



JOLL 6 (1) (2023)

Journal of Lifelong Learning



## Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di RA Perwanida 2 Palembang

Suci Alevia<sup>1</sup>, Febriyantiz<sup>2</sup>, Yecha Febrieianitha Putri<sup>3</sup>, Yuniar<sup>4</sup>, Elsa Cindrya<sup>5</sup>  
UIN Raden Fatah Palembang  
[cindryaela@gmail.com](mailto:cindryaela@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mentahui bagaimana pengaruh permainan lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Perwanida 2 Palembang. Penelitian ini menggunakan dua kelas yaitu kelas Eksperimen dan kelas kontrol. Jenis penelitian ini adalah *Quassy eksperimental desain*, dengan pendekatan penelitian kuantitatif *Nonequivalent Control Desain*, sampel pada penelitian ini berjumlah 30 anak kelas B4 dan B6 di RA Perwanida 2 Palembang. Kelompok eksperimen menggunakan kegiatan lompat tali dan kelas kontrol menggunakan metode demonstrasi. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, tes dan dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan Uji normalitas, homogenitas dan uji hipotesis Ttest. Berdasarkan Hasil yang didapat bahwa adanya perbedaan nilai rata-rata setelah diterapkannya kegiatan lompat tali dimana rata-rata nilai kelas eksperimen sebesar 74.8 sedangkan pada kelas kontrol sebesar 34.2. Kemudian berdasarkan perhitungan uji t dimana nilai t tabel untuk signifikansi 5% sebesar 2.145 dapat disimpulkan bahwa nilai t hitung > t tabel (2,373 > 2.145) maka kesimpulannya Ho ditolak dan Ha diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh permainan lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Perwanida 2 Palembang.

**Kata kunci** : Permainan lompat tali, kemampuan motorik kasar

## The Influence of Jumping Rofe Games on Griss Motoric Ability of Children Aged 5-6 Years At RA Perwanida 2 Palembang

### Abstract

*This study aims to find out how the influence of jumping rope games on gross motor skills of children aged 5-6 years at RA Perwanida 2 Palembang. This study uses two classes, namely the experimental class and the control class. This type of research is a quassy experimental design, with a nonequivalent control design quantitative research approach. The sample in this study was 30 children in grades B4 and B6 at RA Perwanida 2 Palembang. The experimental group used jump rope activities and the control class used the demonstration method. Data collection techniques using observation, test and demonstration methods. Data analysis techniques in this study used the normality test, homogeneity and hypothesis testing t test. Based on the results, it was found that there was a difference in the average value after the jump rope activity was implemented, where the average value of the experimental class was 74.8 while that of the control class was 34.2. Then based on the calculation of the t test where the t table value for 5% significance is 2,145 it can be concluded that the t count > t table (2,373 > 2,145) then the conclusion is ho is rejected and Ha is accepted, so it can be concluded that there is an influence of rope jumping games on gross motor skills children aged 5-6 years at RA Perwanida 2 Palembang.*

**Keywords:** Game of jumping rope, gross motor skill

## PENDAHULUAN

Permainan tradisional seperti yang kita lihat di zaman sekarang yang semakin canggih, sudah jarang anak-anak memainkan permainan tradisional terlebih ada anak yang tidak tahu apa saja permainan-permainan tradisional yang ada pada zaman dahulu (nenek moyang). Permainan tradisional mempunyai makna dalam menumbuhkan sikap, tingkah laku dan keahlian anak. Terdapat pelajaran yang luhur, misalnya nilai-nilai agama, nilai pendidikan, norma dan etika yang akan berguna di kehidupan masyarakat pada masa depan. Permainan tradisional mengajarkan anak-anak agar kuat secara jasmani, mental, sosial dan emosional, tidak mudah menyerah, mengeksplor, bereksperimen dan menumbuhkan jiwa kepemimpinan. Dalam permainan tradisional yang dimainkan oleh anak-anak, semua aktivitas merupakan bagian penting dan strategi yang akan membentuk potensi anak secara keseluruhan. Pendidikan Anak usia dini adalah lembaga yang berupaya dalam pemberianstimulasi,mengasuh,membimbing, serta menyediakan kegiatan pembelajaran yang akan menghasilkan dan menyiptakan kemampuan dan keterampilan pada anak usia dini.

Pada sistem pendidikan nasional, pendidikan anak usia dini tertuang dalam UUD Nomor 20 tahun 2003 (Bab 1, Pasal 1, Butir 14) menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai dengan 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan jasmani dan rohani pendidikan untuk membantu anak memiliki kesiapan untuk membantu dan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lanjut.( Departemen Pendidikan Nasional )

Pendidikan anak usia dini telah dipandang lembaga yang sangat strategis dan kreatif karena memiliki rangka dalam menyiapkan generasi-generasi yang akan mendatang lebih tepat lagi yang unggul, cerdas, berkualitas dan tangguh. Dalam masa emas ini anak mampu untuk menerima, mengikuti, melihat dan mendengar segala suatu yang telah kita contohkan dan di pedengarkan serta diperlihatkan semua pengetahuan serta informasi itu siap direkam atau disampaikan dalam anak secara tahan lama. Dalam kurikulum 2013 PAUD, ada beberapa aspek yang dapat dikembangkan pada anak usia dini yang terdiri dari 6 aspek perkembangan anak : perkembangan fisik motorik, moral agama, sosial emosional, bahasa, kongnitif dan seni. Menurut Hurlock kemampuan motorik kasar merupakan sebagai pengendali gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara saraf, sering kali anak-anak ketika berada didalam kelas mereka senang berlari, berjalan, melompat. selain itu untuk mengembangkan kreatifitas motorik kasar yaitu menggerakkan gerakan yang sederhana.( Peraturan Menteri Pendidikan Nasional,2013). Pada anak usia dini perkembangan motorik anak dapat dikembangkan dengan baik, motorik anak dapat di stimulus dengan berbagai macam model, perkembangan motorik dapat dikembangkan sejak dini karena akan berpengaruh terhadap tumbuh kembangnya kelak maka untuk melatih motorik anak baik motorik kasar maupun motorik halus anak perlu dilakukan stimulus dengan pembelajaran motorik yang ada. Stimulasi dini sangat diperlukan untuk memberikan rangsangan terhadap seluruh aspek perkembangan anak, yang mencakup nilai-nilai dasar (agama dan budi pekerti),pembentukan sikap (disiplin dan kemandirian), dan pengembangan kemampuan dasar(berbahasa,motorik,kongnitif dan sosial) salah satu bentuk kemampuan dasar yang harus

dikembangkan pada anak usia dini kemampuan motorik.

Hal tersebut dibutuhkan kegiatan yang dapat merangsang kemampuan motorik anak seperti stimulasi dan bimbingan, yang akan meningkatkan perkembangan anak sehingga menjadi dasar utama untuk perkembangan anak yang selanjutnya, serta didukung oleh media-media yang kreatif untuk menciptakan pembelajaran yang inipatif. Dalam perkembangan motorik banyak sekali strategi-strategi atau permainan yang dapat dilakukan guru dalam mengembangkan aspek perkembangan motorik kasar anak diantaranya adalah melalui kegiatan bercerita, bermain, bercakap-cakap, benyanyi, dan salah satunya bermain.

Bermain merupakan tuntutan kebutuhan yang esensial bagi anak taman kanak-kanak (TK) melalui bermain anak dapat memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan dimensi motorik, kongnitif, kreativitas, bahasa, emosi, sosial, nilai dan sikap hidup. Melalui kegiatan bermain anak dapat melakukan koordinasi otot besar. Berbagai cara dan teknik dapat dipergunakan dalam kegiatan ini seperti merayap, merangkak, berjalan, berdiri, meloncat, melompat, menendang, melempar dan lain sebagainya.

Upaya mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini salah satunya yaitu menyediakan alat permainan yang berhubungan dengan motorik kasar anak. Menurut Novan Ardy Wiyani ada beberapa permainan yang dapat digunakan oleh pendidik PAUD atau orang tua dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak usia dini diantaranya bola kecil, bola tangan, tali karet atau lompat tali, matras petak bergambar, prosotan. Pada ke enam macam permainan diatas dilakukan gerakan otot yang berulang-ulang dan hal ini sangat bermanfaat bagi peningkatan kekuatan otot anak yang pada gilirannya dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Permainan untuk mengoptimalkan

perkembangan motorik kasar ini asing atau sering terlupakan yaitu permainan lompat tali atau permainan tali karet. Dalam upaya membantu anak pada lingkup perkembangan motorik kasar, kegiatan pembelajaran hendaknya dilakukan melalui kegiatan bermain baik bermain *indoor* maupun *outdoor*. Karena melalui bermain pengetahuan dan pengalaman anak akan bertambah, terlebih lagi jika permainan tersebut dikemas semenarik mungkin, sehingga anak tertarik dengan permainan tersebut.

Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang sangat populer dikalangan anak-anak era 80 an. Lompat tali, main karet menjadi mainan favorit anak-anak ketika pulang sekolah dan menjelang sore hari permainan lompat tali ini biasa di ikuti oleh anak laki-laki maupun perempuan.(Novi Nuryani,2016).

Menurut M.Fadillah Lompat tali merupakan permainan tradisional dengan menggunakan tali dari karet sebagai medianya. cara bermainnya yaitu dengan melompati tali yang telah direntangkan oleh temannya sesuai ukuran yang telah di tentukan. Anak dapat melompati tali karet paling tinggi itulah yang menjadi pemenangnya permainan ini minimal dilakukan tiga orang anak dimana dua anak memegang dan merentangkan talinya, sedangkan satunya menjadi pelompatnya demikia dilakukan secara bergantian sampai diperoleh pemenangnya. (M.Fadillah.2010).

Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional yang sangat populer dikalangan anak-anak 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 panjang mencapai (3 sampai 4 meter) tidak terlalu panjang dan terlalu pendek. (Keen Achroni,2020).

Menurut Harsono permainan lompat tali adalah permainan melompat dengan halang

rintangan berupa tali yang terbuat dari karet yang dirajut menjadi panjang permainan lompat tali diberikan pada siswa dengan tujuan meningkatkan kemampuan kerja dari otot tungkai dimana otot tungkai tersebut akan mengalami perubahan akibat permainan yang diberikan. (Harsono,1998)

Motorik yang asal kata dari inggris, yaitu *motor ability* yang artinya kemampun gerak. Motor adalah aktivitas yang sangat penting untuk manusia, karena dengan melakukan gerakan manusia bisa mencapai atau mewujudkan harapan yang diinginkanya. Motorik juga merupakan suatu terjemahan dari kata motor yang berarti adalah awal terjadinya suatu gerakan yang dilakukan.

Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik adalah perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerakan tubuh. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot akitivitas anak terjaadi dibawah kontrol anak. (Dr. Khadijah,2020).

Motorik Kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau keseluruhan anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. anak berlari, melompat, berdiri diatas satu kaki, memanjat, bermain bola, mengendarai sepeda roda tiga. Perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasii keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan yang meliputi aktivitas otot yang besar, seperti mengerjakan lengan dan berjalan. (Ahmad Rudiyanto,2016)

Menurut Hurlock motorik kasar merupakan sebagai pengendali gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara saraf, sering kali anak-anak ketika berada didalam kelas mereka senang berlari, berjalan,

melompat. selain itu untuk mengembangkan kreatifitas motorik kasar yaitu menggerakkan gerakan yang sederhana. Motorik merupakan sebgaaian pengendalian gerakan untuk melakukan kegiatan yang terkoordinir antara saraf seperti berlari, berjalan, melompat untuk mengembangkan motorik kasar anak. ( Hurlock, Elizabeth B,2017).

Motorik merupakan suatu gerakna tubuh yang diperngaruhi oleh kematangan dari anak itu sendiri. Motorik juga merupakan gerakan tubuh yang melibatkan otot besar seperti merayap, berguling, merangkak, duduk, berdiri, berjalan, berlari, lompat dan berbagai aktivitas menedang serta aktivitas melempar dan menangkap. ( Reni Novita,2019).

Motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. sedangkan motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot-otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih. ( Fitri Ayu Fatmawasari,2020).

Motorik kasar merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh oleh karena itu biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan otot-otot besar, gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki dan seluruh tubuh anak gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi. (Sujiono Bambang,2010).

Menurut Aap Roehendi, Laurens Serba Motorik kasar yaitu suatu gerak fisik yang menggunakan otot-otot besar sebagai koordinator inti untuk bergerak dan mengembangkan keaktivitas pada fisik yang didasari pada kematangan anak. (Aap Rohendi, Laurens,2010).

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian jenis Penelitian kuantitatif. Dengan metode eksperimen dengan desain *Quasi Experimental* dengan menggunakan *Nonequivalent Control Grup Design*. Penggunaan metode ini bermaksud untuk melihat seberapa besar perbedaan Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun antara anak yang menggunakan kegiatan permainan lompat tali dan anak yang tidak menggunakan permainan lompat tali. (Sugiono) Adapun populasi dalam penelitian ini seluruh peserta didik kelompok B RA perwanida 2 Palembang. Adapun sampel penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu. (Sugiyono,2008). Maka dalam penelitian ini jumlah sampel yang digunakan adalah 30 orang anak-anak usia 5-6 tahun yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 15 anak menjadi kelas kontrol dan 15 anak menjadi kelas eksperimen.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan pada tahun 2022 pada anak usia 5-6 Tahun Di RA Perwanida 2 Palembang dengan 8 kali pertemuan, pretest 2 kali pertemuan,treatment,4 kali dan posttest 2 kali. Perhitungan dan pengelolaan data setelah melakukan pretest dan posttest menggunakan perhitungan  $T_{test}$  menggunakan Table  $T_{test}$  dengan perhitungan sebagai berikut.

Tabel 4.1 pretest kelas eksperimen

Nama Anak	Jenis Kelamin	Nilai
Aza	P	64
Ans	P	64
Adry	P	64
Azr	P	64
Rsa	P	64
Hnn	P	64
Sdr	P	64
Rsa	P	61
Rva	P	61
Qya	P	55
Rfa	L	64
Fo	L	50
Fcl	L	50
Zo	L	50
Hfz	L	50
Jumlah	889	
Rata-Rata	59,2	

Dari hasil observasi (pretest) pada kelompok eksperimen yang telah dilakukan kemudian silabus datanya Hasilnya yaitu skor motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di RA Perwanida 2 Palembang adalah 889 rata-rata 59,2 nilai tertinggi 64 dan nilai terendah 50. Adapun distribusi frekuensi dan data grafik kemampuan motorik kasar sebelum diberikan treatment sebagai berikut

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Pretes* kelas eksperimen

Interval	F	%
50	4	17%

55	1	7%
58	0	0%
61	2	13%
64	8	53%
Jumlah	15	100

72	1	7%
74	0	0%
76	2	13%
78	8	53%
Jumlah	15	100

Tabel 4.3 *Posttest* kelas Eksperimen

Nama Anak	Jenis Kelamin	Nilai
Aza	P	78
As	P	78
Adry	P	78
Azr	P	78
Rsa	P	78
Hnn	P	78
Syr	P	75
Rsa	P	78
Rva	P	61
Qy	P	75
Rf	L	78
Ft	L	69
Fcl	L	69
Zo	L	69
Hfz	L	69
Jumlah	1122	
Rata-Rata	74.8	

Tabel 4.4 Presentase Nilai *Posttest* Kelas Eksperimen

Interval	F	%
69	4	17%

Dari table diatas adalah Dapat dilihat bahwa saat pretes, seluruh anak mendapatkan total 889 dengan nilai rata-rata 59,2 dengan skor terendah 50 lalu tertinggi 64, namun Setelah memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen, diajukan dengan *posttest* pada 15 anak yang mendapat skor 1122 dengan nilai rata-rata 74,8 dan skor terendah 69 dan nilai tertinggi 78. Kemudian Hasil penelitian dihitung menggunakan uji Ttest dan diperoleh hasil bahwa  $T_{hitung} > T_{tabel}$  yaitu  $2,787 > 2,145$  Menggunakan taraf signifikan sehingga  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. yang artinya kelas eksperimen lebih unggul dari pada kelas kontrol.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah peneliti lakukan di RA Perwanida 2 Palembang, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kegiatan permainan lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA perwanida 2 Palembang. Berdasarkan hasil perhitungan hipotesis dengan menggunakan uji-t (t-test) untuk data *posttest* diperoleh  $t_{hitung} > t_{table}$  ( $2,787 > 2,145$ ) sehingga  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima yang artinya terdapat

perbedaan yang sangat signifikan dari hasil data tersebut. dimana nilai (*mean*) rata-rata pada kelas kelas eksperimen sebesar 74,8 sedangkan pada kelas kontrol sebesar 34,2 yang mana dapat disimpulkan bahwa nilai kelas eksperimen lebih unggul dibanding kelas kontrol terdapat tarik kesimpulan adanya pengaruh dari permainan lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA 2 Perwanida 2 Palembang.

## REFERENSI

M. Fadillah, *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*, Jakarta : Prenada Group, 2017.

Keen Achroni, *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui permainan Tradisional*. Jogjakarta : Javalitera., 2012.

Ahmad Rudiyanto, *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik halus anak usia dini* lampung : Darusalam Pres, 2016.

Hurlock, Elizabeth B. *Peningkatan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Lompat tali*, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol 7 2017.

Reni Novita, Dkk. 2019. *Meningkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Dengan Media Holahoop Pada Anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong*. Jurnal Ilmiah Potensia. Vol 4 No 1.

Fitri Ayu Fatmawasari, *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*, Jawa Timur, 2020.

Sujiono Bambang, *Bermain kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*, Jakarta : indeks, 2010.

Aap Rohendi, Laurens Serba, *Perkembangan Motorik Sebagai Pengantar Teori Dan Implikasinya Dalam Belajar*, (Bandung :Alfabeta, 2017).