

# Analisis Kebutuhan Permainan Outdoor Terhadap Keterampilan Motorik Anak Usia Dini

Lidia Meo<sup>1</sup>, Ermelinda Valentina Aso<sup>2</sup>, Maria Aprinianti Beo<sup>3</sup>, Sonia Agustin Rabu<sup>4</sup>, Viktoria Dhiu<sup>5</sup>, Dimas Qondias<sup>6</sup>

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Citra Bakti<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

## ABSTRAK

*Penelitian ini menganalisis kebutuhan permainan outdoor untuk meningkatkan keterampilan motorik anak usia dini. Fokus utama adalah pada pengembangan motorik kasar dan halus melalui aktivitas bermain di luar ruangan. Metode yang digunakan meliputi observasi dan eksperimen dengan sampel anak usia 5-6 tahun. Hasil menunjukkan bahwa permainan outdoor secara signifikan memperbaiki keterampilan motorik anak, meningkatkan koordinasi, kepercayaan diri, dan interaksi sosial. Penelitian ini menekankan pentingnya integrasi permainan outdoor dalam kurikulum pendidikan anak usia dini untuk mendukung perkembangan motorik yang optimal.*

### Corresponding Author:

Dimas Qondias  
(dimdimqandias@gmail.com)

**Received:** September 29, 2024

**Revised:** October 18, 2024

**Accepted:** November 02, 2024

**Published:** December 05, 2024



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

**Kata Kunci :** Permainan Outdoor, Fisik Motorik, Anak Usia Dini

## 1. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada diusia 0-6 tahun yang merupakan masa awal yang paling mendasar bagi tumbuh kembang seluruh potensi anak. Masa ini sering disebut dengan usia keemasan atau golden age. Dimana di usia ini sangat memerlukan stimulus, karena diusia itulah anak dapat dirangsang disegala aspek perkembangannya, stimulus dilakukan melalui pemberian rangsangan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani. Anak usia dini juga merupakan anak yang memiliki kemampuan perkembangan yang sangat pesat yang artinya seorang anak mengalami perkembangan yang sangat pesat dalam segala bidang aspek-aspek perkembangan. Masa ini sekaligus merupakan masa yang kritis dalam perkembangan anak. Jika pada masa ini anak tidak mendapat perhatian dengan benar darisegi pendidikan, pengasuhan, pelayanan dan pembinaan maka anak dikhawatirkan tidak berkembang bagaimana seharusnya. Dalam masa keemasan ini juga semua aspek perkembangan pada anak harusdikembangkan dengan optimal.

Perkembangan setiap anak berbeda-beda sesuai dengan tahapan usianya. Oleh karena itu keterampilan motorik kasar dan motorik halus sangat penting untuk dikembangkan pada anak sejak usia dini untuk persiapan kehidupan dimasa yang akan datang. Perkembangan motorik halus dan perkembangan motorik kasar adalah dua kategori utama di mana pertumbuhan motorik dapat dipecah (Lubis, 2019). Belajar dan berlatih berperan dalam pengembangan keterampilan motorik halus, yang melibatkan penggunaan otot serta bagian tubuh yang lebih kecil dalam tugas-tugas seperti koordinasi tangan-mata, mencoret-coret, membangun blok, memotong, dan menulis. Pentingnya dalam membina perkembangan motorik halus anak sangat beralasan; melakukannya akan membantu mereka menjadi orang dewasa yang kompeten dan mandiri (Wahyuni & Puspitasari, 2021). Motorik halus merupakan faktor penting yang harus diperhatikan dalam mengembangkan model, pendekatan, dan strategi pembelajaran yang akan diberikan kepada anak keturunan Asia agar perkembangan motoriknya mengikuti standar faktor perkembangan anak.

Motorik kasar adalah kemampuan anak dalam melakukan aktivitas dengan koordinasi gerak tubuh dengan menggunakan otot-otot besarnya sebagai dasar gerakan.

Motorik kasar sangat diperlukan anak agar dapat melakukan aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, melompat, menangkap, mendorong, menendang. Motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi bagian tubuh anak seperti otot tangan dan kaki dalam menyeimbangkan saat melempar bola. Motorik kasar adalah berbagai keterampilan yang meliputi aktivitas otot yang besar seperti gerakan lengan dan berjalan (Asrori 2020:40.41). Disebut sebagai kasar karena otot yang dilibatkan ukurannya relative besar seperti pada otot paha dan otot betis. Otot-otot tersebut berintegrasi untuk menghasilkan gerak seperti berjalan, berlari, dan melompat. Motorik kasar memacu kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya, seperti lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. perkembangan motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau keseluruhan dari anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, seperti: kemampuan berlari, menendang, duduk, naik turun tangga, melompat, dan berjalan (Khadijah, ddk 2020:33).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka penulis merasa perlu untuk melakukan kegiatan permainan outdoor terhadap keterampilan motorik anak usia di Tk Negeri Nasaret Were.

## **2. METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2019: 111) metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan, yang merupakan metode kuantitatif, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen. Penelitian ini merupakan salah satu jenis penelitian kuantitatif yang sangat kuat mengukur sebab akibat (Prasetyo, 2008: 158).

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh kelompok kami di Tk Negeri Nasaret Were pada Kamis 17 Oktober 2024, yaitu kami melakukan 2 kegiatan dimana kegiatan tersebut kami lakukan di dalam kelas dan di luar kelas. Kegiatan didalam kelas adalah mewarnai, aktivitas ini memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan diri dan berkreasi. Dengan memilih warna dan menerapkannya, anak dapat mengembangkan imajinasi dan kemampuan mewarnai. Melalui kegiatan mewarnai, anak belajar mengenali berbagai warna, yang penting untuk perkembangan kognitif mereka. kegiatan ini juga mendorong kemandirian, karena anak belajar untuk menyelesaikan tugas secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap hasil karya mereka. Kegiatan mewarnai merupakan proses memberi warna pada gambar menggunakan berbagai media seperti krayon, spidol, dan pensil warna. Mewarnai berarti memberi warna atau mengecat (KBBI). Kegiatan ini penting untuk perkembangan motorik halus, konsentrasi dan kreativitas anak. Hajar Pamadhi menyatakan bahwa mewarnai adalah proses memberikan pada media yang sudah bergambar, yang bertujuan untuk menarik perhatian dan memberikan nilai seni pada gambar tersebut, kegiatan ini juga melatih keterampilan motorik halus anak dengan menekankan kesabaran dan ketelitian saat mewarnai.

Setelah mewarnai anak diminta untuk menggunting gambar yang telah diwarnai dimana aktivitas ini membantu anak dalam mengkoordinasikan gerakan tangan dan mata, yang penting untuk berbagai aktivitas sehari-hari. Aktivitas ini juga merangsang kreativitas, memungkinkan anak untuk bereksplorasi dengan bentuk dan warna saat membuat proyek seni. Dengan demikian, menggunting bukan hanya sekedar aktivitas menyenangkan, tetapi juga merupakan alat penting dalam mendukung perkembangan fisik dan emosional anak.

Setelah kegiatan menggunting anak menempel gambar pada buku. Kegiatan menempel pada anak usia dini memiliki manfaat yang mendukung perkembangan mereka. Menempel melatih keterampilan motorik halus anak, karena mereka harus menggunakan jari dan tangan untuk mengendalikan bahan yang akan ditempel. Ini membantu memperkuat otot-otot kecil dan meningkatkan koordinasi tangan dan mata. Aktivitas ini memberikan kebebasan kepada anak untuk berkreasi sesuai imajinasi mereka. Dengan berbagai media seperti kertas dan lem, anak dapat mengekspresikan ide-ide mereka dalam bentuk karya seni.

Kegiatan menempel memerlukan perhatian dan konsentrasi, sehingga anak belajar untuk fokus pada tugas yang sedang dikerjakan. Ini penting untuk perkembangan kognitif mereka. Menempel adalah kegiatan menyusun berbagai bahan pada sehelai kertas datar, menggunakan bahan seperti kertas, kain, dan benda menarik lainnya (Christiani, 2010). Aktivitas ini berfungsi untuk mengembangkan keterampilan motorik halus anak, karena memerlukan ketelitian dan koordinasi antara mata dan tangan saat menempelkan elemen-elemen tersebut.

Setelah melakukan kegiatan di dalam kelas seperti mewarnai, menggunting dan menempel anak di ajak untuk bermain di luar ruangan. Tujuan dari penerapan pembelajaran diluar ruangan adalah agar anak-anak dapat belajar melalui interaksi dengan alam sekitar mereka (Zeptyani dan Wiarta 2020). Aktivitas bermain di luar ruangan memberikan kesenangan bagi anak-anak sambil mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka dengan baik (Susilowati, 2018). Anak-anak memiliki kesempatan untuk belajar secara langsung dari lingkungan sekitar mereka (Hasmawati, Usma, dan intisari, 2023). Bermain di luar ruangan memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk menghadapi tantangan fisik yang nyata. Dasar pemikiran ini didasarkan pada pengakuan bahwa permainan outdoor memiliki peran penting dalam mengoptimalkan perkembangan fisik motorik anak-anak (Dahlan 2019). Permainan ini tidak hanya memenuhi kebutuhan bermain anak, tetapi juga berperan sebagai sumber pembelajaran yang sangat penting dalam mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak, terutama kemampuan fisik dan motorik mereka (Nurdin 2022). Kemampuan fisik motorik anak berhubungan erat dengan perkembangan jati diri mereka. Dengan kemampuan fisik yang berkembang baik, anak-anak menjadi lebih berkeyakinan saat menghadapi tantangan dan mengeksplorasi jati diri mereka. Hal ini juga memudahkan mereka menemukan minat dan bakat yang membentuk identitas mereka.

Kegiatan yang kami lakukan bersama anak-anak diluar ruangan adalah menendang, melempar dan menangkap bola. Kegiatan ini untuk melatih kemampuan motorik kasar anak. Melalui kegiatan ini anak-anak dapat meningkatkan keterampilan fisik dan koordinasi. Kegiatan ini melatih otot-otot tubuh, meningkatkan keseimbangan dan kekuatan. Koordinasi tangan dan mata, menangkap bola membantu anak belajar fokus dan mengatur gerakan tubuh. Menangkap bola, anak diajarkan untuk memusatkan perhatian saat bola datang dan menggunakan kedua tangan untuk menangkapnya. Kegiatan dilakukan dengan jarak yang aman, biasanya 2-3 meter. Kegiatan lempar tangkap bola merupakan salah satu permainan yang menggunakan bola sebagai media (Montolalu 2019:739). Permainan lempar tangkap bola ini seringkali diterapkan bagi anak usia dini dengan tujuan dapat melatih motorik kasar. Media dalam permainan ini adalah bola, baik bola berukuran kecil maupun besar. Pada penelitian ini, media bola digunakan sebagai alat bantu dalam bermain lempar tangkap. Bola yang digunakan berukuran kecil dan ringan, sehingga tidak memberatkan bagi anak. Kesimpulannya bahwa bermain lempar tangkap bola adalah bentuk kegiatan bermain yang menggunakan bola berukuran kecil dengan cara melempar dan menangkap bola yang menggunakan kekuatan tangan kanan dan kiri.

Kegiatan menendang bola, anak berlatih menendang bola kearah teman, yang meningkatkan kekuatan kaki dan teknik tendangan. Melalui bermain ini, anak-anak dapat

belajar sambil bersenang-senang, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri mereka dalam beraktivitas fisik. Permainan menangkap dan menendang bola dapat memperbaiki kemampuan motorik kasar anak usia dini 4-5 tahun melalui pengulangan dan latihan yang terarah (Muhimmatul Mu'asyaroh et al, 2023). Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan motorik kasar tetapi juga aspek pertumbuhan anak (Fitriyah Septiani et al, 2019).

Tabel 1: Pengamatan kemampuan motorik kasar anak dalam permainan outdoor sebelum diberikan perlakuan

Nama anak	Aspek kemampuan motorik kasar yang diamati			Nilai akhir kemampuan motorik kasar
	Ketepatan Melempar Bola	Kekuatan Menangkap Bola	Kekuatan menedang bola	Nilai akhir kemampuan motorik kasar
LM	3	2	2	7
IA	3	3	2	8
RB	3	3	3	9
TD	2	3	2	7
NW	2	2	3	7
SR	3	2	3	8
AN	3	3	3	9
YB	2	2	3	7
AD	3	2	3	8
				70

Diketahui dari 9 anak yang menjadi subjek penelitian, tidak terdapat anak yang masuk dalam kategori berkembang sangat baik (BSB), 4 anak (53%) yang masuk dalam kategori berkembang sesuai harapan (BSH), 3 Anak (32%) yang masuk dalam kategori mulai berkebang (MB), 2 anak (15%) yang masuk dalam kategori belum berkembang (BB).

Tabel 2: Pengamatan kemampuan motorik kasar anak dalam permainan outdoor sesudah diberikan perlakuan

Nama anak	Aspek kemampuan motorik kasar yang diamati			Nilai akhir kemampuan motorik kasar
	Ketepatan Melempar Bola	Kekuatan Menangkap Bola	Kekuatan menedang bola	Nilai akhir kemampuan motorik kasar
LM	4	3	4	11
IA	4	4	3	11
RB	4	4	4	12
TD	3	4	3	10
NW	3	3	4	10
SR	4	3	4	11
AN	4	4	4	12
YB	3	3	4	10
AD	4	3	4	11
				98

Setelah melakukan permainan diketahui dari 9 anak yang menjadi subjek penelitian, terdapat 4 anak (56%) yang masuk dalam kategori berkembang sesuai harapan (BSH), 3 Anak (32%) yang masuk dalam kategori mulai berkembang (MB) melakukan aktivitas bermain yang sama sehingga anak tidak mengalami peningkatan, 2 anak (16%) yang masuk dalam kategori belum berkembang (BB).

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis kebutuhan permainan outdoor terhadap keterampilan motorik anak usia dini, dapat disimpulkan bahwa permainan ini efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Aktivitas seperti berlari, menangkap, melempar dan menendang membantu mengembangkan koordinasi, kekuatan otot, dan kepercayaan diri anak. Penelitian menunjukkan bahwa permainan yang dirancang dengan baik dapat merangsang perkembangan motorik dan sosial anak, serta memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan. Oleh karena itu, integrasi permainan outdoor dalam kurikulum pendidikan anak usia dini sangat dianjurkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asrori. (2020). Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidispliner. Banyumas: Pena
- Christianti. (2010). Pengembangan Keterampilan Motorik Halus Melalui Kegiatan Menempel
- Hasmawaty, Usman, and Intisari. 2023. "Improving Children ' s Science Skills Through Play Activities in Outdoor Play." *TEMATIK: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Anak Usia Dini* 9: 45-54.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini (2016)
- Khadijah & Amelia, N. (2020). Perkembangan Motorik Anak Usia Dini. Jakarta:Kencana
- Lubis, M. S. A. (2019). Melacak Kesulitan Anak Saat Belajar Perspektif Psikologi. *Jurnal Al Fatih*, 2(1), 14-32.
- Montolalu (2019) Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Bermain Bola Melempar, Menangkap Dan Menendang Bola. *Jurnal Pendidikan Terintegrasi*
- Montolalu, B. EF. et al. (2014). Bermain dan Permainan Anak. Universitas Persada Terbuka: Jakarta
- Septiani , C. F. Nadar, W. & Chairunnisa. (2019). Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Bermain Lempar Tangkap Bola. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara*
- Susilowati, Retno. 2018. 'Strategi Belajar Outdoor Bagi Anak Paud'.*Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal* 2(1): 65.
- Wahyuni, S., & Puspitasari, R. N. (2021). Keefektivan Pembelajaran Secara Online Terhadap Perkembangan Fisik Motorik Anak. *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 110-126.
- Zeptyani, P. A D, & W Wiarta. 2020. 'Pengaruh Project -Based Outdoor Learning Activiti Menggunakan Media Audio Visual Terhadap Perilaku Belajar Anak Usia Dini'. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha* 8( may): 69-79