

Peningkatan Motorik Kasar pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK Tunas Sejati dengan Media Hulahop Modifikasi

Anggar dwi Astutik^{*1}, Eka Cahya Maulidiyah²

^{1,2}Universitas Negeri Surabaya , Indonesia

anggar.23349@mhs.unesa.ac.id^{*1}, ekamaulidiyah@unesa.ac.id²

Abstract: This study aimed to determine and analyze the effect of using Hulahop media, a modified hula hoop, in improving gross motor skills of children aged 4–5 years at TUNAS SEJATI Kindergarten Surabaya. Employing the Classroom Action Research (CAR) method with the Kemmis and McTaggart model, the research was conducted in two cycles, consisting of five meetings in Cycle I and three meetings in Cycle II. Data were collected through teacher observation sheets focusing on children’s gross motor skills, especially their jumping ability, which was trained through structured jumping games using Hulahop media. The results showed a notable improvement in children’s performance, where the average achievement increased from 65.1% in Cycle I to 86.1% in Cycle II. These findings prove that the use of Hulahop media in jumping games is effective for enhancing gross motor development, while also demonstrating the potential of innovative and playful learning tools in early childhood education to support not only physical growth but also cognitive and social development.

Keywords: *Gross motor skills, Jumping, Hulahop*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh penggunaan media Hulahop (hula hoop yang dimodifikasi) dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK TUNAS SEJATI Surabaya. Penelitian menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus, yaitu lima pertemuan pada siklus I dan tiga pertemuan pada siklus II. Data dikumpulkan melalui lembar observasi guru yang menekankan pada keterampilan motorik kasar anak, khususnya kemampuan melompat, yang dilatih melalui permainan lompat menggunakan media Hulahop. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, di mana rata-rata capaian anak meningkat dari 65,1% pada siklus I menjadi 86,1% pada siklus II. Temuan ini membuktikan bahwa penggunaan media Hulahop dalam permainan lompat efektif untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar anak, sekaligus menunjukkan pentingnya inovasi media pembelajaran yang menyenangkan dalam pendidikan anak usia dini untuk mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan sosial mereka.

Kata Kunci: *Motorik kasar, permainan melompat, Hulahop*

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah kondisi dimana anak berada pada rentang usia 0-6 tahun yang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan dengan berbagai aspek seperti kognitif, fisik, emosional, sosial, dan Bahasa. Pada masa ini anak berada pada masa (*Golden Ages*) dimana pada masa ini otak anak berkembang secara pesat dan merupakan periode yang sangat penting bagi

kehidupan anak (Hasanah 2016). Masa kanak-kanak merupakan masa kritis bagi perkembangan motorik anak. Salah satu aspek perkembangan yang sangat penting untuk anak usia dini adalah perkembangan fisik motorik. Perkembangan fisik motorik dibagi menjadi 2 yaitu perkembangan motorik halus dan perkembangan motorik kasar.

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi kematangan anak itu sendiri (Aisyah 2014). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional republic Indonesia NO.58 pasal 1 tahun 2009 anak usia 4-5 tahun sudah dapat melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Tetapi pada kenyataannya sebagian besar anak masih kurang berkembang kemampuan motorik kasar dan guru belum mengetahui cara yang tepat untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini. Melalui observasi awal yang sudah dilakukan di TK Tunas Sejati kecamatan Kenjeran Surabaya pada kelompok A sebanyak 10 dari 15 anak yang mengalami kesulitan dalam meloncat menggunakan kedua kaki secara bersamaan. Melihat kondisi seperti ini peneliti sekaligus pendidik di TK Tunas Sejati ingin meningkatkan kemampuan fisik motorik anak melalui permainan menggunakan media hulahop.

Dari pernyataan tersebut maka latar belakang permasalahan ini dapat dirumuskan yaitu Bagaimana peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun di TK Tunas Sejati melalui media Hulahop (hulahop modifikasi) dengan permainan meloncat?

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan dalam penelitian yaitu Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh penggunaan media Hulahop (hulahop modifikasi) dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5

tahun di TK Tunas Sejati. Melalui pernyataan – pernyataan di atas maka peneliti tertarik meneliti kegiatan meloncat untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Diharapkan melalui kegiatan ini akan tercipta suasana yang menyenangkan bagi anak. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh penggunaan media Hulahop (hulahop modifikasi) dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun di TK Tunas Sejati Surabaya.

Ariani et al (2022), mengatakan “Motorik” berasal dari Bahasa Inggris “kemampuan motorik”, yang menunjukkan kemampuan untuk bergerak. Karena manusia dapat mencapai atau mewujudkan harapan mereka melalui gerakan, sistem motorik merupakan bagian yang sangat mendasar dari keberadaan mereka. Kata motor juga dapat di terjemahkan sebagai “motorik” yang merujuk pada permulaan suatu gerakan.

Perkembangan fisik anak ditandai dengan berkembangnya perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik khususnya merupakan proses individu menghasilkan pola gerakan pada tubuhnya dan berkembang menjadi ketrampilan (Talango, 2022).

Montessori (dalam Suyadi, 2015), anak usia dini tidak terlepas dari aktivitas bermain. Aktivitas tersebut selalu dilakukan anak bersama teman-temannya. Permainan merupakan kebutuhan pokok bagi anak. Karena dengan bermain mampu membuat perasaan menjadi senang, dapat meningkatkan ketrampilan, dan meningkatkan perkembangan bagi anak.

Meloncat adalah gerakan menolakkan tubuh dengan tumpuan kedua kaki untuk menjauhi permukaan tanah, sedangkan hulahop merupakan alat berbentuk lingkaran dari bahan lunak yang dapat digunakan dalam berbagai aktivitas gerak, baik individu maupun kelompok. Modifikasi permainan,

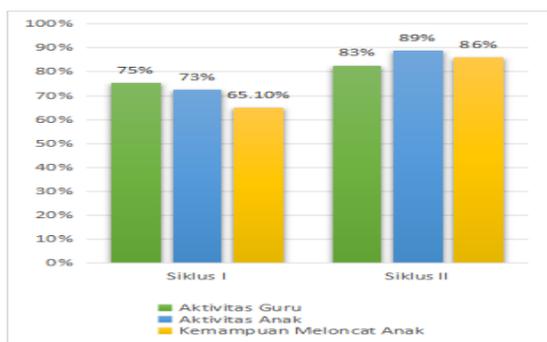
sebagaimana dijelaskan oleh Suherman (dalam Bobby Agus, 2015), bertujuan menyesuaikan aktivitas belajar dengan perkembangan anak sehingga lebih menarik, kreatif, dan mampu meningkatkan motorik kasar. Dalam konteks ini, hulahop modifikasi digunakan untuk melatih otot-otot besar melalui aktivitas melompat berurutan ke dalam lingkaran hulahop yang disusun sederhana namun menarik, sehingga mudah dilakukan dan mendorong semangat anak. Oleh karena itu, media hulahop modifikasi dipilih dalam penelitian ini untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini, terutama aspek keseimbangan, koordinasi, kekuatan, dan ketangkasan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas model Kemmis dan McTaggart yang meliputi tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi (Arikunto, 2009), dengan kriteria keberhasilan ditetapkan sebesar 71% sesuai acuan Mills (2006). Jika capaian kurang dari 71%, penelitian dilanjutkan ke siklus berikutnya. Penelitian dilaksanakan di TK TUNAS SEJATI Kedinding, Surabaya, dengan melibatkan guru kelas pendamping dan kepala sekolah sebagai kolaborator. Latar belakang penelitian ini adalah rendahnya perkembangan motorik kasar anak kelompok A yang seharusnya dapat ditingkatkan melalui kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, digunakan kegiatan melompat dengan hulahop modifikasi yang menarik untuk merangsang keterampilan motorik kasar. Subjek penelitian adalah 15 anak usia 4-5 tahun, terdiri dari 8 laki-laki dan 7 perempuan, dengan peneliti bertindak sebagai guru, pemberi perlakuan, sekaligus pengamat pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam 2 siklus yaitu pada bulan Februari 2025. Pada pemaparan sebelumnya penelitian PTK ini dilakukan dengan beberapa siklus dan pada setiap siklus terdiri dari beberapa tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi pada tindakan siklus I dan siklus II.



Grafik 1
Perbandingan skor nilai siklus 1 dan siklus 2

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aktivitas guru, aktivitas anak, dan kemampuan meloncat anak dari Siklus I ke Siklus II. Aktivitas guru meningkat dari 75,4% menjadi 82,6%, yang menandakan bahwa guru semakin mampu menguasai kelas, membimbing anak dengan efektif, serta menyesuaikan metode pembelajaran agar lebih sesuai dengan kebutuhan siswa. Hal ini tidak hanya menunjukkan peningkatan keterampilan mengajar, tetapi juga menggambarkan proses reflektif guru dalam memperbaiki strategi pembelajaran dari satu siklus ke siklus berikutnya.

Aktivitas anak juga menunjukkan perkembangan yang cukup mencolok, dari 72,5% pada Siklus I menjadi 88,9% pada Siklus II. Peningkatan ini mencerminkan keterlibatan aktif anak dalam proses pembelajaran, baik dari segi perhatian, antusiasme, maupun partisipasi fisik dalam kegiatan meloncat. Dengan kata lain, metode permainan dengan media hulahop mampu menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan dan bermakna bagi anak usia dini, sekaligus mendorong mereka untuk terlibat penuh dalam aktivitas belajar.

Kemampuan meloncat anak sebagai indikator keterampilan motorik kasar mengalami peningkatan dari 65,1% pada Siklus I menjadi 86,1% pada Siklus II. Pencapaian ini memperlihatkan bahwa permainan berbasis hulahop mampu menstimulasi perkembangan otot-otot besar, koordinasi tubuh, serta keseimbangan anak. Selain itu, peningkatan ini tidak hanya menggambarkan hasil jangka pendek, tetapi juga menunjukkan potensi manfaat jangka panjang bagi perkembangan fisik anak jika kegiatan serupa dilakukan secara konsisten.

Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penggunaan media pembelajaran yang dimodifikasi agar sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Media hulahop yang sederhana dapat diubah menjadi alat pembelajaran inovatif untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar. Hal ini membuktikan bahwa efektivitas pembelajaran tidak selalu bergantung pada media canggih, melainkan pada kreativitas guru dalam memodifikasi alat sederhana menjadi sarana yang menarik dan bermakna. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi praktis dalam bidang pendidikan anak usia dini, khususnya pada strategi pembelajaran berbasis permainan aktif.

Berdasarkan temuan tersebut, permainan meloncat dengan media hulahop modifikasi dapat direkomendasikan sebagai metode pembelajaran efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini. Namun, penelitian ini juga membuka ruang kritik, terutama mengenai keterbatasan jumlah sampel yang relatif kecil dan konteks penelitian yang terbatas pada satu sekolah. Untuk memperkuat temuan, penelitian lanjutan dengan skala yang lebih luas dan variabel pendukung lain, seperti aspek kognitif dan sosial anak, sangat diperlukan. Dengan cara ini, hasil penelitian tidak hanya bersifat lokal tetapi juga dapat memberikan kontribusi lebih besar bagi pengembangan model pembelajaran inklusif dan kreatif di berbagai lembaga pendidikan anak usia dini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di TK Tunas Sejati Surabaya, penerapan permainan meloncat dengan media hulahop modifikasi terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun. Kemampuan meloncat anak meningkat signifikan dari 65,1% pada Siklus I menjadi 86,1% pada Siklus II, disertai peningkatan aktivitas anak dari 72,5% menjadi 88,9% serta aktivitas guru dari 75,4% menjadi 82,6%. Hasil ini menunjukkan bahwa stimulasi melalui permainan aktif tidak hanya mengoptimalkan perkembangan motorik kasar, tetapi juga meningkatkan keterlibatan anak dan efektivitas peran guru dalam pembelajaran. Dengan demikian, permainan meloncat menggunakan media hulahop dapat dijadikan alternatif strategi pembelajaran anak usia dini untuk mendukung perkembangan fisik secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Rudiyanto, Perkembangan Motorik Kasar Motorik Halus Anak Usia Dini, Way Jepara Lampung: Darussalam Press, 2016.
- Aisyah Siti dkk. (2008). Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini. Jakarta:Universitas Terbuka
- Depdiknas. (2008). Konsep Pengembangan Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini Formal. Jakarta: Pusat pengembangan Kurikulum
- Dienstman, R. (2008). Permainan Untuk Latihan Motorik. Bandung: Pakar Raya.
- Endang Rini Sukamti. (2007). Diktat perkembangan motorik. Yogyakarta: UNY 2007
- Ersayanti, W. (2015). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Pada gerak Lokomotor dengan bermain Hulahoop. Program sarjana Universitas Bengkulu. Bengkulu
- Faruq, Muhammad Muhyi. 2009. Permainan Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Dengan Menggunakan Media Hula Hoop. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Gallahue, D., & Ozmun, J. (2006). Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. Jurnal Pendidikan Anak, 5(1).
<https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Indonesia, P. M. P. N. R. (2009). Nomor 58 Tahun 2009. Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini.

- Juwantara, R. A. (2019). Analisis Teori Perkembangan Kognitif Piaget pada Tahap Anak Usia Operasional Konkret 7-12 Tahun dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 9(1), 27-34.
- Maulidiyah, Eka Cahya. "Asesmen Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun." *Martabat 1.1*(2017): 45-64.
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematikanya pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa: Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman*, 13(1).
- Nisak, Raisatun. 2011. *Seabrek Games Asyik-Edukatif untuk Mengajar PAUD/TK*. Jogjakarta: DIVA Press.
- Prasetya, B. (2024). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun Melalui Kegiatan Meloncat Dengan Papan Loncat Di Kb Az Zahra. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 171-195.
- Rachma Hasibuan, Miftakhul Jannah. (2017). Permainan Tradisional 'engklek' dan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Volume 169. Halaman 237-239. [file:///C:/Users/User/Downloads/25889779%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/25889779%20(1).pdf)
- Seri Ayah Bunda. (2001). *Balita dan Masalah Perkembangannya*, Jakarta: Gaya Favorit Press.
- Soetjningsih. 2014. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Sujiono, Bambang. 2007. *Metode Pengembangan Fisik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Surmiarsih, E. 2015. *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Simpai Pada Anak Kelompok A TK Tunas Ibu Selomartani Kecamatan Kalasan*. Program Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta

Suryana, D. (2021). Pendidikan anak usia dini teori dan praktik pembelajaran. Prenada Media.

Tanuwijaya, S. (2003). Konsep umum tumbuh dan kembang. Jakarta:

Turrahmah, Masita, and Nurhenti Dorlina Simatupang. "PENERAPAN PERMAINAN MODIFIKASI ENKLEK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK." *Al Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education (IJECE)* 7.1(2023): 70-87