberikan guru dengan cepat.

- d. Setelah berhasil menjawab, anak tersebut melempar bola ke teman lain yang akan mendapat giliran berikutnya.
- e. Permainan terus berlanjut hingga semua anak mendapat giliran atau waktu yang ditentukan habis (Cuacicha, 2016).

2.4.2 Fungsi Bermain Lempar tangkap

Bermain lempar tangkap memiliki beragam manfaat yang signifikan bagi perkembangan anak, khususnya dalam aspek motorik kasar dan sosial-emosional:

1. Melakukan kerja sama yang baik antar teman. Permainan ini melibatkan interaksi antar pemain, sehingga anak belajar bekerjasama untuk mencapai tujuan bersama. Mereka harus berkolaborasi dalam menangkap dan melempar bola, yang membantu memperkuat keterampilan kerja tim dan saling mendukung antar teman.
2. Mengajarkan anak-anak untuk selalu patuh pada aturan. Dalam permainan ini, anak-anak harus mematuhi aturan yang sudah ditetapkan, seperti giliran melempar, posisi bermain, dan cara menangkap bola. Ini akan membantu anak memahami pentingnya mengikuti aturan, yang dapat diterapkan dalam berbagai situasi kehidupan sehari-hari.
3. Mengembangkan kemampuan motorik kasar. Aktivitas fisik seperti melempar dan menangkap bola melibatkan penggunaan otot-otot besar, yang membantu meningkatkan koordinasi motorik kasar. Ini penting untuk perkembangan fisik anak, terutama dalam meningkatkan kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh.
4. Meningkatkan rasa persaudaraan. Salah satu aspek menarik dari permainan ini adalah anak harus menyebut nama temannya saat melempar bola, yang membantu mempererat hubungan sosial dan membangun ikatan emosional antar pemain. Ini juga menumbuhkan rasa keakraban dan persaudaraan di antara anak-anak.
5. Menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Lempar tangkap bola adalah bentuk aktivitas fisik yang menjaga anak tetap aktif dan bergerak, yang sangat bermanfaat untuk kesehatan dan kebugaran. Aktivitas fisik

membantu melancarkan peredaran darah, meningkatkan stamina, dan mendukung perkembangan tubuh yang sehat.

6. Melatih mengendalikan rasa keegoisan anak. dalam permainan ini, anak harus bergiliran dalam melempar dan menangkap bola, serta berbagai peran dengan teman-temannya. Ini melatih anak untuk mengendalikan rasa keegoisan, besar, dan memberikan kesempatan kepada orang lain untuk berpartisipasi.
7. Menumbuhkan rasa saling menghargai. Melalui interaksi dan kerja sama, permainan ini mengajarkan anak untuk saling menghargai kemampuan dan peran masing-masing. Mereka belajar bahwa setiap permainan memiliki kontribusi yang penting, dan ini mendorong sikap saling menghormati antar sesama (Desmalia, 2017).

2.5 Aktivitas Bermain Estafet

Permainan estafet adalah bentuk aktivitas fisik yang dinamis dan kompetitif, dilakukan secara beregu, dimana setiap anggota tim memiliki peran berurutan untuk menyelesaikan suatu tugas atau menempuh jarak tertentu sebelum menyerahkan objek (seringkali tongkat atau benda lain) kepada anggota tim berikutnya. Permainan ini tidak hanya menguji kecepatan, tetapi juga ketangkasan dan keterampilan anak dalam mengalihkan benda dari satu individu ke individu lain dalam tim.

Menurut Wiarto (dalam Tangse, 2021) estafet adalah latihan yang dilakukan dengan cara memberikan tongkat dari satu tempat ke tempat lainnya, dan latihan ini berlanjut hingga semua anggota tim telah melakukannya. Konsep ini menekankan aspek kontinuitas dan kerja sama dalam tim. Penerapan permainan estafet diharapkan dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak, khususnya pada aspek gerak lokomotor (seperti berlari) dan gerak non-lokomotor (seperti menyerahkan atau menerima benda).

Bermain estafet dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak karena dalam permainan ini melibatkan gerak otot besar dan seluruh tubuh. Selain itu anak dapat menyalurkan energinya melalui aktivitas fisik yang dilakukan

secara bersama-sama, sehingga anak memperoleh kepuasan serta kesenangan dalam bermain (Lestari, 2021).

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan bermain estafet dapat menjadi kegiatan yang digemari oleh anak. bermain estafet menjadi salah satu cara untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. yang kegiatannya dilakukan dengan melibatkan otot besar dan seluruh tubuh.

2.5.1 Langkah-Langkah Bermain Estafet

Kegiatan bermain estafet dapat dirancang dengan berbagai variasi untuk menjaga antusiasme anak dan memaksimalkan stimulasi motorik. Berikut adalah langkah-langkah umum dalam bermain estafet:

1. Persiapan oleh Guru/Pendamping:
 - a. Guru memastikan semua alat bermain (misalnya, tongkat estafet, bola, kantong, atau benda lain yang akan dipindahkan) dan materi pendukung telah disiapkan.
 - b. Tentukan garis *start* dan *finish*, serta rute atau rintangan yang akan dilalui.
 - c. Area bermain dipastikan aman dan cukup luas.
2. Penjelasan Aturan dan Langkah Permainan:
 - a. Guru menjelaskan secara rinci aturan dan langkah-langkah permainan estafet kepada anak-anak. Penjelasan harus jelas mengenai cara memulai, cara menyerahkan benda, dan cara menyelesaikan putaran.
 - b. Contoh: "Kita akan bermain estafet! Kalian akan dibagi menjadi beberapa kelompok. Setiap kelompok akan berlari bergantian untuk mengambil benda dari garis *start* dan membawanya ke garis *finish*. Setelah semua benda terkumpul, kelompok harus menyusunnya secara berurutan. Kelompok yang paling cepat dan benar akan jadi pemenang!"
3. Pembagian Kelompok:
 - a. Anak-anak dibagi menjadi beberapa kelompok kecil (misalnya, 3-5 orang per kelompok) dengan jumlah anggota yang seimbang.

- b. Setiap kelompok berdiri dalam antrian di garis *start*.
- 4. Pelaksanaan Permainan:
 - a. Guru memberikan aba-aba untuk memulai permainan (misalnya, "Siap, Mulai!").
 - b. Anggota pertama dari masing-masing kelompok berlari menuju titik pengambilan benda (atau rintangan pertama), mengambil satu benda, lalu kembali ke garis *start* dan menyerahkannya kepada anggota tim berikutnya.
 - c. Anggota berikutnya melakukan hal yang sama.
 - d. Proses ini berlanjut hingga semua anggota tim telah menyelesaikan giliran mereka dan semua benda terkumpul di garis *finish*.
 - e. Jika ada tugas tambahan (misalnya, menyusun benda), tim harus menyelesaikannya setelah semua benda terkumpul.
- 5. Penentuan Pemenang:
 - a. Kelompok yang berhasil menyelesaikan tugas (misalnya, mengumpulkan dan menyusun benda dengan benar) dan paling cepat menjadi pemenang (Lestari & Puspitasari, 2021).

2.5.2 Fungsi Bermain Estafet

Permainan estafet efektif dan layak untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran anak, hal ini karena permainan estafet mengandung unsur aktivitas fisik yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. Pada saat anak melakukan permainan estafet, anak akan sangat antusias menjalani kegiatan belajar karena anak akan mendapat pengalaman baru ketika bermain. permainan estafet tak hanya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak akan tetapi mampu membantu anak secara signifikan yang dapat membuat anak lebih sabar dalam menunggu gilirannya (Tangse, 2021).

Dalam bermain estafet anak dapat mengembangkan pola pikir yang simbolik, anak dapat meningkatkan sikap yang kooperatif dalam bermain bersama teman, mampu memberikan perkembangan fisik motorik, mampu

meningkatkan perkembangan bahasa, dan juga mampu menumbuhkan rasa antusiasme pada diri anak.

Permainan estafet sangat efektif dan layak digunakan dalam kegiatan pembelajaran anak usia dini karena mengandung unsur aktivitas fisik yang kaya manfaat:

1. Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar; Estafet secara langsung melatih kecepatan lari, kelincahan dalam mengubah arah, ketangkasan dalam mengambil dan menyerahkan benda, serta koordinasi seluruh tubuh (Sumarjilah, 2016; Tangse, 2021). Gerakan-gerakan ini memanfaatkan otot-otot besar pada kaki, tangan, dan batang tubuh.
2. Mengembangkan Koordinasi dan Keseimbangan; Anak belajar mengkoordinasikan gerakan tangan dan kaki saat berlari cepat, serta menjaga keseimbangan saat berpindah tempat dan melakukan transisi penyerahan benda.
3. Mendorong Kerja Sama Tim dan Komunikasi; Karena sifatnya yang beregu, estafet menuntut anak untuk bekerja sama, berkomunikasi secara efektif (misalnya, memberi isyarat saat menyerahkan benda), dan saling mendukung antar anggota tim (Widyaiswara, 2016).
4. Melatih Kesabaran dan Disiplin; Anak belajar untuk menunggu giliran mereka dengan sabar dan mematuhi aturan permainan, seperti tidak memulai lari sebelum menerima benda atau tidak melewati batas.
5. Meningkatkan Antusiasme dan Pengalaman Belajar; Bersifat kompetitif dan dinamis dari estafet membuat anak sangat antusias dan mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan, sehingga materi pembelajaran lebih mudah diterima.
6. Mengembangkan Pola Pikir Simbolik; Tergantung pada modifikasinya, estafet dapat melibatkan pemecahan masalah sederhana atau pengelompokan benda, yang turut mengembangkan kemampuan kognitif anak (Tangse & Dimiyati, 2021).

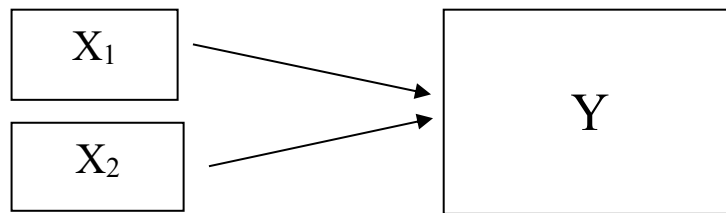
2.6 Kerangka Berpikir

Perkembangan motorik memberikan kontribusi terhadap perkembangan anak yang dipengaruhi seluruh anggota gerak pada tubuh. Kemampuan motorik kasar menjadi aktivitas anak yang membutuhkan koordinasi menggunakan otot besar sebagai dasar gerakan. Perkembangan fisik motorik kasar pada anak akan dipahami jika pembelajaran dilakukan melalui aktivitas bermain yang menyenangkan. Penanaman dan stimulasi motorik kasar yang tepat pada anak usia dini sangat esensial menjadi fondasi bagi seluruh aspek perkembangan. Perkembangan motorik kasar melibatkan koordinasi otot-otot besar tubuh, yang pada usia 5-6 tahun merupakan masa ideal untuk penguasaan keterampilan gerak yang lebih kompleks.

Kegiatan bermain lempar tangkap yang akan melibatkan otot besar pada lengan, bahu, dan tubuh bagian atas serta koordinasi mata, tangan, dan kaki. Maka anak akan belajar menjaga keseimbangan saat melempar dan menangkap bola, melatih ketetapan arah dan kekuatan lemparan, serta memperoleh pengalaman gerak yang meningkatkan keterampilan motorik kasar secara keseluruhan. Lalu pada kegiatan bermain estafet yang akan melatih gerak lokomotor seperti berlari dan gerak nonlokomotor seperti menyerahkan objek. Maka anak akan mengembangkan kecepatan, kelincahan, koordinasi seluruh tubuh, serta keseimbangan saat bergerak cepat. Selain itu, permainan ini mendorong kerja sama tim dan membantu anak menyalurkan energi secara positif, meningkatkan motivasi dan kesenangan dalam aktivitas fisik.

Kedua permainan ini, merupakan model pembelajaran yang melibatkan anak secara langsung dalam aktivitas fisik. Dengan demikian, penerapan kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet diharapkan mampu mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak serta mengembangkan gerak tubuh anak dalam kegiatan sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka pikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian

Keterangan

X_1 : Kegiatan Bermain Lempar Tangkap

X_2 : Kegiatan Bermain Estafet

Y : Perkembangan Motorik Kasar Anak

2.7 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka pikir di atas, hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Hipotesis pertama:

Terdapat pengaruh aktivitas bermain lempar tangkap terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang.

Hipotesis kedua :

Terdapat pengaruh aktivitas bermain estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang.

Hipotesis ketiga :

Terdapat pengaruh aktivitas bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang.

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi Experimental Design*. Menurut Creswell (2015) kuasi eksperimen adalah rancangan eksperimen yang dilakukan tanpa pengacakan (random), tetapi melibatkan penempatan partisipasi ke kelompok. Penelitian eksperimen adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Jenis penelitian kuasi eksperimen merupakan suatu eksperimen semu pada sebuah penelitian karena melibatkan penggunaan kelompok subjek utuh dalam eksperimen yang secara alami sudah terbentuk di dalam kelas.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK Baiturrahman. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada awal semester genap tahun pelajaran 2024/2025.

3.3 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen*. Penelitian ini melibatkan setidaknya dua kelompok, dengan satu kelompok bertindak sebagai kelompok eksperimen dan kelompok lain sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *two group pretest and posttest design*.

Berikut tabel mengenai *two group pre-test and post-test design*

Tabel 2. Desain Penelitian

Kelompok	<i>Pre-test</i>	Perlakuan	<i>Post-test</i>
Eksperimen	O ₁	X ₁	O ₂
Kontrol	O ₁	X ₂	O ₂

Sumber : (Sugiyono, 2019)

Keterangan :

O₁ : *Pre-Test*

X₁ : perlakuan menggunakan media pembelajaran lempar tangkap

X₂ : perlakuan menggunakan media pembelajaran estafet

O₂ : *Post-Test*

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelompok B TK Baiturrahman tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 60 peserta didik dalam 2 kelas terdiri dari kelas B1 dan B2. Berikut ini tabel jumlah populasi penelitian :

Tabel 3. Data Peserta Didik Kelompok B TK Baiturrahman

No	Kelas	Jumlah
1	B1	30
2	B2	30

Sumber : Kelas B TK Baiturrahman

3.4.2 Sampel

Dalam penelitian ini dibutuhkan sampel yang merupakan sebagian atau keseluruhan dari jumlah populasi yang ditentukan. Sampel jenuh adalah teknik pengambilan sampel dimana seluruh populasi dijadikan sampel. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2015:124) sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Berdasarkan pertimbangan peneliti, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak TK Baiturrahman Kabupaten Bogor tahun ajaran 2024/2025 kelompok B yang terdiri dari 60 anak.

3.5 Definisi Konseptual

1. Permainan Lempar Tangkap (X_1)

Bermain lempar tangkap bola adalah bentuk kegiatan bermain yang menggunakan bola berukuran kecil dengan cara melempar dan menangkap bola yang menggunakan kekuatan tangan kanan dan kiri. Dalam kegiatan bermain lempar tangkap anak berpartisipasi secara aktif dalam melempar bola dengan menggunakan satu tangan dan dapat menangkap bola dengan menggunakan kedua tangan. Lalu, bermain estafet adalah suatu kegiatan pembelajaran yang dikemas dalam, bentuk permainan estafet dengan menggunakan aturan yang ditentukan. Anak melakukan permainan dalam bentuk kelompok. Setiap kelompok melakukan kerjasama dalam berlomba untuk memindahkan tongkat atau benda lainnya sesuai waktu yang guru tentukan.

2. Permainan Estafet (X_2)

Bermain estafet adalah suatu kegiatan pembelajaran yang dikemas dalam, bentuk permainan estafet dengan menggunakan aturan yang ditentukan. Anak melakukan permainan dalam bentuk kelompok. Setiap kelompok melakukan kerjasama dalam berlomba untuk memindahkan tongkat atau benda lainnya sesuai waktu yang guru tentukan.

3. Perkembangan Motorik Kasar Anak (Y)

Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan anak dalam melakukan aktivitas yang membutuhkan koordinasi yang menggunakan otot-otot besarnya sebagai dasar gerakanya. Kemampuan ini yang membutuhkan koordinasi bagian tubuh anak seperti koordinasi mata dan tangan (keseimbangan), serta koordinasi seluruh bagian tubuh (koordinasi fisik).

3.6 Definisi Operasional

1. Bermain Lempar Tangkap (X_1)

Bermain lempar tangkap adalah aktivitas fisik yang melibatkan dua atau lebih individu yang saling melempar dan menangkap objek, biasanya bola, dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik, koordinasi dan interaksi sosial. Bermain lempar tangkap

berperan dalam pertumbuhan motorik kasar anak. Dengan bermain lempar tangkap anak dapat memberikan koordinasi tangan dan otot kaki anak. Hal ini akan meningkatkan kemampuan koordinasi tangan-mata yang bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran anak. Adapun langkah-langkah dalam penggunaan media bermain lempar tangkap, sebagai berikut;

1. anak akan menyeimbangkan tubuhnya saat melempar
2. anak akan menyeimbangkan tangan dan kaki saat menangkap
3. anak akan melompat saat menangkap bola

2. Bermain Estafet (X₂)

Bermain estafet adalah aktivitas fisik yang melibatkan dua atau lebih tim yang bersaing untuk menyelesaikan serangkaian tugas atau melewati rintangan dengan cara menyerahkan objek dari satu anggota tim ke anggota tim berikutnya. Aktivitas ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan fisik, kerja sama tim, dan kecepatan. Bermain estafet berperan dalam pertumbuhan motorik kasar anak. Dengan bermain estafet anak dapat melakukan kerjasama tim dalam melakukan kegiatan memindahkan benda dari satu tempat ke tempat lainnya. Hal ini akan mengembangkan kecepatan, ketangkasan, dan koordinasi melalui lari dan penyerahan objek.

Adapun langkah-langkah dalam penggunaan media bermain estafet, sebagai berikut;

1. anak akan menyeimbangkan tubuhnya saat bermain
2. anak akan mengkoordinasikan gerak kaki dan tangan
3. anak akan berlari dengan cepat ke arah target

3. Perkembangan Motorik Kasar (Y)

Perkembangan fisik motorik kasar merupakan bagian dari aktivitas yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut fisik dan keseimbangan. Ini melibatkan koordinasi (syaraf otot) yang memerlukan ketepatan untuk berhasilnya keterampilan ini. Pada keseimbangan anak yang mampu menyeimbangkan tubuh

sehingga tidak mudah terjatuh. Koordinasi visual motorik yang dapat menjadikan anak mampu mengkoordinasikan gerakan sesuai dengan apa yang terlihat oleh mata. Pada koordinasi fisik anak mampu menyeimbangkan tubuhnya dan menyesuaikan gerakan sesuai dengan kebutuhan.

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2014:197) menjelaskan bahwa “observasi adalah metode pengumpulan data penelitian melalui pengamatan terhadap objek yang akan diteliti.” Sehingga melalui observasi dapat digunakan untuk merekam proses dari suatu aktivitas sehari-hari anak selama proses pembelajaran. Observasi digunakan untuk memperoleh data selama proses pembelajaran berlangsung terutama aktivitas bermain sebelum dan sesudah menggunakan aktivitas bermain lempar tangkap dan estafet serta perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

3.8 Langkah Penelitian

Penelitian ini terdiri dari tiga tahapan persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap pengumpulan. Berikut ini adalah langkah-langkah dari setiap tahapan:

a. Tahap Persiapan

- 1) Peneliti membuat surat izin penelitian pendahuluan ke TK.
- 2) Peneliti melakukan penelitian pendahuluan di TK Baiturrahman, peneliti menemui kepala sekolah dan tenaga pendidik yang ada di TK tersebut penelitian pendahuluan ini berupa observasi dan dokumentasi. Hal yang diobservasi berupa keadaan sekolah, jumlah kelas jumlah anak yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian, serta cara mengajar pendidik di kelas B TK Baiturrahman.
- 3) Peneliti mendapatkan permasalahan dalam kegiatan pembelajaran yang kemudian dijadikan sebagai objek penelitian.
- 4) Peneliti menentukan subjek penelitian yang akan dijadikan kelas eksperimen dan kontrol.

b. Tahap perencanaan

- 1) Peneliti membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) untuk kelas eksperimen dengan media lempar tangkap.

- 2) Peneliti membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) untuk kelas eksperimen dengan media estafet.
 - 3) Peneliti menyiapkan instrumen penelitian berupa lembar observasi aktivitas anak usia dini.
- c. Tahap pelaksanaan
- 1) Peneliti melakukan uji coba instrumen di TK Baiturrahman Parung Panjang.
 - 2) Peneliti menghitung uji validitas dan uji reliabilitas pada instrumen penelitian yang telah di uji cobakan.
 - 3) Peneliti melakukan *pretest* dengan observasi untuk mengetahui kemampuan awal anak usia dini.
 - 4) Peneliti melaksanakan penelitian, pada kelas eksperimen menggunakan media lempar tangkap dan kelas kontrol menggunakan media estafet dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) yang telah dibuat.
 - 5) Penelitian ini memberikan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Berikut ini tabel pelaksanaan *pretest*, *posttest* dan pemberian *treatment*.

Tabel 4. Pelaksanaan *Pretest*, *Posttest* dan *Treatment*

Kelas Kontrol	Waktu Pelaksanaan	Kelas Eksperimen	Waktu Pelaksanaan
<i>Pretest</i> 1. Memberikan kegiatan bermain kepada anak 2. Memanggil setiap kelompok anak untuk melakukan kegiatan secara bergantian 3. Anak melakukan kegiatan bermain dengan melempar,	3 hari	<i>Pretest</i> 1. Memberikan kegiatan bermain kepada anak 2. Memanggil setiap kelompok anak untuk melakukan kegiatan yang sudah dijelaskan secara bergantian 3. Anak melakukan kegiatan bermain	3 hari

Kelas Kontrol	Waktu Pelaksanaan	Kelas Eksperimen	Waktu Pelaksanaan
menangkap, berlari dan melompat		dengan melempar, menangkap, berlari dan melompat	
Pembelajaran menggunakan media estafet	4 hari	Pembelajaran menggunakan media lempar tangkap	4 hari
<i>Posttest</i> 1. Memberikan semua langkah-langkah kegiatan bermain kepada anak 2. Memanggil setiap kelompok anak untuk melakukan kegiatan yang sudah diberikan secara bergantian 3. Anak melakukan kegiatan bermain dengan menangkap, melempar, berlari dan melompat	3 hari	<i>Posttest</i> 1. Menjelaskan langkah-langkah bermain kepada anak 2. Memanggil setiap kelompok anak untuk melakukan kegiatan yang sudah dijelaskan secara bergantian 3. Anak melakukan kegiatan bermain dengan melempar, menangkap, berlari dan melompat	3 hari

Sumber : Hasil Pengelolahan Data 2025

c. Tahapan Pengumpulan Data

- 1) Mengelola data hasil *pretest* dan *posttest*.
- 2) Menganalisis hasil *pretest* dan *posttest* pada setiap kelas apakah terdapat peningkatan.
- 3) Membandingkan *n-gain* antara kelas kontrol dan kelas eksperimen.

d. Tahap Akhir

Pengolahan dan analisis data hasil penelitian yang diperoleh dengan menggunakan instrumen penelitian dan lembar observasi atau pedoman observasi serta penarikan kesimpulan.

3.9 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini untuk mengukur aspek perkembangan motorik kasar pada anak usia dini dan aktivitas bermain lempar tangkap dan estafet digunakan *rating scale*. *Rating scale* adalah suatu alat atau instrumen pada penelitian yang digunakan untuk mengukur atau menilai tingkat dari suatu karakteristik atau perilaku tertentu. Dalam skala penilaian, 4 kategori penilaian diperoleh dengan hasil menggunakan rumus interval dengan nilai tertinggi 48 dan nilai terendah 12.

Adapun hasil perhitungan sebagai berikut.

$$i = \frac{48-12}{4} = \frac{36}{4} = 9$$

Adapun skala penilaian sebagai berikut.

Tabel 5. Skala Penilaian

No	Kategori	Interval Nilai
1	BB (Belum Berkembang)	12 – 20
2	MB (Mulai Berkembang)	21 – 29
3	BSH (Berkembang Sesuai Harapan)	30 – 38
4	BSB (Berkembang Sangat Baik)	39 – 48

Tabel 6. Kisi-Kisi Instrumen Penilaian Perkembangan Motorik Kasar Anak usia 5-6 tahun

Variabel	Dimensi	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item
Motorik Kasar Anak (Y)	Keseimbangan	1. Mampu menyeimbangkan tubuh saat terdorong teman	4	1,2,3,4
		2. Mampu menyeimbangkan kaki kanan dan kaki kiri saat melompat		
		3. Mampu menahan posisi tubuh tetap tegak		

Variabel	Dimensi	Indikator	Jumlah Item	Nomor Item
	Koordinasi Visual Motorik	4. Mampu memulihkan posisi tubuh setelah melompat	4	5,6,7,8
		5. Mampu melempar benda ke arah target		
		6. Mampu menangkap benda yang di lempar		
		7. Mampu berlari tanpa menabrak teman		
		8. Mampu melempar benda ke sasaran dari jarak 3 meter		
	Koordinasi Fisik	9. Mampu menggerakkan tangan dan kaki secara bersamaan	4	9,10,11,12
		10. Mampu menggunakan seluruh tubuh secara terkoordinasi		
		11. Mampu mengubah posisi tubuh dengan cepat		
		12. Mampu mengatur posisi tubuh saat berjalan, berlari melompat		

Sumber : Hasil Pengelolahan Data 2025

3.10 Uji Instrumen Penelitian

3.10.1 Uji Validitas

Untuk mengetahui apakah suatu instrumen dapat mengukur apa yang sebenarnya terjadi maka diperlukan alat ukur yang tepat berupa uji validitas. Instrumen penelitian mempunyai validitas tinggi jika instrumen tersebut melakukan fungsinya dan menghasilkan tepat dan menghasilkan tepat dan akurat dengan tujuan penelitian. Sebaliknya, jika instrumen dikatakan tidak valid jika menghasilkan data yang tidak tepat dan akurat dengan tujuan penelitian. Uji validitas bertujuan untuk memastikan bahwa alat pengukuran tersebut benar-benar mengukur apa yang seharusnya

diukur dan tidak terlalu banyak mengukur aspek yang tidak relevan.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas

No	Item Pernyataan	Validitas
1.	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12	Valid

Sumber: Hasil Pengolahan Data 2025

Berdasarkan perolehan data validitas instrumen kemampuan motorik kasar anak pada percobaan pertama pada 12 item pernyataan dinyatakan valid. Perhitungan lengkap dapat dilihat pada (lampiran 12, hal 114)

3.10.2. Uji Reliabilitas

Instrumen yang reliabel artinya instrumen yang dipakai untuk mengukur dari suatu tes akan tetap konsisten setelah dilakukan berulang terhadap subjek dan dengan kondisi yang sama. Reliabilitas dapat didefinisikan sebagai konsistensi dari sebuah metode hasil penelitian. Pada penelitian ini uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan *internal consistency* dimana pengujian instrumen hanya dilakukan sekali. Pengujian instrumen dilakukan dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* dengan bantuan aplikasi *SPSS versi 23 for windows*.

Setelah mendapatkan nilai koefisien reliabilitas instrumen, langkah selanjutnya adalah menginterpretasikan hasil tersebut dengan merujuk kriteria yang tercantum dalam tabel berikut.

Tabel 8. Kriteria Reliabilitas

Rentang Koefisien	Kriteria
$0,81 \leq \alpha \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,61 \leq \alpha \leq 0,80$	Tinggi
$0,41 \leq \alpha \leq 0,60$	Cukup
$0,21 \leq \alpha \leq 0,40$	Rendah
$0,00 \leq \alpha \leq 0,20$	Sangat rendah

Sumber : Sugiono, 2017

Hasil uji reliabilitas dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut.

Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Kemampuan Motorik Anak

Cronbach's Alpha	N of Items
,904	12

Sumber : hasil pengelolaan data 2025

Berdasarkan tabel 9, uji reliabilitas pada penelitian ini diuji pada 21 responden pada kelompok B di TK Baiturrahman Parung Panjang. Pada uji reliabilitas pertama menguji sebanyak 12 item pernyataan, dan 12 item pernyataan dinyatakan valid. Berdasarkan pengujian tersebut diperoleh hasil sebesar 0,904.

3.11 Teknis Analisis Data

Analisis data digunakan untuk menguji kebenaran dari hipotesis. Teknis tes yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik pretest dan posttest. Data skor perkembangan motorik kasar peserta didik diperoleh skor *pre test* dan skor *posttest* pada kelas eksperimen, lalu dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, dilakukan uji-t terlebih dahulu, dengan penjelasan sebagai berikut.

3.11.1 Uji Prasyarat Analisis Data

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan percobaan yang dilakukan untuk mengetahui apakah data yang terkumpul berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, Penulis menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics versi 23 for windows*. Adapun kriterianya yaitu apabila nilai signifikan $>0,05$, maka populasi berdistribusi normal, sebaliknya.

B. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui apakah data memiliki kesamaan atau tidak. Uji homogenitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji *levane test* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics versi 23 for windows*. Dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai $sig.>0,05$ maka kedua kelompok data dinyatakan homogen, sebaliknya.

3.11.2 Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dan perbedaan penerapan kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Dalam hal ini untuk menguji hipotesis 1 dan 2 menggunakan *paired sample t test* dengan berbantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics versi 23 for windows*. Sedangkan untuk menguji hipotesis 3 menggunakan independent sample t test juga dengan berbantuan aplikasi *IBM SPSS statistics versi 23 for windows*. Dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi (*2-tailed*) $< 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak, yang berarti ada perbedaan signifikan, sebaliknya.

3.11.2 Uji Normalitas Gain

Normalitas gain memberikan gambaran yang lebih adil tentang peningkatan belajar dibandingkan hanya melihat selisih nilai *pretest* dan *posttest*, karena normalitas gain mempertimbangkan seberapa jauh anak bisa berkembang dari nilai minimal menuju nilai maksimal. Setelah memberikan nilai *pretest* dan *posttest* dilakukan analisa terhadap skor yang di peroleh. Analisa yang digunakan yaitu uji normalitas gain yang digunakan untuk mengetahui efektivitas perlakuan yang diberikan. Berikut rumus

yang digunakan untuk menghitung normalitas gain menurut Meltzer.

$$N\text{ Gain} = \frac{\text{skor } posttest - \text{skor } pretest}{\text{skor Ideal} - \text{skor } pretest}$$

Gambar 2. Rumus Normalitas Gain

Keterangan :

- N Gain* : menyatakan nilai uji normalitas *gain*
- Skor *posttest* : nilai yang diperoleh pada *posttest*
- Skor *pretest* : nilai yang diperoleh pada *pretest*
- Skor ideal : nilai ideal yang di tentukan

mengontrol gerak tangan agar bisa melempar kepada teman yang menangkap, lalu pada anak yang menangkap bola akan mengontrol gerak tubuhnya agar mampu menangkap bola dengan benar. Sedangkan pada kegiatan estafet, anak hanya melakukan kegiatan berjalan lalu berbalik arah dan memberikan benda kepada temannya, anak hanya perlu mengontrol gerak tangan dan kaki agar lebih cepat menuju ke teman satu timnya.

Kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet mampu meningkatkan gerak tubuh yang lebih optimal. Memberikan kegiatan bermain anak akan merasa senang dan memberikan pengalaman belajar yang menarik bagi anak tanpa adanya paksaan. Dengan bermain lempar tangkap dan estafet dapat merangsang aspek perkembangan motorik kasar anak. Anak akan merasa senang dan pembelajaran yang diberikan guru akan lebih muda diterima oleh anak. Kegiatan yang lebih bervariasi dan menarik akan membuat anak lebih senang dan mampu membangkitkan rasa kreatif anak dalam belajar.

Landasan teori pada perkembangan motorik kasar anak adalah teori Gallahue. Teori Gallahue (dalam Anggraini, 2022) mengatakan bahwa motorik adalah suatu dasar biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya gerak, gerak adalah kulminasi suatu tindakan yang didasari sebuah proses motorik. Karena motorik menyebabkan terjadinya sebuah gerak, karena itu setiap penggunaan kata motorik selalu dikaitkan dengan gerak, sehingga penerapan dalam keseharian antara gerak dan motorik sering tidak dibedakan. Dalam perkembangan motorik terdapat tiga unsur yang menentukannya yaitu otot, saraf, dan otak. Hal tersebut berarti motorik merupakan suatu dasar yang perlu dikembangkan untuk mengoptimalkan gerak tubuh anak sehingga perlu dimengerti pada setiap tahap perkembangan anak.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa kedua media pembelajaran tersebut dapat menjadi alternatif dalam kegiatan pembelajaran di PAUD terutama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Hal ini sesuai dengan karakteristik perkembangan motorik kasar anak yang diungkapkan oleh Sumarjilah bahwa kemampuan motorik kasar anak meningkat karena

anak antusias dan kegiatan tersebut merupakan hal baru bagi anak sehingga dalam proses pembelajaran motorik kasar secara langsung dengan benda konkret yang menarik bagi anak (Sumarjilah, 2016).

Ditinjau dari peningkatan keterampilan motorik kasar anak mulai dari dimensi keseimbangan, anak sudah mampu menyeimbangkan tubuh ketika terdorong teman, mampu menyeimbangkan kaki kanan dan kaki kiri melompat, mampu menahan agar tubuh tetap tegak, mampu mengoptimalkan tubuh setelah melompat. Pada dimensi koordinasi visual motorik, anak mampu melempar benda ke arah target, anak mampu menangkap benda yang dilempar, anak mampu berlari tanpa tertabrak teman, anak mampu melempar benda ke sasaran dengan jarak 3 meter. Pada dimensi koordinasi visual motorik anak mampu mengubah posisi tubuh dengan cepat, anak mampu mengatur posisi tubuh saat berlari, melompat, dan berjalan. Dalam hal ini, dengan mendukung perkembangan motorik kasar anak akan memberikan kesempatan anak dalam bereksplorasi yang akan membuat anak lebih memahami konsep pembelajaran dengan mudah (Siregar, R, & Lubis, 2020).

Fungsi dalam memberikan kegiatan bermain pada perkembangan motorik kasar adalah agar anak menguasai keterampilan-keterampilan yang dapat digunakan anak dalam memainkan berbagai perannya baik dilingkungan keluarga, sekolah, atau masyarakat. Anak lebih menyerap dan menguasai berbagai keterampilan yang dipelajari olehnya. Agar anak lebih menyerap dan menguasai beberapa motorik kasar maka pendidik atau orang tua dalam mengembangkan motorik kasar harus memperhatikan unsur-unsur perkembangan anak usia dini. Kemampuan motorik kasar anak sangat penting untuk terus distimulasi dan ditingkatkan. Kemampuan motorik kasar anak dapat dilihat melalui unsur-unsur motorik kasar anak, yaitu kecepatan, kelincahan, kekuatan, koordinasi dan keseimbangan (Wiranti & Mawarti, 2018). Penggunaan media bermain lempar tangkap dan estafet memberikan dampak positif bagi perkembangan motorik kasar anak

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang maka dapat disimpulkan bahwa. (1) Terdapat pengaruh kegiatan bermain lempar tangkap terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun proses pembelajaran menggunakan kegiatan bermain lempar tangkap berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa H_a diterima. (2) Terdapat pengaruh kegiatan bermain estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun proses pembelajaran menggunakan kegiatan bermain estafet berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti H_a diterima. (3) Terdapat perbedaan kegiatan bermain lempar tangkap dan estafet terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun permainan lempar tangkap lebih besar pengaruhnya dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Baiturrahman Parung Panjang dengan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$ yang berarti H_a diterima.

5.2 Sara

1. Kepada Guru

Guru sebagai tutor, fasilitator dan contoh anak dalam belajar di sekolah untuk meningkatkan kualitas belajar anak dengan memberikan kegiatan belajar yang inovatif seperti media bermain lempar tangkap dan estafet untuk mengembangkan motorik kasar anak dan aspek perkembangan lainnya. Namun, guru juga harus bisa memulihkan kembali aspek-aspek yang diperlukan anak dalam kegiatan pembelajarannya.

2. Kepada Kepala Sekolah

Kepada kepala sekolah diharapkan dapat lebih mengerti akan pemahaman pentingnya mengembangkan keterampilan motorik kasar anak pada lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah. Dengan ini, anak akan lebih mudah mengontrol tubuh di dalam kegiatan tertentu.

3. Kepada Penulis Selanjutnya

Penulis selanjutnya yang akan melakukan penelitian pada bidang yang sama diharapkan dapat mengkaji dahulu masalah secara mendalam sehingga dapat memberikan solusi yang lebih efektif. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu mempertimbangkan secara sungguh-sungguh media yang akan digunakan, baik menggunakan media yang sudah ada maupun hasil modifikasi sehingga tercipta bahan ajar baru sebagai inovasi dalam pendidikan anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Abdillah. 2019. "Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Berbasis Permainan." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 8 (2): 138.
<https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.1446>.
- Amini, Mukti. 2014. "Hakikat Anak Usia Dini." *Perkembangan Dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*, 65.
repository.ut.ac.id/4697/1/PAUD4107-M1.pdf.
- Amini, Mukti, Bambang Sujiono, and Siti Aisyah. 2020. "Hakikat Perkembangan Motorik Dan Tahap Perkembangannya." *Pustaka Ut*, 1.1.
<https://pustaka.ut.ac.id/lib/wp-content/uploads/pdfmk/PAUD4202-M1.pdf>.
- Anggraini, Denok Dwi. 2022. *Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini*. Edited by Reni Oktaviani. Kediri: kreator cerdas indonesia.
- Ardini, Puspa Pupung, and Anik Lestarinigrum. 2018. "Definisi Bermain, Bermain & Permainan Anak Usia Dini." *Adjie Media Nusantara*. nganjuk: CV. Adjie media nusantara.
- Baan, Adriana Bulu, Hendriana Sri Rejeki, and Nurhayati. 2020. "Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini." *Jurnal Bungamputi* 6 (0): 14–21.
- Cuacicha, Frida Citra. 2016. "Pengaruh Bermain Lempar Tangkap Bola Terhadap Motorik Kasar Anak Kelompok B Di Tk Pertiwi Sumberejo Kotagajah Lampung Tengah," 2016.
- Desmalia. 2017. "Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Melempar Dan Menangkap Bola Di Tk Dharma Wanita Kenali Lampung Barat" 14 (1): 55–64.
- Fadhillah, . 2017. "Bermain dan Permainan Anak Usia Dini". Rawamangun, Jakarta: Prenadamedia group.
- Hafifah, Maysyah. 2016. "Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui

Bermain Lempar Tangkap Bola Kelompok A1 Di TK ITQ Al Ikhlas Sawangan Magelang.” *Pendidikan Guru Paud* 5 (4): 401–10.

Hardiyaningrum, Dwi Febri. 2014. “Upaya Meningkatkan Kemampuan Mototik Kasar Anak Pg Paud Fkip, Ump 2012,” 7–29.

Khadijah, Amelia. 2020. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini.

Lestari, Susetya Diah, and Intan Puspitasari. 2021. “Aktivitas Permainan Estafet Bola Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6 (2): 752–60. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1024>.

Maria, sondang. 2022. “Bermain Anak Usia Dini. Uwais Inspirasi Indonesia”. Rawamangun, Jakarta: Kencana.

Ningrum, Mallewi Agustin, Lischa Dwi, Christin Niya, and Maziyatul Hamidah. 2023. “Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Halang Rintang Pada Anak Usia Dini” 7 (5): 5133–42. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4868>.

Novianti, Irma, and Ervin Siwi Arti. 2021. “Pengaruh Permainan Lempar Dan Tangkap Bola Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di TK Kartini Rambipuji Jember.” *JESSIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)* 3 (2): 66–74. <https://doi.org/10.31537/jecie.v3i2.487>.

Nuha, Ayatin Ulin. 2020. “Melalui Kegiatan Bermain Estafet Memasukkan Air Dalam Botol Pada Anak Kelompok B Di Raudhatul Athfal Al-Hidayah Kranjingan Summersari Jember Skripsi Oleh : Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan September 2020,” no. September.

Nurlailah, Rahmi, Azizah Amal, and A Sri Wahyuni Asti. 2018. “Pengaruh Permainan Jejak Kaki Terhadap Kemampuan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini , Universitas Negeri Makassar , Indonesia Informasi Artikel Riwayat Artikel : Pendidikan Anak Usia Dini Diselenggarakan Bagi Anak Sejak Lahir Sampai Dengan Enam Tah.” *Jurnal Dunia Anak Usia Dini* x.

Puspita, Linda, and Mareza Yolanda Umar. 2020. “Perkembangan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Ditinjau Dari Pengetahuan Ibu Tentang Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia 4-5 Tahun.” *Wellness And Healthy Magazine* 2 (1): 121–26. <https://doi.org/10.30604/well.80212020>.

Rohmah, Naili. 2016. “Bermain Dan Pemanfaatannya Dalam Perkembangan Anak Usia Dini.” *Jurnal Tarbawi* 13 (2): 27–35.

Saripudin, Aip. 2019. “Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini.” *Equalita: Jurnal Pusat Studi Gender Dan Anak* 1 (1): 114. <https://doi.org/10.24235/equalita.v1i1.5161>.

- Siregar, Jojo Br, Damaiwati R, and May Sari Lubis. 2020. "Pengaruh Bermain Lempar Tangkap Bola Terhadap Keterampilan Motorik Kasar." *Jurnal Usia Dini* 6 (1): 1–9.
- Sukamti, endang rini. 2019. "Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Sebagai Dasar Menuju Prestasi Olah Raga." *Journal of Staffnew.Uny*.
- Sulistyo, Intan Tiara, Adriani Pudyaningtyas, and Vera Sholeha. 2021. "Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun." *Kumara Cendekia* 9 (3): 156. <https://doi.org/10.20961/kc.v9i3.50732>.
- Sumarjilah. 2016. *Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Bermain Estafet Di TK Mekar Siwi Ngaran Kaligesing Purworejo. Uny*. Vol. 5.
- Tangse, Uswatun Hasanah Masha, and Dimyati Dimyati. 2021. "Permainan Estafet Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6 (1): 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>.
- Ummah, Masfi Syafiatul. 2019. "Pengaruh Bermain Lempar Tangkap Bola Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun." *Sustainability (Switzerland)* 11 (1): 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciu rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484 _SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.
- Widyaiswara, Magnalia. 2016. "Pengaruh Aktivitas Bermain Estafet Terhadap Perkembangan Berpikir Simbolik Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Lpm Hadimulyo Metro Pusat Kota Metro Tahun Ajaran 2015/2016" 152 (3): 28.
- Wiranti, Dwiana Asih, and Diah Ayu Mawarti. 2018. "Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini." *Refleksi Edukatika* 9 (1): 66–74. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/RE/article/view/2810>.