



MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI PERMAINAN LOMPAT TALI

Nyi Khaeriyah*, Anjar Fitriyaningtyas

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Corresponding author: khaeriyahardjanto01@student.uns.ac.id

ABSTRAK

Masa perkembangan anak usia dini, motorik kasar memberikan peran penting dalam koordinasi tubuh dan perkembangan fisik. Keterampilan motorik kasar di stimulasi melalui aktivitas yang menyenangkan, dengan berfokus pada pengembangan kekuatan otot, keseimbangan, dan koordinasi gerakan tubuh. Permainan lompat tali digunakan dalam studi ini untuk membantu mengoptimalkan aspek motorik kasar bagi anak usia 4-5 tahun. Penelitian ini mengadopsi desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Kemmis dan McTaggart. Prosedur dilakukan dalam dua siklus, tiap siklusnya mencakup tiga kali pertemuan dan mengikuti empat tahapan sistematis, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. 9 anak dengan usia empat hingga lima tahun digunakan sebagai subjek dalam studi ini, proses pengumpulan data menggunakan tiga metode: dokumentasi, pengamatan, dan wawancara. Penelitian ini menggunakan 3 indikator yang diukur diantaranya berjalan sesuai garis, melakukan gerakan melompat, dan menendang bola secara terarah. Hasil tindakan terhadap kemampuan motorik kasar anak menunjukkan peningkatan, dengan tingkat ketuntasan 56% pada siklus I dan 78% pada siklus II, sedangkan hasil penilaian pra-tindakan hanya 22%. Hasil ini berhasil mencapai target indikator keberhasilan penelitian sebesar 75%. Hal tersebut membuktikan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun berhasil ditingkatkan melalui permainan lompat tali.

Kata Kunci: Motorik kasar; permainan lompat tali, anak usia 4-5 tahun

ABSTRACT

The early childhood development period is a crucial time for gross motor skills, which play an important role in body coordination and physical development. Gross motor skills are stimulated through fun activities that focus on developing muscle strength, balance, and body movement coordination. Jump rope games were used in this study to help optimize gross motor skills in children aged 4-5 years. This study adopted the Classroom Action Research (CAR) design by Kemmis and McTaggart. The procedure was carried out in two cycles, each of which included three meetings and followed four systematic stages, namely planning, implementation, observation, and reflection. Nine children aged four to five years were used as subjects in this study. The data collection process used three methods: documentation, observation, and interviews. This study used three indicators that were measured, including walking along a line, jumping, and kicking a ball in a directed manner. The results of the intervention on the children's gross motor skills showed an improvement, with a completion rate of 56% in cycle I and 78% in cycle II, while the pre-intervention assessment results were only 22%. These results successfully achieved the research success indicator target of 75%. This proves that the gross motor skills of children aged 4-5 years can be improved through jump rope games.

Keywords: Gross motor; jump rope games, children aged 4-5

PENDAHULUAN

Sejak lahir, anak-anak menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan yang kompleks, yang mencakup perubahan fisik dan kemampuan motorik, yang menjadi dasar penting untuk tumbuh menjadi dewasa (Syafnita, dkk, 2023). Perkembangan fisik mencakup perubahan proporsi tubuh, pertumbuhan organ, dan pematangan neurologis. Kemampuan motorik anak-anak berkembang secara sinkron dengan kematangan fisik yang terus berlanjut di bawah kendali otak, di mana setiap tindakan fisik yang dilakukan selaras dengan pikiran mereka (Anggraini, dkk, 2022). Kemampuan motorik dapat dibagi menjadi dua kategori utama yakni kemampuan

motorik kasar dan kemampuan motorik halus. Kemampuan motorik kasar, yang mencakup penggunaan otot-otot besar untuk gerakan dasar seperti bergerak, tidak bergerak, dan manipulasi, merupakan aspek penting yang harus dikuasai pada masa kanak-kanak (Nurdiana, 2023). Gerakan motorik kasar adalah tindakan fisik yang memerlukan keseimbangan dan koordinasi antara otot-otot besar, sebagian atau seluruh bagian tubuh, dan disebabkan oleh interaksi kompleks antara sistem dan bagian tubuh yang berbeda yang dikendalikan oleh otak (Reswari, dkk, 2022).

Usia 4 hingga 5 tahun, anak-anak memasuki fase yang sangat energik dan eksploratif. Andini, dkk (2022) serta Masruroh & Khulusinniyah (2019) menekankan pentingnya menguasai kemampuan melompat dengan satu kaki, berjalan di atas garis, dan menangkap bola dengan tepat sebagai standar pencapaian perkembangan motorik kasar. Dari pendapat ahli tersebut kemudian ditelaah dan dipadukan menjadi 3 indikator kinerja pada penelitian yang meliputi 1) berjalan sesuai garis, 2) mampu melakukan gerakan melompat, 3) menendang bola sesuai arah. Berdasarkan pengamatan awal dan dari hasil test unjuk kerja pratindakan yang peneliti lakukan di TK Kartini Kids Surakarta, ditemukan bahwa kemampuan motorik kasar pada sebagian besar anak belum berkembang secara optimal. Data sebelum tindakan menunjukkan tingkat ketidaktuntasan yang signifikan sebesar 77,77% anak belum mampu berjalan sesuai garis, 88,88% anak-anak memiliki kemampuan melompat yang tidak sempurna, dan 88,88% anak-anak tidak mampu menendang bola dengan tepat. Faktor penyebab belum berkembangnya kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Kartini Kids Surakarta yaitu karena kurangnya pemberian stimulasi secara konsisten oleh guru terhadap kemampuan motorik kasar anak dalam proses pembelajaran sehingga berdampak pada kemampuan motorik kasar anak yang meliputi anak belum dapat menjaga keseimbangan tubuh pada saat berjalan sesuai garis, pada kemampuan melompat sebagian besar anak masih kesulitan untuk melompat menggunakan satu kaki dan saat melompat menggunakan dua kaki anak masih sering mendarat dengan keras tidak mengeper, hal tersebut beresiko bagi persendian anak, dan kemampuan menendang memang sebagian besar anak dapat menendang bola, namun anak masih kesulitan dalam menentukan kekuatan yang pas untuk memendang bola pada jarak tertentu sehingga bola masih sering melesat dari arah gawang.

Permainan tradisional dipilih menjadi metode pembelajaran untuk menciptakan pembelajaran yang imajinatif, kreatif, dan interaktif yang efektif dalam mengatasi masalah ini. Permainan merupakan aktivitas terstruktur yang memberikan anak-anak kesempatan belajar yang menyenangkan (Hayati & Putro, 2021). Lompat tali dipilih sebagai solusi dalam penelitian ini. Menurut Gallahue (dalam Foweather dkk, 2021), aktivitas melompat secara teoritis dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan lokomotor mereka melalui keseimbangan, ritme, dan koordinasi. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wahid dan Marasebesy (2024) yang menggunakan permainan lompat tali sebagai metode untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun. Pada penelitian tersebut menyebutkan bahwa kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun dapat meningkat melalui penambahan pemberian reward pada pelaksanaan setiap siklusnya untuk meningkatkan minat dan semangat anak. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitria & Chikmah (2024) juga menggunakan permainan tradisional lompat tali sebagai sarana pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun dan diperoleh hasil bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di sekolah tersebut meningkat dengan variasi yang terdapat pada permainan yaitu terletak jumlah

pemain dan variasi pada gerakan. Hasil kedua penelitian tersebut sesuai dengan pernyataan Nissa dkk (2018) yang menyebutkan bahwa melalui berbagai macam variasi gerakan lompatan dalam permainan lompat tali dapat menarik antusias anak untuk bermain sehingga aspek perkembangan motorik anak terkhusus pada perkembangan motorik kasar dapat terasah dan terstimulasi dengan baik. Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada modifikasi pada pelaksanaan permainan lompat tali yang mana anak akan melompat dengan 3 tahapan berbeda, mulai dari melompat dengan tempo lagu lambat, sedang, hingga cepat. Melalui tantangan sinkronisasi gerakan dan irama ini, diharapkan antusiasme anak meningkat sehingga aspek motorik kasar terstimulasi dengan lebih baik (Nissa dkk, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dirancang menjadi permasalahan kemampuan motorik kasar dan diharapkan dapat menciptakan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan bagi anak usia 4-5 tahun di TK Kartini Kids Surakarta. Penelitian ini difokuskan pada upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui permainan lompat tali.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas dengan mengikuti model Kemmis dan McTaggart, prosedur dilakukan dalam dua siklus dan setiap siklusnya mencakup tiga kali pertemuan dan mengikuti empat tahapan sistematis, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi (Purnama, 2020). Penelitian dirancang untuk menyelesaikan permasalahan rendahnya kemampuan motorik kasar anak melalui intervensi permainan lompat tali berbasis tempo musik.

Penelitian ini melibatkan 9 anak usia 4-5 tahun sebagai sumber utama perolehan data dan guru sebagai observer. Data dikumpulkan dari interaksi dengan guru dan anak serta dokumen pendukung melalui teknik observasi, wawancara, tes unjuk kerja, dan dokumentasi, yang kemudian diuji keabsahannya menggunakan triangulasi. Perolehan data kemudian dianalisis menggunakan dua teknik yaitu teknik analisis data kuantitatif untuk menghitung persentase ketuntasan pada setiap siklus dan teknik data kualitatif mengadopsi model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi 4 tahap diantaranya mengumpulkan data, mereduksi data, penyajian data, dan menarik kesimpulan. Keberhasilan penelitian ini diukur melalui hasil capaian ketuntasan klasikal minimal 75% dari jumlah seluruh anak harus dapat mencapai kriteria ketuntasan pada aspek motorik kasar yang ditargetkan pada ketiga indikator yaitu 1) berjalan diatas garis lurus dan garis zig-zag, 2) melompat menggunakan dua dan satu kaki, 3) menendang bola sesuai arah gawang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan pemberian tindakan melalui media permainan lompat tali yang dimodifikasi menggunakan iringan musik dengan tiga tingkatan tempo yang berbeda. Mekanisme permainan dimulai dengan anak melakukan pemanasan bersama, kemudian anak berbaris secara berurutan, dilanjutkan dengan guru memberikan demonstrasi singkat dari awal mendengarkan irama lagu, kemudian masuk area permainan, melompat saat ketukan tertentu, hingga saat keluar dari area permainan. Setiap anak diberi kesempatan yang sama untuk melakukan permainan yaitu 2-3 percobaan pertempo.

Setelah tiga hari diberikan tindakan, tes unjuk kerja dilaksanakan pada hari keempat yang dilakukan mencakup 3 indikator yang sudah ditentukan oleh peneliti. Secara rinci, tes unjuk kerja yang dilakukan anak antara lain: 1) Anak diminta untuk

berjalan diatas garis lurus dan garis zig-zag; 2) Anak diminta untuk melakukan gerakan melompat menggunakan dua dan satu kaki; 3) Anak diminta untuk menendang bola sesuai arah gawang. Hasil yang telah peneliti dapatkan melalui kegiatan observasi awal diperkuat kembali dengan hasil wawancara dengan wali kelompok TK A diketahui pada sebagian besar anak masih kesulitan dalam melakukan kegiatan motorik kasar yang meliputi melompat satu kaki maupun dengan dua kaki, menendang, dan berjalan sesuai garis. Pada kemampuan melompat dengan satu kaki ataupun dua kaki anak masih kesulitan dalam menjaga keseimbangan baik saat melompat maupun saat melakukan pendaratan. Pada kemampuan berjalan sesuai garis, anak-anak cenderung masih sering keluar garis dan saat melewati garis lurus beberapa anak justru melewatinya dengan berlari. Pada kemampuan menendang bola ke arah gawang kebanyakan anak masih kesulitan mengarahkan bola agar masuk pada gawang. belum berkembangnya kemampuan pada anak usia 4-5 tahun tersebut disebabkan karena kurangnya pemberian stimulasi secara konsisten oleh guru terhadap kemampuan motorik kasar anak dalam proses pembelajaran. Berikut hasil persentase ketuntasan pada pratindakan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Persentase Ketuntasan Klasikal Kemampuan Motorik Kasar Pratindakan

Kriteria Ketuntasan	f	%
Tuntas	2	22,22%
Belum Tuntas	7	77,77%
Jumlah	9	100%

Data pada tahap pratindakan, persentase ketuntasan klasikal anak hanya mencapai rata-rata 22,22%, sebagian besar anak masih berada pada kategori Belum Berkembang (BB). Langkah berikutnya tindakan diberikan pada siklus I untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Tindakan yang diberikan yaitu penerapan permainan lompat tali dengan iringan musik yang memiliki tiga tempo berbeda yaitu tempo lambat, sedang, dan tempo cepat. Permainan lompat tali pada siklus I, dilakukan dengan memutar musik sebagai panduan ritme bagi anak. Pertemuan pertama, musik diputar dengan tempo lambat untuk membantu anak menyesuaikan koordinasi mata dan kaki saat melompat. Pertemuan kedua dan ketiga, pelaksanaan permainan mulai ditingkatkan tantangan dengan memutar musik bertempo sedang hingga cepat. Anak diwajibkan melakukan lompatan yang sinkron dengan beat atau ketukan musik yang terdengar, jika anak mampu melompat tanpa menyentuh tali sesuai tempo, anak diperbolehkan lanjut ke tantangan berikutnya. Apabila kaki anak tersangkut atau gerakan tidak sesuai dengan irama musik, maka dilakukan pergantian pemain sesuai urutan yang telah disepakati. Proses ini berlanjut secara bergiliran hingga seluruh anak mendapatkan kesempatan untuk menguji keseimbangan dan kekuatan otot kaki anak di bawah tekanan tempo yang berbeda. Melalui alur permainan yang dinamis dan kompetitif ini, peneliti mengobservasi perubahan kemampuan fisik motorik anak secara mendalam pada setiap pertemuannya. Setelah diberikan tindakan pada siklus I, terjadi peningkatan ketuntasan pada kemampuan motorik kasar anak menjadi 55,55%. Pada siklus I ini, ditemukan beberapa permasalahan selama pelaksanaan permainan lompat tali berirama, antara lain: (1) Sebagian besar anak masih menunjukkan kesulitan dalam melakukan lompatan secara terkoordinasi sesuai dengan tempo lagu (lambat, sedang, cepat). (2) Peneliti kesulitan dalam menjaga fokus dan partisipasi anak telah selesai mencoba melompat dan mulai menunjukkan kelelahan. Berdasarkan permasalahan yang muncul

ini, peneliti menyadari perlunya perbaikan pada siklus II, mengingat persentase ketuntasan motorik kasar anak di siklus I belum mencapai target indikator keberhasilan penelitian, yaitu sebesar 75% sehingga penelitian dilanjutkan pada siklus II dengan perbaikan pada intensitas bimbingan dan variasi lagu. Berikut hasil persentase ketuntasan pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Persentase Ketuntasan Klasikal Kemampuan Motorik Kasar Siklus I

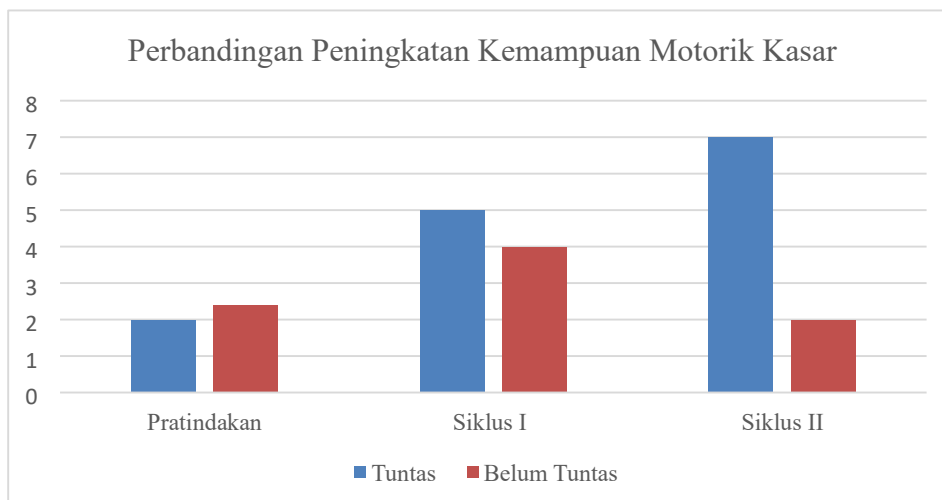
Kriteria Ketuntasan	f	%
Tuntas	5	55,55%
Belum Tuntas	4	44,44%
Jumlah	9	100%

Pelaksanaan tindakan siklus II dirancang dengan perbaikan yang meliputi: (1) memberikan latihan melompat mengikuti secara bertahap diawali melompat tanpa tali dan musik, kemudian mulai secara bertahap ditambahkan musik dengan tempo semakin lama semakin cepat. (2) Peneliti membagi anak menjadi kelompok kecil dan memberikan tugas bergantian, misalnya ada yang melompat, ada yang memutar tali, dan ada yang memberi aba-aba, agar semua anak tetap sibuk dan tidak ada yang hanya menunggu. Pelaksanaan siklus dua dengan perbaikan yang telah direncanakan memperoleh hasil yang signifikan pada ketiga indikator kemampuan motorik kasar anak, yang meliputi berjalan mengikuti garis lurus dan zig-zag, melompat dengan satu dan dua kaki, dan menendang bola sesuai arah mencapai tingkat ketuntasan sebesar 77,77% atau 7 dari 9 anak telah ada pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Anak-anak menunjukkan koordinasi tubuh yang lebih stabil dan ketepatan gerakan yang lebih baik saat mengikuti irama musik yang cepat. Hal ini membuktikan, tantangan berupa perubahan tempo lagu efektif dalam menstimulasi konsentrasi dan kesiapan fisik anak. Berikut hasil persentase ketuntasan pada siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Persentase Ketuntasan Klasikal Kemampuan Motorik Kasar Siklus II

Kriteria Ketuntasan	f	%
Tuntas	7	77,77%
Belum Tuntas	2	22,22%
Jumlah	9	100%

Pemberian tindakan disiklus II berhasil meningkatkan persentase ketuntasan kemampuan motorik kasar anak sebesar 77,77%. Persentase ketuntasan klasikal kemampuan motorik kasar pada siklus II telah memenuhi persentase ketuntasan yang ditargetkan sebesar 75% sehingga pemberian tindakan dicukupkan sebab indikator keberhasilan telah tercapai. Berikut merupakan diagram perbandingan peningkatan kemampuan motorik kasar anak dari pratindakan, siklus I, dan siklus II:



Gambar 1. Perbandingan Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Peserta Didik Usia 4-5 Tahun

Dari diagram diatas dapat diketahui bahwa penerapan permainan lompat tali berirama yang memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar. Secara kuantitatif, terdapat peningkatan persentase ketuntasan klasikal dari 22,22% pada tahap pratindakan menjadi 55,55% pada siklus I, dan mencapai 77,77% pada siklus II. Peningkatan ini membuktikan bahwa permainan lompat tali yang dikombinasikan dengan irama musik mampu menstimulasi tiga indikator utama, yaitu kemampuan berjalan mengikuti garis, melompat, dan menendang bola secara terarah.

Nudesti, dkk (2023) menyatakan lompat tali berirama bukan sekadar aktivitas melompati karet, melainkan integrasi antara gerakan fisik dengan iringan musik yang menciptakan suasana belajar menyenangkan. Permainan ini sangat efektif karena dapat melatih fleksibilitas, keseimbangan tubuh, koordinasi mata, serta kekuatan otot kaki sekaligus (Megawati,dkk, 2023). Aktivitas melompat yang dilakukan secara rutin terbukti mampu memaksimalkan kekuatan tulang dan ketangkasan anak yang merupakan fondasi penting dalam perkembangan fisik motorik (Susanti, dkk, 2021). Melalui pembelajaran berbasis permainan dapat membantu dalam memahami sejauh mana hal tersebut dapat membuat anak lebih termotivasi untuk terlibat, fokus, dan berpartisipasi aktif peserta dalam proses pembelajaran (Alotaibi, 2024).

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan selama 2 siklus diperoleh hasil yakni pelaksanaan permainan lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak pada usia 4-5 tahun. Peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Kartini Kids Surakarta secara lebih rinci dapat diamati pada ketiga indikator yang diukur. Indikator pertama yaitu berjalan mengikuti garis, pada indikator ini kemampuan anak diukur dengan meminta anak untuk berjalan mengikuti garis lurus dan garis zig-zag. Pada saat tahapan pratindakan sebagian besar anak yang belum mampu berjalan mengikuti garis dengan baik, masih banyak anak yang berjalan diluar garis kemudian terdapat pula anak yang berjalan dengan kaki berjinjit. Namun, setelah diberikan tindakan permainan lompat tali kemampuan anak dalam berjalan mengikuti garis semakin terstimulasi dengan baik. Kemampuan berjalan mengikuti garis terstimulasi pada saat anak berbaris secara berurutan untuk mengantre giliran melompat, dalam proses berbaris ini melatih konsentrasi dan kesadaran ruang anak sehingga koordinasi motorik mereka menjadi lebih terasah saat harus menjaga posisi

tubuh tetap tegak dan teratur dalam antrian sebelum melakukan transisi ke gerakan melompat yang lebih dinamis. Pada indikator kedua yaitu melakukan gerakan melompat, anak diminta untuk melakukan engklek angka. Awal pelaksanaan saat tahap pratindakan terdapat sebagian anak yang belum dapat melompat dengan baik, masih banyak anak yang sering kehilangan saat melompat dari satu kotak ke kotak lain. Permainan engklek merupakan salah satu permainan yang dapat digunakan untuk mengukur atau mengetahui kemampuan motorik kasar anak terkhusus pada kemampuan keseimbangan anak. Namun, setelah diberikan tindakan permainan lompat kemampuan anak dalam menjaga keseimbangan saat melompat semakin berkembang dengan baik. Kemampuan anak melompat dengan satu dan dua kaki terasah secara langsung saat anak harus menyesuaikan kecepatan tolakan dan pendaratan kaki sesuai dengan perubahan tempo lagu, hal tersebut secara efektif membangun kekuatan otot serta ketangkasan gerak. Pada indikator ketiga yakni menendang bola secara terarah, pada indikator ini anak diminta untuk menendang bola sesuai arah gawang. Pada saat tahapan pratindakan kemampuan menendang bola anak masih belum berkembang dengan baik, sebagian besar anak masih kesulitan untuk memasukan bola sesuai arah gawang, dan terdapat pula anak kurang kuat dalam menendang sehingga bola hanya mengelinding dalam jarak dekat. Pemberian tindakan permainan lompat tali mampu menstimulai kemampuan motorik kasar anak terkhusus dalam kekuatan dan ketangkasan dalam menendang bola. Kemampuan anak dalam menendang bola secara terarah terstimulasi melalui penguatan kaki tumpu yang stabil dan ketepatan waktu (*timing*) dalam menggerakkan kaki, sehingga anak memiliki kontrol tubuh yang lebih baik untuk melakukan gerakan yang membutuhkan sasaran pada titik tertentu.

Terdapat 2 anak yang belum mencapai ketuntasan, kedua anak tersebut memiliki faktor penyebab yang berbeda. Anak pertama yang belum mencapai ketuntasan dikarenakan faktor berat badan berlebih atau *overweight*. *Overweight* merupakan suatu kondisi dimana berat badan diatas kondisi normal dimana kondisi tersebut disebabkan karena jumlah nutrisi yang dikonsumsi lebih banyak dibandingkan dengan energi yang dikeluarkan. Diketahui bahwa anak dengan kondisi *overweight* memiliki berat badan 33 kg, berat badan tersebut tidak ideal bagi anak laki-laki usia 5 tahun. Menurut standar WHO (*World Health Organization*) berat badan ideal untuk anak laki-laki usia 5 tahun adalah sekitar 18-19 kg dengan rentang normal 14 kg untuk batas bawah dan 24 kg untuk batas atas. Kondisi tersebut membuat anak dengan kondisi *overweight* mengalami kesulitan dalam bergerak dan menjaga keseimbangan saat melompat. Amelia, dkk (2025) berpendapat *overweight* memiliki dampak negatif terhadap kemampuan motorik kasar anak yang meliputi kemampuan keseimbangan, koordinasi, fleksibilitas, dan kekuatan otot sehingga menyebabkan anak kesulitan dalam melakukan aktivitas seperti berlari dan melompat.

Anak kedua yang juga belum mengalami ketuntasan disebabkan oleh rendahnya motivasi internal dan minimnya stimulasi motorik dari orang tua di rumah. Penelitian Muslimah, dkk (2024), menyatakan motivasi dan dukungan dari lingkungan sangat krusial dalam mendorong partisipasi aktif anak dalam aktivitas fisik. Selain faktor lingkungan, anak tersebut memiliki kondisi keterlambatan bicara (*speech delay*) turut menjadi faktor penyebab lainnya. Fatmawati & Pratikno (2024) berpendapat *speech delay* merupakan hambatan dalam pemerolehan bahasa yang berdampak sistemik atau keterlambatan bicara. Keterlambatan pada sistem bicara tidak hanya memengaruhi aspek komunikasi, tetapi juga melibatkan perkembangan kognitif, sensori, dan motorik (Izzah,dkk, 2024). Hal ini didukung dan dikuatkan melalui penelitian yang

dilakukan oleh Hill yang memaparkan 40% hingga 90% anak dengan gangguan bahasa juga mengalami berbagai gangguan pada kemampuan motoriknya sebab anak mengalami kesulitan dalam mengerti instruksi yang diberikan secara verbal. Rohmatika, dkk (2024) menyatakan bahwa perkembangan bahasa dan kemampuan gerak fisik anak saling berkaitan erat, sehingga anak yang mengalami keterlambatan bicara (*speech delay*) cenderung memiliki kemampuan motorik kasar yang juga tertinggal. Hal ini terjadi karena hambatan komunikasi membuat anak sulit memahami instruksi verbal yang rumit serta kesulitan menirukan gerakan koordinasi tubuh yang dicontohkan, yang akhirnya berdampak pada kurangnya keseimbangan, kontrol tubuh yang rendah, dan munculnya rasa ragu-ragu saat beraktivitas fisik dibandingkan dengan teman sebaya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Reikerås, dkk (2020) juga menyatakan bahwa kemampuan motorik dan bahasa anak saling berkaitan erat dalam jangka panjang. Keterampilan motorik pada usia balita dapat menjadi penanda apakah kemampuan bahasanya akan berkembang baik saat anak masuk pada usia sekolah. Secara teori, hal ini terjadi karena kemampuan motorik dan kemampuan bicara diatur oleh saraf otak yang saling terhubung. Itulah sebabnya, anak yang mengalami keterlambatan bicara sering kali juga mengalami keterlambatan motorik kasar. Kegiatan bermain sambil bergerak aktif adalah cara utama anak belajar berkomunikasi, keterbatasan gerak membuat anak sulit dalam bergaul dan bersosialisasi. Oleh karena itu, melatih kemampuan motorik sangat penting untuk membantu mempercepat pemulihan kemampuan bicara anak.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Rohmatika, dkk (2024) menyatakan bahwa perkembangan bahasa dan kemampuan gerak fisik anak saling berkaitan erat, sehingga anak yang mengalami keterlambatan bicara (*speech delay*) cenderung memiliki kemampuan motorik kasar yang juga tertinggal. Hal ini terjadi karena hambatan komunikasi membuat anak sulit memahami instruksi verbal yang rumit serta kesulitan menirukan gerakan koordinasi tubuh yang dicontohkan, yang akhirnya berdampak pada kurangnya keseimbangan, kontrol tubuh yang rendah, dan munculnya rasa ragu-ragu saat beraktivitas fisik dibandingkan dengan teman sebaya. Penelitian yang dilakukan oleh Houwen, dkk (2016) memperkuat hasil kedua penelitian tersebut, bahwa kemampuan motorik kasar memiliki hubungan yang sangat erat dan signifikan dengan perkembangan bahasa pada anak, terutama pada anak yang mengalami hambatan perkembangan. Secara sederhana, keterlambatan dalam keterampilan motorik kasar sering kali muncul bersamaan dengan keterlambatan bicara (*speech delay*) karena kedua aspek tersebut saling mendukung melalui proses kognitif yang sama di dalam otak. Ketika seorang anak aktif bergerak dan mengeksplorasi lingkungannya menggunakan kemampuan motorik kasarnya, maka anak akan mendapatkan lebih banyak stimulasi sosial dan sensorik yang secara langsung memicu kemampuan untuk memahami dan memproduksi kata-kata, sehingga penguatan pada aspek fisik motorik dapat menjadi fondasi penting dalam mengoptimalkan kemampuan komunikasi anak.

Sebagai upaya tindak lanjut bagi anak yang belum mencapai ketuntasan, diperlukan kerjasama oleh guru dengan wali murid melalui komunikasi perkembangan anak secara konsisten. Saran bagi anak dengan kondisi *overweight* difokuskan pada pengaturan pola makan bergizi seimbang dengan porsi yang sesuai. Anak dengan kondisi *low motivation*, diberikan saran untuk mengintegrasikan minat anak ke dalam aktivitas motorik, serta orang tua dapat mempertimbangkan untuk melakukan konsultasi medis lebih lanjut kepada dokter spesialis anak guna menangani hambatan perkembangan yang dialami anak.

SIMPULAN

Disimpulkan dari hasil penelitian ini bahwa permainan lompat tali berirama terbukti efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Sehingga permainan lompat tali dapat dijadikan sebagai metode pembelajaran alternatif yang menarik, menyenangkan, dan efisien dalam mendukung perkembangan motorik anak. Meskipun demikian, ditemukan kendala teknis dalam sinkronisasi tempo musik yang sesuai dengan ritme anak. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan aplikasi *metronome* atau aransemen musik khusus untuk mengoptimalkan sinkronisasi gerak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alotaibi, M. S. (2024). Game-based learning in early childhood education: a systematic review and meta-analysis. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 15). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1307881>
- Amelia, A. R., Septiana, R., Naswa, A., Johan, P., Ramadhani, N., Sumarni, S., & Ilhami, A. (2025). Analisis Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-8 Tahun yang Mengalami Masalah Obesitas. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 445–458. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1256>
- Andini, Y. T., Syamsudin, M. A., & Ulansari, F. (2022). Pengaruh Permainan Lompat Tali terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan, Dan Gizi Anak Usia Dini)*. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jp2kgaud.2022.3.2.97-108>
- Anggraini, D. D. (2022). *Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini* (R. Oktaviani, Ed.). CV Kreator Cerdas Indonesia.
- Fatmawati, & Pratikno, H. (2024). Mengenal Gangguan Speech Delay pada Anak Usia Dini Menurut Kajian Psikologustik. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 47–50. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v4i1.4075>
- Fitria, F., & Amidanal Chikmah. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Berbasis Permainan Tradisional Lompat Tali pada Usia 4-5 tahun. *Journal Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 46–55. <https://doi.org/10.33367/piaud.v4i1.5078>
- Foweather, L., Crotti, M., Foulkes, J. D., O'Dwyer, M. V., Utesch, T., Knowles, Z. R., Fairclough, S. J., Ridgers, N. D., & Stratton, G. (2021). Foundational movement skills and play behaviors during recess among preschool children: A compositional analysis. *Children*, 8(7). <https://doi.org/10.3390/children8070543>
- Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini. *Generasi Emas. Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1). [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985)

- Houwen, S., Visser, L., van der Putten, A., & Vlaskamp, C. (2016). The interrelationships between motor, cognitive, and language development in children with and without intellectual and developmental disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 53–54, 19–31. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2016.01.012>
- Izzah, L., Rahmalia, R., Yuliza, E., & Hamdi, R. (2024). Analisis Pengaruh Perkembangan Motorik Terhadap Kemampuan Bahasa Wicara Anak. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*. <https://doi.org/https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v6i2>
- Masruroh, F., & Khulusinniyah. (2019). Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Dengan Bermain. *Edupedia: Jurnal Studi Pendidikan Dan Pedagogi Islam*. <https://doi.org/https://doi.org/10.35316/edupedia.v3i2.253>
- Megawati, R., Jamil, Z. A., & Jamilah. (2023). Permainan Tradisional Lompat Tali Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Dzurriyat: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 82–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.61104/jd.v1i1.26>
- Muslimah, M., Putri, D. A. P., & Kusdianto, K. (2024). Pengaruh Motivasi dan Penggunaan Aplikasi Papan Tulis Online Serta Aplikasi Jamboard Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini. *Nusantara: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 295–312. <https://doi.org/10.14421/njpi.2024.v4i1-18>
- Nissa, H. Z., Mustaji, & Hendranto. (2018). Jump Rope Games Modification: Enhancing Children's Motor and social skills. *Atlantis Press*. <https://doi.org/10.2991/icei-18.2018.48>
- Nudesti, N. P., Marfu'ah, S., & Wulan, R. (2023). Hubungan stimulasi game lompat tali berirama dengan perkembangan motorik kasar melompat pada anak usia 5 tahun di TK Dharma Wanita Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Pati. *Journal of Public Health Innovation*, 3(02), 272–277. <https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.750>
- Nurdiana, R. (2023). Penggunaan Metode Pembelajaran Berbasis Permainan Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Thufuli: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. <https://doi.org/https://doi.org/10.62070/thufuli.v1i2.25>
- Pemendikbud No.137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Purnama, S., Rochmadheny, Prima Suci., Pratiwi, Hardiyanti. (2020). Penelitian Tindakan Kelas Untuk Anak Usia Dini. PT Remaja Rosdakarya.
- Reswari, A., Iftitah, S. L., Lestarinigrum, A., & Pangastuti, R. (2022). *Perkembangan Fisik Dan Motorik Anak (Child Physical and Motoric Development)*. CV Azka Pustaka.

- Susanti, Muslih, H. Y., & Sumardi. (2021). Manfaat Permainan Tradisional Lompat Tali bagi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. Jurnal PAUD Agapedia, 5(1), 80–89. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/jpppaud.v9i1.11365>
- Syafnita, T., Akip, M., Mukhlisin, & Kardinus Wenselinus. (2023). Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. PT. Literasi Nusantara Abadi Group.
- Wahid, S. M., & Marasabes, A. (2024). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Permainan Lompat Tali. Literasi Jurnal Pendidikan Guru Indonesia. <http://ejournal.baleliterasi.org/index.php/literasi>