

Strategi Permainan Konstruktif untuk Menumbuhkan Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia 3-4 Tahun

Agni Azalia Rusmana

Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

*Corresponding author: agniazaliar@gmail.com

Submitted/Received: 01 August 2025; First Revised: 10 August 2025; Accepted: 30 August 2025; First Available Online, 15 September 2025, Publication date 01 December 2025

Abstract

This study was designed to describe constructive play strategies that can support the development of physical and motor skills in children aged 3 to 4 years. This study was conducted by analyzing literature from 20 national and international journals that explored the impact of constructive play on fine and gross motor skills in childhood. The results showed that constructive play activities, including playing with building blocks, playing with clay, making collages from natural materials, and other exploratory activities, successfully stimulated hand-eye coordination, small muscle strength, balance, and physical endurance in children. The constructive learning approach, which makes children active participants, has been proven to strengthen physical, cognitive, social, and emotional dimensions. In this context, teachers act as facilitators by creating an experience-based learning environment through the use of concrete materials. In addition, constructive play can be integrated with the Montessori method and outdoor activities to increase the effectiveness of children's learning outcomes.

Keywords: *Constructive Play; Learning Strategies; Fine Motor Skills; Physical Development; 3-4 Year Old Children.*

Abstrak

Penelitian ini di rancang untuk menggambarkan strategi bermain konstruktif yang dapat mendukung perkembangan keterampilan fisik dan motorik pada anak usia 3 hingga 4 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan menganalisis literatur dari 20 jurnal nasional dan internasional yang mengeksplorasi dampak bermain konstruktif terhadap keterampilan motorik halus dan kasar pada masa kanak-kanak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas permainan konstruktif, termasuk bermain dengan balok bangunan, bermain dengan tanah liat, membuat kolase dari bahan alami, dan aktivitas eksploratif lainnya, berhasil merangsang koordinasi tangan-mata, kekuatan otot kecil, keseimbangan, dan daya tahan fisik pada anak-anak. Pendekatan pembelajaran konstruktif, yang menjadikan anak-anak sebagai peserta aktif, telah terbukti memperkuat dimensi fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Dalam konteks ini, guru berperan sebagai fasilitator dengan menciptakan lingkungan belajar berbasis pengalaman melalui penggunaan bahan-bahan konkret. Selain itu, permainan konstruktif dapat diintegrasikan dengan metode Montessori dan aktivitas di luar ruangan untuk meningkatkan efektivitas hasil belajar anak-anak.

Kata Kunci: *permainan konstruktif; strategi belajar; keterampilan motorik halus; perkembangan fisik; anak usia 3-4 tahun.*

PENDAHULUAN

Anak-anak berusia 3 hingga 4 tahun sedang mengalami fase pertumbuhan yang cepat dalam aspek fisik, motorik, sosial, dan emosional. Pada periode ini, mereka mulai belajar mengendalikan gerakan tubuh, memahami keseimbangan, dan menggunakan otot-otot kecil untuk aktivitas sehari-hari. Perkembangan fisik dan motorik yang baik merupakan landasan penting untuk mempersiapkan anak-anak menghadapi proses belajar di tingkat berikutnya.

Namun, dalam kenyataannya, banyak anak tidak mendapatkan stimulasi yang memadai. Aktivitas bermain di lembaga pendidikan anak usia dini seringkali repetitif dan tidak memberikan kesempatan mengeksplorasi objek nyata. Faktanya, seperti dijelaskan oleh Rukmatin dan Rusdiani (2024),

Bermain konstruktif mendorong anak untuk berpikir, merencanakan, dan menciptakan sesuatu. Aktivitas ini melibatkan koordinasi tangan, mata, dan pikiran secara bersamaan. Noor (2023) menjelaskan bahwa aktivitas seperti menumpuk balok, memotong, dan mengaitkan dapat memperkuat otot-otot kecil sambil melatih konsentrasi. Oleh karena itu, permainan konstruktif bukan hanya bentuk hiburan, tetapi juga pendekatan pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan dimensi fisik dan mental anak-anak.

Dengan latar belakang ini, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji berbagai strategi permainan konstruktif yang dapat mendukung pertumbuhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur (*literature review*) dengan meninjau 20 jurnal nasional terakreditasi yang membahas topik permainan konstruktif dan perkembangan motorik pada masa kanak-kanak. Penelitian ini berfokus pada strategi permainan konstruktif yg ditujukan untuk anak-anak berusia 3-4 tahun.

Pengumpulan data dilakukan melalui pencarian di Google Scholar, kemudian dianalisis dengan mempertimbangkan tujuan, metode, hasil, dan kesimpulan setiap jurnal. Analisis bersifat deskriptif dan analitis, membandingkan temuan studi sebelumnya untuk mengidentifikasi pola dan rekomendasi strategi pembelajaran yang efektif dalam mendukung perkembangan fisik dan motorik anak-anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukan bahwa bermain konstruktif merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan perkembangan fisik dan motorik pada masa kanak-kanak. Aktivitas seperti bermain dengan balok, bermain dengan tanah liat, dan membuat kolase dari bahan alami dapat meningkatkan keterampilan motorik halus dan koordinasi tangan-mata.

Seperti yang dinyatakan oleh Rukmatin dan Rusdiani (2024), aktivitas bermain konstruktif berhasil meningkatkan tingkat perkembangan motorik halus dari 56% menjadi 88% setelah dua putaran pembelajaran. Sementara itu Kamaruddin dkk. (2023) melaporkan peningkatan skor pengamatan motorik dari 60 menjadi 85 melalui bermain dengan plastisin.

Temuan serupa juga terlihat dalam penelitian Rahayu dan Nurdiansah (2025), yang menunjukkan kemajuan signifikan dalam kemampuan memegang dan membentuk objek pada anak usia 4 hingga 5 tahun. Aktivitas semacam ini tidak hanya melatih aspek fisik tetapi juga dimensi kognitif seperti perencanaan dan pemecahan masalah.

Permainan konstruktif yang melibatkan bahan alami, seperti daun pisang atau biji-bijian (Ro'ad dkk., 2025; Sri Rumini dkk., 2024), juga mendorong kreativitas anak-anak. Pendidik dapat menyesuaikan bahan-bahan ini sesuai dengan tema pembelajaran dan sumber daya yang tersedia.

Secara esensial, semua temuan penelitian menunjukkan pola yang konsisten: strategi bermain yang melibatkan manipulasi objek konkret mendorong pertumbuhan fisik dan

motorik, sekaligus membentuk karakter anak-anak menjadi mandiri, fokus, dan percaya diri.

KESIMPULAN

Permainan konstruktif telah terbukti sebagai pendekatan pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan keterampilan fisik dan motorik anak-anak berusia 3 hingga 4 tahun. Aktivitas seperti merakit, menempel, memotong, dan membentuk objek mendorong anak-anak untuk mengembangkan koordinasi, kekuatan otot, dan keseimbangan. Guru memainkan peran sentral sebagai fasilitator yang merancang aktivitas eksplorasi yang bermakna dan disesuaikan dengan tahap perkembangan anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, E. T., Fajriyatussa'adah, F., Rahmawati, I., & Solihah, S. (2023). Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui APE Balok Susun Interaktif di Sekolah Alam Pangandaran. *Edu Happiness: Jurnal Ilmiah Perkembangan Anak Usia Dini*, 2(2), 149-161.
- Aliriad, H., Da'i, M., & Apriyanto, R. (2023). Strategi Peningkatan Motorik untuk Menstimulus Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Aktivitas Luar Ruangan. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4609-4623.
- AMIYANA, D. Y. (2025). *PENERAPAN MEDIA LOOSE PART PADA RAGAM AKTIVITAS MOTORIK HALUS PADA ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK ISLAM AD-DAHIRIYYAH JOGLO, JAKARTA BARAT* (Doctoral dissertation, Universitas Darunnajah).
- Astawa, I. M. S., & Tahir, M. (2023). Penerapan Kegiatan Bermain Kolase Menggunakan Bahan Alam untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus Anak. *Journal of Classroom Action Research*, 5(2), 65-72.
- Ghoniayah, N. (2024). *Penerapan Metode Montessori Area Practical Life Dalam Mengembangkan Aspek Motorik Halus Anak Usia 2-3 Tahun Di Kiddos Preschool Pekalongan* (Doctoral dissertation, UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan).
- Kamaruddin, I., Dalail, W., Mahendika, D., Mulisi, A. S., & Rifat, M. (2023). Developing Fine Motor Skills in Early Childhood through Plasticine Media. *Journal of Childhood Development*, 3(2), 9-23.
- Mayasari, M., & Komala, K. (2023). Stimulasi Kemampuan Motorik Halus Anak Melalui Kegiatan Kolase Berbasis Bahan Alam Dalam Pembelajaran Daring. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 6(1), 35-42.
- Mayasari, M., & Komala, K. (2023). Stimulasi Kemampuan Motorik Halus Anak Melalui Kegiatan Kolase Berbasis Bahan Alam Dalam Pembelajaran Daring. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 6(1), 35-42.
- Muflihah, I., & Wulansuci, G. (2022). IMPLEMENTASI PERMAINAN KONSTRUKTIF DALAM UPAYA MENINGKATKAN KREATIVITAS ANAK PADA PEMBELAJARAN DARING. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 5(5), 533-541.
- Multahada, A., Melaty, P., Apriyani, H., & Andriani, T. (2022). Pengembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan kreatif. *PrimEarly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar Dan Anak Usia Dini*, 5(1), 11-21.
- Noor, T. R. (2023). Optimalisasi Aktivitas Pengembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4336-4348.
- Nufus, R. Z. (2022). *Pengembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Keterampilan Melipat Kertas Origami*

- Di TK MA'Arif 31 Hargomulyo Lampung Timur* (Doctoral dissertation, IAIN Metro).
- Purwati, S. (2024). Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Menggunakan Permainan Plastisin Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 25 Medan. *AL-HANIF: Jurnal Pendidikan Anak dan Parenting*, 4(2), 62-67.
- Rahayu, S., & Nurdiansah, N. (2025). PENGARUH BERMAIN KONSTRUKTIF MENGGUNAKAN MEDIA CLAY TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK HALUS ANAK USIA DINI. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, 5(2), 490-504.
- Ro'ad, D. N. A., Putra, W. A., & Sugiarto, M. A. (2025). Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Kolase Dengan Pelepah Pisang Dikelompok B TK Al Hidayah IX Pondokrejo Tempurejo Jember. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 4(8), 1608-1621.
- Rukmatin, F. I., & Rusdiani, N. I. (2024). Implementasi Metode Bermain Konstruktif dalam Meningkatkan Motorik Halus pada Anak Usia Dini. *BUHUTS AL ATHFAL: Jurnal Pendidikan dan Anak Usia Dini*, 4(1), 53-63.
- Safitri, L. (2022). Perkembangan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini 5-6 Tahun melalui Kegiatan Memegang Pensil. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2), 492-499.
- Sri Rumini, R., Achmad Ircmani, I., & Widodo, W. (2024). PERAN KEGIATAN KOLASE BIJI-BIJIAN UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK PERTIWI BEGANJING KABUPATEN BLORA (Doctoral dissertation, STAI Muhammadiyah Blora).
- Sriyanah, N., Efendi, S., Guling, R., Andari, A., & Rauf, S. R. A. (2021). The Effect of Constructive Play Activity on the Development of Early Children's Fine Motor Skill. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 551-556.
- Yacub, J., Kholis, N., & Trismahwati, D. (2021). Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Melalui Kegiatan Kolase Anak Usia 3-4 Tahun Kelompok Bermain Muslimat Nu Braja Harjosari Kecamatan Braja Selehah Lampung Timur. *Azzahra: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 36-48.