

Menstimulus Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B TK Armawiyah 1

Rini Novianti Yusuf^{1*}, Dede Nurul Qomariah², Siti Hamidah³

¹Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STIT Rakeyan Santang Karawang, Indonesia

^{2,3}Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STITNU Al-Farabi Pangandaran, Indonesia

*Corresponding author: rininovianti@gmail.com

Submitted/Received 01 May 2022; First Revised 5 May 2022; Accepted 15 May 2022

First Available Online 20 May 2022; Publication Date 01 June 2022

Abstract

The purpose of this writing to Stimulate Children's Gross Motor Skills Through traditional hopscotch games in Group B TK Armawiyah 1. Children's motoric skills developed from birth, so they need a continuous stimulated to support the child's growth and development. Traditional games are mentioned as one of the effective ways to stimulate the development of gross motoric skills in children. This study aims to explore how to stimulate children's gross motoric skills through the traditional engklek game. Descriptive research method with a qualitative approach is used in this study. The results showed that simple motion exercises, the directional patting method, the "trench" jump and zigzag line, as well as the gacok forward throwing movement were proven effective ways to stimulate gross motoric skills in children through the traditional engklek game. These four simple ways not only help stimulate gross motoric skills in children, but also make play fun and safe.

Keywords: early childhood, crank, gross motor, traditional games, stimulated

Abstrak

Keterampilan motorik anak berkembang sejak lahir, sehingga memerlukan stimulus yang berkelanjutan guna mendukung tumbuh kembang anak. Permainan tradisional disebut-sebut sebagai salah satu cara efektif dalam menstimulus perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi cara menstimulus keterampilan motorik kasar anak melalui permainan tradisional engklek. Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif digunakan dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan gerak sederhana, metode tepukan arah, lompat "parit" dan garis zigzag, serta gerakan melempar gacok ke depan merupakan cara yang terbukti efektif dalam menstimulus keterampilan motorik kasar pada anak melalui permainan tradisional engklek. Empat cara sederhana ini tidak hanya membantu menstimulus keterampilan motorik kasar pada anak, tetapi juga mewujudkan permainan yang menyenangkan dan aman.

Kata kunci: anak usia dini, engklek, motorik kasar, permainan tradisional, stimulus

PENDAHULUAN

Santrock (2003) menyebutkan bahwa lingkungan sekolah dan lingkungan olahraga menjadi lingkungan yang penting seiring bertambahnya usia anak. Pada tahun-tahun awal anak, rumah adalah lingkungan utama namun seiring dengan tingkat pertambahan usia, pertumbuhan dan perkembangan anak lingkungan juga dapat

menjadi hal yang penting dalam keberlangsungan kehidupan anak. Dalam teori ekologi Bronfrener (1981) keluarga, teman sebaya, sekolah dan lingkungan tempat tinggal merupakan komponen yang ada didalam mikrosistem. Mikrosistem ini merupakan lingkungan terdekat dengan anak yang mempengaruhi dan melatarbelakangi kehidupan anak. Dengan kata lain lingkungan tersebut sangat berpengaruh pada perkembangan anak

terutama pada anak usia dini sampai remaja. Pada sistem mikro terjadi banyak interaksi secara langsung antara dengan agen sosial, yaitu orang tua, teman sebaya, guru dan tetangga. Lingkungan sosial ini sedikit banyak berpengaruh pada perkembangan gerak dasar pada anak. Oleh karenanya penting untuk menciptakan lingkungan yang ramah anak guna mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Tumbuh kembang anak secara optimal salah satunya dapat dilihat dari keaktifan anak sesuai dengan tingkat usianya dan keterampilan gerak dasar pada anak. Daniel T.P. Fong (2009) menyebutkan bahwa keterampilan gerak dasar sejak dini dapat menjadi vaksin untuk melawan gaya hidup yang tidak sehat.

Lingkungan sekolah memiliki andil yang besar dalam memfasilitasi kemampuan gerak anak melalui beragam macam permainan yang ada di sekolah dan olahraga. Beberapa temuan penelitian menemukan bahwa permainan di lingkungan alam dapat berkontribusi positif pada kemampuan motorik anak. Studi-studi ini secara bersama-sama menunjukkan bahwa anak-anak mendapat banyak manfaat dari bermain di alam, karena keanekaragaman hayati lingkungan alam menyediakan berbagai perubahan musim dan alat peraga bermain alami yang merangsang kreativitas dan daya cipta (Fjørtoft, 2000; Nicholson, 1971). Permainan yang dimainkan ditempat terbuka juga mendukung fungsi sistem saraf dan otak, serta dapat meningkatkan keterampilan belajar anak (Gabbard, 1998; Hannaford, 1995; Jenson, 2000). Sejalan dengan temuan sebelumnya Sibel Balci & Berat Ahi (2017) menyebutkan bahwa permainan yang dimainkan di area terbuka memberi anak-anak kesempatan untuk mengeksplorasi masyarakat dimana mereka tinggal, memungkinkan mereka untuk belajar tentang dunia. Lebih lanjut Sibel Balci & Berat Ahi menyebutkan bahwa permainan anak-anak bukan hanya tentang menghibur anak-anak, tetapi memiliki fungsi penting lainnya dalam

kehidupan anak-anak seperti menjembatani dunia internal dan eksternal anak-anak. Beberapa temuan ini jelas merujuk pada permainan tradisional sebagai jenis permainannya. Keterampilan motorik anak berkembang sejak lahir sehingga memerlukan stimulus yang berkelanjutan guna mendukung tumbuh kembang anak.

Studi terdahulu Caldwell dan Bradley (1984) yang melaporkan bahwa *Home Observation for Measurement of the Environment* (HOME) yang merupakan salah satu standar untuk menguji pengaruh lingkungan rumah pada perkembangan kognitif dan sosial anak. Salah satu temuan HOME yang paling konsisten adalah sebuah permainan dapat merangsang keterampilan motorik anak, melebihi hubungan antara keterampilan motorik dan kualitas lingkungan anak seperti status sosial ekonomi (Bradley et al., 1989). Mendukung temuan sebelumnya Fa'bio Saraiva Flores, et.al., (2019) melakukan tinjauan literatur naratif tentang berbagai keterjangkauan olahraga untuk perkembangan motorik anak. Tinjauannya mengungkapkan konteks sekolah dan olahraga saat ini belum secara khusus berfokus pada sifat-sifat lingkungan yang dapat mempromosikan perkembangan motorik anak sehingga dapat menghambat peluang pembelajaran motorik pada anak. Kemanjuran lebih besar terjadi akibat adanya intervensi aktivitas fisik pada anak-anak yang memungkinkan mereka merespon secara berbeda terhadap berbagai permainan terstruktur dan semi terstruktur yang disediakan oleh teman, sekolah, selama ataupun di waktu yang luangnya (Burns, R. D., Brusseau, T. A., Fu, Y., & Hannon, J. C. (2017).

Seiring dengan meningkatnya jumlah penelitian ilmiah yang dilakukan dibidang pendidikan anak usia dini, jumlah penelitian yang berfokus pada permainan

dengan anak-anak juga meningkat (Koçyiğit et al., 2007). Terlepas dari meningkatnya jumlah penelitian, permainan dan mainan adalah area yang harus terus dieksplorasi secara ilmiah. Selain itu permainan bagi anak-anak dianggap sebagai hal yang penting dalam proses tumbuh kembang anak. Sibel Balci & Berat Ahi (2017) menyebutkan bahwa untuk mewujudkan perkembangan anak yang sehat, permainan sama pentingnya dengan nutrisi, cinta, dan perawatan.

Permainan anak-anak merupakan subjek yang sangat menarik di kalangan peneliti (Iswinarti, 2015; Kovačević dan Opic, 2014; Louth dan Jamieson Proctor, 2019). Ini termasuk permainan tradisional, yang telah dipelajari secara luas dengan fokus pada karakteristik mereka yang telah ada sejak lama, transmisi lintas generasi, dan keterikatan dalam konteks sosial dan budaya tertentu (Pramanik dan Bhattacharya, 2018; Sujarno dkk., 2013). Permainan tradisional juga disebut-sebut sebagai salah satu cara efektif dalam menstimulus perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak. Dengan kata lain aktivitas fisik berbasis sekolah salah satunya melalui permainan tradisional engklek diharapkan dapat menjadi stimulus dalam membangun keterampilan motorik kasar pada anak. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi cara menstimulus keterampilan motorik kasar anak melalui permainan tradisional engklek.

TINJAUAN PUSTAKA

Keterampilan motorik ialah suatu kemampuan seseorang yang dapat membuat gerakan dasar sampai ke gerakan yang lebih kompleks. Beberapa keterampilan motorik yaitu seperti otomatis, akurat, dan cepat (Sukandiyanto, 2005 hlm. 58). Clark & Metcalfe (2002) menyebutkan bahwa perkembangan motorik anak berkembang sejak lahir, sebagian didasarkan pada paparan lingkungan seumur hidup yang dimulai pada masa kanak-kanak. Setiap gerakan yang terlatih

merupakan rangkaian yang terkoordinasi oleh ratusan otot-otot yang kompleks yang harus memiliki isyarat gerakan yang saling berkoneksi antar gerakan. Fawzia Aswin Hadis (2003) mendefinisikan keterampilan motorik sebagai perkembangan kematangan seseorang dalam mengendalikan gerak tubuhnya dan menggunakan otak menjadi pusat pengendalian gerak. Keterampilan motorik merupakan suatu perkembangan gerak tubuh yang menjadikan otak sebagai pusat kontrol dalam melakukan gerakan atau otot, saraf dan otak yang saling berkoordinasi untuk menghasilkan satu gerakan. Menurut Khadijah dan Nurul Amelia (2020, hlm. 47-48) perkembangan jasmani anak berawal dari masa lahir hingga usia anak mencapai 8 tahun atau masa akhir anak. Pada rentang usia ini terdapat dua hal perkembangan motorik, yakni perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Yang dimaksud dengan perkembangan motorik kasar berarti anak dapat melakukan semua kemampuan fisiknya untuk hal-hal yang bersifat penggunaan seluruh anggota badan (otot besar) sesuai dengan tingkat usianya. Adapun perkembangan motorik kasar pada anak mulai secara rinci

Lihat **Tabel 1**

Selanjutnya Khadijah dan NurulAmalia menyebutkan bahwa perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak sejalan dengan tingkat usia anak menuju kematangan. Memasuki usia 3-5 tahun perkembangan motorik anak secara umum yakni berjalan dengan berbagai variasi, berlari, memanjat, melompat, menari, melempar, menangkap, dll. Termasuk didalamnya terdapat perkembangan fisik mengontrol adalah kemampuan mengontrol buang air besar dan kecil. Selanjutnya perkembangan motorik kasar pada anak usia 6-9 tahun, antara lain: peningkatan dalam ketangkasan, kemampuan melompat tali, dan naik sepeda. Pertumbuhan anak pada rentang usia ini relatif seimbang. Peningkatan berat badan biasanya lebih banyak terjadi dari pada tinggi badannya, hal ini karena bertambahnya ukuran rangka, rongga, dan anggota tubuh-tubuh lainnya yang mendukung.

Tabel 1. Deskripsi Perkembangan Motorik Kasar Anak

Usia Anak	Perkembangan Motorik Kasar
3-9 bulan	Duduk tanpa dibantu oleh orang lain
5-11 bulan	Berdiri dibantu oleh orang lain
5-13 bulan	Merangkak dengan menggunakan tangan dan lututnya
6-14 bulan	Berjalan dengan panduan dari orang lain
6-17 bulan	Berdiri secara mandiri
8-18 bulan	Berjalan secara mandiri

(Sumber: Khadijah dan Nurul Amelia, 2020).

Menurut Sibel Balci & Berat Ahi (2017) dalam buku berjudul Permainan Tradisional dan Perannya dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak yang ditulis oleh Kurniati (2016) mengungkapkan bahwa permainan dapat didefinisikan sebagai hiburan dengan aturan yang memungkinkan individu untuk bersenang-senang sambil mengembangkan keterampilan dan kecerdasan. Permainan tradisional pada hakikatnya adalah suatu aktivitas permainan yang tumbuh dan berkembang di daerah tertentu, yang sarat dengan nilai-nilai budaya dan tata nilai kehidupan masyarakat, diajarkan secara turun temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya. Kajian substantif telah memberikan rincian bahwa permainan tradisional didalamnya termasuk jenis dan prosedur permainan, benda dan alat yang digunakan dalam permainan, dan relevansi budaya yang melekat pada permainan (Ririn Yuniasih, et.al.,2020). Selanjutnya menurut Rizki Yulita (2017) mengungkapkan bahwa permainan engklek diartikan sebagai permainan tradisional di Indonesia yang sudah ada sejak zaman penjajahan Belanda (Rizki Yulita, 2017 hlm. 13-14). Permainan ini dikenal juga dengan nama batu lempar atau gacok. Gacok dapat berupa batu atau keramik yang besarnya berkisar 5-7 cm atau lebih,

dibuat pipih dan tidak tajam. Gacok dibuat dengan cara menggosokkan batu ke lantai atau semen. Setelah selesai membuat gacok, pemainnya kemudian mencari lapangan atau halaman sebagai lokasi bermain. Tempat bermainnya juga tidak memerlukan pekarangan luas tetapi di butuhkan permukaan yang datar, sehingga bisa dilakukan di halaman rumah (Sri Mulyani, 2013 hlm. 46). Permainan ini dinamakan engklek karena cara bermainnya menggunakan satu kaki yang dalam bahasa jawa artinya “engklek”. Jumlah pemain engklek bebas, biasanya 2 sampai 5 anak. Engklek bisa juga dimainkan lebih dari 1 anak saja dan bisa juga dimainkan secara berkelompok.

Biasanya untuk permainan berkelompok akan dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing tim terdiri dari beberapa anak.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif digunakan dalam penelitian ini. Penelitian kualitatif bertujuan memperoleh gambaran seutuhnya dan berupaya memahami situasi tertentu yang berdasarkan peneliti. Menurut Ghony dan Almanshur (2012, hlm. 25) penelitian kualitatif merupakan penelitian yang

menghasilkan penemuan-penemuan yang tidak dapat dicapai dengan menggunakan prosedur statistik atau dengan cara-cara kuantifikasi. Oleh karena itu penelitian kualitatif lebih mementingkan segi proses daripada hasil. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yakni melalui observasi lapangan, wawancara dan studi dokumentasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013 hlm. 124). Analisis data dilakukan menggunakan prosedur kualitatif dari mulai reduksi data, display data, verifikasi data hingga penarikan kesimpulan. Untuk menguji kredibilitas data, peneliti menggunakan triangulasi sumber data. Artinya peneliti membandingkan informasi yang diperoleh dari satu sumber dengan sumber lain. Lokasi penelitian yakni di TK Armawiyah 1 Desa Sukahurip, Kecamatan Pamarican, Kabupaten Ciamis. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Mei-Juli 2021.

HASIL DAN DISKUSI

Menstimulus perkembangan motorik kasar pada anak melalui permainan tradisional engklek merupakan hal penting untuk dilakukan guna memperoleh manfaat secara maksimal. Permainan engklek diharapkan tidak hanya digunakan sebagai aktivitas hiburan bagi anak, namun juga diharapkan memberikan stimulus bagi perkembangan motorik kasar pada anak. Perkembangan fisik anak sejalan dengan keterampilan motorik kasarnya, sehingga permainan tradisional engklek mendapat menjadi salah satu sarana untuk melatih ketangkasan dan keseimbangan tubuh pada anak. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, diperoleh informasi bahwa dalam bermain engklek ada beberapa anak yang masih kaku saat melompat dan menjaga keseimbangan. Setelah diidentifikasi hal ini terjadi karena dua hal yakni ketidaktahuan anak pada

permainan engklek dan tidak adanya “pemanasan” sebelum melakukan permainan sehingga anak tidak bisa menjaga keseimbangannya dan gugur di tengah permainan. Oleh karena itu guru pembimbing mencoba merancang aktivitas “pemanasan” sebelum permainan engklek berlangsung. Adapun cara menstimulus perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak melalui permainan tradisional engklek adalah sebagai berikut:

1. Latihan Gerak Sederhana

Latihan dengan berbagai gerakan sederhana merupakan gerakan yang biasanya diajarkan dalam pembelajaran. Gerakan ini merupakan sederhana namun bermakna. Guru berperan aktif untuk melatih keterampilan motor anak melalui gerakan sederhana, misalnya dengan menyeru anak-anak agar baris berbaris, jalan ditempat, menjinjitkan kedua kaki, dan meloncat-loncat di tempat. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, diperoleh gambaran bahwa anak-anak dapat mengikuti instruksi guru dengan baik dan riang gembira, karena berbagai gerakan ini dilakukan dengan iringan nyanyian atau tepuktepukan sehingga membuat mereka lebih bersemangat dalam mengikuti intruksi dan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Latihan gerak sederhana ini dapat digunakan sebagai pembiasaan aktivitas fisik ringan, sebelum melakukan pembelajaran di kelas. Pembiasaan ini jelas dapat memudahkan anak dalam gerakan melompat dan menjaga keseimbangan pada saat bermain engklek.

2. Metode Tepukan Arah

Pada saat observasi pertama dilakukan, peneliti menemukan bahwa anak-anak masih kaku dan kebingungan dalam membedakan arah kanan, kiri, depan, dan belakang. Sehingga guru berinisiatif mengajarkan anak-anak dengan menggunakan metode tepukan

arah. Pertama anak-anak dibagi menjadi tiga kelompok barisan, lalu panggil perkelompok untuk maju ke depan. Kedua, guru menjelaskan perbedaan kanan-kiri dan depan-belakang menggunakan intruksi tepukan tangan sesuai dengan arah yang dimaksud. Latihan dengan metode tepukan dikemas semenarik mungkin, sehingga guru pembimbing menambahkan kalimat *ser ... serrr ...* disetiap lompatan anak yang harus diucapkan oleh anak. Kemudian guru pembimbing kelas mengintruksikan anak-anak untuk melangkahakan kaki sesuai dengan perintah tepukan arah. Misal: “loncat ke kiri kiri!” maka anakanak meloncat ke kiri sambil menjawab “*serrrr serrrr*”, jika perintahnya “loncat ke kanan” maka anak meloncat ke kanan sambil menjawab “*serr serr*”, begitupun dengan perintah “lompat depan dan belakang” maka anak akan meloncat ke depan dan belakang sambil menjawab dengan ucapan yang sama. Setelah beberapa kali dilakukan latihan dengan bantuan guru pembimbing kelas, maka akhirnya anak-anak di TK B Alawiyah 1 mampu melakukan lompatan kanan-kiri, depan-belakang meskipun belum refleks melompat secara sempurna. Metode tepukan arah ini dirasa cukup efektif dalam mendorong anak agar bergerak melompat sesuai dengan intruksi.

3. Latihan Lompat “parit” dan Garis Zigzag

Setelah anak mampu membedakan arah, kiri-kanan, depan-belakang maka latihan selanjutnya adalah Latihan

melompat “parit”. Mula-mula guru membuat dua garis yang panjangnya 50cm menyerupai sebuah parit. Kemudian anak-anak diminta melintasi garis tersebut dengan cara melompatinya. Itulah mengapa dinamakan lompat “parit” karena panjang garis yang dibuat sisebut dengan parit. Namun jika dua garis yang panjangnya 50cm menyerupai sebuah parit dianggap terlalu lebar maka dapat diganti menjadi 30cm disesuaikan dengan kemampuan anakanak yang akan melompatinya. Untuk mengatasi hal ini maka guru berinisiatif menjelaskan deskripsi singkat tentang permainan engklek beserta peraturannya serta membuat garis zigzag untuk digunakan sebagai alat latihan sebelum dilakukan permainan engklek. Garis zigzag di buat dengan tujuan agar terciptanya kelenturan fisik anak sehingga tidak kaku saat bermain engklek. Semua anak diminta melakukan melompati garis zigzag. Melalui aktivitas ini diharapkan menjadi aktivitas “pemanasan” sederhana menuju permainan engklek. Aktivitas berlangsung selama 10-15 menit. Setelah semua anak selesai melakukan pemanasan, maka dibacakan aturan dalam permainan engklek. Adapun “parit” dan garis zigzag yang dimaksud Lihat **Gambar 1**

4. Gerakan Melempar Gacok Ke Depan

Gerakan melempar tentu merupakan gerakan yang paling mudah untuk dilakukan. Namun pada



**Gambar 1. Parit dan Garis zigzag
(Sumber: Dokumentasi penelitian, 2021)**

permainan engklek gerakan melempar gacok (alat permainan engklek) membutuhkan ketelitian dan ketepatan agar gacok yang dilempar tidak melebihi garis batas yang ditentukan. Pada gerakan melempar kedepan dapat dilatih menggunakan latihan melempar gacok ke depan. Untuk keterampilan ini anak perlu latihan berkali-kali, karena memerlukan tingkat fokus dan keseimbangan anak dalam melempar agar tidak terburu-buru sehingga lemparan yang dilakukan sesuai dengan

perkiraan. Gerakan ini menggambarkan bahwa adanya terjalinnya koordinasi antara otak dan otot tangan sehingga anak mampu memiliki keterampilan dalam melempar dengan tepat. Keterampilan melempar gacok secara tepat menjadi hal yang dibutuhkan dalam permainan engklek, hal ini dikarenakan jika pada saat bermain engklek pemain melempar gacok terlalu jauh, atau keluar melebihi garis batas maka pemain dianggap gugur dan tidak dapat melanjutkan permainan.

Sejalan dengan dunia yang terus berubah dan berkembang, permainan yang dimainkan oleh anak-anak juga mengalami perubahan. Permainan tradisional engklek merupakan permainan tradisional sederhana yang masih sering dimainkan oleh anak-anak di TK Armawiyah 1. Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa dimana anak-anak usia prasekolah menunjukkan hubungan yang kuat antara perkembangan motorik kasar dan aktivitas fisik dengan intensitas yang sedang hingga kuat (Williams et al., 2008). Permainan engklek menjadi salah satu permainan tradisional

yang melibatkan aktivitas fisik yang cukup digemari oleh anak. Permainan tradisional dicirikan sebagai permainan yang telah ada sejak lama dan diturunkan secara turun-temurun (Howard, 2005; Sierra & Kaminski, 1995; Sujarno et al., 2013). Permainan tradisional sering diubah, diadaptasi atau dimodifikasi sesuai dengan perkembangan zaman dan keadaan (Factor, 2005). Permainan engklek biasanya dilakukan di alam terbuka, namun pada saat penelitian berlangsung dalam masa pandemi COVID-19 sehingga permainan engklek dilakukan di dalam kelas. Fokus

sasaran dalam penelitian ini adalah anak-anak yang di kelas B TK Armawiyah 1. Manfaat memainkan sebuah permainan di alam terbuka bagi anak-anak sejatinya mendorong mereka untuk belajar mengenali dan mengeksplorasi lingkungan sekitar mereka. Temuan terdahulu melaporkan bahwa pada usia prasekolah bermain di luar ruangan dapat menjadi sumber daya berharga yang memberikan kesempatan setiap hari untuk anak-anak belajar, eksplorasi, konstruksi, dan penemuan dan pemecahan masalah (Maynard, Waters & Clement, 2007; Ouvry, 2003).

Setting permainan engklek difasilitasi oleh guru pembimbing kelas, dengan menggunakan bahan-bahan yang tersedia di kelas. Permainan engklek dianggap sebagai permainan yang menstimulus keterampilan motorik kasar pada anak karena dalam permainan engklek anak akan gerakan dasar sampai ke gerakan yang lebih kompleks melalui gerakan otomatis, akurat, dan cepat. Permainan engklek dibutuhkan keseimbangan tubuh para pemain. Setiap gerakan yang dilakukan dalam permainan engklek merupakan rangkaian gerakan yang terkoordinasi oleh ratusan otot-otot yang kompleks yang harus memiliki isyarat gerakan yang saling berkoneksi antar gerakan. Sebelum bermain engklek dibacakan aturan permainan agar setiap pemain memahami rule permainan. Aturan dalam permainan mendorong perilaku bermain kognitif pada anak sehingga anak dapat menilai sendiri tingkat keberhasilannya dalam permainan. Rubin (2001) menyebutkan bahwa permainan dengan aturan merupakan perilaku yang dapat diidentifikasi ketika anak-anak menggunakan rasa kompetensi dengan teman sebayanya sambil membuat peraturan untuk permainan. Secara tidak langsung permainan engklek mengajarkan kepada anak tentang arti kehidupan. Kemampuan dalam berkompetisi, kebersamaan, adanya aturan, pengelolaan emosi, kegagalan dan keberhasilan merupakan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan sosial

sehingga pada akhirnya diharapkan mereka mampu memecahkan masalah sehari-hari yang dihadapi. Sejalan dengan hal itu Burdette & Whitaker (2005) mengungkapkan bahwa bermain juga merupakan sarana yang signifikan untuk memperkuat dan menguraikan pola pemecahan masalah, bahasa, memori, kreativitas, dan perkembangan sosial-emosional.

Permainan engklek terhitung dimulai saat pemain pertama mulai melempar gacok (alat bantu permainan) ke area terdekat dengan kaki, kemudian melompat dengan mengangkat sebelah kaki hingga selesai permainan dan kembali ke garis awal. Jika pada saat melompat ke setiap kotak yang disediakan pemain tersebut tidak bisa menahan sebelah kakinya, atau melempar gacok melebihi garis batas yang ditentukan di setiap kotaknya maka permainan otomatis dihentikan. Dalam permainan engklek anak distimulus untuk memiliki kemampuan mengendalikan gerak tubuh dan menggunakan otaknya untuk menjadi pusat pengendalian gerak. Sebagaimana didefinisikan diawal bahwa keterampilan motorik merupakan suatu perkembangan gerak tubuh yang menjadikan otak sebagai pusat kontrol dalam melakukan gerakan atau otot, saraf dan otak yang saling berkoordinasi untuk menghasilkan satu gerakan (Fawzia Aswin Hadis, 2003).

Pada permainan engklek gerak sederhana dibutuhkan sebagai pemanasan awal gerak tubuh anak. Gerak tubuh akan mendorong kelenturan dan kesiapan anak dalam bermain sehingga memudahkan tubuh bergerak dalam permainan engklek. Pada saat berlangsungnya permainan engklek, gerakan yang dibutuhkan adalah gerakan melompat maju kedepan dan ke kanan secara cepat. Gerakan ini tentu membutuhkan keseimbangan yang stabil pada diri pemain, karena pada saat melompat maju kaki kiri pemain harus diangkat sampai dengan selesai mengelilingi garis permainan. Semua keterampilan motorik anak digerakan untuk

menyelesaikan permainan dengan tepat. Oleh karena itu permainan engklek juga disebut sebagai permainan yang mendorong perilaku fungsional. Perilaku fungsional melibatkan perilaku motorik sederhana atau berulang, seperti melompat, memanjat, dll. Tidak hanya itu lompat “parit” dan lompat garis zigzag juga dianggap sebagai salah satu simulasi penting menuju permainan engklek. Hal ini karena ada aturan dalam permainan engklek bahwa lompatan yang dilakukan oleh pemain tidak boleh mengenai garis batas. Lompatan harus cepat dan tepat sesuai dengan garis kotak-kotak yang ada dalam permainan. Jika lompatan terlalu jauh atau keluar melebihi garis batas maka pemain dianggap gugur, tidak dapat melanjutkan permainan dan mengulang permainan setelah pemain yang lain menyelesaikan permainannya.

Empat cara yang dapat dilakukan melalui latihan gerak sederhana, metode tepukan arah, lompat “parit” dan garis zigzag, serta gerakan melempar gacok ke depan bertujuan agar mewujudkan permainan yang menyenangkan, aman dan juga memberikan manfaat yang besar sebagai bagian dari cara untuk menstimulus keterampilan motorik kasar pada anak. Terlepas dari permainan engklek yang biasanya dimainkan di alam terbuka namun karena pandemi COVID-19 yang belum berakhir sehingga mengharuskan anakanak untuk bermain di dalam kelas, tidak menurunkan partisipasi anak dalam permainan. Namun tentunya permainan di alam terbuka memiliki manfaat yang beragam di samping masalah keamanan untuk menghindari cedera dibandingkan bermain di kelas. Beberapa penelitian melaporkan hal yang sama. Mereka melaporkan hasil penelitiannya bahwa variabel lingkungan alam yang tidak terlalu membatasi, dapat memberikan kesempatan bermain yang kompleks bagi anak-anak, akan mendorong mereka untuk bergerak secara aktif, terlibat dalam perilaku mengambil risiko, membuat keputusan, dan memecahkan masalah (Maynard T, Waters J & Clement J., 2013; Kuh et al., 2013;

Bilton, 2010; Burdette & Whitaker, 2005; Ouvry, 2003). Meski demikian pada umumnya anak-anak memang menyukai aktivitas bermain, baik itu yang bersifat individual maupun kelompok terlepas dari lokasi permainan itu dilaksanakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan di atas, simpulan dari penelitian ini yakni:

1. Latihan gerak sederhana dibutuhkan sebagai “pemanasan” awal gerak tubuh anak. Aktivitas gerak tubuh akan mendorong kelenturan dan kesiapan anak dalam bermain sehingga memudahkan tubuh bergerak dalam permainan engklek;
2. Metode tepukan arah ini dirasa cukup efektif dalam menstimulus anak agar bergerak melompat sesuai dengan intruksi. Sehingga dalam memandu metode ini guru pembimbing harus pandai membaca situasi, mengidentifikasi kemampuan anak dan mengemas metode ini semenarik mungkin;
3. Lompat “parit” dan lompat garis zigzag dianggap sebagai salah satu simulasi penting menuju permainan engklek. Hal ini karena ada aturan dalam permainan engklek yang mengharuskan pemain melakukan lompatan cepat, tetap, dan tidak melewati garis batas yang ditentukan.
4. Gerakan melempar gacok dengan tepat menjadi bagian yang juga tidak kalah penting dalam permainan engklek. Karena melalui latihan gerakan ini anak-anak dituntut untuk memiliki strategi dalam melempar gacok dan menggunakan otaknya sebagai pusat pengedali gerak.

Berdasarkan simpulan di atas maka rekomendasi dalam penelitian ini yakni: a) perlu adanya kerjasama dan dukungan dari

berbagai pihak terutama guru dan para orang tua terkait pelestarian engklek sebagai permainan tradisional yang memiliki kontribusi positif bagi perkembangan motorik kasar pada anak; b) seyogyanya pihak sekolah bekerjasama dengan para orang tua dalam menciptakan beragam lingkungan permainan di alam terbuka yang kondusif dan aman; dan c) pelatihan bagi guru TK secara profesional terkait cara menstimulasi gerak motorik pada anak yang sesuai dengan kondisi dan tingkatan usia anak menjadi suatu keperluan, mengingat banyak hasil riset yang melaporkan bahwa kebermanfaatan permainan tradisional tidak hanya baik untuk kesehatan fisik maupun psikologis anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Bradley, R. H., Caldwell, B. M., Rock, S. L., Ramey, C. T., Barnard, K. E., Gray, C., ... Siegel, L. (1989). Home environment and cognitive development in the first 3 years of life: A collaborative study involving six sites and three ethnic groups in North America. *Developmental Psychology*, 25(2), 217.
- Burns, R. D., Brusseau, T. A., Fu, Y., & Hannon, J. C. (2017). Gross motor skills and cardio-metabolic risk in children: A mediation analysis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49, 746–751
- Kovačević T and Opić S (2014) Contribution of traditional games to the quality of students' relations and frequency of students' socialization in primary education. *Croatian Journal of Education* 16(1): 95–112
- Kuh LP, Ponte I and Chau C (2013) The impact of a natural playscape installation on young children's play behaviors. *Children, Youth and Environments* 23(2): 49–77.
- Louth S and Jamieson-Proctor R (2019) Inclusion and engagement through traditional indigenous games: Enhancing physical self-efficacy. *International Journal of Inclusive Education* 23(12): 1248–1262.
- Maynard T, Waters J and Clement J (2013) Moving outdoors: further explorations of “child-initiated” learning in the outdoor environment. *Education* 3–13 41(3): 282–299.
- Pramanik R and Bhattacharya S (2018) Play and indigenous games of children: A cultural heritage of western Odisha, India. *Knowledge Culture* 6(2): 96–110.
- Sibel Balci & Berat Ahi. (2017). Mind the gap! Differences between parents' childhood games and their children's game preferences. *Contemporary Issues in Early Childhood* 2017, Vol. 18(4) 434–442.
- Pang, A. W. Y., & Fong, D. T. P. (2009). Fundamental motor skill proficiency of Hong Kong children aged 6–9 years. *Research in Sports Medicine*, 17(3), 125–144.
- Williams, H. G., Pfeiffer, K. A., O'Neill, J. R., Dowda, M., McIver, K. L., Brown, W. H., & Pate, R. R. (2008). Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity*, 16(6), 1421–1426.