

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA DINI MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL ENKLEK

¹Isep Djuanda

¹Sekolah Tinggi Agama Islam Al Hamidiyah Jakarta
Email : isep_dj@yahoo.com

²Rahmi Latifa Suryani

² Sekolah Tinggi Agama Islam Al Hamidiyah Jakarta
Email : srahmilatifa@gmail.com

ABSTRACT

The study aims to find out the implementation of traditional game *engklek* on young learners and to investigate whether young learner's locomotor movement can improve through traditional game *engklek*.

This study employed action classroom research. The subject of the study is the A group students aged 4-5 years in TK Al-Khawarizmi Depok with the object of the study was the improvement of locomotor movement on children with disabilities by adopting traditional game *engklek*. The process of the study was conducted in two cycles which preceded by pre-cycles activity. Every cycle consisted of some activities: plan, act, observation, and reflection. The data collection was gathered from observation, interview, and documentation study.

The study showed that: 1) the implementation of traditional game *engklek* could improve locomotor movement skill on young learners aged 4-5 in TK Al-Khawarizmi Depok, indicated by the increasing of the average score in all indicators, including hopping to different direction, jumping to different direction, running and jumping, hopping and turning around, with the precycle result 35,4%, first cycle 56,3%, and second cycle 81,9%; 2) the implementation of traditional game *engklek* could improve the locomotor movement skill on young learners aged 4-5 in TK Al-Khawarizmi Depok. This was indicated by the result which exceeded the predetermined success criteria.

Keywords: Improvement, Locomotor Movement, Engklek

ABSTRAK

Penelitian dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui penerapan permainan tradisional engklek pada anak usia dini dan untuk mengetahui gerak lokomotor anak usia dini dapat ditingkatkan melalui permainan tradisional engklek

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas. Subjek penelitian adalah peserta didik TK Al-Khawarizmi Depok kelompok A usia 4-5 tahun, dengan objek penelitian perkembangan gerak lokomotor anak yang mengalami hambatan dan ingin ditingkatkan melalui permainan tradisional engklek. Proses penelitian dilaksanakan dengan mekanisme siklus 1 dan siklus 2 yang diawali dengan kegiatan pra siklus. Proses penelitian pada setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan serta refleksi. Pengumpulan data diperoleh dengan cara observasi, wawancara dan studi dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) Penerapan permainan tradisional engklek berhasil meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun di TK Al-Khawarizmi Depok, yang ditunjukkan adanya peningkatan hasil rata-rata pada seluruh indikator, baik melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki, melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki, berlari dan melompat, serta melompat dan berbalik arah, dengan hasil 35,4% pada pra siklus menjadi 56,3% pada siklus 1 dan pada siklus 2 sebesar 81,9%; 2) Penerapan permainan tradisional engklek dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun di TK Al-Khawarizmi Depok. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang telah mencapai/melampaui kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

Kata kunci: Peningkatan, Gerak Locomotor, Engklek

PENDAHULUAN

1. Latarbelakang Masalah

Pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya ditentukan oleh stimulasi yang diterimanya saat usia dini, yaitu usia 0 sampai 6 tahun. Stimulasi diberikan melalui proses pendidikan anak usia dini baik yang berbentuk informal, non formal maupun formal. Menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistim pendidikan nasional pasal 1 bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan ruhani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Usia dini merupakan masa keemasan dimana stimulasi seluruh aspek pengembangan berperan penting untuk perkembangan anak selanjutnya. Melalui pendidikan anak usia dini, seluruh aspek pengembangan anak dapat dikembangkan dengan optimal, sistematis dan terarah, termasuk aspek pengembangan keterampilan fisik motorik sebagai unsur perkembangan kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Oleh karena itu anak usia dini perlu diberi berbagai stimulasi atau rangsangan agar tumbuh kembangnya menjadi baik. Guru atau pembimbing perlu merancang aktifitas bermain yang bermanfaat bagi perkembangan fisik dan mentalnya.

Secara umum perkembangan fisik motorik anak terbagi menjadi dua yaitu motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus merupakan kemampuan anak beraktfitas menggunakan otot-otot halus seperti menulis, menggambar, melipat, menggunting, mengancingkan baju, mengikat tali sepatu dan sebagainya. Sedangkan motorik kasar merupakan kemampuan anak beraktfitas dengan menggunakan otot-otot besar yang meliputi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif

Menurut Awi Muhadi Wijaya, 1) Keterampilan lokomotor meliputi gerak tubuh yang berpindah tempat yaitu: berjalan, berlari, melompat, meluncur, berguling, menderap, menjatuhkan diri, dan bersepeda. Keterampilan lokomotor membantu mengembangkan kesadaran anak akan tubuhnya dalam ruang. Kesadaran ini disebut kesadaran persepsi motorik yang meliputi kesadaran akan tubuh sendiri, waktu, hubungan ruang (spasial), konsep arah, visual dan pendengaran. Kesadaran ini akan terlihat dari usaha anak meniru gerakan anak lain atau gurunya; 2) Keterampilan non lokomotor, yaitu menggerakkan anggota tubuh dengan posisi tubuh diam di tempat seperti: berayun, mengangkat, bergoyang, merentang, memeluk, melengkung, memutar, membungkuk, mendorong. Keterampilan ini sering di kaitkan dengan keseimbangan atau kestabilan tubuh, yaitu gerakan yang membutuhkan keseimbangan pada taraf tertentu; (3) Keterampilan manipulatif, meliputi penggunaan serta pengontrolan gerakan otot-otot kecil yang terbatas, terutama yang berada di tangan dan kaki. Keterampilan gerakan manipulatif, antara lain meregang, memeras, menarik, menggegam, memotong, meronce, membentuk, menggunting dan menulis. Keterampilan memproyeksi, menangkap dan menerima. Keterampilan ini dapat dilihat pada waktu anak menangkap bola, menggiring bola, melempar bola , menendang bola, melambungkan bola, memukul dan menarik.¹

Pengembangan motorik kasar anak usia dini diperlukan karena tubuh bergerak menggunakan otot-otot besar untuk melakukan kegiatan sehari-hari, seperti berlari, melompat, mendorong, melempar, menangkap, menendang dan sebagainya. Gerakan-gerakan pada motorik kasar juga berfungsi untuk membuat tubuh anak menjadi lebih sehat, karena ia mampu bergerak dengan baik dan aktif bermain.

Kemampuan motorik kasar khususnya gerak lokomotor anak usia dini dapat dilakukan melalui permainan tradisional engklek. Permainan Engklek ialah permainan tradisional lompat-lompatan pada bidang-bidang datar yang digambar diatas tanah, dengan membuat gambar kotak-kotak kemudian melompat dengan satu kaki dari kotak satu ke kotak berikutnya. Permainan yng mempunyai nama lain sunda manda ini biasanya dimainkan oleh anak-anak, dengan 2-5 peserta.²

Hasil observasi awal menunjukan bahwa pembelajaran gerak lokomotor anak yang dilakukan oleh guru masih kurang bervariasi dan menarik bagi anak. Guru mengajarkan pembelajaran gerak lokomotor dengan meminta anak berlari dan melompat dari atas bangku. Kemampuan gerak lokomotor anak masih kurang terlihat saat observer melakukan penilaian awal terhadap anak. Ada beberapa aktivitas yang diberikan oleh peneliti, diantaranya melompat dengan satu kaki, melompat dengan dua kaki, berlari dan melompat, serta melompat dan

¹Awi Muhadi Wijaya. 2009. *Pentingnya Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini tumbuh Kembang (SDIDTK) Anak*. Jakarta, Depdiknas hal. 73.

²Novi Mulyani, 2016., *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*, Yogyakarta; Diva Press, hal.111-112

berbalik arah. Dari hasil observasi menunjukkan kondisi awal gerak lokomotor anak sebagai berikut: a) Melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki sebanyak 29,2%; b) Melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki sebanyak 50%; c) Berlari dan melompat sebanyak 33,3%, dan d) Melompat dan berbalik arah sebanyak 29,2%; dengan hasil rata-rata untuk seluruh indikator sebanyak 35,4%. Hasil observasi ini menunjukkan keterampilan gerak lokomotor anak masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Locomotor Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Engklek di TK Al-Khawarizmi Depok”.

2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana penerapan permainan tradisional engklek pada anak usia dini di TK Al-Khawarizmi Depok?
- b. Apakah keterampilan gerak lokomotor anak usia dini di TK Al-Khawarizmi Depok dapat meningkat dengan menerapkan permainan tradisional engklek?

3. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui penerapan permainan tradisional engklek pada anak usia dini di TK Al-Khawarizmi Depok?
- b. Mengetahui apakah keterampilan gerak lokomotor anak usia dini di TK Al-Khawarizmi Depok dapat meningkat dengan menerapkan permainan tradisional engklek?

Hakikat Gerak Locomotor

1. Perkembangan motorik

Menurut Bambang Sujiono, perkembangan motorik adalah perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.³ Berbeda dengan Samsudin, perkembangan motorik adalah perubahan kemampuan motorik dari bayi sampai dewasa yang melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan motorik.⁴

Menurut Rini Hildayani, perkembangan motorik adalah perubahan secara progresif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang diperoleh melalui interaksi antara faktor kematangan dan pengalaman selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/pergerakan yang dilakukan.⁵ Sedangkan menurut Elizabeth B. Hurlock perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi.⁶

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik adalah suatu perubahan motorik mulai dari bayi hingga dewasa, melalui pergerakan yang melibatkan kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang

³Bambang Sujiono, dkk, 2014. *Metode Pengembangan Fisik*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, hal.1.3

⁴Samsudin, 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*, Jakarta: Litera, hal.8

⁵Rini Hildayani, dkk, 2014. *Psikologi Perkembangan Anak*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, hal.34

⁶ Elizabeth B Hurlock, 2010. *Perkembangan Anak Jilid 1*, Jakarta : Erlangga, hal.150

terkoordinasi.

a. Pengertian motorik kasar

Motorik kasar adalah tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, berjinjit, melompat bergelantung, melempar bola serta menjaga keseimbangan.⁷ Sedangkan menurut Santrock motorik kasar adalah keterampilan yang melibatkan aktivitas otot besar, seperti menggerakkan lengan dan berjalan.⁸ Heri Rahyubi menjelaskan bahwa motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor (gerakan yang menyebabkan perpindahan tempat).⁹ Pendapat senada dijelaskan Bambang Sujiono, motorik kasar adalah gerakan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.¹⁰

Dapat disimpulkan bahwa motorik kasar anak adalah segala sesuatu yang berkaitan dengan gerak yang melibatkan otot-otot besar seperti menggerakkan lengan dan berjalan.

b. Fungsi keterampilan motorik

Keterampilan motorik sangat penting bagi anak dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Untuk itu, keterampilan motorik diajarkan di Taman Kanak-Kanak. Pendidik memberikan stimulasi kepada anak guna menunjang pencapaian keterampilan motorik yang optimal.

Adapun Menurut Elizabeth B. Hurlock, beberapa fungsi keterampilan motorik antara lain :1) Keterampilan motorik untuk mencapai kemandirian. Anak mempelajari keterampilan motorik dimana mereka harus bisa melakukan segala sesuatu untuk dirinya sendiri seperti makan, berpakaian, mandi dan merawat diri sendiri, 2) Keterampilan motorik untuk menjadi diri sebagai anggota kelompok sosial. Anak menguasai keterampilan motorik sehingga dapat diterima dalam lingkungan sekitarnya, baik disekolah maupun di dalam masyarakat dengan membantu pekerjaan rumah atau pekerjaan sekolah, 3) Keterampilan motorik untuk bermain. Anak yang menguasai keterampilan motorik dapat menikmati permainan atau kegiatan yang dapat menghibur diri baik di dalam maupun di luar kelompok sebaya. 4) Keterampilan motorik untuk kegiatan di sekolah. Dengan menguasai keterampilan motorik, anak dapat melibatkan diri dalam sebagian besar kegiatan yang dilakukan di sekolah seperti bernyanyi, menari, menulis, melukis dan sebagainya.¹¹

c. Prinsip utama perkembangan motorik

Prinsip perkembangan motorik anak usia dini yaitu terjadinya perubahan fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya yang dipengaruhi oleh gizi, status kesehatan, dan perlakuan stimulasi aktivitas gerak sesuai dengan masa perkembangannya. Adapun lima prinsip utama perkembangan motorik menurut Lina dan Bouchard, sebagai berikut:

1) Kematangan.

Kemampuan anak dalam melakukan gerakan motorik sangat ditentukan oleh kematangan syaraf yang mengatur gerak tersebut.

⁷ Dadan Suryana, 2016. Pendidikan Anak Usia Dini: Stimulasi dan Aspek Perkembangan Anak, Jakarta;Kecana, hal.36

⁸ John W Santrock, 2012. *Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*, Erlangga, hal.144

⁹ Heri Rahyubi, 2016. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Majalengka, Referens, hal 222

¹⁰ Bambang Sujiono,dkk, *Op.Cit.*, hal.117

¹¹ Elizabeth B Hurlock, *Op.Cit.*, hal. 163

2) Urutan.

Urutan pertama disebut perbedaan yang mencakup perkembangan secara perlahan dari gerak motorik kasar yang belum terarah kegerakan yang lebih terarah sesuai dengan gerakan motorik. Urutan kedua adalah keterpaduan yaitu kemampuan dalam menggabungkan motorik yang saling berlawanan dalam koordinasi gerak yang baik.

3) Motivasi.

Kematangan motorik memotivasi anak untuk melakukan aktivitas motorik dalam lingkup yang luas. Motivasi yang datang dari dalam diri anak perlu didukung dengan motivasi yang datang dari luar.

4) Pengalaman.

Latihan dan pendidikan gerak pada anak usia dini lebih ditunjukkan bagi pengayaan gerak, pemberian pengalaman yang membangkitkan rasa senang dalam suasana gembira anak.

5) Praktik.

Beberapa kebutuhan anak usia dini yang berkaitan dengan pengembangan motoriknya perlu dipraktikkan anak dengan bimbingan guru.¹²

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik

Menurut Rini Hildayani, ada banyak variabel yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik seorang anak, diantaranya adalah nutrisi dan pola asuh, kesehatan dan makanan bergizi sangat penting untuk memberikan energi pada anak yang sangat aktif di usia dini, begitu pula dengan pemberian kesempatan bermain dan melatih kemampuan motorik anak. Perbedaan jenis kelamin juga berpengaruh pada perkembangan motorik selama masa prasekolah. Anak perempuan lebih mengembangkan kemampuan motorik halus, sedangkan anak laki-laki lebih menekankan pada motorik kasar. Hal ini juga terpengaruh dengan tuntutan lingkungan yang memandang bahwa anak laki-laki harus tampil lebih aktif, kuat, dan lincah bila dibandingkan dengan anak perempuan.¹³

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik seseorang, yaitu: (1) Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik, (2) Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik, karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya. (3) Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak. (4) Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik. (5) Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan perkembangannya kemampuan motorik (6) cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.¹⁴

e. Kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun

Pada kemampuan motorik kasar anak ada beberapa standar yang bisa menunjukkan kemampuan apa saja yang harus dimiliki anak sesuai dengan

¹² Khadijah dan Nurul Amelia, 2020. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana, hal.50

¹³ Rini Hildayani, dkk, *Op.Cit.*, hal.3.

¹⁴ Elizabeth B Hurlock, *Op.Cit.* hal. 154

rentang usianya. Berikut adalah tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No.137 tahun 2014 sebagai berikut :

- 1) Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang.
- 2) Melakukan gerakan menggantung (bergelayut)
- 3) Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi
- 4) Melempar sesuatu secara terarah
- 5) Menangkap sesuatu secara tepat
- 6) Melakukan gerakan antisipasi
- 7) Menendang sesuatu secara terarah
- 8) Memanfaatkan alat permainan di luar kelas

2. Keterampilan Lokomotor

Keterampilan lokomotor merupakan gambaran kemampuan motorik seseorang yang ditunjukkan melalui penugasan suatu gerakan yang dapat berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lainnya. Keterampilan juga bisa didefinisikan sebagai kecakapan dan ketepatan dalam melaksanakan suatu tugas. Dengan demikian, keterampilan merupakan suatu usaha yang efektif dan efisien untuk melakukan suatu gerakan, baik gerakan yang sederhana hingga yang kompleks.¹⁵

Menurut Heri Rahyubi, gerak lokomotor diartikan sebagai gerakan atau keterampilan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat, sehingga dibuktikan adanya perpindahan tubuh dari satu titik ke titik lain. Contohnya berlari, berjalan, mengguling dan sebagainya.¹⁶ Senada dengan Bambang Sujiono, gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Ke dalam keterampilan ini termasuk gerakan-gerakan, seperti berjalan, berlari, melompat, hop, skip, slide, dan lain-lain.¹⁷ Gerak lokomotor adalah gerakan yang membuat anak menjadi aktif.

Gerak lokomotor adalah gerak perpindahan tempat dari posisi A ke posisi B atau dari satu tempat ketempat yang lainnya, contohnya ketika berjalan, berlari dan melompat.¹⁸ Menurut Sudarsini, gerak lokomotor adalah gerakan yang membutuhkan ruang yang lebih luas agar setiap melakukan gerakannya merasa bebas dan tak terhalang. Gerak lokomotor adalah gerakan yang pergi kemana saja atau gerakan-gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat atau mengembara dalam berbagai ruang sehingga dalam bahasa inggris disebut juga *Travelling*.¹⁹ Gerakan lokomotor adalah gerakan yang penuh dengan eksplorasi sehingga dapat menciptakan hal-hal yang baru.

Menurut Tri Hananto Budi Dantoso Dkk, Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat. Macam-macam gerak lokomotor yaitu, jalan, lari, lompat dua kaki, engklek, lompat kijang, meluncur dan *skipping*.²⁰ Gerakan lokomotor adalah

¹⁵ Heri Rahyubi, *Op.Cit.*, , hal.313

¹⁶ *Ibid*, hal 304

¹⁷ Bambang Sujiono, dkk, *Op.Cit.*, hal.46

¹⁸ Achmad Afandi, 2019. *Buku Ajar Pendidikan dan Perkembangan Motorik*, Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, hal.26

¹⁹ Sudarsini, 2016. *Modul Gerak Dasar Dan Gerak Irama*, Malang: Gunung Samudera.

²⁰ Tri Hananto Budi Dantoso, dkk, 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Jakarta: Yudhistira.

kegiatan yang sangat aktif yang melibatkan semua anggota tubuh untuk melakukan gerakan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah yang meliputi gerak berpindah tempat dari satu titik ke titik lain yang meliputi :1) Melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki, 2) Melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki, 3) Berlari dan melompat, 4) Melompat dan berbalik badan.

Hakekat Permainan Engklek

1. Pengertian permainan engklek

Permainan ini dapat ditemukan di berbagai wilayah di Indonesia dengan nama yang berbeda-beda, mulai dari Sumatera, Jawa, Bali, Kalimantan, hingga Sulawesi. Nama-nama untuk permainan engklek antara lain engklek (Jawa), asinan, gala asin (Kalimantan), tengge-tengge (Gorontalo), cak lingking (Bangka), dengklek, teprok (Bali), gili-gili (Marauke), deprok (Betawi), bak-baan, engklek (Lamongan), engkleng (Pacitan), tepok gunung (Jawa Barat), dan masih banyak lagi namanya.²¹

Permainan engklek adalah permainan tradisional yang masih banyak dimainkan oleh anak-anak masa kini. Di gang-gang atau jalan kompleks yang sepi dijadikan oleh anak-anak sebagai tempat permainan engklek. Jika masih ada lapangan bertanah, anak-anak bisa juga melakukan permainan engklek disitu.²²

Menurut Smpuck Hur Gronje, permainan engklek berasal dari Hindustan. Permainan ini menyebar pada zaman kolonial Belanda dengan latar belakang cerita perebutan petak sawah.²³ Permainan engklek merupakan salah satu jenis hitungan serta adanya kesepakatan peraturan-peraturan yang harus dipatuhi oleh pemain berkaitan dengan pelaksanaannya.²⁴

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa permainan engklek dapat ditemukan di berbagai wilayah dengan sebutan yang berbeda-beda, permainan engklek adalah suatu jenis hitungan serta adanya kesepakatan peraturan yang harus dipatuhi oleh pemain berkaitan dengan pelaksanaannya.

2. Cara Memainkan permainan engklek

- a. Anak-anak menentukan pasangan masing-masing biasanya dilakukan dengan hompimpa. Anak-anak yang akan mengikuti permainan ini membentuk formasi melingkar, kemudian dengan menggunakan tangan kanan mereka anak-anak tersebut menggerakkan tangannya untuk memposisikan telapak tangannya secara telungkup ataupun telentang, anak yang posisi tangannya sama dengan jumlah yang dikehendaki misalnya dua orang, maka dialah yang akan menjadi kelompok bermain anak tersebut.
- b. Pada saat kelompok telah diketahui, maka langkah selanjutnya adalah suit untuk menentukan siapa yang akan bermain terlebih dahulu. Suit dengan cara gunting, kertas dan batu. Kemudian permainan engklek dimulai dengan cara:
 - 1) Genting dilempar, harus memasuki kotak yang telah disediakan.

²¹ Diah Rahmawati dan Rsalina Destarisa, 2016. *Aku Pintar Dengan Bermain*, Cetakan Pertama, Solo: Metagraf, hal.45

²² Askalin, 2013. *Permainan dan Perlombaan Rakyat*, Jogjakarta: Nyo-nyo, 2013), hal.17

²³ Novi Mulyani, *Op.Cit.*, h.112.

²⁴ Salman Rozana dan Ampun Bantali, 2020. *Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Engklek*, Jawa Barat: Edu Publisher, hal 9

- 2) Secara bergantian anak-anak memainkan dari satu kotak kekotak berikutnya. Demikianlah seterusnya sampai semua kotak terlalui dan mereka yang selesai terlebih dahulu akan keluar sebagai pemenangnya.²⁵
- c. Untuk engklek cara memindahkan genting yaitu dilempar oleh tangan.²⁵

3. Aspek yang dikembangkan permainan engklek

Aspek pengembangan anak usia dini yang dapat dikembangkan melalui permainan engklek, diantaranya aspek kognitif, fisik motorik dan sosial emosional. Untuk perkembangan kognitif, anak belajar mengenal angka, berhitung angka dan menyusun angka, untuk perkembangan sosial emosional, anak belajar mengambil giliran, dan menyemangati teman. Dan untuk perkembangan fisik, yaitu dengan melompat, berbelok, lemparan dengan ayunan rendah, meningkatkan keseimbangan dan meningkatkan kekuatan dan kelenturan rendah.²⁶ Pendapat lain menjelaskan bahwa permainan engklek dapat meningkatkan ketangkasan wawasan dan kejujuran. Permainan engklek dapat melatih kemampuan fisik anak, sebab anak harus melompat-lompat melewati kotak yang sudah dibuat sebelumnya. Oleh karenanya, otot kaki harus kuat.²⁷

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya permainan engklek maka anak dapat mengembangkan aspek kognitif, fisik motorik, dan sosial emosional.

4. Kelebihan dan kekurangan permainan engklek

Sebagaimana permainan tradisional lainnya, pada permainan engklek terdapat kelebihan dan kekurangannya, diantaranya: yaitu sebagai berikut:

- a. Kelebihan permainan engklek
 - 1) Kemampuan fisik anak terlatih karena aktifitas melompat; baik melompat ke berbagai arah baik dengan satu kaki, maupun dua kaki, berlari dan melompat, serta melompat dan berbalik badan.
 - 2) Melalui permainan engklek anak dapat bersosialisasi, berinteraksi dan berkomunikasi dengan temannya.
 - 3) Menumbuhkan kreatifitas anak dalam memanfaatkan benda-benda yang ada di sekitarnya.
 - 4) Mengajarkan kedisiplinan untuk mematuhi aturan permainan.
- b. Kekurangan permainan engklek
 - 1) Tempat atau lahan yang semakin sulit ditemukan, karena banyak pemukiman penduduk.
 - 2) Kurangnya minat anak bermain engklek, karena kurangnya publikasi dan sosialisasi permainan engklek.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Jasman Jalil penelitian tindakan kelas adalah sebuah proses pengamatan reflektif terhadap kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru itu sendiri

²⁵ Euis Kurniati, *Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*, Jakarta: Prenadamedia Group hal 91

²⁶ Pica Rae, 2012. *Permainan – Permainan Pengembangan Karakter Anak*, Jakarta : Indeks, h.140

²⁷ A Husna M, 2009. *100 Permainan Tradisional Indonesia Untuk Ketangkasan Dan Keakraban*, Jogjakarta : Andi Offset, h. 37.

untuk memperbaiki kualitas pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa.²⁸

Penelitian dilaksanakan di TK Al-Khawarizmi Depok, dengan subjek penelitian adalah peserta didik kelompok A usia 4-5 tahun yang berjumlah enam siswa. Objek penelitiannya adalah perkembangan gerak lokomotor anak pada kelompok A melalui permainan tradisional engklek. Proses penelitian dilaksanakan dengan mekanisme siklus 1 dan siklus 2 yang diawali dengan kegiatan pra siklus. Setiap siklus dalam penelitian ini terdiri dari empat langkah, yaitu perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan serta refleksi.

Pengumpulan data diperoleh dengan cara observasi, wawancara dan studi dokumentasi, dengan instrumen sebagaimana tabel dibawah ini:

Tabel 1
Pedoman Observasi Gerak Locomotor Anak 4-5 Tahun

No	Aspek Penilaian	Indikator
1	Gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat	a. Melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki
		b. Melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki
		c. Berlari dan melompat
		d. Melompat dan berbalik badan

Tindakan dalam penelitian ini dikatakan berhasil jika kemampuan gerak lokomotor anak mencapai kriteria minimal keberhasilan, yaitu 70% dari jumlah peserta didik TK Al-Khawarizmi Depok kelompok A usia 4-5 tahun

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Pra Siklus

Data berikut ini menunjukkan hasil pra siklus gerak lokomotor anak sebagai berikut: a) Indikator melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki sebanyak 29,2%; b) Indikator melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki sebanyak 50%; c) Indikator berlari dan melompat sebanyak 33,3%, dan d) Indikator melompat dan berbalik arah sebanyak 29,2%. Hasil observasi pada kegiatan pra siklus ini menunjukkan bahwa keterampilan gerak lokomotor anak masih rendah, dengan capaian rata-rata untuk seluruh indikator 35,4%

Berdasarkan hasil gerak lokomotor pada kegiatan pra siklus, maka perlu dilakukan tindakan guna meningkatkan capaian gerak lokomotor anak melalui permainan tradisional engklek.

2. Hasil Siklus 1

Proses pelaksanaan pada siklus 1 dilaksanakan melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, tindakan dan refleksi. Pada siklus 1 penelitian dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan. Pertemuan pertama dengan tema diriku dan sub tema panca indra, pertemuan kedua dengan tema diriku dan sub tema menjaga dan memelihara kebersihan, dan pada pertemuan ketiga dengan tema diriku dan sub tema cita-citaku.

²⁸ Jasman Jalil, 2014. *Panduan Mudah Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta: Prestasi Pustaka, cetakan pertama, hal. 6

Hasil pada siklus 1 menunjukkan data sebagai berikut: a) Indikator melompat keberbagai arah menggunakan satu kaki sebanyak 43,1%; b) Indikator melompat keberbagai arah menggunakan dua kaki sebanyak 65,3%; c) Indikator berlari dan melompat sebanyak 65,3%, dan d) Indikator melompat dan berbalik arah sebanyak 51,4%. Hasil pada siklus 1 ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui permainan tradisional engklek dibandingkan pada kegiatan pra siklus, dengan capaian rata-rata untuk seluruh indikator 56,3%.

Refleksi penelitian pada siklus 1 menunjukkan masih ditemukan hambatan dalam meningkatkan gerak lokomotor anak melalui permainan tradisional engklek, yaitu: a) Pada pertemuan pertama, anak-anak belum memahami permainan engklek, pada saat bermain banyak anak yang masih terlihat kaku, dan masih ada beberapa anak yang masih berlarian sehingga suasana kurang kondusif; b) Pada pertemuan ke dua, anak masih kurang kondusif dan kurangnya waktu sehingga beberapa anak harus cepat melakukan-nya karena bergantian dengan teman-temannya; dan c) Pada pertemuan ketiga anak masih ada yang terburu-buru dalam memulai permainan, masih ada yang kesulitan dalam melompat dengan 1 kaki, Berdasarkan capaian pada siklus 1, maka peneliti menyusun rencana perbaikan pada pertemuan berikutnya untuk mencapai hasil yang optimal.

3. Hasil Siklus 2

Proses pelaksanaan pada siklus 2 juga dilaksanakan melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, tindakan dan refleksi. Pada siklus 2 penelitian dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan. Pertemuan pertama dengan tema keluargaku dan sub tema keluarga inti pada pertemuan pertama, pertemuan kedua dengan tema keluargaku dan sub tema tugas dan kewajiban ayah, dan pada pertemuan ketiga dengan tema keluargaku dan sub tema tugas dan kewajiban ibu.

Hasil pada siklus 2 menunjukkan data sebagai berikut: a) Indikator melompat keberbagai arah menggunakan satu kaki sebanyak 76,4%; b) Indikator melompat keberbagai arah menggunakan dua kaki sebanyak 86,1%; c) Indikator berlari dan melompat sebanyak 86,1%, dan d) Indikator melompat dan berbalik arah sebanyak 79,2%. Hasil pada siklus 2 ini menunjukkan skor rata-rata pada pertemuan pertama sebanyak 61,5%, pertemuan kedua sebanyak 91,7% dan pertemuan ketiga sebanyak 92,7%. Hal ini menggambarkan bahwa peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun telah mencapai angka minimal keberhasilan pada pertemuan kedua dan ketiga, dengan capaian rata-rata untuk seluruh indikator 81,9%.

Refleksi penelitian pada siklus 2 dapat dijelaskan sebagai berikut: yaitu: a) Pada pertemuan pertama, anak masih belum kondusif karena masih ada sebagian yang berlari-lari sehingga mengganggu konsentrasi anak-anak yang sedang bermain engklek; b) Pada pertemuan kedua, masih terdapat anak yang tidak mau bergantian, 2-3 anak senang dan antusias dalam mengikuti kegiatan bermain engklek, dan anak mampu melatih keseimbangan, kelincahan dan keberaniannya dalam bermain engklek; dan c) Pada pertemuan ketiga, pelaksanaan tindakan berjalan dengan baik dan lancar. Keterampilan gerak lokomotor anak sudah memenuhi kriteria keberhasilan penelitian. Peneliti dan kolaborator telah berhasil meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak kelompok A TK Al-Khawarizmi Depok. Keterampilan gerak lokomotor anak

kelompok A TK Al-Khawarizmi Depok telah memenuhi kriteria keberhasilan oleh karena itu penelitian tindakan kelas ini di hentikan pada siklus 2 pertemuan ke-3.

Berdasarkan hasil observasi dan refleksi yang telah dilakukan pada pra siklus, siklus 1 dan siklus 2, diperoleh peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak pada semua indikator dengan capaian rata-rata sebagaimana tabel berikut:

Tabel 2
Hasil Pengamatan Pada Pra Siklus, Siklus 1 dan Siklus 2
Keterampilan Gerak Locomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Melalui Permainan Tradisional Engklek

No	Indikator	Pra Siklus	Siklus 1	Siklus 2
1	Melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki	29,2%	43,1%	76,4%
2	Melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki	50%	65,3%	86,1%
3	Berlari dan melompat	33,3%	65,3%	86,1%
4	Melompat dan berbalik arah	29,2%	51,4%	79,2%
	Hasil Rata-Rata	35,4%	56,3%	81,9%

Data pada tabel 2 menunjukkan peningkatan pada masing-masing indikator dari pra siklus, siklus 1 dan siklus 2. Pada indikator melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki, hasilnya mengalami peningkatan dari 29,2% pada pra siklus menjadi 43,1% pada siklus 1 dan 76,4% pada siklus 2. Sedangkan pada indikator melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki, hasilnya mengalami peningkatan dari 50% pada pra siklus menjadi 65,3% pada siklus 1 dan 86,1% pada siklus 2.

Pada indikator berlari dan melompat, hasilnya mengalami peningkatan dari 33,3% pada pra siklus menjadi 33,3% pada pra siklus menjadi 65,3% pada siklus 1 dan 86,1% pada siklus 2. Begitupun pada indikator melompat dan berbalik arah, hasilnya mengalami peningkatan dari 29,2% pada pra siklus menjadi 51,4% pada siklus 1 dan 79,2% pada siklus 2. Hasil rata-rata seluruh indikator menunjukkan peningkatan dari 35,4% pada pra siklus menjadi 56,3% pada siklus 1 dan 81,9% pada siklus 2.

Pada siklus 1, keterampilan gerak lokomotor anak belum mencapai kriteria keberhasilan pada seluruh indikator baik indikator melompat ke berbagai arah dengan satu kaki, melompat ke berbagai arah dengan dua kaki, berlari dan melompat serta melompat dan berbalik. Sebaliknya pada siklus 2 seluruh indikator sudah mencapai/melebihi dari kriteria minimal keberhasilan, yaitu 70%, dengan demikian, berdasarkan proses tersebut di atas menunjukkan bahwa permainan tradisional engklek dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak pada usia 4-5 tahun di TK Al-Khawarizmi Depok.

Keberhasilan penerapan permainan tradisional engklek dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak dapat melengkapi pengetahuan dan keterampilan pendidik pada pendidikan anak usia dini dalam mengembangkan gerak lokomotor anak usia dini.

KESIMPULAN

Bersadarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Penerapan permainan tradisional engklek berhasil meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun di TK Al-Khawarizmi Depok yang ditunjukkan adanya peningkatan hasil rata-rata pada seluruh indikator, baik melompat ke berbagai arah menggunakan satu kaki, melompat ke berbagai arah menggunakan dua kaki, berlari dan melompat, serta melompat dan berbalik arah, dengan hasil 35,4% pada pra siklus menjadi 56,3% pada siklus 1 dan 81,9 pada siklus 2.
- 2) Penerapan permainan tradisional engklek dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun di TK Al-Khawarizmi Depok. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang telah mencapai/melampaui kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Afandi, 2019. *Buku Ajar Pendidikan dan Perkembangan Motorik*, Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Askalin, 2013. *Permainan dan Perlombaan Rakyat*, Jogjakarta: Nyo-nyo.
- Awi Muhadi Wijaya. 2009. *Pentingnya Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini tumbuh Kembang (SDIDTK) Anak*. Jakarta, Depdiknas.
- Bambang Sujiono, dkk, 2014. *Metode Pengembangan Fisik*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Diah Rahmawati dan Rosalina Destarisa, 2016. *Aku Pintar Dengan Bermain*, Cetakan Pertama, Solo: Metagraf.
- Dadan Suryana, 2016. *Pendidikan Anak Usia Dini: Stimulasi dan Aspek Perkembangan Anak*, Jakarta;Kecana.
- Elizabeth B Hurlock, 2010. *Perkembangan Anak Jilid 1*, Jakarta : Erlangga.
- Heri Rahyubi, 2016. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Majalengka, Referens.
- Jasman Jalil, 2014. *Panduan Mudah Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta: Prestasi Pustaka, cetakan pertama,
- John W Santrock, 2012. *Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*, Erlangga.
- Khadijah dan Nurul Amelia, 2020. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Teori dan Praktik*, Jakara: Kencana.
- Novi Mulyani, 2016., *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*, Yogyakarta; Diva Press.
- Rini Hildayani,dkk, 2014. *Psikologi Perkembangan Anak*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Salman Rozana dan Ampun Bantali, 2020. *Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Engklek*, Jawa Barat: Edu Publisher
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*, Jakarta: Litera.
- Sudarsini, 2016. *Modul Gerak Dasar Dan Gerak Irama*, Malang: Gunung Samudera.
- Tri Hananto Budi Dantoso, dkk, 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Jakarta: Yudhistira.