

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini**

###### **a. Pengertian Perkembangan Fisik Motorik**

Menurut Dariyo (2007) menyatakan hal paling menonjol dan nampak di dalam diri individu merupakan proses terjadinya perubahan fisik. Hal tersebut dapat membuktikan jika bahwa perubahan fisik individu yang terjadi sangat cepat yaitu sejak masa konsepsi sampai masa kelahirannya. Serta dilanjutkan dengan masa bayi, anak-anak, remaja dan dewasa. Perkembangan motorik sendiri diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Kegiatan motorik terbagi menjadi dua, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Anak membutuhkan aktivitas fisik untuk pertumbuhan dan perkembangan kemampuan motoriknya (Ailwood, 2003). Bentuk kegiatan bermain haruslah memacu otot-otot pada anak.

Gerakan motorik merupakan suatu istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan suatu perilaku gerakan yang dilakukan oleh tubuh

manusia. Pengendalian motorik biasanya dapat digunakan dalam bidang ilmu psikologi, fisiologi, neurofisiologi serta olah raga. Proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak, pada dasarnya dapat dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana pada individu adalah hasil dari pola interaksi yang kompleks serta berbagai bagian sistem tubuh yang nanti akan dikontrol oleh otak.

Berdasarkan hasil paparan di atas dapat disimpulkan bahwa fisik motorik adalah kemampuan gerak seluruh tubuh yang melibatkan otot-otot besar maupun kecil.

#### **b. Karakteristik Perkembangan Fisik Motorik**

Terdapat beberapa karakteristik untuk perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun. Menurut Amelinda & Ubaidillah (2018), ketika tubuh anak mulai beranjak dewasa maka tubuhnya akan bertumbuh semakin kuat, sehingga gerakan dalam tubuhnya semakin mantap dan sempurna. Hal ini disebabkan oleh berkembangnya otot yang mulai membesar dan menguat. Oleh sebab itu, untuk hal ini keterampilan pengkoordinasian gerakan pada motorik kasar dapat semakin baik dan bertambah kompleks dengan seiring bertambahnya usia. Keterampilan koordinasi motorik kasar dibagi menjadi 3 (tiga) kelompok (Kemendikbud, 2013), yaitu:

- 1) Keterampilan lokomotor, meliputi beberapa gerak tubuh yang berpindah tempat, misalkan melompat dengan menggunakan kedua kaki, kemudian berjalan, lalu berlari, serta merangkak. Pada dasarnya keterampilan ini dapat membantu untuk mengembangkan kesadaran

anak terhadap tubuhnya. Hal ini sering juga disebut dengan kesadaran persepsi motorik yang meliputi kesadaran terhadap tubuh sendiri, hubungan ruang (spasial), waktu, konsep arah, pendengaran, serta visual.

- 2) Keterampilan non-lokomotor, merupakan suatu gerakan anggota tubuh, namun posisi tubuh tetap dalam keadaan diam di tempat. Misalnya merentangkan kedua tangan, membungkuk, mengayunkan kedua tangan, mengangkat kedua tangan, menggoyangkan tubuh, melengkung, mendorong serta melempar. Gerakan ini juga sering dinamakan dengan kestabilan dan keseimbangan tubuh.
- 3) Keterampilan manipulatif, keterampilan ini melibatkan gerakan pengontrolan yaitu dengan melibatkan gerakan pada otot-otot kecil yang terbatas, terutama pada otot tangan dan kaki. Gerakan ini meliputi seperti memeras, merenggang, menggenggam, menarik, meronce, memotong, menggambar, membentuk, menggantung, melukis serta menulis. Dalam keterampilan ini sering juga melibatkan keterampilan pada memproyeksi, menangkap dan menerima.

## **2. Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

### **a. Pengertian Motorik Kasar**

Motorik kasar adalah suatu gerakan tubuh dengan memerlukan tenaga yang menggunakan otot-otot besar yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Menurut Sujiono (2010), gerakan motorik

kasar merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi beberapa bagian besar dari bagian tubuh anak, biasanya yang diperlukan hanya tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Menurut Suyadi (2016) menjelaskan bahwa gerak motorik kasar merupakan gerak anggota badan secara kasar atau keras. Menurut Fikriyanti (2013), kemampuan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan spinal cord. Menurut Rahyubi (2012), aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai bagian otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya.

#### **b. Tahapan Perkembangan Motorik Kasar**

Sangat penting untuk mengetahui tahapan motorik kasar anak menurut usianya. Adapun beberapa perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun, sebagaimana tergambar pada tabel berikut ini:

**Tabel 2.1 Tahap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun**

<b>Lingkup Perkembangan</b>	<b>Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak</b>
	Usia 4-5 tahun
<b>II. Fisik-motorik</b>	1. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb.
A. Motorik Kasar	2. Melakukan gerakan menggantung (bergelayut). 3. Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi 4. Melempar sesuatu secara terarah 5. Menangkap sesuatu secara tepat 6. Melakukan gerakan antisipasi 7. Menendang sesuatu secara terarah 8. Memanfaatkan alat permainan di luar kelas.

Sumber: Permendikbud No. 146 Tahun 2014 Lampiran I (STPPA)

Sedangkan tahap perkembangan motorik anak usia 4 tahun menurut Allen & Marotz (2010) adalah:

- 1) Berjalan pada garis yang lurus (gambarlah garis lurus dengan menggunakan kapur pada lantai)
- 2) Melompat dengan satu kaki meski belum sempurna
- 3) Mengayuh dan mengemudikan mainan beroda dengan percaya diri; belok di pojokan, menghindari rintangan dan “kendaraan lain” yang lewat
- 4) Menaiki tangga, memanjat pohon dan mainan yang bisa dipanjat di taman bermain
- 5) Melompat setinggi 5 atau 6 inci (12,5 sampai 15 cm); mendarat dengan dua kaki bersama-sama
- 6) Berlari, memulai, berhenti dan bergerak mengelilingi rintangan dengan mudah
- 7) Menangkap, melempar, menendang, dan memantulkan bola
- 8) Melempar bola dengan ayunan atas; dengan jangkauan dan ketepatan yang semakin baik
- 9) Berjongkok untuk memungut benda dari lantai
- 10) Membangun menara dengan sepuluh balok atau lebih, dan mainan konstruksi lainnya
- 11) Membentuk benda atau sesuatu dari lempung: kue, ular, binatang sederhana
- 12) Meniru menggambar beberapa bentuk dan menulis beberapa huruf

- 13) Memegang krayon atau spidol dengan menggunakan genggamannya kaki tiga
- 14) Mewarnai dan menggambar dengan tujuan tertentu; bisa mempunyai sebuah gagasan di kepalanya tetapi sering masih bermasalah dalam mewujudkannya, lalu menyebut hasil kreasinya sebagai gambar yang lain
- 15) Semakin akurat dalam memukul paku dan pasak dengan palu. 16) Merangkai manik-manik kayu kecil dalam benang.

Tahap perkembangan motorik anak usia 5 tahun menurut Allen & Marotz (2010) adalah:

- 1) Berjalan dan berlari tanpa kesulitan
- 2) Berjalan mundur, melangkah dari tumit ke jari kaki
- 3) Berjalan naik dan turun tangga tanpa dibantu, dengan kaki melangkah saling bergantian
- 4) Belajar berjongkir balik
- 5) Menyentuh jari kaki tanpa menekuk lututnya
- 6) Meniti di atas balok
- 7) Belajar untuk melompat dengan menggunakan satu kaki
- 8) Menangkap bola yang dilempar dengan jarak 3 kaki
- 9) Memanjat dan melompat dengan baik
- 10) Bergerak mengikuti ketukan dan ritme musik

- 11) Mengendarai sepeda roda tiga atau mainan beroda dengan cepat dan terampil dalam menyetir; beberapa anak belajar naik sepeda roda dua, biasanya dengan bantuan roda kecil tambahan
- 12) Melompat atau meloncat maju sepuluh kali berturut-turut tanpa terjatuh
- 13) Berdiri di atas satu kaki dengan baik selama sepuluh detik
- 14) Membangun rakitan tiga dimensi dengan menggunakan kubus-kubus kecil (meniru gambar atau model)
- 15) Menjahit menggunakan jarum bermata tebal
- 16) Menggambar atau menulis berbagai bentuk dan huruf: kotak, segitiga, A, I, O, U, C, H, L, T
- 17) Menunjukkan pengendalian yang cukup baik pada pensil atau spidol: bisa mulai mewarnai di dalam garis
- 18) Menggunting garis (tidak sempurna)
- 19) Mengembangkan dominasi tangan (kanan atau kiri) pada hampir seluruh kegiatan.

### **c. Unsur-Unsur Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Penting agar memberikan serangkaian stimulus aktivitas, dimana nanti hal tersebut yang dapat mampu mengoptimalkan motorik anak dalam berbagai kebugaran jasmani. Menurut Sucipto et al. (2019), ada beberapa unsur kebugaran jasmani sebagai berikut:

- 1) Kekuatan (*strength*) dalam aktivitas fisik yang bersifat melatih kekuatan, mampu membantu kinerja otot tubuh dalam mengangkat

beban sehingga tulang tetap kuat serta mempertahankan proporsi bentuk tubuh anak yang ideal. Menurut Rismayanthi (2013), untuk dapat melatih kekuatan seharusnya aktivitas fisik yang perlu dilakukan selama 30 menit dalam waktu 2-4 hari perminggu. Kegiatan pada aktivitas fisik tersebut bisa dilakukan anak untuk melatih kekuatan yaitu dengan melalui latihan-latihan otot melawan tahanan yang ditingkatkan sedikit demi sedikit mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong, dan melompat dengan menggunakan kedua kaki. Kegiatan-kegiatan ini jika dilakukan secara berulang-ulang dan rutin dapat memberikan manfaat bagi kesehatan tubuh seperti menjaga berat badan yang ideal dan proporsional, otot pada tubuh anak lebih lentur, tulang anak akan semakin lebih kuat, lebih percaya diri, lebih sehat dan bugar.

- 2) Daya Tahan (*endurance*) dalam aktivitas yang bersifat mampu melatih daya tahan tubuh anak disamping hal tersebut juga dapat untuk membantu paru-paru, jantung, otot serta sistem pada sirkulasi darah agar tetap sehat dan dapat membantu anak lebih mempunyai tenaga yang cukup. Menurut Saripudin (2019), untuk melatih daya tahan tubuh, seharusnya mampu melakukan aktivitas fisik ringan dan berkelanjutan.
- 3) Kecepatan (*speed*). Kecepatan untuk melakukan aktivitas fisik merupakan kemampuan anak untuk dapat melakukan suatu gerakan yang berkesinambungan. Menurut Sucipto et al. (2019), melatih kecepatan pada anak dapat distimulasi dengan cara lari jarak pendek 1-



3 meter. Dalam kegiatan ini, terutama pada kekuatan otot di bagian tungkai juga sangat berpengaruh dalam melatih kecepatan gerakan tubuh anak.

- 4) Kelincahan (*agility*). Kelincahan merupakan suatu aktivitas fisik yang memerlukan kemampuan anak untuk dapat menyesuaikan diri pada posisi-posisi tubuh tertentu misalnya bergerak secara ke depan dan ke belakang ataupun bergerak dari samping kiri ke samping kanan. Menurut Rismayanthi (2013), beberapa aktivitas fisik yang mampu melatih kelincahan anak adalah dengan cara naik turun anak tangga serta berjalan zig-zag.
- 5) Kelenturan (*flexibility*) untuk aktivitas fisik yang mempunyai sifat melatih kelenturan yang mampu membantu tubuh lebih mudah dalam bergerak disebabkan untuk mempertahankan otot tubuh yang luwes (lentur) serta sendi dapat berfungsi dengan baik. Menurut Saripudin (2019), hal ini guna untuk melatih kelenturan pada anak, oleh sebab itu aktivitas fisik dapat dilakukan dengan melakukan peregangan selama 10-30 detik secara teratur.
- 6) Koordinasi (*coordination*). Aktivitas fisik yang melakukan suatu gerakan koordinasi merupakan kemampuan seseorang yang mampu mengintegrasikan berbagai macam kegiatan gerak yang berbeda-beda kedalam suatu pola gerakan tunggal sehingga efektif (Rismayanthi, 2013). Kemudian aktivitas koordinasi ini dapat dilatih menggunakan cara merangkak dengan mengikuti pola yang telah tersedia sehingga

dapat melatih koordinasi antara tangan, kaki dan mata. Pada intinya gerakan yang melakukan latihan koordinasi yang baik bagi anak merupakan gerakan yang selalu membutuhkan kemampuan gerakan insting kuat sekaligus konsentrasi tinggi.

- 7) Ketepatan (*accuracy*) untuk melakukan aktivitas fisik yang memerlukan kemampuan fisik dalam mengendalikan gerakan yang sesuai dengan sasaran sekaligus target. Menurut Sucipto et al. (2019), olahraga yang dapat menstimulasi ketepatan adalah dengan melakukan 18 kegiatan yang memerlukan tingkat keakuratan atau ketepatan yang tinggi. Beberapa latihan fisik yang dapat melatih ketepatan adalah dengan melempar bola atau benda pada keranjang dengan target dan jarak yang sudah ditentukan.
- 8) Keseimbangan (*balanced*). Pada aktivitas fisik yang melakukan keseimbangan memerlukan kemampuan untuk mengendalikan organ serta saraf otot sehingga mampu mengendalikan gerakan tubuh dengan sangat baik. Menurut Saripudin (2019), berbagai macam aktivitas fisik yang mampu menstimulasi keseimbangan adalah dengan melakukan latihan berdiri menggunakan satu kaki dan berjalan di atas papan titian.

Pada kedelapan unsur fisik motorik kasar di atas, peneliti telah memilih empat aspek unsur motorik kasar yang paling dibutuhkan saat ini di lembaga TK Islam An Nur Watudandang khususnya pada anak usia 4-5 tahun. Hal tersebut telah disesuaikan dengan data yang diperoleh peneliti, dari data tersebut kemudian bisa dilihat bagaimana

cara membuat suatu permainan yang mampu menstimulasi unsur motorik berupa kekuatan, koordinasi, ketepatan, dan keseimbangan sebagai alternatif untuk pembelajaran motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

### **3. Permainan Anak Usia 4-5 Tahun**

#### **a. Pengertian Permainan**

Pengertian permainan menurut Santrock (2006), permainan adalah suatu kegiatan menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri. Menurut Sadiman (2009), setiap permainan harus mempunyai empat komponen utama, yaitu: (1) adanya pemain, biasanya lebih dari dua orang; (2) adanya lingkungan dimana para pemain berinteraksi; (3) adanya aturan-aturan bermain; (4) adanya tujuan yang ingin dicapai. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan adalah cara bermain dengan mengikuti aturan-aturan tertentu yang dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok.

#### **b. Macam- macam Permainan**

Menurut Tedjasaputra (2003), ada beberapa macam permainan yang memiliki aturan-aturan dan tujuan tertentu. Adapun macam-macam permainan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Permainan Individual. Untuk permainan ini, anak didik memainkan untuk menguji kemampuan sendiri sebab sebagian besar permainan itu dilakukannya sendiri. Anak didik bermain tanpa menghiraukan apa

yang dilakukan oleh anak didik yang ada di sekitarnya, misalnya adalah lompat tali, menyusun puzzle, menyusun balok-balok, dsb.

- 2) Permainan Beregu. Permainan beregu ini mempunyai aturan-aturan yang diberikan sebelum permainan tersebut dimulai. Aturan permainan harus dapat dimengerti oleh setiap pemain serta bersedia mengikuti aturan permainan.
- 3) Permainan Kooperatif. Permainan ini ditandai dengan adanya kerjasama atau pembagian tugas dan pembagian peran antara peserta didik yang terlibat dalam suatu permainan tersebut guna mencapai tujuan dari kegiatan bermain. Dalam suatu permainan kerjasama dapat dilihat saat peserta didik mengerjakan proyek atau tugas secara bersama-sama dalam kelompok kecil atau kelompok besar sekaligus.
- 4) Permainan Sosial. Permainan sosial merupakan kegiatan bermain peserta didik dengan banyak teman di sekitarnya. Pada permainan ini peserta didik berpartisipasi dalam kegiatan bermain dengan peserta didik lainnya sesuai dengan perannya masing-masing yang sudah disepakati sebelumnya. Contohnya seperti permainan polisi dengan pencuri, atau lompat tali beregu.
- 5) Permainan dengan aturan tertentu. Permainan ini ditandai dengan adanya kegiatan bermain yang menggunakan aturan-aturan tertentu. Dalam permainan ini peserta didik diharapkan mampu bersikap sportif. misalnya dari permainan ini adalah sepak bola, permainan ular tangga, monopoli, gobak sodor, dsb.

### **c. Karakteristik Permainan**

Terdapat beberapa karakteristik permainan yang harus diperhatikan. Menurut E. Pramono (2015), anak akan selalu mengalami kesenangan dan kepuasan ketika bermain, sehingga beberapa pakar pendidikan menyebutkan beberapa karakteristik dalam bermain, yaitu: a) bermain tidak terikat sehingga relatif bebas dari aturan, kecuali anak-anak membuat aturan mereka sendiri b) bermain hendaknya dilakukan seakan-akan kegiatan yang nyata dalam kehidupan (bermain drama) c) saat bermain lebih memfokuskan pada aktivitasnya dari pada hasil akhir atau produknya d) kegiatan bermain memerlukan interaksi serta keterlibatan anak. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik permainan anak usia 4-5 tahun adalah permainan yang dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan motorik anak, sehingga dalam permainan tersebut anak akan merasa senang bergerak secara aktif dan bebas.

### **d. Kriteria Permainan**

Terdapat beberapa kriteria pada permainan untuk anak usia 4-5 tahun. Menurut (Khadijah & Armanila, 2017), prinsip pengembangan suatu alat permainan merupakan suatu prinsip bentuk serta prinsip warna yang nantinya dapat berpengaruh pada kemenarikan rancangan permainan yang mau dikembangkan. Pada konsep warna memiliki beberapa komposisi kemenarikan yaitu: 1) warna yang digunakan selalu warna yang cerah-cerah, 2) menggunakan alat pewarna yang tidak mudah pudar,

mengelupas, dan berbau menyengat. Sedangkan untuk konsep prinsip bentuk memiliki suatu komposisi kemenarikan alat permainan yaitu: 1) memiliki bentuk yang unik dan lucu sehingga dapat menarik perhatian anak, 2) tidak memiliki bentuk runcing, tajam dan mudah berkarat, dan 3) bentuk permainan sangat bervariasi terdapat beberapa syarat untuk dapat mengategorikan media pembelajaran yang baik.

Menurut (Kustiawan & Chi, 2015), syarat media pembelajaran yang baik untuk anak yaitu: 1) aman tidak berbahaya bagi anak, 2) sesuai dengan tujuan dan fungsi mengembangkan potensi anak, 3) memenuhi unsur kerapihan dan keindahan, 4) menarik, menyenangkan, kemudian tidak membosankan bagi anak, 5) dapat digunakan secara individual, kelompok, klasikal, 6) dapat memacu aktivitas dan kreativitas anak, dan 7) dapat dimanfaatkan dalam kurun waktu yang lama. Supaya kegiatan bermain bisa berjalan dengan maksimal dibutuhkan beberapa syarat dan kriteria menurut Laili et al. (2017), yakni sebagai berikut: 1) dapat menstimulasi pancaindra anak, 2) sesuai dengan aspek perkembangan dan usia anak, 3) mudah digunakan oleh anak, 4) membangkitkan minat anak untuk bermain, 5) memiliki nilai guna, dan 6) mudah dan murah dalam pengadaannya.

Berdasarkan teori para ahli dapat disimpulkan jika syarat-syarat atau kriteria dalam suatu permainan anak usia dini berkaitan erat dengan manfaat dan tujuan dari alat serta permainan itu sendiri. Ketiga ahli diatas menyatakan bahwa betapa pentingnya memilih suatu alat permainan yang

sesuai untuk anak. Alat permainan yang baik yang sesuai dengan anak usia dini adalah alat permainan yang memenuhi kriteria aman, mudah dan menarik. Permainan yang aman jika media dan peralatan permainan yang digunakan tidak berbahaya untuk anak. misalnya seperti peralatan yang tidak ada serat kayu atau bambu yang kasar, tidak ada bulu yang menimbulkan rasa gatal, tidak ada bagian yang tajam atau runcing, cat yang digunakan tidak beracun dan tidak berbau menyengat, dan tidak ada paku yang menonjol. Permainan yang mudah sehingga anak tidak mengalami kesulitan ketika bermain, karena permainannya memiliki tingkat kesulitan yang telah disesuaikan dengan umur 4-5 tahun. Permainan yang menarik adalah permainan yang menyenangkan, seru serta tidak membosankan untuk anak.

#### **4. Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

##### **a. Pengertian Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

Sirkuit merupakan suatu program latihan yang telah dikombinasikan dari beberapa item latihan, yang memiliki tujuan untuk melaksanakan suatu latihan yang tidak akan terasa membosankan sehingga lebih efisien menurut wastcott sebagaimana dikutip Paramitha (2019). Sirkuit adalah suatu latihan yang melibatkan aktivitas fisik yang berantai atau berurutan. Sirkuit di sini berarti terdapat beberapa kelompok kegiatan atau beberapa pos yang berada pada suatu tempat dan harus terselesaikan dengan cepat. Setiap peserta harus bisa menyelesaikan satu pos terlebih dahulu sebelum melanjutkan ke pos yang selanjutnya. Menurut Wastcott (2003) ia mengemukakan bahwa sirkuit

adalah model latihan yang dilakukan secara berurutan serta terus-menerus selama satu putaran/sirkuit yang melibatkan serangkaian latihan yang berbeda.

Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) ini adalah permainan yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini yang memiliki beberapa pos kegiatan permainan yang dilakukan secara bertahap dan terus-menerus. Di setiap pos dilakukan satu permainan yang menstimulasi motorik kasar anak. Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) merupakan permainan dengan rintangan-rintangan yang menarik dan memiliki tingkat kesulitan yang sesuai dengan anak usia 4-5 tahun sehingga dengan memainkan permainan ini akan dapat melatih kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) merupakan modifikasi dari Permainan Sirkuit Bola Keranjang yang sebelumnya telah diperkenalkan oleh Pahendra dkk (Pahendra et al., 2021) dalam penelitiannya. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa Permainan Sirkuit Keranjang Bola merupakan suatu permainan yang berkelompok atau dilakukan oleh tim kecil berjumlah 3-4 anak untuk belajar mengembangkan atau melatih motorik kasar. Di dalam permainan tersebut terdapat berbagai rintangan seperti melompat dengan menggunakan satu kaki, melempar, dan berlari. Permainan ini dimainkan dengan cara anak mengambil bola secara bergantian sesuai dengan kelompok atau timnya. Setelah mengambil bola, anak berlari kemudian melewati rintangan sesuai dengan intruksi dari



guru. Contoh rintangan pertama, anak melewati rintangan berbentuk lingkaran dengan melompat menggunakan 1 kaki dan membawa bola setelah itu anak melempar bola ke dalam keranjang.

Peneliti memodifikasi Permainan Sirkuit Bola Keranjang yang sebelumnya telah diperkenalkan oleh Pahendra dkk, (Pahendra et al., 2021) dalam penelitiannya, menjadi Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) yang lebih menyenangkan dan lebih banyak rintangannya namun tetap sesuai untuk anak usia 4-5 tahun. Rintangan dalam Permainan Sirkuit Bola Keranjang berupa berlari, melompat dengan satu kaki, dan melempar bola dimodifikasi oleh peneliti dengan menambah rintangannya berupa melompat dengan dua kaki, merangkak dan berjinjit. Adanya modifikasi ini menjadikan Permainan BAKBOL (Bak Bola) lebih seru dan menyenangkan sehingga diharapkan akan lebih menarik perhatian dan minat anak untuk berlatih kemampuan motorik kasar.

#### **b. Peralatan untuk Memainkan Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

Peralatan yang dibutuhkan untuk memainkan Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) ini antara lain:

- 1) 2 buah keranjang yang dihiasi kertas kerlip



Gambar 2.1 keranjang kerlip

2) 1 buah bak bola diameter 35cm yang dihiasi flanel warna-warni



Gambar 2.2 Bak Bola

3) Bola berwarna-warni berdiameter 5cm



Gambar 2.3 Bola Warna warni

4) 6 buah Hula Hoop



Gambar 2.4 Hula Hoop

5) Karet gelang yang dironce



Gambar 2.5 Karet Gelang Ronce

6) 2 wadah lingkaran



Gambar 2.6 Wadah Lingkaran

**c. Tata Cara Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

Menurut Sadiman (2009), setiap permainan harus mempunyai empat komponen utama, yaitu: (1) adanya pemain, biasanya lebih dari dua orang; (2) adanya lingkungan dimana para pemain berinteraksi; (3) adanya aturan-aturan bermain; (4) adanya tujuan yang ingin dicapai. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan adalah cara bermain dengan mengikuti aturan-aturan tertentu yang dapat dilakukan secara individu ataupun kelompok. Berikut adalah tata cara Permainan

Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) untuk mengasah kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun:

- 1) Guru memperkenalkan dan menjelaskan kepada anak mengenai cara memainkan Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) sekaligus mempraktekkannya sebagai contoh.
- 2) Sebelum memainkan permainan ini, anak diminta untuk melakukan pemanasan sebab gerakan-gerakan dalam permainan ini membutuhkan tenaga dan kesiapan tubuh. Dengan didahului pemanasan, anak akan terhindar dari resiko cedera otot saat bermain.
- 3) Setelah pemanasan, anak-anak dibagi ke dalam 3-4 tim dan berbaris sesuai dengan titik *start* yang tersedia.
- 4) Untuk menuju pos rintangan pertama, anak diminta melompat menggunakan 1 (satu) kaki. Setelah anak sampai di pos rintangan pertama, anak diminta untuk melompat menggunakan dua kaki di lubang hulla hoop berjumlah 3 (tiga) yang berdiameter kurang lebih 50 cm dengan jarak 2 cm.
- 5) Setelah di pos rintangan pertama, anak menuju ke pos rintangan ke dua dengan mengikuti garis lurus yang sudah disediakan (gelang yang dironce dibentuk garis lurus) dengan cara berjongkok atau merangkak, di pos kedua ini, anak diminta untuk mengambil wadah baki kosong dan mengisinya dengan bola warna-warni sebanyak-banyaknya yang tersedia di dalam keranjang kerlip.

- 6) Setelah mengisi wadah baki dengan bola warna-warni kemudian anak menuju pos rintangan ke tiga dengan melintasi garis zig-zag yang sudah disediakan (karet gelang yang dibentuk garis zig-zag) dengan wadah baki diletakkan di atas kepala (anak boleh memegangnya) namun saat melintasi garis zig-zag anak harus berjalan berjinjit.
- 7) Terakhir selesai melintasi garis zig-zag anak diminta untuk melempar bola ke dalam bak bola dengan posisi batas lempar bola dan bak berjarak 2 meter.
- 8) Tak lupa guru memberikan pujian dan mengajak anak-anak bertepuk tangan saat seorang anak berhasil memainkan Permainan BAKBOL (Bak Bola) dengan baik dan benar.

**d. Aturan Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) mempunyai aturan yang perlu diperhatikan oleh setiap peserta atau pemain. Adapun peraturan yang perlu diperhatikan adalah sebagai berikut:

- 1) Saat menuju pos pertama, ketika melompat dengan 1 kaki, anak tidak boleh terjatuh
- 2) Saat di pos pertama, ketika melompat dengan kedua kaki, anak tidak boleh terjatuh ataupun melompat keluar dari lingkaran hula-hoop
- 3) Saat di pos kedua, ketika anak melewati garis lurus anak tidak keluar dari garis yang sudah disediakan serta tidak boleh terjatuh saat berjalan berjongkok ataupun merangkak.

- 4) Saat di pos 3 ketika anak melewati garis zig-zag anak tidak boleh terjatuh saat berjalan berjinjit
- 5) Terakhir di pos 4 ketika melempar bola, anak dapat melempar minimal 3 (tiga) buah bola secara tepat ke dalam bak.

**e. Kelebihan dan Kekurangan Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola)**

Kelebihan dari Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) ini antara lain:

- 1) Relatif murah untuk biaya pembuatan peralatannya
- 2) Relatif mudah dalam membuat dan menggunakan peralatannya
- 3) Merupakan permainan yang seru dan menyenangkan sebab dalam permainan ini terdapat banyak rintangan yang membuat anak menjadi antusias, ditambah lagi dengan peralatan yang berwarna-warni yang akan membuat anak semakin tertarik memainkannya
- 4) Terdapat banyak gerakan dalam permainan ini yang melibatkan penggunaan otot besar sehingga dapat mengasah kemampuan motorik kasar anak
- 5) Saat anak berupaya menaklukkan rintangan-rintangan dalam permainan ini, anak akan belajar juga tentang keberanian dan kemandirian.

Sedangkan kekurangan dari Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) ini antara lain:

- 1) Membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mempersiapkan hingga permainan selesai dimainkan oleh seluruh anak
- 2) Membutuhkan tempat yang cukup luas agar dapat leluasa memainkan permainan ini

- 3) Membutuhkan beberapa perlengkapan untuk dapat memainkan permainan ini.

## **B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu**

Penelitian-penelitian yang sudah ada sebelumnya dan terkait dengan tema penelitian ini antara lain:

1. Penelitian berjudul “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Sirkuit Bola Keranjang pada Kelompok B Taman Kanak-kanak Napabale Kelurahan Lalodati Kecamatan Puuwatu, Kota Kendari” yang dilakukan oleh Pahendra et al. (2021). Penelitian tersebut berjenis penelitian tindakan (*action research*) dan menempatkan guru dan anak didik sebagai subyek penelitian. Penelitian dilakukan sebanyak 2 siklus. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa ketuntasan belajar kemampuan motorik kasar pada kelompok B telah melebihi 75% pada siklus kedua. Permainan Sirkuit Keranjang Bola terbukti dapat menjadi alternatif strategi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak.
2. Penelitian berjudul “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Permainan Bakiak kelompok B di TK Sangga Winayah Kabupaten Majalengka” yang dilakukan oleh Hidayanti (2013). Penelitian tersebut berjenis penelitian tindakan menggunakan model Kemmis dan Taggart. Penelitian dilakukan pada 19 anak di Kelompok B TK Sangga Winayah. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa ada peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak kelompok B setelah dilakukan permainan Bakiak.

Pada awal melakukan tindakan, ketuntasan belajar kemampuan motorik kasar menunjukkan angka sebesar 59,49% dan mengalami peningkatan sebanyak 11,29%. Sedangkan pada tindakan pertama ke tindakan yang kedua, mengalami peningkatan sebesar 16,98%. Dalam penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa antusias anak sangatlah tinggi saat memainkan permainan Bakiak.

3. Penelitian berjudul “Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Lompat Kodok di Kelompok B RA Permata Insani Bengkulu” yang dilakukan oleh Yosinta et al. (2016). Penelitian tersebut berjenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan pada 12 anak di Kelompok B RA Permata Insani Bengkulu. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketuntasan belajar kemampuan motorik kasar pada anak kelompok B mencapai 84,6% pada siklus kedua. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional Lompat Kodok sangat menyenangkan dan seru untuk dimainkan serta dapat meningkatkan motorik kasar anak.

Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) merupakan modifikasi dari Permainan Sirkuit Bola Keranjang yang sebelumnya telah diperkenalkan oleh Pahendra dkk (Pahendra et al., 2021) dalam penelitiannya. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa Permainan Sirkuit Keranjang Bola merupakan suatu permainan yang berkelompok atau dilakukan oleh tim kecil berjumlah 3-4 anak untuk belajar mengembangkan atau melatih motorik kasar. Di dalam permainan tersebut terdapat berbagai rintangan seperti melompat dengan menggunakan satu



kaki, melempar, dan berlari. Permainan ini dimainkan dengan cara anak mengambil bola secara bergantian sesuai dengan kelompok atau timnya. Setelah mengambil bola, anak berlari kemudian melewati rintangan sesuai dengan intruksi dari guru. Contoh rintangan pertama, anak melewati rintangan berbentuk lingkaran dengan melompat menggunakan 1 kaki dan membawa bola setelah itu anak melempar bola ke dalam keranjang.

Dalam penelitian ini, peneliti memodifikasi Permainan Sirkuit Bola Keranjang menjadi Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) yang lebih menyenangkan dan lebih banyak rintangannya namun tetap sesuai untuk anak usia 4-5 tahun. Rintangan dalam Permainan Sirkuit Bola Keranjang berupa berlari, melompat dengan satu kaki, dan melempar bola dimodifikasi oleh peneliti dengan menambah rintangannya berupa menjaga keseimbangan, berjalan zig zag dan lurus. Adanya modifikasi ini menjadikan Permainan BAKBOL (Bak Bola) lebih seru dan menyenangkan sehingga diharapkan akan lebih menarik perhatian dan minat anak untuk berlatih kemampuan motorik kasar.

### **C. Kerangka Berfikir**

Kemampuan motorik kasar anak-anak di kelompok A TK Islam An Nur Watudandang masih belum dapat berkembang dengan baik. Selama ini, upaya pengembangan motorik kasar anak yang seringkali dilakukan oleh guru adalah melaksanakan senam pagi yang dilakukan bersama-sama. Terkadang guru juga menggunakan media untuk melatih kemampuan motorik kasar anak namun hanya menggunakan media seadanya, seperti papan titian yang hanya melatih

keseimbangan dan konsentrasi anak, sedangkan aspek kekuatan, ketepatan, koordinasi, dan kelincahan dalam diri anak kurang terasah secara optimal. Pembelajaran motorik kasar yang dilakukan guru di Kelompok A TK Islam An Nur Watudandang kurang menarik, monoton dan membuat anak menjadi jenuh atau bosan, sehingga kemampuan motorik kasar anak kurang berkembang.

Dari permasalahan di atas dipandang perlu untuk mengembangkan strategi belajar yang tepat untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak kelompok A TK Islam An Nur Watudandang. Dalam penelitian ini, peneliti mengembangkan sebuah permainan bernama Sirkuit BAKBOL (Bak Bola). Permainan Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) ini adalah permainan yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini yang memiliki beberapa pos kegiatan permainan yang dilakukan secara bertahap dan terus-menerus. Di setiap pos dilakukan satu permainan yang menstimulasi motorik kasar anak. Sirkuit BAKBOL (Bak Bola) merupakan permainan dengan rintangan-rintangan yang menarik dan memiliki tingkat kesulitan yang sesuai dengan anak usia 4-5 tahun. Terdapat banyak gerakan dalam permainan ini yang melibatkan penggunaan otot besar, antara lain di bagian kaki, lengan, bahu, dan punggung. Seluruh gerakan-gerakan tersebut dapat mengasah kemampuan motorik kasar anak, ditambah lagi dengan peralatan yang berwarna-warni yang diharapkan akan membuat anak semakin tertarik dan antusias memainkan.