

Perbedaan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun melalui Permainan Tradisional Engklek di TK Gracia Sustain

Fely Eclasya Br Tarigan ^{1*}

Rizki Ramadhani ²

¹⁻² Prodi Pendidikan Guru
Pendidikan Anak Usia Dini,
Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Medan, Medan,
Indonesia.

*email: felyeclasyatarger@gmail.com

Kata Kunci

Permainan Engklek,
Motorik Kasar,
Tradisional

Keywords:

Hopscotch,
Gross Motor Skills,
Traditional

Received: October 2025

Accepted: November 2025

Published: December 2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Engklek di TK Gracia Sustain. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre- eksperimental jenis One Group Pretest-Posttest Design. Subjek dalam penelitian ini adalah anak kelas B-SKY di TK Gracia Sustain, yang terdiri dari 7 anak laki-laki dan 8 anak perempuan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan tradisional engklek, sedangkan variabel terikatnya adalah motorik kasar anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil tes pretest dan posttest, diketahui bahwa rata-rata nilai pretest adalah 8 dan nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 12. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan permainan tradisional engklek. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan permainan tradisional engklek efektif dalam meningkatkan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK Gracia Sustain.

Abstract

This study aims to determine differences in gross motor skills of 5-6 Year Old Children Through the Traditional Game of Engklek at Gracia Sustain Kindergarten. This study used a quantitative approach with a pre-experimental One Group Pretest-Posttest Design. The subjects in this study were children in grades B-SKY at Gracia Sustain Kindergarten, consisting of 7 boys and 8 girls. The independent variable in this study was the traditional game of engklek, while the dependent variable was the children's gross motor skills. Data collection techniques used were observation and documentation. Based on the results of the pretest and posttest, the average pretest score was 8, and the average posttest score increased to 12. The analysis showed that there were significant differences in children's gross motor development through the traditional game of engklek. Thus, it can be concluded that the traditional hopscotch game is effective in improving gross motor skills in 5-6-year-old children at Gracia Sustain Kindergarten.



© 2025 Tarigan & Ramadhani Published by Faculty of Education - Universitas Negeri Medan.
This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.24114/paedagogi.v11i2.69273>

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tahap pendidikan fundamental yang memberikan stimulasi penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0 hingga sebelum memasuki jenjang sekolah dasar. PAUD berperan dalam membentuk fondasi karakter, kecerdasan, serta kemampuan fisik dan sosial anak. Salah satu aspek yang sangat penting untuk diperhatikan dalam tahap ini adalah perkembangan motorik kasar, yakni kemampuan anak dalam melakukan gerakan tubuh menggunakan otot-otot besar, seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan. Kemampuan ini menjadi indikator penting bagi kesiapan anak dalam menjalani aktivitas sehari-hari maupun pendidikan di tingkat selanjutnya (Anggraini, 2022). Aktivitas yang melibatkan motorik kasar tidak hanya mendukung kesehatan fisik anak, tetapi juga berdampak pada pengembangan kognitif, sosial, dan emosional (Ardiyansyah, 2022).

Namun, berdasarkan hasil observasi awal di TK Gracia Sustain, aktivitas motorik anak-anak cenderung terbatas pada kegiatan seperti senam dan menari yang bersifat terstruktur dan repetitif (Diputera, 2022). Meskipun bermanfaat, kegiatan tersebut belum mampu memberikan stimulasi yang variatif terhadap keterampilan motorik kasar, seperti kelincahan, kelenturan, koordinasi, dan keseimbangan (Darmawati &

Widyasari, 2022; Hassani, dkk, 2020). Anak-anak di sekolah tersebut jarang terlibat dalam aktivitas fisik yang lebih bebas dan eksploratif, seperti permainan yang menantang gerak tubuh secara menyeluruh. Hal ini mengakibatkan beberapa anak mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan-gerakan dasar, seperti melompat dengan satu kaki, berlari cepat, atau menjaga keseimbangan saat bergerak.

Salah satu bentuk aktivitas yang diyakini dapat merangsang kemampuan motorik kasar secara menyeluruh adalah permainan tradisional, seperti permainan engklek. Engklek merupakan permainan yang menuntut koordinasi antara tangan, kaki, dan keseimbangan tubuh melalui gerakan seperti melompat dan melempar (Arinda & Marbun, 2023). Selain menstimulasi aspek fisik, permainan ini juga mengembangkan kemampuan sosial, kerja sama, dan kedisiplinan anak (Mu'mala & Nadlifah, 2019). Di tengah arus modernisasi dan minimnya ruang bermain tradisional di lingkungan perkotaan, permainan engklek menjadi alternatif yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga bernilai edukatif dan mudah diterapkan tanpa memerlukan peralatan khusus.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan efektivitas permainan tradisional dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini. Namun, belum banyak yang secara spesifik meneliti pengaruh permainan engklek terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun secara menyeluruh. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada upaya untuk mengkaji pengaruh permainan tradisional engklek dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Gracia Sustain. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru dan orang tua dalam memilih metode stimulasi motorik yang efektif dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

Permainan tradisional seperti engklek juga memiliki nilai budaya yang penting untuk dilestarikan di tengah pesatnya perkembangan teknologi dan pergeseran pola bermain anak-anak masa kini. Dalam konteks pendidikan, integrasi permainan tradisional ke dalam kegiatan pembelajaran dapat menjadi pendekatan kontekstual yang menyenangkan sekaligus edukatif (Izzati dkk, 2024). Engklek, sebagai permainan yang telah dikenal luas oleh masyarakat Indonesia, dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran yang murah, mudah diakses, dan mampu menciptakan suasana belajar yang aktif dan kolaboratif (Ramadhani dkk, 2022). Melalui aktivitas ini, anak-anak tidak hanya belajar menggerakkan tubuh mereka, tetapi juga mengembangkan keterampilan berpikir, menyusun strategi, dan membangun hubungan sosial dengan teman sebayanya (Siregar, 2020). Oleh karena itu, penting bagi para pendidik dan orang tua untuk mengoptimalkan potensi permainan tradisional sebagai bagian dari strategi stimulasi perkembangan motorik kasar anak secara holistik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen semu (quasi-experiment) dan desain One Group Pretest-Posttest Design (Sugiyono, 2021; 2018; Hamzah & Susanti, 2020). Subjek penelitian adalah 15 anak usia 5-6 tahun dari kelas B'SKY di TK Gracia Sustain, Kota Medan, yang dipilih melalui teknik random sampling. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan tradisional engklek, sedangkan variabel terikatnya adalah kemampuan motorik kasar anak. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi berdasarkan Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2) yang dikembangkan oleh Ulrich (1998) dan telah terbukti valid serta reliabel. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipan terstruktur dan dokumentasi pendukung. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test dengan bantuan SPSS versi 25 karena data tidak berdistribusi normal dan jumlah sampel kurang dari 30.

HASIL DAN PEMBAHASAN

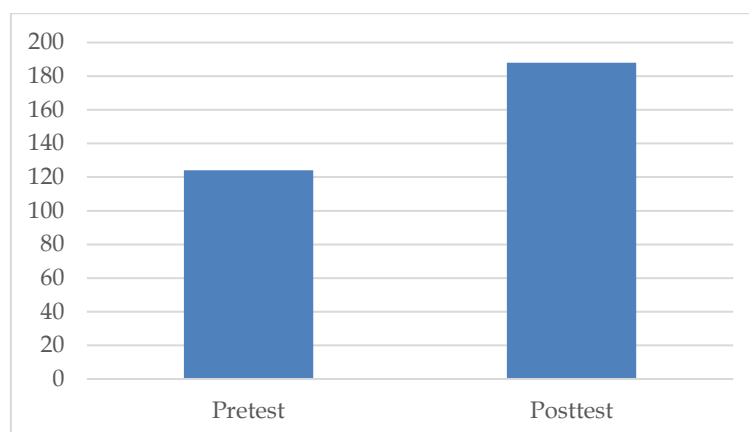
Penelitian ini dilaksanakan di TK Gracia Sustain yang beralamat di Jl. Turi ujung No 139 Medan, Kota Medan, Sumatera utara. Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2025/2026 pada Bulan Juli - Agustus 2025. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas B yang berjumlah 7 kelas. Dalam penelitian ini, sampel yang sudah ditentukan dipilih sebagai kelas eksperimen yang diberi perlakuan dengan permainan tradisional engklek.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen, data dalam penelitian ini diperoleh dari hasil dilaksanakannya tes awal (*pretest*) dan teks akhir (*Posttest*) dengan memberikan deskriptor sebanyak 15.

Tabel 1. Distribusi frekuensi *pretest* dan *posttest* Motorik Kasar

Pretest	Frekuensi	Pesentase
Belum Muncul	11	73%
Sudah Muncul	4	27 %
Jumlah	15	100%
Posttest	Frekuensi	Pesentase
Belum Muncul	3	20%
Sudah Muncul	12	80 %
Jumlah	15	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas maka hasil *pretest* dan *posttest* kepada 15 responden. Hasil observasi menunjukan bahwa jumlah skor keseluruhan data *pretest* = 127 dengan nilai tertinggi 12, nilai terendah 4 dan rata-rata sebesar 8 artinya motorik kasar anak masih tergolong belum muncul (0) dan jumlah skor keseluruhan *posttest* = 181, dengan nilai tertinggi 14 , nilai terendah 5 dan rata-rata sebesar 12 artinya bahwa motorik kasar anak sudah muncul (1) sedangkan jumlah selisih skor keseluruhan = 54 dengan nilai tertinggi 8, nilai rendah 0 dan rata-rata 4.



Gambar 1. Perbandingan Nilai *Pretest* dan *posttest*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa permainan tradisional engklek di TK Gracia Sustain. Untuk mengetahui perbedaan tersebut, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas terhadap data *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan dua metode, yaitu Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Hasil uji menunjukkan bahwa data *pretest* berdistribusi normal, sedangkan data *posttest* tidak memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank Test, yang lebih sesuai untuk data dengan distribusi tidak normal dan jumlah sampel kecil. Hasil analisis Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*, dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Sebanyak 13 dari 15 anak mengalami peningkatan skor, dua anak menunjukkan skor yang sama, dan tidak ada yang mengalami penurunan. Hasil ini menunjukkan bahwa permainan tradisional engklek memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Peningkatan kemampuan motorik kasar ini terlihat secara spesifik pada empat indikator utama, yaitu melompat dengan satu kaki, melompat dengan dua kaki, melempar, dan menangkap. Pada indikator melompat dengan satu kaki, jumlah anak yang menunjukkan penguasaan meningkat dari 4 menjadi 9 anak. Pada indikator melompat dengan dua kaki, terjadi peningkatan dari 6 menjadi 10 anak. Pada indikator melempar, peningkatan terjadi dari 7 menjadi 10 anak, dan pada indikator menangkap juga meningkat dari 6 menjadi 10 anak. Peningkatan ini menunjukkan bahwa permainan engklek secara nyata membantu anak dalam mengembangkan kekuatan otot, keseimbangan, koordinasi, serta kontrol tubuh, yang merupakan

bagian penting dari kemampuan motorik kasar. Permainan engklek menuntut gerakan tubuh yang bervariasi dan berulang, seperti melompat pada satu kaki, melempar batu ke kotak yang ditentukan, serta menjaga keseimbangan saat berpindah dari satu kotak ke kotak lain. Semua aktivitas ini melibatkan otot-otot besar dan memerlukan koordinasi antara tubuh bagian atas dan bawah.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini selaras dengan teori perkembangan motorik menurut Supriyadi (2018), yang menyatakan bahwa anak usia 2–7 tahun sedang berada dalam fase pengembangan keterampilan dasar motorik kasar, seperti berjalan, berlari, melompat, menyeimbangkan tubuh, serta keterampilan manipulatif seperti melempar dan menangkap. Permainan tradisional seperti engklek secara alami mencakup berbagai jenis keterampilan tersebut dan memberikan kesempatan kepada anak untuk melatihnya dalam suasana yang menyenangkan dan tidak menekan. Selain aspek fisik, permainan ini juga memberikan manfaat dalam hal keterampilan sosial, disiplin mengikuti aturan, dan kemampuan bekerja sama dengan teman sebaya (Suryadin & Wahyuningsih, 2023). Hal ini sesuai dengan pandangan Sukamti (2018) yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun mencakup kemampuan koordinasi gerak tubuh, kelenturan, keseimbangan, serta partisipasi dalam permainan fisik yang melibatkan aturan.

Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan sebelumnya, seperti Darmaningrum & Sari (2018) yang menyatakan bahwa permainan tradisional efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik anak usia dini, dan Izzati, dkk (2024) yang menunjukkan bahwa permainan lompat seperti engklek mampu meningkatkan koordinasi dan keseimbangan tubuh anak. Namun, perbedaan penelitian ini terletak pada fokus perlakuan yang secara khusus menggunakan permainan engklek, bukan kombinasi berbagai permainan tradisional seperti lompat tali atau bakiak. Penelitian ini menunjukkan bahwa permainan engklek saja sudah cukup memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan motorik kasar. Dengan pendekatan kuantitatif eksperimental, penelitian ini memberikan bukti bahwa perlakuan yang diberikan secara konsisten dan terstruktur melalui permainan engklek mampu meningkatkan keterampilan gerak anak dalam waktu yang relatif singkat.



Gambar 2. Proses permainan tradisional engklek

Berdasarkan seluruh hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional engklek memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. Selain sebagai sarana hiburan, permainan ini juga menjadi alat edukatif yang kaya manfaat, terutama dalam merangsang aktivitas fisik anak, memperkuat otot-otot besar, meningkatkan koordinasi tubuh, serta mengembangkan keterampilan sosial dan emosional anak. Oleh karena itu, penting bagi para pendidik dan orang tua untuk mengintegrasikan permainan tradisional seperti engklek ke dalam kegiatan pembelajaran anak usia dini, khususnya di lingkungan sekolah perkotaan yang semakin jarang menerapkan permainan tradisional. Upaya ini tidak hanya bermanfaat bagi perkembangan anak, tetapi juga berkontribusi dalam pelestarian budaya lokal yang penuh nilai.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional engklek memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK Gracia Sustain. Peningkatan kemampuan motorik kasar terlihat setelah anak mengikuti kegiatan bermain engklek, yang mencakup perkembangan pada aspek keseimbangan tubuh, koordinasi gerakan, kekuatan otot, dan kelincahan. Anak-anak menjadi lebih aktif secara fisik, menunjukkan kepercayaan diri dalam bergerak, serta mampu mengikuti instruksi dan aturan permainan dengan lebih baik. Hasil ini menunjukkan bahwa

permainan tradisional engklek bukan hanya berfungsi sebagai kegiatan rekreasional, tetapi juga efektif sebagai metode pembelajaran yang mendukung perkembangan fisik anak secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan usianya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Secara khusus, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan guru-guru TK Gracia Sustain yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian sesuai dengan fokus penelitian. Dukungan yang diberikan sangat membantu kelancaran proses penelitian hingga penyusunan laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. D. (2022). *Perkembangan fisik motorik kasar anak usia dini*. Bandung: CV Kreator Cerdas Indonesia.
- Ardiyansyah, M. (2022). *Perkembangan gerak dan motorik pada anak usia dini*. Yogyakarta: GUEPEDIA.
- Arinda, W. A., & Marbun, S. (2023). Strategi kepala sekolah dalam peningkatan mutu pendidikan di TK IT Pendidikan Al Qur'an di Sentang Kecamatan Kisaran Timur Kabupaten Asahan. *Bhinneka*, 1(4). <https://doi.org/10.59024/bhinneka.v1i4.387>
- Darmaningrum, N., & Sari, M. M. K. (2018). Upaya komunitas Kampoeng Dolanan dalam menanamkan nilai gotong royong pada anak melalui pelestarian permainan tradisional. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 6(1), 16–30. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v6n01.p%25p>
- Darmawati, N. B., & Widyasari, C. (2022). Permainan tradisional engklek dalam meningkatkan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6827–6836. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3487>
- Diputera, A. M. (2022). *Statistik Pendidikan Analisis Asesmen Menggunakan Jamovi*. Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media.
- Hamzah, A., & Susanti, L. (2020). *Metode penelitian kuantitatif: Kajian teoretik & praktik*. Bandung: Literasi Nusantara.
- Hassani, F., Shahrbanian, S., Shahidi, S. H., & Sheikh, M. (2020). Playing games can improve physical performance in children with autism. *International Journal of Developmental Disabilities*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.1080/20473869.2020.1752995>
- Izzati, M., Maulidiyah, E. C., Reza, M., & Sya'dullah, A. (2024). Pengaruh permainan tradisional lobak sirkuit terhadap kemampuan keseimbangan anak usia 4–5 tahun. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 2(1), 1–14. <https://ejournal.intelektualedu.com/index.php/JPPi>
- Mu'mala, K. A., & Nadlifah. (2019). Optimalisasi permainan lompat tali dalam mengembangkan motorik kasar anak. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 4(1), 57–68. <https://doi.org/10.14421/jga.2019.41-06>
- Ramadhani, R., Kamtini, K., Eza, G. N., Ray, D., & Nasriah, N. (2022). Optimizing e-modules in early childhood motoric courses in the PG PAUD study program, Universitas Negeri Medan. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI) Journal*, 5(2), 16365–16370. <https://doi.org/10.33258/birci.v5i2.5551>
- Siregar, R. (2020). Penanaman nilai-nilai karakter pada anak melalui permainan tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(3), 223–230. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/anuva/article/view/5215>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif (Editor: Setiyawati)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabet.
- Sukamti, E. R. (2018). *Perkembangan motorik (Edisi pertama)*. Yogyakarta: UNY Press.
- Supriyadi, I. (2018). Revitalisasi permainan tradisional untuk pendidikan karakter anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 6(1), 45–53. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpa/article/view/12345>
- Suryadin, A., & Wahyuningsih, E. T. (2023). Perkembangan motorik anak usia dini. *SALIHA: Jurnal Pendidikan & Agama Islam*, 6(1), 44–60. <https://doi.org/10.54396/saliha.v6i1.523>