

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI PERMAINAN LARI ESTAFET DI TK AL HIKMAH PULUNG

Oleh:
RETNO PURNAMASARI,

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Agustus, 2026



PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK

- Secara teoretis, perkembangan motorik kasar tidak hanya berfungsi sebagai kemampuan fisik semata, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan kognitif dan sosial melalui aktivitas bermain yang melibatkan interaksi dan regulasi diri
- Perkembangan motorik kasar menjadi salah satu aspek fundamental karena berkaitan langsung dengan koordinasi otot besar, keseimbangan, kelincahan, kekuatan, dan ketahanan tubuh anak
- Kemampuan motorik kasar sangat penting untuk dikuasai karena memungkinkan anak dapat melakukan berbagai aktivitas sehari-hari. Tanpa kemampuan gerak yang baik anak dapat ketinggalan dalam berbagai aktivitas seperti berlari, melompat, mendorong, melempar, menangkap, menendang, dan lain sebagainya.

PEMBELAJARAN MOTORIK KASAR DI TK AL HIKMAH PULUNG

- Kegiatan motorik kasar yang ada di TK Al Hikmah Pulung ini masih belum berjalan dengan maksimal karena kurangnya inovasi permainan yang dapat diterapkan pada setiap anak
- Pembelajaran motorik kasar masih dilakukan secara konvensional dan kurang variatif
- Guru mulai memperkenalkan berbagai permainan kelompok yang menyenangkan, salah satunya adalah permainan lari estafet
- Lari estafet ini hampir sama dengan lari estafet lainnya hanya saja guru sedikit memberikan hadiah berupa makanan ringan kepada anak yang berhasil memenangkan pertandingan tersebut. Hal inilah yang akhirnya membuat anak menjadi bersemangat untuk memenangkan lari estafet ini
- Kajian penelitian terdahulu menunjukkan bahwa permainan lari estafet memiliki kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini

METODE PENELITIAN

- Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pendekatan kualitatif
- Pendekatan kualitatif digunakan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai proses pembelajaran, dinamika interaksi antar anak, perubahan perilaku motorik, serta respons anak terhadap tindakan yang diberikan
- Desain PTK dalam penelitian ini mengacu pada model spiral yang dikembangkan oleh Stephen Kemmis dan Robin McTaggart. Model ini terdiri atas empat tahapan utama dalam setiap siklus, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (action), observasi (observation), dan refleksi (reflection). Keempat tahapan tersebut membentuk satu siklus yang bersifat berulang dan reflektif

Hasil dan Pembahasan Kondisi Awal (Pra Tindakan)

- Observasi awal dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi kemampuan motorik kasar anak Kelompok B di TK Al Hikmah Pulung sebelum diterapkan permainan lari estafet sebagai tindakan pembelajaran.
- Observasi difokuskan pada kemampuan koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, kelincahan, serta kemampuan bekerja sama dalam aktivitas kelompok.
- Hasil observasi menunjukkan bahwa dari 25 anak Kelompok B, 22 anak masih berada di bawah kriteria perkembangan motorik kasar yang diharapkan.
- Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sekitar 76% anak belum mencapai tingkat perkembangan yang diharapkan, sedangkan hanya 6 anak (24%) yang sesuai harapan KKM.
- Persentase tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak masih memerlukan stimulasi yang lebih terarah melalui kegiatan pembelajaran yang melibatkan aktivitas fisik secara aktif dan berkelanjutan.
- Permainan Lari Estafet dipilih karena mampu mengintegrasikan aktivitas berlari, koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, dan kerja sama dalam satu rangkaian kegiatan yang menyenangkan. Dan diharapkan mampu meningkatkan keterlibatan anak selama proses pembelajaran sekaligus memperbaiki kemampuan motorik kasar secara bertahap pada setiap siklus penelitian.

Hasil dan Pembahasan Siklus I

- **Perencanaan** : Guru menyusun langkah-langkah permainan secara sistematis mulai dari kegiatan pembukaan, pemberian contoh gerakan, pelaksanaan permainan, hingga kegiatan penutup. Area bermain ditata sedemikian rupa sehingga memberikan ruang gerak yang cukup luas dan meminimalkan risiko terjadinya kecelakaan selama kegiatan berlangsung. Instrumen penelitian juga dipersiapkan sebelum tindakan dilaksanakan.
- **Pelaksanaan** : Guru menjelaskan disertai demonstrasi mengenai cara membawa tongkat estafet, teknik berlari sesuai lintasan, serta cara menyerahkan tongkat kepada teman dalam satu kelompok. Anak kemudian dibagi ke dalam beberapa kelompok dan setiap kelompok memperoleh kesempatan melakukan permainan secara bergantian sehingga seluruh anak dapat berpartisipasi secara aktif.

Hasil dan Pembahasan Siklus I

- **Observasi** : Selama proses pembelajaran, guru melakukan observasi terhadap empat indikator kemampuan motorik kasar, yaitu koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, dan kerja sama. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan pada seluruh indikator dibandingkan kondisi pra tindakan meskipun masih belum mencapai KKM. Prosentase kenaikan tersebut mencapai 52%
- **Refleksi** : Refleksi dilakukan berdasarkan hasil observasi terhadap proses pembelajaran serta capaian perkembangan motorik kasar anak selama pelaksanaan Siklus I. Peningkatan kemampuan motorik kasar terlihat pada seluruh indikator yang diamati. Aktivitas permainan memberikan kesempatan kepada anak untuk melatih koordinasi gerak, menjaga keseimbangan saat membawa tongkat estafet, meningkatkan kelincahan ketika berlari menuju garis pergantian, serta membangun kerja sama dalam kelompok. Hasil Siklus I belum memenuhi indikator keberhasilan penelitian karena ketuntasan klasikal baru mencapai 52%, sedangkan target yang ditetapkan adalah 80%.

Hasil dan Pembahasan Siklus II

- **Perencanaan** : Guru melakukan penyempurnaan skenario pembelajaran dengan memberikan demonstrasi permainan lari estafet secara lebih sistematis, menyederhanakan aturan permainan, mengatur kembali komposisi kelompok agar lebih seimbang
- **Pelaksanaan** : Guru kemudian menjelaskan kembali tata cara permainan lari estafet serta memberikan contoh gerakan yang benar sebelum anak mempraktikkannya secara berkelompok. Guru memberikan bimbingan secara langsung kepada anak yang masih mengalami kesulitan serta memberikan penghargaan berupa pujian dan apresiasi kepada kelompok yang menunjukkan kerja sama dan sportivitas yang baik.

Hasil dan Pembahasan Siklus II

- **Observasi** : Hasil observasi pada siklus II menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar dibandingkan dengan kondisi pra tindakan maupun siklus I. Sebagian besar anak telah mampu melakukan koordinasi gerak secara lebih baik ketika berlari, menjaga keseimbangan saat membawa tongkat estafet, serta menyelesaikan lintasan permainan dengan lebih lancar. Selain itu, kemampuan bekerja sama dalam kelompok juga mengalami peningkatan yang ditunjukkan melalui komunikasi yang lebih baik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permainan lari estafet tidak hanya memberikan stimulasi terhadap perkembangan motorik kasar, tetapi juga mendukung perkembangan sosial-emosional anak melalui aktivitas kerja sama dalam kelompok.
- **Refleksi** : Strategi pembelajaran yang lebih terstruktur, demonstrasi gerakan yang lebih jelas, pemberian motivasi, serta pengaturan kelompok yang lebih proporsional mampu meningkatkan keterlibatan anak dalam mengikuti permainan. Penelitian dinyatakan telah tercapai dengan persentase ketuntasan klasikal sebesar 88% (22 dari 25 anak). Oleh karena itu, tindakan tidak perlu dilanjutkan ke siklus berikutnya. Permainan lari estafet terbukti sekaligus mengembangkan sikap kerja sama, disiplin, dan kepercayaan diri selama proses pembelajaran.

