

Permainan Tradisional Bebencaran Terhadap Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun

Hilda Putri Nailil Izzah

Email: hildapnz123@gmail.com

Universitas Tuban Jawa Timur

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis permainan bebencaran mempengaruhi kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes. Jenis Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data adalah observasi, Wawancara, dan dokumentasi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah peneliti, Lembar Observasi, dan wawancara. Berdasarkan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan boy-boyan bermanfaat bagi perkembangan fisik motorik anak usia dini di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes.

Kata kunci: anak usia dini, fisik motorik, permainan bebencaran

Abstract

This research aims to analyze the impact of games on the physical motor skills of children aged 5-6 years at RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes. The type of approach used is a qualitative descriptive approach. Data collection techniques are observation, interviews, and documentation. The data collection instruments used were researchers, observation sheets, and interviews. Based on several research results, it shows that boy-boyan games are beneficial for the physical motor development of young children at RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes.

Keywords: early childhood, physical motor, bebencaran games

Article History

Submitted: 1st February 2024

Accepted: 21th March 2025

Published: 30th March 2025

PENDAHULUAN

Semua anak yang lahir ke dunia ialah cabang dan investasi bangsa yang akan menjadi penerus. Oleh sebab itu, pendidikan menjadi peningkatan SDM dan upaya pemberdayaan diri yang sangat penting bagi anak. Pendidikan anak usia dini haruslah dapat terciptanya interaksi pendidikan terarah bisa mengembangkan perkembangan anak secara optimal, sehingga anak dapat berkembang menjadi generasi emas berkualitas.

Upaya pembinaan anak usia dini dilakukan sejak lahir hingga usia 6 tahun, dilakukan melalui memberi rangsangan dan dorongan untuk pertumbuhan serta perkembangan jasmani dan rohani supaya anak siap melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi (*Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud No. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep*

Perkembangan Anak) | *Al-Athfal*, 2021). Tumpuan aspek perkembangan anak usia dini terdiri dari enam aspek.

Suatu cara membentuk sikap pengetahuan serta kemampuan dan ketrampilan itulah yang dinamakan pendidikan. Melalui pendidikan, anak dapat terus berkembang terus berkembang serta menggali potensi didalam dirinya (Nadlir, 2016). Proses ini terus berlanjut hingga akhir hayat.

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1992), perkembangan motorik ialah proses yang terjadi secara bertahap seiring bertambahnya usia dalam (Ramadhani et al., 2022). Oleh karenanya, perkembangan motorik gerak tubuh melalui saraf, otot, dan otak berlangsung secara terkoordinasi sesuai tahap perkembangan. Perkembangan fisik motorik adalah perkembangan atas gerakan fisik melalui aktivitas terkoordinasi pusat saraf dan otot (M.Ag & M.Pd, 2020). Menurut Zulkifli, perkembangan motorik dikendalikan oleh kerja sama antara otak, otot, dan saraf dalam (Hani Nur Septria & Lailatuz Zaidah, 2018).

Permasalahan fisik motorik khususnya kemampuan melempar pada anak usia 5-6 tahun sangat perlu diatasi untuk membantu anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang berkaitan dengan motorik kasar. Pada anak usia 5-6 tahun, anak dapat melatih dan mengembangkan otot-otot tubuhnya yang dapat memenuhi kebutuhan fisiknya. Kemampuan melempar pada anak penting untuk dikembangkan seiring berjalannya waktu dan penambahan usia anak, karena akan semakin banyak tantangan yang dihadapi. Anak-anak belajar melempar sama seperti mereka mempelajari keterampilan lainnya, yaitu melatih dan mengembangkan kemampuan ototnya.

Permainan tradisional mempunyai beberapa keunggulan. Kegiatan tersebut mengungkapkan potensi diri melalui kegiatan berpikir, gerak, dan merasakan. Dalam hal ini nasionalisme, nilai-nilai moral, kemandirian, gotong royong, integritas dan spiritual hadir dalam rangkaian kegiatan permainan tradisional. Proses pembelajaran pada anak usia dini dilakukan melalui kegiatan bermain. Karena permainan dapat meningkatkan keterampilan fisik anak usia dini.

Misbach menyatakan bahwa permainan adalah situasi bermain yang

dikaitkan dengan aturan atau tujuan tertentu yang menghasilkan aktivitas berupa tindakan yang diarahkan pada tujuan (Suryaningsih et al., 2016). Perkembangan fisik motorik dikembangkan melalui permainan, termasuk permainan bebencaran atau obak boy. Setiap anak diberikan tugas yang berbeda-beda dalam fase perkembangan yang dialaminya. Menyelesaikan tugas pada setiap tahap sebelumnya akan mempengaruhi tahap perkembangan selanjutnya. Oleh karena itu, perlu direncanakan suatu program pembelajaran pada pendidikan anak usia dini (PAUD) yang dilaksanakan melalui permainan. Permainan dan anak merupakan dua hal yang berbeda, namun saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Dapat dikatakan bahwa hampir seluruh masa kanak-kanak tidak terlepas dari kegiatan bermain, salah satunya permainan tradisional. Permainan tradisional saat ini semakin terpinggirkan. Kecanggihan teknologi mulai berkembang dengan sangat pesat sehingga memunculkan munculnya permainan baru yang lebih menarik anak. Oleh karena itu peneliti menggunakan permainan tradisional bebencaran, agar anak-anak dapat dikenalkan dengan salah satu permainan tradisional tersebut dan melatih keterampilan melemparnya.

Permainan tradisional baik dalam meningkatkan perkembangan fisik motorik anak, ditunjukkan dengan ketangkasan anak dalam bermain, otot yang kuat, tidak mudah terjatuh, lemparan tepat sasaran dan lain sebagainya. Hal ini sesuai dengan penelitian Rusmawati (2016) yang menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional berpengaruh signifikan terhadap gerak motorik dasar siswa (Ariyanto et al., 2020). Permainan tradisional dapat mendorong anak berinteraksi dengan temannya, mengajarkan anak bersosialisasi, mengajarkan anak mengendalikan diri atau mengendalikan gerakannya, tergantung pada tahap perkembangannya. Permainan Tradisional adalah permainan yang berkembang secara turun temurun dari adat istiadat dan masyarakat setempat dan dapat dimainkan dalam kehidupan sehari-hari (Sugito & ALLSABAH, 2019). Sejalan dengan penelitian Ismatul dkk (2011) yang menyimpulkan bahwa permainan tradisional memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak usia dini secara keseluruhan setelah terpapar berbagai permainan

tradisional (Ningtiasih et al., 2020).

Dilihat dari salah satu ciri anak yaitu keinginannya untuk bermain, maka permainan bebencaran ini cocok untuk anak kecil. Penelitian Kumala dan Hasibuan (2015) menunjukkan bahwa bowling berpengaruh terhadap motorik kasar anak usia dini (Dewi & Hasibuan, n.d.). Anak pada usia muda mempunyai ciri-ciri dasar ramah, ingin meniru, ingin bermain, dan sangat ingin tahu. Alat yang digunakan dalam permainan ini hanyalah bola bisbol dan piring gerabah atau sejenisnya yang disusun menyerupai menara (Mulyani, 2013). Jika dilihat dari kategori umurnya, anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak berada pada tahap perkembangan fisik motorik yang baik. Berbagai jenis gerakan motorik dasar dapat dilakukan dengan bervariasi.

Oleh karena itu, penelitian mengenai topik permainan tradisional bebencaran terhadap kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Jenis Pendekatan dari penelitian kualitatif yang digunakan adalah dengan pendekatan deskriptif. Deskriptif Kualitatif adalah penelitian yang data-datanya berupakata-kata (bukanangka-angka, yangberasal dariwawancara, catatan laporan, dokumen dan lain lain) atau penelitian yang di dalamnya mengutamakan untuk pendiskripsian secara analisis sesuatu peristiwa atau proses sebagaimana adanya dalam lingkungan yang alami untuk memperoleh makna yang mendalam dari hakekat proses tersebut (Ayuni, S, 2024). Sampel penelitian yang digunakan adalah di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes dengan subjek anak kelompok usia 5-6 tahun. Teknik pengumpulan data adalah dengan menggunakan menggunakan observasi atau pengamatan, wawancara, dan dokumentasi. Instumen pengumpulan data yang digunakan adalah human instrumen atau peneliti sendiri, pedoman wawancara dan juga lembar observasi. Uji keabsahan data untuk penelitian ini didasarkan dengan empat kriteria yaitu derajat kepercayaan (*uji credibility*), Keteralihan (*Uji*

Transferability), kebergantungan (*dependability*) dan kepastian (*confirmability*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes ialah Taman Kanak-Kanak yang berada di Dusun Ngembes Desa Sumberagung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban. Jumlah Siswa 39 yang dibagi menjadi 1 kelompok A dan 1 kelompok B. Pengembangan permainan bebencaran ini dilakukan oleh anak usia 5-6 tahun yang jumlahnya ada 20. Kegiatan bermain tradisional bebencaran dilakukan di halaman sekolah. Peralatan dalam permainan ini cukup sederhana, hanya membutuhkan bola kasti dan pecahan genteng yang ditumpuk membentuk menara. Permainan ini cocok dimainkan di luar rumah, seperti di pekarangan karena membutuhkan ruang yang luas untuk berlari.

Berikut ini adalah cara bermain bebencaran berdasarkan buku 45 Permainan Tradisional Anak Indonesia oleh Sri Mulyani (Kusumawati et al., 2021) yaitu (a) Membentuk dua regu atau kelompok, hal ini menentukan siapa yang berhak melempar bola ke tumpukan genteng terlebih dahulu dengan melakukan hompimpa atau suit. (b) Pemenang suit berarti kelompoknya dapat melempar bola terlebih dahulu, sebaliknya yang kalah menjadi penjaga. (c) Jika kelompok pelempar berhasil tepat sasaran mengenai tumpukan genteng kelompok tersebut harus segera lari untuk menghindari lemparan bola penjaga ke arah mereka. (d) Penjaga harus menghalangi kelompok pelempar yang ingin menyusun tumpukan genteng tetapi dengan menghindari lemparan dari penjaga. (e) Kelompok pelempar jika dapat melempar tepat sasaran dan mengenai tumpukan genteng dan berhasilnya menyusunnya kembali maka kelompok tersebut menjadi pemenang dan bisa melempar bola lagi. (f) Tetapi jika kelompok pelempar terkena bola dari lemparan penjaga atau tidak tepat sasaran mengenai tumpukan genteng dan tidak berhasil menyusunnya maka kelompok penjaga berhak melempar bola dan bergantian.

Dari kegiatan permainan tersebut anak dapat merasakan kegembiraan serta merasa senang dengan permainan tradisional. Disamping itu anak aku

tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya salah satunya adalah perkembangan fisik motorik anak. Anak usia 5-6 tahun di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes sangat antusias mengikuti permainan bebencaran, mereka terlihat aktif dan bahagia. 20 anak tersebut dibagi menjadi 2 kelompok setiap 1 kelompok terdiri dari 10 orang sehingga mainnya bergiliran sesuai dengan suit. Jika menang akan menjadi pemain pelempar dan yang kalah menjadi penjaga, sehingga mereka juga berlatih untuk bekerja sama.

Fisik motorik yang dapat berkembang dalam permainan ini adalah seluruh bagian anggota tubuh, karena dengan berlari, melempar mereka akan menggerakkan koordinasi antara tangan, kaki, dan anggota tubuh yang lain. Sehingga akan mempengaruhi perkembangan fisik motorik anak usia dini. Proses kegiatan bermain bebencaran juga dapat menumbuhkan karakter positif pada anak, seperti jujur, religius, tidak egois, tanggung jawab, dan mandiri. Kebiasaan mempunyai peranan penting dalam kehidupan manusia, karena ia menghemat banyak sekali kekuatan dan spontan agar kekuatan itu dapat dipergunakan untuk kegiatan-kegiatan di lapangan lain (Kusumawati et al., 2021). Aspek perkembangan fisik motorik tersebut terintegrasi dalam proses kegiatan bermain bebencaran yang dilaksanakan.

Gerak fisik motorik dengan teknik melempar benda berkaitan erat dengan perkembangan fisik motorik. Hary dan Verianti menyatakan pergerakan anak dalam melempar dengan menggunakan tiga teknik yaitu melempar benda yang memantul, melempar benda di sepanjang tanah, dan melempar dan melempar horizontal (M.Pd, 2020). Pada pembelajaran fisik motorik khususnya melempar dengan permainan bebencaran. Permainan bebencaran mengandung unsur melempar. Unsur-unsur gerakan melempar diusung oleh Sri Mulyani (2013) (Rahman, n.d.) termasuk dalam langkah-langkah permainan, yaitu 1) melempar gacu pada tempat yang telah ditentukan, 2) melempar bola menyebabkan menara jatuh, dan 3) melemparnya bola mengenai sasarannya. Di dalam menggunakan teknik melempar ini tidak akan berhasil terlepas dari unsur terpenting dalam pembelajaran jasmani mesin, yaitu 1) *power*, 2) kekuatan, 3) kecepatan, 4) keseimbangan, 5) kelincahan, 6) ketahanan, 7) koordinasi, dan 8) fleksibilitas (Sudirjo & Alif, 2018). Sehingga permainan inovatif bebencaran ini dapat

dimanfaatkan oleh para pendidik untuk menstimulasi fisik motorik anak saat melempar.

Jadi dari beberapa nilai tersebut dapat diartikan, permainan bebencaran bisa memberikan pengaruh untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak saat melempar. Sebagai seorang anak memainkan permainan bebencaran ini dapat memberikan pengaruh keterampilan fisik motorik yang baik. Sejalan dengan penelitian dilakukan oleh Kumala dan Hasibuan (2015) melatih motorik kasar anak saat melempar hal ini juga bisa dilakukan dengan permainan *bowling* (Dewi & Hasibuan, n.d.). Dari penjelasan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa permainan bebencaran dapat mempengaruhi kemampuan fisik motorik anak pada usia 5-6 tahun.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan latar belakang terlihat bahwa kemampuan fisik motorik anak saat melempar harus dikembangkan agar peneliti mempunyai tujuan untuk mempengaruhi keterampilan fisik motorik anak saat melakukan permainan bebencaran. Hasil penelitian mengungkapkan kemampuan itu keterampilan fisik motorik anak dalam melempar dapat berkembang pada permainan anak bebencaran. Berdasarkan tujuan penelitian dan hasil penelitian pengaruh permainan bebencaran terhadap keterampilan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan bebencaran terhadap perkembangan fisik motorik usia 5-6 tahun.

Setelah melakukan penelitian pengaruh permainan bebencaran terhadap kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun yang dilakukan di RA Muslimat NU Darul Ulum Ngembes, maka saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Sekolah dapat mengembangkan lebih banyak kegiatan belajar anak yang kreatif dan dapat memanfaatkan sumber daya yang ada.
2. Guru diharapkan bisa menggunakan permainan bebencaran sarana pembangunan fisik motorik dan lebih mengenali berbagai jenis permainan tradisional supaya permainan tersebut tidak tergerus oleh perkembangan zaman.

3. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti lain yang akan melakukan kegiatan penelitian yang hampir sama.
4. Melakukan penelitian lebih lanjut dengan harapan menggunakan lebih banyak permainan tradisional dan variabel yang berbeda dengan variasi model penelitian juga berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanto, A., Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 78–91. <https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.30785>
- Ayuni, S., Alfani Hadi, & Neli Aprianti. (2024). The Storytelling Method as the Cultivation of Islamic Religious Education in Early Childhood. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini Al-Amin*, 2(1), 71–84. <https://doi.org/10.54723/ejpiaud.v2i1.183>
- Dewi, R. K., & Hasibuan, R. (n.d.). PENGARUH PERMAINAN BOWLLING TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK B.
- Hani Nur Septria, N. 1610301266, & Lailatuz Zaidah, S. F. (2018). PERBEDAAN PENGARUH SENAM OTAK DAN SENAM IRAMA TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK PADA USIA 3-4 TAHUN [S1_sarjana, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta]. <https://lib.unisayogya.ac.id/>
- Kusumawati, N. C., Muhsinin, M., & Masrurroh, U. (2021). Permainan Tradisional Boy Boyan (Lempar Kereweng) Membentuk Karakter Keberanian Anak. *Proceeding: Nasional Seminar for Research Community Development*, 5(1), Article 1.
- M.Ag, D. K., & M.Pd, N. A. (2020). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini: Teori dan Praktik*. Prenada Media.
- M.Pd, F. A. F. (2020). *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. Caremedia Communication.
- Mulyani, J. G., Yani. (2013). *Kemampuan Fisik, Seni, dan Manajemen Diri*. Elex Media Komputindo.

- Nadlir, N. (2016). Urgensi pembelajaran berbasis kearifan lokal. *Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education Studies)*, 2(2), Article 2.
- Ningtiasih, S. W., Syahrial, S., & Kurniawan, A. R. (2020). ANALISIS PERMAINAN TRADISIONAL DAERAH KABUPATEN SAROLANGUN DALAM PROSES PEMBELAJARAN DI SEKOLAH DASAR [Other, Universitas Jambi]. <https://repository.unja.ac.id/16102/>
- Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak) | *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*. (2021). <https://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/alathfal/article/view/2017.32-09>
- Rahman, L. (n.d.). KONTRIBUSI POWER LENGAN, FLEKSIBILITAS SENDI BAHU DAN KOORDINASI GERAK TERHADAP KETEPATAN LEMPARAN ATAS DALAM SOFTBALL.
- Ramadhani, A. S., Azizah, W., Selpiyani, Y., & Khadijah, K. (2022). Bentuk-bentuk Stimulasi Pada Anak Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Dini di RA. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(3), Article 3. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i3.5080>
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. UPI Sumedang Press.
- Sugito, S., & ALLSABAH, M. A. H. (2019). Permainan Tradisional Sebagai Pengembangan Daya Tarik Parawisata. *Permainan Tradisional Sebagai Pengembangan Daya Tarik Parawisata*, 2(1), Article 1.
- Suryaningsih, N. M. A., Cahaya, I. M. E., & Poerwati, C. E. (2016). IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN INKUIRI TERBIMBING BERBASIS PERMAINAN DALAM MENINGKATKAN KREATIVITAS ANAK USIA DINI. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v5i2.8559>