



PERMAINAN *OUTBOUND* UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI

Retno Dwi Astuti¹, Dinar Mahdalena Leksana²

Universitas Islam Lamongan

retnodwi.pasca@unisla.ac.id, dinarmahdalena@unisla.ac.id

Informasi artikel	ABSTRAK
Received : 2 September, 2021 Revised : 13 September 2021 Publish : 29 September 2021	Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan permainan <i>outbound</i> untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini. Penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Penelitian Deskriptif kualitatif bertujuan untuk menggambarkan secara objektif keadaan di tempat penelitian dengan menggunakan kata-kata atau kalimat, mengenai perilaku dan tindakan guru pendidikan anak usia dini dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui permainan <i>outbound</i> . Penelitian ini menggunakan tehnik pengumpulan data observasi, wawancara dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan reduksi data, display data dan menarik kesimpulan/verifikasi. Dari hasil penelitian pencapaian perkembangan motorik kasar anak melalui permainan <i>outbound</i> , kemampuan motorik kasar anak masih belum berkembang. Dari 17 anak yang berkembang sangat baik 0%, anak yang berkembang sesuai harapan 17,6% dengan jumlah anak 3. Dan 53% anak yang mulai berkembang dengan jumlah anak 9. Serta 29,4 % anak yang belum berkembang dengan jumlah 5 anak.
Kata kunci: <i>Permainan outbound</i> ; <i>kemampuan motoric kasar</i>	



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Allows readers to read, download, copy, distribute, print, search, or link to the full texts of its articles and allow readers to use them for any other lawful purpose.

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berada pada rentang usia 0-6 tahun. Pada masa ini proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek sedang mengalami masa keemasan (golden age). Proses pembelajaran yang diberikan kepada anak harus disesuaikan dengan karakteristiknya.

Elizabet dalam buku Mansur, berpendapat bahwa perkembangan fisik sangat penting untuk dipelajari dan dikembangkan, karena perkembangan fisik anak akan menentukan keterampilan anak dalam bergerak. Secara tidak langsung, pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi bagaimana anak itu memandang dirinya sendiri dan bagaimana dia memandang orang lain (Masitoh, 2005:22).

Perkembangan fisik/motorik adalah semua gerakan yang mungkin dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh dan perkembangan tersebut erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik diotak (Susanta, 2014:204).

Perkembangan motorik anak terbagi menjadi dua bagian, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar terbentuk saat anak memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seorang dewasa. Motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak. Untuk merangsang motorik kasar anak dapat dilakukan dengan melatih anak untuk meloncat, memanjat, berlari, berjinjit, berjalan dan sebagainya.

Motorik adalah terjemahan dari kata “motor” yang menurut Gallahue dalam buku Samsudin, adalah suatu dasar biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak. Dengan kata lain, gerak (movement) adalah kulminasi dari suatu tindakan yang didasari oleh proses motorik.

Sedangkan Menurut Rini Hildayani perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Keterampilan/kemampuan motorik kasar, yaitu gerakan yang dihasilkan dari kemampuan mengontrol otot-otot besar, contohnya adalah berjalan, berlari, melompat, berguling.

Menurut Santrock motorik kasar adalah keterampilan motorik yang melibatkan aktivitas otot yang besar, salah satu contoh yaitu berjalan. Motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh. Motorik kasar diperlukan agar anak dapat duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya.

Selanjutnya menurut Penney Upton berpendapat keterampilan motorik kasar melibatkan otot-otot besar tubuh dan mencakup fungsi-fungsi lokomotor seperti duduk tegak, berjalan, menendang, dan melempar bola.

Menurut Supratno kemampuan motorik kasar anak usia dini seharusnya sudah mampu melakukan aktivitas seperti: meloncat baik satu kaki maupun dua kaki, menangkap bola, dan berolahraga.

Pada penelitian ini penulis menggunakan indikator sebagai berikut yaitu berjalan, berlari, melompat, menangkap dan melempar, dan menendang. Pembelajaran pendidikan anak usia dini dilakukan dengan cara bermain sambil belajar. Pembelajaran harus dikemas sedemikian rupa agar dapat memberikan suasana yang menyenangkan, memuaskan dan membekas. Bermain merupakan suatu aktivitas yang mencapai perkembangan yang utuh baik fisik, intelektual, sosial, moral dan emosional.

Bermain atau permainan adalah suatu aktivitas terkait dengan keseluruhan anak, bukan hanya sebagian, namun melalui permainan anak akan terdorong keterampilan yang mengarahkan pada perkembangan kognitif anak, perkembangan bahasa anak, perkembangan psikomotorik dan perkembangan fisik. Cony Semiawan berpendapat bahwa dengan anak bermain seluruh tahapan anak dapat berkembang dengan baik dan perkembangan itu dapat terlihat ketika anak menginjak masa remaja.

Setiap anak mempunyai hak untuk bermain. dengan kata lain bermain adalah kegiatan utama bagia anak. Karena dengan bermain anak mendapat suatu pengetahuan dan pengalaman untuk membantu perkembangan anak agar anak mampu menyiapkan diri untuk kehidupannya dimasa yang akan mendatang.

Salah satu manfaat yang diharapkan dari kegiatan bermain pada anak adalah untuk mengembangkan motorik kasar secara optimal. Berdasarkan jenisnya bermain dapat dibedakan menjadi bermain sensori, bermain simbolik, dan bermain pembangunan. Bermain dapat dilakukan dimana saja, baik didalam ruangan (indoor) maupun diluar ruangan (outdoor). Adapun pembelajaran yang mendukung bermain diluar ruangan yaitu melalui permainan outbound. Menurut John W Santrock permainan (play) adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri. Serta malalui permainan anak mendapat kegembiraan dari apa yang telah dilakukan anak itu sendiri.

Sedangkan Outbound adalah kegiatan luar ruangan, kegiatannya lebih banyak bermain. Outbound adalah kegiatan pelatihan sekaligus rekreasi yang dilakukan dilapangan atau dialam terbuka yang terdiri dari berbagai permainan (games) dan tantangan (challenge), serta dari masing-masing permainan mempunyai tujuantujuan tertentu. Outbound merupakan metode pengembangan diri melalui kombinasi rangkaian kegiatan beraspek psikomotorik, kognitit, dan afeksi dalam pendekatan pembelajaran melalui pengalaman. Terdapat jenis permainan outbound untuk anak usia dini diantaranya: bola estafet, dragon ball, snake balloon atau balon ular, pipa lines, permainan kapal pecah, jembatan dua garis curam, lintas alam/melakukan perjalanan (trekking), karet estafet/karet berantai, bola estafet, jaring laba-laba, permainan sepak bola dan sebagainya. Pada penelitian ini penulis menggunakan kegiatan outbound jenis Fun Games.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan secara objektif keadaan di tempat penelitian dengan menggunakan kata-kata atau kalimat, mengenai perilaku dan tindakan guru pendidikan anak usia dini dalam penggunaan permainan outbound untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini.

Adapun langkah-langkah yang digunakan peneliti sebagai berikut:

1. Reduksi Data Reduksi data adalah kegiatan menyajikan data inti/pokok. Sehingga memberikan gambaran yang lebih jelas dan tajam mengenai hasil pengamatan, wawancara, serta dokumentasi. Reduksi data dalam penelitian ini dengan menyajikan data inti/pokok yang mencakup keseluruhan hasil penelitian. Dengan tidak mengabaikan data pendukung, yaitu mencakup proses pemilihan, penyederhanaan, dan transformasi data kasar yang diperoleh dari catatan lapangan. Data yang terkumpul demikian banyak dan kompleks, serta masih tercampur aduk, kemudian direduksi. Reduksi data merupakan aktivitas memilih data. Data dianggap penting dan relevan yang berkaitan dengan kemampuan motorik kasar anak dalam proses pembelajaran.
2. Display Data Display data adalah proses menampilkan data secara sederhana dalam bentuk kata-kata, kalimat naratif, dan tabel. Supaya data yang banyak dan telah direduksi mudah dipahami, baik peneliti maupun orang lain, maka data tersebut perlu disajikan. Bentuk pemahamannya adalah teks naratif (pengungkapan secara tertulis), tujuannya adalah untuk memudahkan dalam mendeskripsikan suatu peristiwa, sehingga dengan demikian, memudahkan untuk mengambil suatu kesimpulan.
3. Menarik Kesimpulan/Verifikasi Data yang sudah dipolakan, kemudian difokuskan dan disusun secara sistematis dalam bentuk naratif. Kemudian melalui induksi, data tersebut disimpulkan sehingga makna data dapat ditemukan dalam bentuk tafsir dan argumentasi. Kesimpulan juga diverifikasi selama penelitian berlangsung. Kesimpulan yang diambil sekiranya masih terdapat kekurangan, maka akan ditambahkan.

PEMBAHASAN

Kemampuan motorik kasar anak Kelompok Bermain Nurul Huda Kecamatan Sekaran Kabupaten Lamongan relatif kurang dan lebih dominan ke pembelajaran konvensional menggunakan LKA. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satunya terjadi karena kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru dirasa belum maksimal. Guru masih menggunakan metode lama yang cenderung monoton sehingga kurang menarik perhatian anak.

Menurut Magil (dalam Sumantri) keterampilan motorik halus melibatkan koordinasi syaraf otot yang memerlukan ketepatan derajat tinggi untuk keberhasilan keterampilan ini. Jadi agar kemampuan motorik halus anak lebih terasah diperlukan suatu metode yang dilakukan oleh guru.

Dalam pembelajaran *cooperative* menurut Slavin, para siswa akan duduk bersama dalam kelompok yang beranggotakan empat orang untuk menguasai materi yang disampaikan oleh guru. Dengan metode *cooperative play* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif yang dapat digunakan oleh guru untuk membantu mengasah kemampuan motorik halus anak.

Hasil observasi *posttest* penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak Kelompok Bermain Nurul Huda mengalami peningkatan yang signifikan. Seperti telah dijelaskan pada bab sebelumnya bahwa perolehan skor setelah perlakuan lebih tinggi dibanding hasil *pretest* atau sebelum perlakuan. Skor yang diperoleh adalah sebesar 23 untuk skor yang tertinggi dan 18 skor untuk perolehan terendah. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa anak-anak lebih terlibat aktif saat pembelajaran menggunakan metode *cooperative play*. Dengan demikian kemampuan motorik halus anak-anak meningkat dengan baik. Sehingga metode ini berpengaruh terhadap kegiatan pembelajaran yang berhubungan dengan kemampuan motorik kasar anak.

Suatu metode pembelajaran dikatakan efektif apabila memiliki pengaruh terhadap pembelajaran yang saat itu dilakukan. Pengaruh suatu metode dalam pembelajaran merupakan sebuah ukuran keberhasilan dari proses interaksi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Hal ini dapat dilihat dari aktivitas anak respon anak dan penguasaan konsep anak selama berlangsungnya proses pembelajaran.

Pembelajaran akan dianggap baik apabila anak terlihat aktif, memberikan respon yang baik, dan dapat menguasai materi yang diberikan guru. Sesuatu juga dikatakan efektif apabila dapat memberikan hasil yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Jadi, dalam hal ini pengaruh suatu metode berkenaan dengan pencapaian tujuan.

Dari hasil uji Wilcoxon *Signed Rank Test* bahwa penggunaan metode *cooperative play* dapat meningkatkan kemampuan motorik halus anak dan bukan hanya mempengaruhi minat pada anak namun juga perkembangan kreativitasnya. Menurut Hurlock pola bermain anak memang akan bersifat makin sosial seiring dengan bertambahnya usia anak, sebab hubungan sosial mereka dengan orang lain juga senantiasa bertambah.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode ini berpengaruh terhadap kemampuan motorik halus anak Kelompok Bermain Nurul Huda Kecamatan Sekaran Kabupaten Lamongan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil uji Wilcoxon *Signed Rank Test* pada penjabaran di atas, maka dapat ditarik simpulan bahwa anak-anak sesudah mendapat perlakuan menunjukkan adanya pengaruh metode *cooperative play* terhadap kemampuan motorik kasar anak di Kelompok Bermain Nurul Huda Kecamatan Sekaran Kabupaten Lamongan. Hal tersebut dibuktikan oleh adanya peningkatan skor observasi. Hasil observasi peneliti menunjukkan adanya pengaruh setelah penerapan metode. Hasil observasi yang didapatkan bahwa anak setelah diberi perlakuan memiliki keaktifan dan koordinasi mata dan tangan lebih baik dibanding sebelum perlakuan. Hal demikian dibuktikan melalui hasil skor *pret-test* mendapat total skor sebanyak 313 skor, sedangkan hasil *posttest* mendapat total skor 403.

Hasil uji Wilcoxon *Signed Rank Test* juga menunjukkan adanya pengaruh dalam pembelajaran ini, sebab hasil perhitungan pada tabel didapatkan nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka diputuskan H_0 ditolak. Melalui skor observasi tersebut didapatkan bahwa skor sesudah perlakuan lebih tinggi dibanding sebelum perlakuan, sehingga terdapat perbedaan skor yang signifikan.

Maka dapat disimpulkan bahwa metode *cooperative play* berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar anak Kelompok Bermain Nurul Huda Kecamatan Sekaran Kabupaten Lamongan.

Saran

Saran disusun berdasarkan temuan penelitian yang telah dibahas. Saran dapat mengacu pada tindakan praktis, pengembangan teori baru, dan/atau penelitian lanjutan.

REFERENSI

- Ambar Cornelia Puspita Rin, "Analisis Keterampilan Motorik Halus Melalui Kegiatan Finger Painting Pada Anak Tk Kelompok B Segugus Paud 06 Imogiri Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul", Di akses 23 Juli 2021.
- Gabbett, T., Jenkins, D., & Abernethy, B. (2010). Physical collisions and injury during professional rugby league skills training. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(6), 578-583
- Gunarti Winda dkk, *Metode Pengembangan Perilaku dan Kemampuan Dasar Anak Usia Dini*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2015
- Halimah Nur, "Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Kolase Dengan Berbagai Media Pada Anak Kelompok B3 Di Tk Aba Ngoro-Oro Patuk Gunungkidu", Di akses pada tanggal 22 Juli 2021.
- Hasanah Uswatun, "Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia dini", *Jurnal Pendidikan Anak*, Volume 5, Edisi 1 Juni, 2016. Di akses pada tanggal 16 Juli 2021
- Masitoh, dkk. 2005. *Strategi Pembelajaran TK*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Mikosch, P., Hadrawa, T., Laubreiter, K., Brandl, J., Pilz, J., Stettner, H., & Grimm, G. (2010). Effectiveness of respiratory-sinus-arrhythmia biofeedback on state-anxiety in patients undergoing coronary angiography. *Journal of Advanced Nursing*, 66(5), 1101-1110.
- Overton, A. (2005). *Stress less: Make stress work for you not against you*. Auckland, New Zealand: Random House New Zealand.
- Permendikbud RI. 2014. *Permendikbud RI Nomor 146 Tahun 2014 Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum Anak Usia Dini*. Jakarta.
- Slavin Robert E, *Cooperative Learning Teori, Riset dan Praktik*. Bandung: Nusa Media, 2005.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*; Alfabeta Bandung, 2015.
- Sujiono Bambang, *Metode Pengembangan Fisik*. Universitas Terbuka, 2014.
- Sulistyaningtyas Wiyanto Euriska, "Efektivitas Bermain Aktif (*Cooperative Play*) dan Pasif Dalam Menumbuhkan Sikap Sosial yang Positif Pada Anak Usia Sekolah", Di akses pada tanggal 22 Juli 2021.
- Susanta, Agustinus. 2010. *Outbound Profesional*. Yogyakarta: CV.Andi Offset.
- Thompson, C. (2010). Facebook: Cautionary tales for nurses. *Kai Tiaki: Nursing New Zealand*, 16(7), 26.
- Vissing, K., Brink, M., Lonbro, S., Sorensen, H., Overgaard, K., Danborg, K., ... Aagaard, P. (2008). Muscle adaptations to plyometric vs. resistance training in

- untrained young men. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22(6), 1799-1810.
- Watson, R., McKenna, H., Cowman, S., & Keady, K. (Eds.). (2008). *Nursing research: Designs and methods*. Edinburgh, Scotland: Churchill Livingstone Elsevier.
- Whitney, E., & Rolfes, S. (2011). *Understanding nutrition* (12th ed.). Australia: Wadsworth Cengage Learning.