

Optimalisasi Permainan Lompat Tali dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak

Khuri Abad Mu'mala

Nadlifah

Email: khuriabad@gmail.com

Golden Age Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini, Vol. 4 No. 1 Maret
2019

Diterima:

Direvisi:

Disetujui:

e-ISSN: 2502-3519

DOI :

Abstrak

Anak adalah manusia kecil yang memiliki potensi yang harus dikembangkan. Pada masa ini anak harus distimulasi sebaik mungkin agar kemampuan yang dimiliki anak dapat berkembang secara maksimal. Salah satu penyebab perkembangan motorik kasar tidak berkembang secara optimal adalah kegiatan pengembangan kemampuan motorik kasar tubuh anak yang masih jarang dilaksanakan, sehingga anak kurang terstimulasi dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya. Banyak sekali kegiatan-kegiatan pembelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, salah satunya melalui permainan tradisional lompat tali. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini dan faktor apa saja yang mendukung dan menghambat optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Subjek penelitian ini yaitu kepala sekolah, guru, wali Muri dan peserta didik Hasil wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah, guru, wali murid, dan peserta didik kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini kelompok B2 di TL LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta yaitu, sudah berjalan dengan cukup baik, karena dapat mengembangkan koordinasi mata, tangan, kaki, dan menyenangkan hati anak) Faktor-faktor yang mendukung dan menghambat optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta yaitu, faktor pendukung, yaitu organ fisik yang lengkap, kematangan perkembangan, dan faktor pada apa yang dimakan oleh anak. Faktor penghambat, yaitu kondisi lingkungan di sekitar, dan pola asuh orang tua terhadap anak.

Kata kunci: *Lompat tali, Motorik kasar*

Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini (PAUD) adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal (Maimunah Hasan, 2010, p. 15). Dunia anak adalah dunia bermain, semua anak sangat menyukai bermain, sebagian hidupnya dihabiskan untuk bermain. Pada saat bermain anak-anak juga belajar berbagai hal. Hal ini dapat dijadikan metode pembelajaran yang sangat tepat untuk anak usia dini, yaitu belajar dengan bermain. Tidak disadari dalam bermain aspek perkembangan anak ikut berkembang dengan sendirinya. Akan lebih baik sebagai orangtua atau pendidik memberikan stimulasi yang benar dan maksimal.

Hakikatnya semua anak suka bermain, hanya anak yang sedang tidak enak badan yang tidak suka bermain, baik sendiri, dengan teman sebaya, maupun dengan orang yang lebih dewasa. Bentuk permainanapun beragam. Berdasarkan fenomena tersebut para ahli PAUD menentukan bahwa bermain merupakan faktor penting dalam kegiatan pembelajaran, dimana esensi bermain harus menjadi jiwa dari setiap kegiatan pembelajaran anak usia dini. Pada masa ini anak harus distimulasi sebaik mungkin agar kemampuan yang dimiliki anak dapat berkembang secara maksimal. Dengan pengembangan kemampuan yang maksimal diharapkan anak dapat hidup dengan baik dimasa mendatang. Orang tua atau pendidik memiliki tanggung jawab besar dalam pengembangan kemampuan yang dimiliki anak tersebut (Jeslin Wardanar, 2013, p. 1).

Perkembangan anak itu berlangsung secara menyeluruh, karena itu aspek perkembangan tersebut perlu distimulasi dengan tepat agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Anak yang kurang terstimulasi akan mengalami hambatan dalam pertumbuhan dan perkembangannya serta kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Selain itu pemberian stimulasi yang kurang seimbang juga dapat mengakibatkan anak berpotensi disalah satu perkembangannya saja. Pengembangan dan pembinaan keterampilan motorik kasar sangat diperlukan karena hal tersebut merupakan perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh anak yang diperlukan bagi pertumbuhan kehidupan anak.

Gerakan motorik kasar merupakan gerakan yang membutuhkan adanya koordinasi dari sebagian besar pada anggota tubuh anak. Aspek-aspek perkembangan anak usia dini penting dikembangkan untuk mengoptimalkan kemampuannya. Aspek perkembangan yang perlu dikembangkan yaitu sensori-persepsi, motorik, sosial-emosional, kognitif, dan bahasa. Aspek-aspek perkembangan anak tersebut tidak akan berkembang kalau tidak diberikan stimulasi dan dorongan. Salah satu aspek perkembangan yang perlu dikembangkan adalah motorik (Tika Noviasari, 2017, p. 1).

Pengembangan keterampilan motorik pada dasarnya merupakan kegiatan yang mengaktualisasikan seluruh potensi anak berupa sikap, tindak dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan motorik dapat diartikan sebagai bagian dari pendidikan diantaranya melalui pengalaman-pengalaman gerak, terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Pengembangan keterampilan motorik tidak hanya mengembangkan aspek anak saja akan tetapi memandang seluruh aspek anak usia dini sebagai subjek yang dididik melalui pemberian berbagai pengalaman gerak (Evita Rinasari, 2013, p. 3.8). Salah satu penyebab perkembangan motorik kasar tidak berkembang secara optimal adalah kegiatan pengembangan kemampuan motorik kasar tubuh anak masih jarang dilaksanakan, sehingga anak kurang terstimulasi dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya. Banyak sekali kegiatan-kegiatan pembelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, yaitu melalui permainan tradisional, salah satunya permainan lompat tali. TK LKMD PANCASAKTI yang terletak di desa Balong Kidul Potorono, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta ini merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang mengalami beberapa masalah berkaitan dengan pembelajaran motorik kasar pada anak, khususnya pada anak-anak Kelompok B2. Hal ini disebabkan karena kurangnya waktu pembelajaran yang berkaitan dengan kemampuan motorik kasar anak dan jenis permainan yang monoton.

TK LKMD PANCASAKTI ini dalam melakukan pembelajaran fisik motorik yang dilakukan dengan pengawasan guru terutama motorik kasar hanya dilakukan dalam waktu yang tidak lama. Kurangnya waktu tersebut menunjukkan bahwa pengembangan aspek fisik motorik anak-anak Kelompok B2 lebih difokuskan kepada pengembangan motorik halus saja, seperti menggambar, mewarnai, menulis, meronce, dan mengkolase. Tidak hanya itu, permasalahan juga terdapat pada beberapa anak-anak Kelompok B2, yang enggan melakukan aktivitas fisik di luar dan tidak mau mengikuti pembelajaran di luar kelas yang diajarkan guru karena kurang percaya diri/malu terhadap teman, menyepelkan perintah guru. Selain itu di Kelompok B2 ini terdapat beberapa anak yang masih kurang pada kemampuan koordinasi seperti koordinasi tangan dan mata.

TK LKMD PANCASAKTI desa Balong Kidul Potorono masih menggunakan model pembelajaran klasikal dimana anak melakukan kegiatan yang sama dalam waktu yang sama. Keunikan dari TK LKMD PANCASAKTI ini masih mengenalkan jenis-jenis permainan tradisional anak yang kegiatannya dilakukan seminggu sekali, jenis-jenis permainan tradisional yang sering dilakukan oleh anak-anak dan guru yaitu, jamuran, gobak sodor, ular naga, petakumpet, lompat tali, engklek, dakon, dsb. Berdasarkan beberapa permasalahan yang telah disampaikan di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian kualitatif dengan judul "Optimalisasi Permainan Lompat Tali dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Kelompok B2 di TK LKMD PANCASAKTI Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta".

Bermain merupakan suatu fenomena yang sangat menarik perhatian para pendidik, psikolog ahli filsafat dan banyak orang lagi sejak beberapa dekade yang lalu. Mereka tertantang untuk lebih memahami arti bermain dikaitkan dengan tingkah laku manusia. Bermain benar-benar merupakan pengertian yang sulit dipahami karena muncul dalam beraneka ragam bentuk. Bermain itu sendiri bukan hanya tampak pada tingkah laku anak tetapi pada usia dewasa bahkan bukan hanya dewasa (Soemiarti Padmonodewo, 2003, p. 106). Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan anak dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak (Anggaini Sudono, 1995, p. 1).

Bermain dapat diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan demi kesenangan dan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain bagi anak berkaitan dengan peristiwa, situasi,

interaksi, dan aksi. Bermain mengacu pada aktivitas seperti berlaku pura-pura dengan benda, sosiodrama, dan permainan yang beraturan. Bermain berkaitan dengan tiga hal, yaitu keikutsertakan dalam kegiatan, aspek afektif, dan orientasi tujuan (Tadkiroatun Musfiroh, 2005, pp. 2-3).

Bermain memberi anak perasaan menguasai (mastery) atau mampu mengendalikan hal-hal yang ada dalam dunianya. Bermain mencakup penguasaan simbol, tindakan, atau objek yang punya arti untuk diri mereka sendiri. Karena bermain tidak terikat pada realitas, maka dimungkinkan bagi anak untuk merubah-rubah minatnya dimana hal ini juga penting dalam perkembangan pemahaman mereka, sama halnya dengan perkembangan motorik kasar anak (Mayke Sugianto, 1995, p. 11). arti dan makna tersendiri bagi anak. Permainan mempunyai arti sebagai sarana mensosialisasikan diri (anak) artinya permainan digunakan sebagai sarana membawa anak ke alam masyarakat. Mengenalkan anak menjadi anggota suatu masyarakat, mengenal dan menghargai masyarakat.

Permainan diperoleh anak dari teman sebayanya saat bermain ataupun saat di sekolah, yang kemudian diingat-ingat dan anak mainkan dengan teman yang lain. Bentuk permainan yang dilakukan anak, akan berkembang dan menyalur pada anak-anak lainya. Permainan adalah bagian mutlak dari kehidupan anak dan merupakan itegral dari proses pembentukan kepribadian anak (Hesti Fajarwati, 2014. p. 27) Permainan tradisional sebagai satu diantara unsur kebudayaan bangsa banyak tersebar di berbagai penjuru Nusantara, namun dewasa ini keberadaannya sudah berangsur-angsur mengalami kepunahan. Terutama bagi mereka yang saat ini tinggal di perkotaan, bahkan beberapa diantaranya sudah tak dapat dikenali lagi oleh masyarakat dimana permainan tersebut berada jauh dari jangkauan permainan modern yang lebih menggunakan alat-alat canggih.

Permainan tradisional sebagai salah satu bentuk dari kegiatan bermain yang diyakini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan fisik dan mental anak. Santrock dalam Euis Kurniati, menjelaskan bahwa permainan (play) ialah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri. Permainan merupakan suatu aktivitas bermain yang di dalamnya telah memiliki aturan yang jelas dan disepakati bersama. Maxim dalam solehuddin menjelaskan peranan bermain terhadap perkembangan anak, salah satunya motorik anak yaitu, mengembangkan otot-otot besar dan kecil. Misalnya mengangkat balok, melempar bola, dan sebagainya (Euis Kurniati, 2016, pp. 7-8).

Permainan tradisional juga salah satu bentuk yang berupa permainan anak-anak, yang beredar secara lisan diantara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun temurun, serta banyak memiliki variasi. Dilihat dari akar katanya, permainan tradisional adalah kegiatan yang diatur oleh suatu penraturan permainan yang merupakan pewarisan dari generasi terdahulu yang dilakukan manusia atau anak-anak dengan tujuan mendapat kegembiraan (Jeslin Wardanar, 2013. p. 27).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri permainan tradisional adalah memerlukan lapang/lahan yang luas, dimainkan banyak orang, menggunakan bahan-bahan dari alam, dan melibatkan aktivitas fisik-motorik. Kategori permainan tradisional menurut pola permainannya yaitu bermain dan bernyanyi, atau berdialog, bermain dan olah pikir, bermain dan adu ketangkasan (Sukirman Dharmamulya dkk, 2005, P. 35).

Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang sangat populer di kalangan anak-anak pada era 80-an. Permainan lompat tali dimainkan secara bersama-sama oleh 3 hingga 10 anak. Peralatan yang digunakan dalam permainan lompat tali sangat sederhana yaitu, karet gelang yang dijalin hingga panjangnya mencapai sekitar (3 sampai 4 meter) tidak terlalu panjang ataupun terlalu pendek (Keen Achroni, 2012, p. 71). Lompat tali merupakan permainan populer di kalangan anak perempuan, namun tak jarang ada pula anak laki-laki yang tertantang memainkan permainan ini. Permainan lompat tali membutuhkan keterampilan khusus karena harus melompati tali yang terbuat dari jalinan karet gelang sepanjang 2 hingga 4 meter (Jaringan Sekolah Islam Terpadu, 2015, p. 98).

Dari beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwasanya permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang perlu dilestarikan karena permainan lompat tali dapat digunakan sebagai media pembelajaran yang efektif dan dapat menyenangkan anak. Tidak lain dapat memengaruhi perkembangan fisik motorik anak, khususnya perkembangan motorik kasarnya. Dengan menerapkan permainan lompat tali ini orang tua dan guru dapat menstimulus aspek-aspek perkembangan motorik kasar pada anak. Tidak hanya itu, lompat tali juga suatu kegiatan bermain yang baik bagi tubuh. lompat merupakan gerakan yang dapat dilakukan menggunakan satu kaki atau dua kaki. Gerakan melompat dapat divariasikan dengan menggunakan rintangan atau jarak sesuai dengan kemampuan anak. Permainan ini dapat dilakukan dengan cara berlari sambil melompat untuk melatih kekuatan dan keseimbangan otot-otot anak.

Manfaat permainan lompat tali menurut Keen Achroni yaitu *pertama*, memberikan kegembiraan pada anak. *Kedua*, melatih semangat kerja keras anak-anak untuk menenangkan permainan dengan melompati berbagai tahap ketinggian tali. *Ketiga*, melatih kecermatan anak karena untuk dapat melompati tali (terutama pada posisi-posisi tinggi), kemampuan anak untuk memperkirakan tinggi tali dan lompatan yang harus dilakukannya akan sangat membantu keberhasilan anak melompati tali. *Keempat*, melatih motorik kasar anak, yang sangat bermanfaat untuk membentuk otot yang padat, fisik yang kuat dan sehat, serta mengembangkan kecerdasan kinestetik anak. Permainan yang dimainkan dengan lompatan-lompatan ini juga bermanfaat menghindarkan anak dari risiko mengalami obesitas.

Kelima, melatih keberanian anak dan mengasah kemampuannya untuk mengambil keputusan. Hal ini karena untuk melompati tali dengan ketinggian tertentu membutuhkan keberanian untuk melakukannya. Anak juga harus mengambil keputusan apakah akan melompati atau tidak. *Keenam*, menciptakan emosi positif bagi anak. Sebab ketika bermain lompat tali, anak bergerak, berteriak, dan tertawa. Gerakan, tawa, dan teriakan ini, sangat bermanfaat untuk membuat emosi anak menjadi positif. *Ketujuh*, Menjadi media bagi anak untuk bersosialisasi. Dari sosialisasi melalui permainan ini, anak belajar bersabar, menanti peraturan, berempati, dan menempatkan diri dengan baik diantara teman-temannya. *Kedelapan*, membangun sportivitas anak, pembelajaran mengenai sportivitas ini diperoleh ketika harus menggantikan posisi pemegang tali ketika ia gagal melompati tali (Keen Achroni, 2012, pp. 73-74).

Gerakan/perkembangan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Pengembangan gerakan motorik kasar juga memerlukan koordinasi kelompok otot-otot anak yang tertentu yang membuat mereka dapat

meloncat, memanjat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki (Bambang Sujiono dkk, 2005, pp.1.12-1.13).. Keterampilan motorik kasar diawali dengan bermain yang merupakan gerakan kasar. Pada usia 3 tahun, sesuai dengan tahap perkembangan, anak umumnya sudah menguasai sebagian besar keterampilan motorik kasar (Lara Fridani dkk, 2008, p. 2.4).

Perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh. Untuk itu, anak belajar dari guru tentang beberapa pola gerakan yang dapat mereka lakukan yang dapat melatih ketangkasan, kecepatan, kekuatan. Kelenturan, serta ketepatan koordinasi tangan dan mata. Mengembangkan motorik sangat diperlukan anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Seefel menyatakan bahwa keterampilan motorik dibagi menjadi 3, yaitu: keterampilan lokomotorik, berjalan, berlari, meloncat, meluncur. Keterampilan nonlokomotorik (menggerakkan bagian tubuh dengan anak diam di tempat), mengangkat, mendorong, melengkung, berayun, menarik. Keterampilan memproyeksi dan menerima/menangkap benda, menangkap dan melempar (Dini P.Daeng Sari, 1996, p. 120).

Metode

Jenis penelitian ini adalah kualitatif. Sumber penelitian adalah kepala sekolah, guru, orang tua, anak dan dokumen-dokumen yang mendukung. Metode pengumpulan data melalui: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Proses analisis data kualitatif yang dilakukan: *Data Reduction* (reduksi data), *Data Display* (penyajian data), *Conclusion Drawing / Verification*. Uji keabsahan data menggunakan metode triangulasi yaitu triangulasi sumber.

Hasil dan Pembahasan

Optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK Pancasakti ini melalui proses pembelajaran yang dilaksanakan dengan beberapa tahapan yang memungkinkan anak dapat mengikuti kegiatan tersebut dengan optimal. Proses pembelajaran tersebut dilakukan dengan mempersiapkan media yang dibutuhkan, sesuai dengan RKH yang sudah disusun dan disiapkan. Setelah itu guru mencoba menarik perhatian peserta didik, mengkondisikan suasana sebaik mungkin supaya kegiatan tersebut dapat berjalan dengan optimal. Kegiatan yang dilakukan guru tersebut yaitu dengan pertama dengan memberikan petunjuk atau arahan mengenai permainan yang akan dimainkan bersama-sama.

Guru memberikan kesempatan untuk peserta didik bermain permainan lompat tali dalam waktu kurang lebih 60 menit. Dilaksanakan kegiatan tersebut sangat menarik anak, sehingga dalam proses kegiatan tersebut anak menjalani dengan rasa senang tanpa sedikitpun beban. Dengan diadakanya bermain permainan lompat tali dapat membangkitkan keinginan anak serta membawa pengaruh psikis bagi anak. Selain itu permainan tradisional juga memiliki beberapa kelebihan yaitu seperti yang dikemukakan dari beberapa pendapat yang dapat disimpulkan, dapat menumbuh kembangkan kemampuan fisik motorik, moral, mental, sosial emosioanal, dan kognisi.

Permainan tradisional sebagai satu diantara unsur kebudayaan bangsa banyak tersebar di berbagai penjuru Nusantara, namun dewasa ini keberadaannya sudah berangsur-angsur mengalami kepunahan. Terutama bagi mereka yang saat ini tinggal diperkotaan, bahkan beberapa di antaranya sudah tak dapat dikenali lagi oleh masyarakat dimana permainan tersebut berada jauh dari jangkauan permainan modern yang lebih menggunakan alat-alat canggih. Permainan tradisional sebagai salah satu bentuk dari kegiatan bermain yang diyakini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan fisik dan mental anak (Hesti Fajarwati, 2014. p. 27) Dalam permainan lompat tali ini tentunya ada manfaat untuk melatih motorik dan fisik anak. Anak yang bermain lompat tali bisa berolahraga sembari bermain dengan ceria.

Tahapan tantangan yang dalam permainan dapat memacu anak untuk mempunyai semangat dan sportivitas. Selain itu permainan ini karena dilakukan secara berkelompok juga dapat melatih anak untuk bersosialisasi antar teman sebaya (Jaringan Sekolah Islam Terpadu, 2015. p. 98) Dalam proses pembelajaran kegiatan permainan lompat tali, guru juga melakukan tanya jawab seputar permainan lompat tali. Hal dilakukan guru bertujuan untuk menggali pengetahuan anak sejauh mana anak paham dan mengenal macam permainan tradisional. Melalui kegiatan permainan lompat tali ini dapat mengembangkan beberapa aspek perkembangan anak sesuai dengan teori-teori yang sudah di jelaskan di atas, terutama dalam aspek fisik motorik anak. Dimana ketika anak sama sekali tidak mau bergerak dalam artian pendiam, setelah mengikuti permainan ini dengan sendirinya tubuh anak akan bergerak, mulai dari tangan, kaki, dan seluruh badan.

Impementasi permainan lompat tali memiliki peran dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 TK LKMD Pancasakti. Pada dasarnya keterampilan motorik setiap orang berbeda-beda tergantung pada banyaknya gerakan yang dikuasainya. Memperhatikan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar unsur-unsurnya identik dengan unsur yang dikembangkan dalam kebugaran-jasmani pada umumnya. Hal ini sesuai pendapat Depdiknas bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, keterampilan, dan kontrol motorik (Evita Rinasari, p. 28). Unsur-unsur kebugaran-jasmani meliputi:

Pertama, Kekuatan (strenght) adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan tegangan (tension) terhadap suatu tahanan (resisten). Derajat kekuatan otot tersebut pada umumnya berbeda untuk setiap orang. Kekuatan otot dapat dikembangkan melalui latihan-latihan otot melawan tahanan yang ditingkatkan sedikit demi sedikit. Kekuatan merupakan hasil karya otot yang berupa kemampuan untuk mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong atau menarik beban. Semakin besar penampang lintang otot, akan semakin besar pula kekuatan yang dihasilkan dari kerja otot tersebut. Sebaliknya, semakin kecil penampang lintangnya, akan semakin kecil pula kekuatan yang dihasilkan.

Kedua, Daya tahan (endurance) adalah kemampuan tubuh mensuplai oksigen yang diperlukan untuk melakukan suatu kegiatan. Apanila seseorang melakukan kegiatan latihan khusus untuk memperbaiki daya tahan tubuhnya maka akan terjadi peningkatan kapiler-kapiler jaringan otot. Daya tahan otot (muscular endurance) adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk bertahan melakukan suatu kegiatan dalam waktu yang lama. Daya tahan jantung (cardiovascular endurance) adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan suatu kegiatan yang membutuhkan tahanan dalam waktu yang lama. Daya tahan tubuh diberikan dalam bentuk kegiatan lari perlahan atau jalan cepat dengan jarak agak

jauh, daya tahan otot dapat diberikan dengan latihan-latihan, seperti lompat tali, lari naik tangga, dorong mendorong, tarik menarik yang dilakukan dengan berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama.

Ketiga, Kecepatan dalam pembelajaran motorik dapat diartikan sebagai kapasitas seseorang agar berhasil melakukan gerakan dalam beberapa pola dan dalam waktu yang sangat cepat (Hesti Fajarwati, 2014. p. 12). Dapat diberikan dengan kegiatan latihan yang serba cepat, seperti lari dengan jarak yang pendek.

Keempat, Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk bergerak secara cepat. Komponen kelincahan adalah: melakukan gerak perubahan arah secara cepat, berlari cepat, kemudian berhenti secara mendadak, kecepatan bereaksi (Bambang Sujiono dkk, 2015. pp. 7.3-7.5).

Berkaitan dengan perkembangan motorik di TK LKMD Pancasakti khususnya di Kelompok B2 yang semula anak-anak tersebut pemalu sama sekali tidak mau membaaur dan bergerak dengan teman-temannya, setelah guru menerapkan permainan tradisional terutama permainan lompat tali, dengan berjalannya waktu peserta didik yang awalnya tidak mau bergerak dan pemalu akhirnya peserta didik tersebut bisa bergabung dengan temannya dengan perasaan senang. Melalui permainan lompat tali itupun yang awalnya anak tidak percaya diri untuk bisa melompat, akhirnya bisa walaupun cara melompat sebagian dari anak belum sepenuhnya benar. Setidaknya anak dapat melalui tingkat perkembangan motorik kasar dengan baik. Dalam keseharian di rumah pun sebagian dari peserta didik Kelompok B2 juga sering memainkan permainan tradisional terutama lompat tali. Di mulai dari sering atau tidaknya anak bergerak, bisa terlihat dari gerakan yang sederhana sampai yang tingkatan lebih tinggi, seperti: berjalan, berlari, melempar, menangkap, menendang, dan melompat.

Tahapan/cara/langkah kegiatan bermain permainan lompat tali di TK LKMD Pancasakti tersebut sesuai dengan teori di bawah ini, yaitu Cara bermain lompat tali yaitu: para pemain melakukan hom-pim-pah atau pingsut untuk menentukan, orang pemain yang menjadi pemegang tali, kedua pemain yang menjadi pemegang tali melakukan pingsut untuk menentukan siapa yang akan mendapat giliran bermain terlebih dahulu jika ada pemain yang gagal melompat, kedua pemegang tali masing-masing berada di sebelah kiri dan di sebelah kanan (saling berhadapan) lalu merengangkan dan mengayunkan tali. Pemain bertugas untuk bisa melompati tali tanpa tersentuh, Selain model tali yang diayunkan, ada pula permainan lompat tali yang menggunakan tantangan tinggi tali untuk melompatinya, Pemain melompati tali dengan ketinggian karet mulai dari setinggi mata kaki, lalu naik ke lutut, paha, hingga pinggang.

Pada tahap ketinggian ini, pemain harus melompat tanpa menyentuh tali karet ketika melompat, gilirannya bermain selesai dan ia harus menggantikan pemain yang memegang tali, posisi tali karet dinaikan ke dada, lalu ke dagu, telinga, ubun-ubun, tangan yang di angkat ke atas dengan kaki berjinjit. Pada tahap-tahap ketinggian ini, pemain boleh menyentuh tali karet ketika melompat, asalkan pemain dapat melewati tali dan tidak terjerat. Pemain yang tidak berhasil melompati tali karet harus menghentikan permainannya dan menggantikan posisi pemegang tali. Jika semua para pemain, tali karet kembali diturunkan dan permainan dimulai dari awal. Begitu seterusnya hingga waktu yang ditentukan untuk bermain usai (Jaringan Sekolah Islam Terpadu, 2015. pp. 99-100).

TK LKMD Pancasakti menerapkan evaluasi terhadap pencapaian peserta didik dalam kegiatan in dilakukan setelah kegiatan selesai, yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tahap pencapaian perkembangan anak memahami pengetahuan berdasarkan bermain permainan tradisional. Evaluasi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan di dalam proses pembelajaran. Tujuan evaluasi yaitu untuk mengetahui keberhasilan dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah diterapkan. Dan keberhasilan ini dapat dilihat dari gerakan yang diperlihatkan peserta didik.

Penilaian tersebut juga sesuai dengan indikator penilaian yang sudah ditentukan oleh guru. Penilaian yang digunakan yaitu dengan menggunakan catatan anekdot, catatan hasil karya, dan catatan perkembangan. Setelah mendapati penilaian perkembangan harian tahapan selanjutnya akan dilakukan program tindak lanjut bagi peserta didik yang belum mencapai indikator perkembangan. Hal tersebut dikarenakan jika peserta didik belum mencapai kompetensi standar tertentu maka peserta didik tersebut akan mendapatkan kompetensi dasar yang sama di minggu berikutnya. Sebenarnya kompetensi dasar untuk anak terkadang tidak bisa sekali saja dalam penyampiannya melainkan berulang-ulang. Karena perkembangan motorik kasar erat kaitannya dengan keseharian anak. Selain pengulangan indikator di minggu berikutnya bagi anak yang belum mencapai, TK LKMD Pancasakti juga melaksanakan kegiatan parenting setiap bulannya.

Perkembangan motorik pada peserta didik di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta melalui model pembelajaran Kelas yang mengacu pada standar tingkat pencapaian perkembangan. Keberhasilan tersebut dapat dilihat dari pencapaian indikator yaitu menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, melakukan gerakan menggantung (bergelayut). Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi, melempar sesuatu secara terarah, menangkap sesuatu secara tepat, melakukan gerakan antisipasi, menendang sesuatu secara terarah, memanfaatkan alat permainan di luar kelas, melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam, melakukan permainan fisik dengan aturan, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, melakukan kegiatan kebersihan diri.

Dari beberapa indikator tersebut yang telah dicapai oleh peserta didik Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti menunjukkan keberhasilan model pembelajaran kelas dalam mengembangkan motorik kasar pada anak. Hal tersebut dikarenakan jika peserta didik belum mencapai kompetensi standar tertentu maka peserta didik tersebut akan mendapatkan kompetensi dasar yang sama di minggu berikutnya. Sebenarnya kompetensi dasar untuk anak terkadang tidak bisa sekali saja dalam penyampiannya melainkan berulang-ulang. Karena perkembangan motorik kasar erat kaitannya dengan keseharian anak. Selain pengulangan indikator di minggu berikutnya bagi anak yang belum mencapai, TK LKMD Pancasakti juga melaksanakan kegiatan parenting setiap bulannya.

Proses optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta dapat dikatakan sudah berjalan dengan baik, sesuai dengan RKH. Hal tersebut sebagaimana memperhatikan preoses penerapan dan evaluasi.

Demikian hasil dari proses optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta dikatakan berhasil. Hal tersebut sebagaimana memperhatikan tahapan perkembangan anak khususnya aspek perkembangan motorik. Dimana Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta mampu menerapkan macam permainan tradisional khususnya permainan lompat tali, sehingga peserta didik mengetahui/mengenal permainan tersebut dan manfaatnya. Pemberian konsep secara berkala dan terus menerus kepada peserta didik telah menghasilkan pencapaian aspek perkembangan motorik yang cukup baik.

Faktor yang mendukung dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti yaitu : *Pertama*, organ fisik yang lengkap. *Kedua*, kematangan perkembangan. *Ketiga*, faktor pada apa yang dimakan oleh anak. Faktor menghambat dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti yaitu kondisi lingkungan di sekitar dan pola asuh orang tua terhadap anak. Faktor yang mendukung dan menghambat dapat ditelaah dengan melihat prinsip pendidikan anak, yaitu berorientasi pada kebutuhan anak, belajar dengan bermain, menggunakan lingkungan yang kondusif, menggunakan pembelajaran yang terpadu, mengembangkan berbagai kecakapan hidup dan menggunakan berbagai media edukatif dan sumber belajar.

Solusi masalah penerapan tersebut dengan kegiatan parenting bagi wali murid yang diadakan setiap bulan sekali. Materi kegiatan parenting yaitu, kebiasaan anak hebat yang diberikan secara berkala. Ada point yang harusnya dibiasakan dirumah dan disampaikan kepada orang tua. Selain kegiatan parenting sekolah juga mengadakan grup Whattshap bagi wali murid dengan tujuan sebagai alat pendukung, komunikasi, menjalin silatueahmi, membagikan informasi kegiatan anak.

Simpulan

Optimalisasi Permainan Tradisional Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Kelompok B2 TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta dapat dikatakan sudah berjalan dengan baik, sesuai dengan RKH. Hal tersebut sebagaimana memperhatikan proses penerapan dan evaluasi. Hasil dari proses optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta dikatakan berhasil. Hal tersebut sebagaimana memperhatikan tahapan perkembangan anak khususnya aspek perkembangan motorik. Dimana Kelompok B2 di TK LKMD Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta mampu menerapkan macam permainan tradisional khususnya permainan lompat tali, sehingga peserta didik mengetahui/mengenal permainan tersebut dan manfaatnya. Pemberian konsep secara berkala dan terus menerus kepada peserta didik telah menghasilkan pencapaian aspek perkembangan motorik yang cukup baik.

Faktor pendukung dan penghambat optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak Kelompok B2 di TK Pancasakti Balong Kidul Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta: Faktor pendukung, yaitu organ fisik yang

lengkap, kematangan perkembangan, dan faktor pada apa yang dimakan oleh anak. Faktor penghambat, yaitu kondisi lingkungan di sekitar, dan pola asuh orang tua terhadap anak. Solusi masalah penerapan tersebut dengan kegiatan parenting bagi wali murid yang diadakan setiap bulan sekali. Materi kegiatan parenting yaitu, kebiasaan anak hebat yang diberikan secara berkala. Ada point yang harusnya dibiasakan dirumah dan disampaikan kepada orang tua. Selain kegiatan parenting sekolah juga mengadakan grup Whatshap bagi wali murid dengan tujuan sebagai alat pendukung, komunikasi, menjalin silatueahmi, membagikan informasi kegiatan anak.

Daftar Pustaka

- Dharmamulya, S, dkk. (2005). *Permainan Tradisional Jawa*. Januari: Kepel Press.
- Fajarwati, H. (2014). Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B1 Melalui Permainan Dengan Simpai Di TK Aba Gendingan Yogyakarta. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fridani, L, Dkk. (2008). *Evaluasi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hasan, M. (2010). *PAUD*. Yogyakarta: Diva Press.
- Jaringan Sekolah Islam Terpadu. (2015). *Dolanan Anak Jawa*. Yogyakarta: DIKPORA.
- Keen, A. (2012). *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Javalitera.
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Musfiroh, T. (2005). *Bermain Sambil Belajar da Mengasab Kecerdasan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasioanl Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Rektorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Noviasari, T, (2013), Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Lari Zig-Zag dan Bakiak Pada Siswa Kelompok B1 RA Masyithoh Segoroyoso II. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Guru Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Padmonodewo, S. (2003). *Pendidikan Anak Prasekolab*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Rinasari, E. (2013). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Egrang Bathok Kelapa Pada Anak Kelompok B Di TK ABA Banjarharjo II Kalibawang Kulonprogo. *Skripsi*. Jurusan Pendidikan Guru Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sari, P. D, D. (1996). *Metode Mengajar Di Taman Kanak-Kanak*. Depok: Departemene Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Sudono, A. (1995). *Alat Permainan dan Sumber Belajar TK*. Jakarta:Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Akademik Jakarta.
- Sujiono, B, dkk..(2005). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Wardanar, J. (2013). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Ingkling Pada Anak Kelompok B1 Di TK Minortani I Ngaglik Sleman Yogyakarta. *Skripsi*.

Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendidikan.
Universitas Negeri Yogyakarta.