



PENGARUH PERMAINAN ESTAFET BOLA TERHADAP KEMAMPUAN FISIK MOTORIK ANAK KELOMPOK B DI TK AS-SUNNAH DESA JURANG JALER, KECAMATAN PRAYA TENGAH

Risma Septiana¹, I Made Swasa Astawa², Fahrudin³

Universitas Mataram

*e-mail: rismaseptiana91@gmail.com¹, made.astawa@ac.id³, fahrudin.fkip@unram.ac.id³

Riwayat Artikel

Diterima: Juni 2024

Publikasi: Februari 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan pengaruh permainan estafet bola terhadap perkembangan fisik motorik pada anak kelompok B. Jenis penelitian yang digunakan eksperimen, metode kuantitatif, pendekatan one group pretest-posttest desig. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik Sampling Jenuh yakni menggunakan sampel 15 anak kelompok B. Teknik pengumpulan data berupa observasi, dokumentasi dan data dianalisis menggunakan paired samples test. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ada perbedaan perkembangan fisik motorik antara sebelum perlakuan permainan estafet bola dengan setelah perlakuan permainan estafet bola. Perkembangan fisik motorik anak setelah perlakuan permainan estafet bola lebih tinggi dari pada sebelumnya, ini dibuktikan dengan rata-rata hasil pre-test perkembangan fisik motorik 43,07 dan rata-rata hasil post-test perkembangan fisik motorik 70,73. Pengujian hipotesis menggunakan uji t berbantuan aplikasi SPSS 25 For Windows memperoleh nilai thitung 2,768 > ttabel 2160, artinya, Ho (Hipotesis Nol) ditolak dan Ha (Hipotesis Alternatif) diterima. Maka, dapat disimpulkan, bahwa terdapat pengaruh perlakuan permainan estafet bola terhadap perkembangan fisik motorik anak kelompok B di TK As-Sunnah Desa Jurang Jaler, Kecamatan Praya Tengah. Dengan demikian, guru dapat menerapkan permainan estafet bola sebagai alternatif dalam melakukan kegiatan pembelajaran kepada anak kelompok B (usia 5-6 tahun) pada aspek kemampuan fisik motorik.

Kata Kunci:

Anak Usia Dini, Kemampuan Fisik Motorik, Permainan Estafet Bola

1. PENDAHULUAN

Masa anak usia dini merupakan masa *golden age* (masa keemasan). *Golden age* adalah salah satu periode yang menjadi tanda masa anak usia dini. Pada masa inilah anak mengalami perkembangan yang sangat pesat sepanjang perjalanan perkembangan hidupnya. Periode ini, otak anak akan terus mengalami perkembangan untuk eksplorasi, mencari tahu sesuatu yang baru, masa



peka dan masa bermain. Sehingga perlunya pemberian perhatian lebih terhadap anak usia dini. Salah satu wujud perhatian itu diantaranya adalah dengan memberikan pendidikan. Pendidikan anak usia dini adalah bentuk pendidikan yang memfokuskan pada peletakan dasar tumbuh kembang anak, koordinasi motorik, kecerdasan emosional, kecerdasan majemuk, dan kecerdasan mental. Pendidikan anak usia dini dimulai dari lahir hingga berusia enam tahun (Finori, 2019). Bentuk layanan pendidikan anak usia dini disebut dengan Taman Kanak-Kanak (TK) (Hasanah & Amalia, 2022). Lembaga ini bertujuan untuk membantu memberikan pengetahuan dasar pada berkembangnya beberapa aspek yang meliputi aspek perilaku, aspek pengetahuan, aspek kreativitas, serta aspek keterampilan pada tumbuh kembang anak (Purwandari et al, 2022). Aktivitas fisik pada tahun awal pertumbuhan anak merupakan sebuah keterampilan yang sangat dibutuhkan untuk memiliki gaya hidup sehat dalam jangka waktu panjang (Tandon et al, 2020). Sebagian besar aktivitas fisik memerlukan kemampuan fisik motorik (Tangse & Dimiyati, 2021).

Fisik motorik merupakan aspek perkembangan dari kematangan dan pengendalian gerak tubuh, aspek motorik ini memiliki kedudukan sama penting dengan aspek lain, di mana perkembangan fisik motorik dapat dijadikan tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang anak. Aspek fisik motorik ini dapat diamati dengan mudah melalui panca indra (Fitriani & Adawiyah, 2018). Perkembangan fisik motorik terbagi menjadi dua kategori yaitu motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot-otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu seperti otot tangan dan otot pergelangan tangan yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih (Khoerunnisa et al, 2023). Sedangkan motorik kasar merupakan gerak yang melibatkan otot-otot besar tubuh seperti otot punggung, otot lengan, dan otot kaki (Rahayu et al, 2019) seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Motorik kasar sangat penting untuk menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat, dan terampil (Pavitta, 2019). Aktivitas yang dilakukan anak melibatkan aspek fisik motorik ini memang terlihat mudah, namun perlu adanya bimbingan dan pelatihan disetiap gerakannya agar anak bisa melakukannya dengan baik dan benar. Berikut beberapa cara anak belajar dalam mengembangkan keterampilan motorik *yaitu trial and error*, meniru dan pelatihan yang menghasilkan hasil yang berbeda. Secara langsung ataupun tidak langsung perkembangan fisik motorik anak akan di bawa dimasa mendatang (Riza Oktriana, 2019). Kurangnya keterampilan fisik motorik pada anak tentu akan menghambat mereka dalam aktivitas bersama teman sebaya. Anak dengan keterampilan fisik motorik buruk menunjukkan tingkat keaktifan yang lebih rendah dibandingkan anak yang keterampilan fisik motorik berkembang dengan baik. Oleh karena itu, perlu dilakukan tindakan tertentu ketika pendidik menemukan indikasi keterampilan fisik motorik anak yang tidak sesuai dengan usianya.

Untuk menunjang perkembangan fisik motorik, kegiatan yang paling penting dilakukan oleh anak adalah bermain. Bermain diartikan sebagai suatu aktivitas yang berlangsung secara spontan, di mana seorang anak berintraksi dengan temannya, benda di sekitarnya yang dilakukan dengan senang hati (gembira) atas inisiatif sendiri, imajinatif menggunakan panca indra (Lubis, 2019). Dengan bermain, anak dapat mengembangkan kemampuannya dalam memahami diri, orang lain dan lingkungan. Salah satu bentuk permainan yang diamati di kalangan anak-anak adalah bermain estafet bola. Permainan estafet bola merupakan permainan dari lari estafet dengan memberikan benda (bola) yang diestafetkan ke anggota dalam timnya. Permainan ini menggunakan bola warna-warni yang dipindah dengan cara estafet. Selanjutnya anak yang ada dalam barisan paling depan berlari ke teman lain untuk memindahkan bola dan memasukkan bola tersebut ke dalam keranjang



(Lestari & Puspitasari, 2021).

Berdasarkan obeservasi yang telah dilakukan, kemampuan fisik motorik anak masih rendah. Hal ini terlihat ketika anak melakukan aktivitas senam, hanya beberapa anak yang dapat mengikuti kegiatan senam hingga selesai, sebagian anak lainnya merasa sulit dalam melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, kekuatan dalam menirukan gerakan senam, terlihat lesu dan malas bergerak sehingga mereka tidak mengikuti gerakan senam sampai selesai dan anak asik dengan kegiatannya sendiri. Selain itu, anak juga belum mampu melakukan kegiatan mengayunkan tangan dalam permainan lempar tangkap bola. Permasalahan-permasalahan ini disebabkan karena kegiatan bermain yang dilakukan guru kurang mendapat perhatian. Guru juga sangat jarang melakukan kegiatan motorik kasar di luar ruangan secara rutin, sehingga pembelajaran yang dilakukan oleh guru belum seluruhnya dikemas melalui aktivitas bermain. Sehingga, selama observasi berlangsung, proses pembelajaran yang dilakukan guru lebih mengutamakan di dalam ruangan yaitu dengan guru bercerita, anak belajar menulis permulaan, mewarnai dan menempel. Kegiatan motorik kasar anak yang dilakukan secara rutin hanyalah kegiatan senam pada sabtu pagi dan hal tersebut belum mampu mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak secara menyeluruh. Sehingga, membuat anak mudah bosan dan kurang antusias dalam melakukan kegiatan motorik. Hal inilah yang menyebabkan kemampuan motorik kasar pada anak kurang terstimulasi sesuai dengan usia perkembangan anak. Sehingga perlunya mengoptimalkan perkembangan motorik kasar dan halus secara bersamaan karena anak yang memiliki kemampuan motorik halus baik, bisa saja kemampuan motorik kasar anak tersebut kurang baik, begitupun sebaliknya. Kedua hal tersebut haruslah berdampingan dan dikembangkan secara bersamaan. Untuk itu, perlu menciptakan kegiatan pembelajaran yang menarik, menyenangkan dan dapat menstimulasi perkembangan motorik kasar dan halus anak. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Permainan Estafet Bola Terhadap Kemampuan Fisik Motorik Anak Kelompok B di TK As-sunnah Desa Jurang-Jaler.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di TK As-Sunnah Desa Jurang Jaler dengan sampel yang terdiri dari 15 orang anak di kelompok B. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak lima kali pertemuan dengan dua kali *pretest posttest* dan tiga kali pertemuan untuk *treatment*. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan bentuk eksperimen menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest design* dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan uji normalitas menggunakan kolmogrov-Smirnov dengan bantuan *SPSS Versi 25 for windows* dan uji hipotesis menggunakan uji *Paired Sampel t Test* dengan bantuan *SPSS Versi 25 for windows*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di TK As-Sunnah Desa Jurang Jaler diukur menggunakan instrumen penelitian kemampuan fisik motorik yang terdiri dari 21 deskriptor capaian perkembangan yang telah diuji validasi dan reliabilitasnya. Pengujian validitas menggunakan uji validitas isi dan item. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa koefisien validitas



isi instrumen variabel kemampuan fisik motorik yang telah diuji coba memperoleh skor satu dengan kategori validitas sangat tinggi. Dikarenakan kedua ahli menyatakan bahwa semua instrumen valid. Pengujian validitas item menggunakan Korelasi Product Moment. Hasil uji validitas item menunjukkan bahwa r_{tabel} 5% sebesar 0,396 dengan nilai $N = 25$. Dimana hasil pengujian validitas r_{hitung} dalam penelitian ini lebih besar dari r_{tabel} . sehingga instrumen dinyatakan berkorelasi. Untuk mengetahui kemampuan fisik motorik anak kelompok B di TK As-sunnah, peneliti mengobservasi kemampuan fisik motorik anak dengan bantuan instrumen penelitian untuk mendapatkan data sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) kemampuan fisik motorik anak. Langkah selanjutnya yaitu pemberian perlakuan (*treatment*) sebanyak tiga kali sebagai perbandingan untuk mengetahui hasil akhir (*posttest*). Setelah diberikan perlakuan menggunakan permainan estafet bola, kemudian dilakukan pengumpulan data *posttest* dengan cara mengobservasi kemampuan fisik motorik anak selama proses kegiatan berlangsung. Adapaun perbandingan data antara hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut:

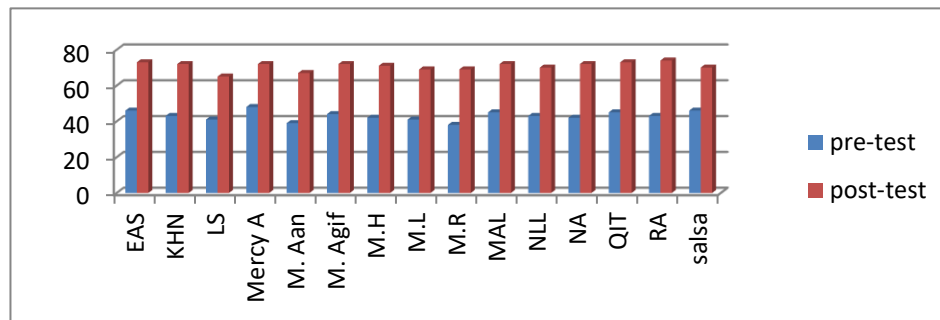
Tabel 1. Data Sebelum Diberikan Perlakuan (*Pretest*)

No	Nama Anak	<i>pretest</i>	<i>posttest</i>
1	Erza Akalanka	46	73
2	Kyla Hafizatun Nawa	43	72
3	Lia Sahrini	41	65
4	Mercy Alifa Ayasi	48	72
5	M. Aan Islami	39	67
6	M. Agif	44	72
7	M. Alkawais A	42	71
8	M. Haekal A	41	69
9	M. Ikmal R	38	69
10	M. Raka Zikriadi	45	72
11	Nabila Latifa Laili	43	70
12	Najwa Alpiana	42	72
13	Qonita Isman Taqia	45	73



14	Riski Alfarizi	43	74
15	Salsabila	46	70
Jumlah		646	1.061
Rata-Rata		43,07	70,73

Berdasarkan tabel di atas bahwa nilai hasil perhitungan setelah diberikan perlakuan (*treatment*) pada kemampuan fisik motorik terlihat nilai *pretest* diperoleh nilai skor tertinggi 48 dan nilai skor terendah yaitu 38, dengan total jumlah skor 646 dengan nilai rata-rata 40,07 sedangkan untuk data *posttest* diperoleh skor tertinggi skor tertinggi yaitu 74 dan skor terendah yaitu 65 dengan total jumlah skor 1.061 dengan nilai rata-rata 70,73. Data hasil di atas menunjukkan perbedaan sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan pada anak kelompok B di TK As-Sunnah Desa Jurang Jaler. Nilai *pretest* dan *posttest* dapat dibandingkan dalam bagan di bawah ini:



Anak

Gambar 1. Bagan Perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* kemampuan fisik motorik anak kelompok B

B. Pembahasan

Hasil nilai sebelum dan sesudah adanya perlakuan (*pretest*) dan sesudah pemberian perlakuan (*posttest*) dari kelompok eksperimen dianalisis menggunakan uji normalitas menggunakan *spss* sebagai persyaratan melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan kolmogrov-smirnov dengan bantuan *spss 25 for windows*. Didapatkan hasil uji normalitas data *pretest* dan *posttest* sebesar $0,2 > 0,05$ yang berarti data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal karena nilai signifikansi $> 0,05$. Setelah data berdistribusi normal, selanjutnya dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *paired sample t test* program berbantuan *SPSS Versi 25 for windows* menunjukkan bahwa sig. 2 tailed diperoleh sebesar 0,000 dengan jumlah sampel (df) 15 anak pada taraf signifikansi 5%. Berdasarkan nilai sig. 2 tailed yang kurang dari 0,05 yaitu $0,000 < 0,05$ dengan nilai $t_{hitung} 2,768 > t_{tabel} 2,160$ yang menyebabkan H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga ada



pengaruh permainan estafet bola terhadap kemampuan fisik motorik anak kelompok B di Tk As-Sunnah Desa Jurang-Jaler.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan estafet bola berpengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Hal ini tentu saja sesuai dengan ekspektasi hipotesis yang peneliti ajukan sebelum penelitian dilakukan. Keberhasilan dari permainan estafet bola sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tangse, Uswatun, H, M., & Dimayanti. (2022) bahwa Permainan Estafet berpengaruh terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pada permainan estafet bola memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan perkembangan fisik motorik anak kelompok B. terlihat dari uji hipotesis dengan nilai signifikan kemampuan fisik motorik sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dengan nilai $t_{hitung} 2,768 > t_{tabel} 2,160$ yang berarti bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Adapun nilai H_a yang dimaksud ialah ada perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh yang signifikan dari permainan estafet bola terhadap kemampuan fisik motorik anak kelompok B di TK As-Sunnah Desa Jurang-Jaler, Kecamatan Praya Tengah, Kabupaten Lombok Tengah tahun 2024”. Dengan demikian, guru dapat menerapkan permainan estafet bola sebagai alternatif dalam melakukan proses pembelajaran kepada anak kelompok B (usia 5-6 tahun) tahun pada aspek kemampuan fisik motorik.

DAFTAR PUSTAKA

- Finori, F. D. (2019). Smart Techno Parenting : Alternatif Pendidikan Anak pada Era Teknologi Digital. *Jurnal Tatsqif*, 17 (1)
<https://doi.org/10.20414/jtq.v17i1.625>
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2 (01)
<https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Hasanah, U., & Amalia. (2022). Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun melalui Media Engklek Portable. *JAMBURA Early Childhood Education*, 4 (2).
<https://ejournal-fip-ung.ac.id/ojs/index.php/jecj/article/view/1249>
- Khoerunnisa, S. R., Muqodas, I., & Justicia, D. R. (2023). Pengaruh Bermain Puzzle terhadap Perkembangan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 49–58.
<https://doi.org/10.37985/murhum.v4i2.279>
- Lestari, D.S., & Puspitasari, Intan. (2022). Aktivitas Permainan Estafet Bola Modifikasi untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6 (1), 752-760
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1024>
- Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47.
[https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301)
- Pavitta, D. E. (2019). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Olah Tubuh.



Vol. 5, No. 1 (2025)

p-ISSN: 2829-0348, e-ISSN: 2829-033X

Prosiding Seminar Nasional Pg PAUD UNTIRTA. Permainan Tradisional vs Digital, 79-94

<https://semnaspgpau.untirta.ac.id/index.php/semnas2017/article/view/41>

Purwandari, E., Handayani, N., Agusta, O. L., Mabruria, A., & Haryanti, N. (2022). Peningkatan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini (AUD) Melalui Metode Bercerita. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 9 (1)

<https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v9i1.11685>

Rahayu, D. I., Nurhasanah, & Aulia, B. N. R. (2019). Mengembangkan Alat Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di PAUD Mutiara Hati Tahun Ajaran 2017/2018. *Prosiding Seminar Nasional PG PAUD Untirta : Permainan Tradisional vs Digital*,

<https://semnaspgpau.untirta.ac.id/index.php/semnas2017/article/view/42>

Riza Oktariana. (2019). Pengaruh Permainan Bakiak Dan Kecerdasan Interpersonal Terhadap Perkembangan Fisik Motorik Anak Tk Khairani Aceh Besar. *Visipena Journal*, 10(1), 78–93.

<https://doi.org/10.46244/visipena.v10i1.492>

Tandon, P., Hassairi, N., Soderberg, J., G. (2020). *The Relationship of Gross Motor and Physical Activity Environments in Child Care Settings With Early Learning Outcomes*. *Early Child Development and Care*, 190 (4)

<https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1485670>

Tangse, U. H. M., & Dimiyati, D. (2021). Permainan Estafet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>