

## PENGEMBANGAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI AKTIVITAS FISIK DI RUMAH

Maya Ika Yatmi<sup>1\*)</sup>, Gunarti Dwi Lestari<sup>2</sup>

<sup>12</sup> Pendidikan Luar Sekolah, Universitas Negeri Surabaya

\*Corresponding author, e-mail: [maya.18065@mhs.unesa.ac.id](mailto:maya.18065@mhs.unesa.ac.id)

Received 2022;  
Revised 2022;  
Accepted 2022;  
Published Online 2022

**Abstrak:** Motorik kasar merupakan penggunaan beberapa otot besar untuk melakukan gerakan, kemampuan lokomotor seperti berlari, meloncat, mendorong, keterampilan manipulatif seperti melambungkan bola, menangkap bola, menendang melempar. Pengembangan kemampuan motorik kasar memerlukan gerakan yang menggunakan beberapa otot besar yang bisa didapatkan dari aktivitas fisik di rumah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis aktivitas fisik yang digunakan orang tua terhadap anak dalam pengembangan kemampuan motorik kasar di rumah. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik Purposive Sampling. Terkait teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data yang sudah didapatkan dianalisis menggunakan teknik analisis data berupa pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, serta pengambilan kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan aktivitas fisik yang sebagian besar dilakukan oleh anak adalah aktivitas menirukan gaya hewan, karena mudah dilakukan, tanpa alat dan bisa dilakukan di rumah. Aktivitas tersebut dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

**Kata Kunci:** motorik kasar, aktivitas fisik, perkembangan anak, orang tua

**Abstract:** Gross motor skills are the use of several large muscles to perform movements, locomotor abilities such as running, jumping, pushing, manipulative skills such as bouncing a ball, catching a ball, kicking throwing. The development of gross motor skills requires movements that use several large muscles that can be obtained from physical activity at home. This study aims to determine the type of physical activity that parents use for their children in developing gross motor skills at home. This research method uses qualitative methods with purposive sampling technique. Related to data collection techniques, it was done by interview, observation, and documentation. The data that has been obtained were analyzed using data analysis techniques in the form of data collection, data reduction, data presentation, and conclusion and verification. The results showed that most of the physical activities carried out by children were animal-style imitating activities, because they were easy to do, without tools and could be done at home. These activities can improve children's gross motor skills.

**Keywords:** Gross Motor, Parents, Child Development, Early Childhood

Alamat Penyunting dan Tata Usaha:  
Laboratorium Pendidikan Luar Sekolah  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Gedung O-1 Lantai 2 Jalan Lidah Wetan  
Sby Kode Pos 60213  
Telp. 031-7532160 Fax. 031-7532112  
E-mail: [jpus@unesa.ac.id](mailto:jpus@unesa.ac.id)

## Pendahuluan

Perkembangan adalah suatu peningkatan yang terjadi pada anak usia dini yang dapat dilihat dari aspek motorik, emosional, mental, psikologi dan sosial, interaksi anak pada lingkungan masyarakat. Perkembangan anak yang paling besar adalah pada masa keemasan yaitu saat anak berusia 0-6 tahun pada masa ini sangat penting anak memperoleh rangsangan untuk perkembangan anak dalam perkembangan anak ada beberapa aspek motorik kasar, motorik halus, bahasa dan kemampuan bersosial.

Motorik kasar merupakan gerakan yang menggunakan beberapa otot besar, dalam motorik kasar ini dapat mengasah kemampuan lokomotor yaitu berlari, meloncat, mendorong, lalu juga dapat meningkatkan kemampuan manipulative dengan gerakan melambungkan bola, menendang dan melempar. Dari pernyataan tersebut menyatakan bahwa dalam pengembangan kemampuan motorik kasar itu

---

memerlukan gerakan yang menggunakan beberapa otot besar yang bisa didapatkan dari aktivitas fisik dirumah. (Goodway et al., 2019)

Pemahaman dan pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh pendidikan yang dianyam, pendidikan dapat memberikan pengetahuan atau wawasan. Orang tua yang mempunyai pendidikan yang rendah dapat berpengaruh pada pola asuh terhadap anak, yang berdampak pada rendahnya pengetahuan tentang pentingnya motorik kasar, dengan ketidaktahuan orang tua tentang pengembangan motorik kasar anak, seringkali orang tua tidak mengizinkan anak untuk bermain atau melakukan aktivitas. (Notoatmodjo, 2010)

Studi pendahuluan yang dilakukan Roni Saputra tahun 2013 di PAUD Kasih Ibu Bengkalis tentang tingkat pemahaman dan pengetahuan orang tua terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Data dari hasil penelitian tersebut ada (65,62%) atau 21 orang tua yang tidak paham tentang pentingnya pengembangan kemampuan motorik kasar anak, ada (25%) atau 8 orang yang berpengetahuan sedang, lalu ada (9,37%) atau 3 orang yang mempunyai pengetahuan tinggi tentang pengembangan motorik kasar anak.

Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini ini dapat dikatakan penting karena perkembangan motorik kasar anak akan berdampak pada anak untuk kedepannya Motorik kasar yang kurang sempurna akan mengakibatkan anak kurang percaya diri dalam bersosial dan menyebabkan rasa tidak percaya diri dan merasa dirinya rendah. Bila hal itu selalu terjadi alhasil dapat mengakibatkan ketidakstabilan emosional pada anak, maka dari itu diharapkan orang tua dapat membimbing anak agar dapat melakukan aktivitas fisik yang terstruktur untuk keseimbangan, kelincahan dan melatih keberanian anak. (Sujiono, 2015:10)

Manfaat pengembangan kemampuan motorik kasar adalah dalam perkembangan fisiologi anak perkembangan sosial anak serta perkembangan mental anak. Dari pernyataan diatas menunjukkan bahwa motorik kasar anak sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, dalam hal ini pentingnya perkembangan fisiologi anak yaitu dengan bergerak maka akan menjaga kesehatan jantung dan juga meningkatkan peredaran darah dan pernafasan, lalu pentingnya perkembangan sosial anak diantara lain meningkatkan kepercayaan diri anak maka dari itu anak akan lebih percaya diri dalam bersosial dan berbaur bersama teman temannya, dan yang terakhir pentingnya perkembangan kognitif anak yaitu meningkatkan rasa ingin tahu anak terhadap suatu benda dan menumbuhkan kreatifitas dan imajinasi anak, serta dapat membuat fungsi belahan otak kanan dan otak kiri menjadi seimbang. (sujiono, 2008)

Pengembangan kemampuan motorik kasar anak ini perlu di stimulasi dengan baik dan optimal karena akan mempengaruhi perilaku anak setiap harinya, (Sujiono, Sumantri & Chandrawati, 2008). Jika tidak dilakukan dengan optimal maka akan menjadikan anak mempunyai kesulitan berkembang dan lebih lambat dari pada anak yang lain, akan menyebabkan gangguan perkembangan koordinasi (GPK), gangguan perkembangan koordinasi merupakan gangguan perkembangan yang menghambat prestasi belajar atau akademik atau sering gagal dalam ujian karena tulisannya jelek dan lamban. Tetapi pengembangan motorik kasar anak usia dini tidak selalu berkembang secara optimal, karena adanya berbagai gangguan saat proses perkembangannya, proses adaptasi anak dalam lingkungan akan berpengaruh apabila ada masalah dalam motorik kasar anak (Raharjo, 2012).

Anak usia dini merupakan masa keemasan, karena pada masa itu anak mengalami perkembangan yang begitu besar. Ingin tahu dan sangat peka terhadap hal-hal baru yang anak ketahui. Hal itu dapat dilihat ketika mereka bertanya atas apa yang mereka lihat, apabila pertanyaannya dan keingintahuannya belum terjawab, maka mereka akan terus menerus bertanya sampai mereka mengetahui dari maksud pertanyaannya. Oleh karena itu sangat penting memberikan rangsangan dan stimulus dalam program parenting pada anak usia dini. NAEYC (National Association for The Education of Young Children) Dalam pernyataan tersebut pentingnya orang tua dalam program parenting yaitu diharuskan lebih dulu mengenal pentingnya tahapan tahapan yang perlu diperhatikan pada masa golden age.

Aktivitas fisik adalah suatu gerakan tubuh yang dikerjakan oleh seluruh otot dan penunjangnya, Aktivitas fisik merupakan seluruh gerak tubuh yang diakibatkan oleh kerja otot, aktivitas fisik dibagi menjadi tiga bagian yaitu aktifitas ringan, aktifitas sedang dan aktifitas berat. Dari pernyataan diatas mengemukakan bahwa aktifitas fisik sangatlah banyak dan luas, untuk pengembangan kemampuan motorik kasar yang dilakukan oleh Orang tua pada anak usia dini. tentu saja menggunakan aktifitas fisik ringan karena akan diterapkan untuk anak usia dini, ada beberapa aktivitas fisik ringan yang dapat diterapkan untuk anak usia dini yakni bermain, olahraga, melatih anak berlari, bersepeda, dan juga masih banyak lagi aktivitas fisik yang ringan untuk pengembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini, aktivitas fisik juga memiliki beberapa manfaat selain dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak juga dapat meningkatkan kesehatan fisik, meningkatkan kecerdasan anak, meningkatkan imunitas anak, meningkatkan daya ingat dan juga mengurangi resiko obesitas pada anak.

Melakukan adanya proses perkembangan kemampuan motorik kasar yang dilakukan untuk anak yang dilakukan melalui aktifitas fisik dirumah dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini, Pentingnya pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak yaitu dalam rangka mengupayakan anak untuk berkembang menjadi anak yang lebih aktif sekaligus menambah kesehatan fisik anak agar tidak mudah terkena penyakit, dan menambah imun tubuh apalagi dimasa sekarang zaman yang semakin banyak jenis jenis penyakit.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Fisik Dirumah". Penulis ingin mengetahui aktivitas fisik yang diberikan orang tua terhadap anak dalam pengembangan kemampuan motorik kasar.

## Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian deskriptif, dengan memakai pendekatan kualitatif yang nantinya akan menghasilkan data deskriptif berwujud kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang serta perilaku yang mampu diobservasi. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah dengan cara:

### 1 Wawancara

Esterberg (Sugiyono, 2012) mendefinisikan wawancara sebagai berikut: Wawancara merupakan pertemuan antara dua orang yang akan saling memberikan informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara sebagai teknik yang digunakan untuk mengambil data tentang kegiatan-kegiatan yang dilakukan anak dirumah dalam menstimulasi kemampuan motorik kasar. Ketika peneliti sedang melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan peneliti juga ingin mengetahui informasi lebih mendalam pada responden melalui tatap muka atau secara langsung. Wawancara ini dilaksanakan secara daring kepada orang tua atau wali dari anak usia dini, mengingat pandemic Covid 19 masih berlangsung dan wawancara yang dilakukan secara online melalui sosial Whatsapp.

### 2 Observasi

Observasi ini dilakukan dengan tujuan memperoleh gambaran mengenai perkembangan motorik kasar anak usia dini sebagai dampak dari pengembangan kemampuan motorik kasar yang dilakukan orang tua melalui aktivitas fisik dirumah. Dalam observasi peneliti melakukan pengamatan tentang aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak dirumah.

### 3 Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini mengenai aktivitas fisik motorik kasar yang dilakukan anak selama proses pembelajaran Data yang diambil perkembangan anak dalam bergerak dan keaktifan anak.

Informan penelitian merupakan responden atau orang yang akan diwawancarai atau di gali informasi oleh peneliti. Informan penelitian biasanya tidak hanya orang tetapi benda atau lembaga organisasi yang akan diteliti. Informan penelitian dalam penelitian ini adalah Orang Tua atau wali Anak usia dini yang berusia 4-5 tahun, jumlah sumber penelitian 10 orang tua atau wali.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis data Miles dan Huberman yang dikutip Sugiyono, 2015 : 247. Kegiatan analisis data tersebut dilakukan dengan *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing or verification*. Berikut ini akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut :

- a. *Data Collection* (Pengumpulan data): Data yang sudah diperoleh saat melakukan penelitian kemudian dikumpulkan dan disaring, hasil dari catatan tersebut dianalisis dan disekripsikan lalu dibuat seperti catatan refleksi yang berisi pendapat peneliti atas data yang sudah diperoleh lapangan.
- b. *Data Reduction* (Reduksi Data): Data reduksi atau bisa disebut merangkum, memilih pokok atau mencari poin-poin yang penting saja dan membuang data yang tidak diperlukan. Dalam teknik analisis ini peneliti merangkum data dan menyusun secara sistematis yang dapat memberikan gambaran yang jelas, data yang akan direduksi meliputi dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi.
- c. *Display Data* (Penyajian Data): Tahapan setelah data direduksi atau dirangkum maka tahap selanjutnya adalah penyajian data dalam penelitian kualitatif penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, metode yang digunakan ini dapat menghasilkan sebuah narasi yang mudah untuk dipahami. Hal ini bertujuan untuk mengetahui tindakan apa yang akan dilakukan selanjutnya.
- d. *Conclusion Drawing or Verification* (Penarikan Kesimpulan): Penarikan kesimpulan atau verifikasi data ini adalah kegiatan yang dilakukan untuk mencari makna dari data yang sudah dikumpulkan dan

menyusun pola hubungan informasi dan masalah yang ingin diteliti dan ditafsirkan sesuai dengan masalahnya.

Pengembangan validitas yang digunakan oleh peneliti adalah triangulasi sumber dan triangulasi teknik dalam menguji kredibilitas sebagai pengecekan data dari berbagai sumber, data dan waktu Sugiyono (2008 : 274) triangulasi yang dipakai oleh peneliti ada dua, antara lain sebagai berikut:

- 1 Triangulasi sumber, merupakan teknik yang membandingkan sumber satu dengan sumber lainnya untuk mengetahui kebenaran dan ketepatan.
- 2 Triangulasi teknik, merupakan teknik yang mengecek data dengan sumber yang sama tetapi dengan teknik yang berbeda dan juga waktu yang berbeda untuk menguji kebenaran dan ketepatan.

Pengambilan data harus diselaraskan dengan kondisi narasumber. Dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber yaitu dengan membandingkan satu sumber dengan sumber lainnya dalam memperoleh informasi, untuk triangulasi teknik ini adalah teknik mengecek sumber yang sama tetapi menggunakan teknik yang berbeda dan juga waktu yang berbeda.

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini didasarkan pada variabel orangtua yaitu orangtua yang tidak memberikan fasilitas kepada anak untuk bermain, orang tua yang memiliki pendidikan yang rendah akan berpengaruh pada pola asuh terhadap anak, yang berdampak pada rendahnya pengetahuan tentang pentingnya motorik kasar.

Hasil penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang dilakukan terhadap informan penelitian, yakni orangtua mengenai aktivitas fisik anak mereka memang cenderung tidak mengerti tentang motorik kasar anak dan juga tidak mengerti tentang bahaya jika motorik kasar anak kurang optimal atau gagal, anak cenderung pemalu, kurang aktif, kurang bersosialisasi, dari hal tersebut orang tua memberikan kebebasan anak dalam beraktivitas. Aktivitas fisik yang akan dilakukan oleh anak usia dini merupakan aktivitas yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar, meningkatkan keseimbangan, keterampilan manipulative, dan untuk melatih kemampuan lokomotor anak.

Aktivitas fisik dirumah yang sering dilakukan dalam pengembangan kemampuan motorik kasar anak		
No	Nama Anak	Aktivitas Fisik
1	ZN	a. bermain bola b. berlari c. senam d. berjalan digaris e. menari
2	AK	a. menirukan gaya hewan b. bermain bola c. bermain lompat tali
3	AY	a. senam b. menirukan gaya hewan
4	JT	a. bermain masak masakan b. bermain sepak bola c. menirukan gaya hewan
5	KR	a. senam b. bermain lompat tali c. latihan memasak
6	CD	a. berjalan di garis b. menirukan gaya hewan c. bermain ayunan d. bernyanyi e. permainan merangkak
7	SE	a. bermain engklek b. menari c. berlari

		d. mengejar balon
8	MN	a. menirukan gaya hewan b. senam c. naik turun tangga d. berkebun
9	VC	a. bermain bola b. playground c. menirukan gaya hewan
10	DF	a. berjalan digaris b. menirukan gaya hewan c. berlari

Gambaran yang ditemui dilapangan dapat bahwa orang tua menerapkan beberapa Aktivitas fisik Dirumah, diantaranya yaitu meliputi bermain bola, menirukan gerakan hewan, berjalan digaris, menari, senam, playground, bermain lompat tali bermain engklek .

Hasil penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan terhadap informan penelitian, yakni orangtua mengenai aktivitas fisik anak mereka memang cenderung tidak mengerti tentang motorik kasar anak dan juga tidak mengerti tentang bahaya jika motorik kasar anak kurang optimal atau gagal, anak cenderung pemalu, kurang aktif, kurang bersosialisasi, dari hal tersebut orang tua memberikan kebebasan anak dalam beraktivitas. Aktivitas fisik yang akan dilakukan oleh anak usia dini merupakan aktivitas yang dapat mengembangkan kemampuan motorikk kasar, meningkatkan keseimbangan, keterampilan manipulatif, dan untuk melatih kemampuan lokomotor anak.

Penelitian ini diperoleh dari hasil observasi dan dokumentasi yang dilakukan terhadap informan penelitian yang berjumlah 10, yakni orangtua mengenai aktivitas fisik anak mereka memang cenderung tidak mengerti tentang manfaat dari motorik kasar anak dan juga tidak mengerti tentang bahaya jika motorik kasar anak kurang optimal atau gagal, jadi dari hal tersebut orang tua memberikan kebebasan anak dalam beraktivitas dan ikut dalam pengembangan kemampuan motorik kasar anak yang meliputi bermain bola jadi orang tua ikut bermain dalam permainan ini dengan melempar bola ke anaknya dan anaknya menangkap lalu bola tersebut dilemparkan lagi ke orang tuanya.

Menirukan gerakan hewan, dalam gerakan ini orang tua memberikan anak tantangan dengan menyebut nama satu hewan dan anak harus mengikuti gerakan hewan yang dikatakan orang tuanya. Berjalan digaris, ini cukup mudah untuk orang tua lakukan yaitu dengan membuat garis dan memberikan anaknya tantangan untuk berjalan melewati dengan berjalan diatas garis yang sudah ditentukan. Menari, untuk menari orang tua cukup menyalakan musik dan sesekali menstimulasi anak agar menari dengan sendirinya. Senam, dalam aktivitas senam ini biasanya orang tua juga mengikuti agar anak juga mengikuti gerakan yang dilakukan oleh orang tua karena senantiasa anak mengikuti hal yang dia lihat dan orang tuanya lakukan. Bermain lompat tali jadi anak ini difasilitasi orang tua dalam bermain lompat tali yang dapat meningkatkan keaktifan kaki anak. Bermain engklek yang dilakukan oleh orang tua yaitu dengan bermodal lantai dan bermain sesuai dengan garis dari permainan engklek. Aktivitas fisik berlari ini sangat mudah dilakukan oleh anak yang mempunyai halaman rumah yang cukup luas untuk melakukan aktivitas berlari. Aktivitas fisik melalui playground ini cukup mudah untuk anak yang rumahnya dekat dengan playground.

Aktivitas fisik yang dapat dilakukan pada anak usia dini adalah aktivitas yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar, aktivitas fisik dengan gerakan, aktivitas untuk keseimbangan, ketrampilan manipulatif, dan ketrampilan untuk melatih kemampuan lokomotor. (Anggraini et al., 2014).

a. Aktivitas Fisik untuk Keterampilan Dasar

Aktivitas fisik yang dapat meningkatkan keterampilan dasar seperti berlari dan berjalan dengan teman-temannya. Mengejar bola, petak umpet. Cara melatih keterampilan dasar juga bisa dilakukan dengan melakukan permainan meniup balon kemudian anak di perintah untuk mengejar balon tersebut. Selain itu juga dapat melakukan permainan menendang bola di air dan melempar bola air pada tempat tertentu.

b. Aktivitas Fisik Dengan Bernyanyi dan Bergerak

Permainan ini anak aktif bergerak dan bersenang senang dengan bernyanyi diiringi musik, anak juga dapat menggerakkan tubuh seperti berjoget, anak dapat berlari, melompat dan menggerakkan seluruh anggota tubuhnya. Dalam bernyanyi pun anak dapat melatih kelenturan tubuh serta mengenal musik sejak dini

c. Aktivitas Fisik Untuk Melatih Keseimbangan

Aktivitas fisik ini dalam melatih keseimbangan, dapat melakukan permainan dengan duduk dibola besar dan bertahan agar anak tidak terjatuh. Keseimbangan dapat dilakukan dengan permainan ayunan, yang dapat disertai musik anak juga dapat bermain untuk mengambil benda-benda yang berada dibawah seperti daun gugur atau benda apapun, sehingga dapat melatih keseimbangan anak usia dini.

d. Aktivitas Fisik Untuk Melatih Keterampilan Lokomotor

Melatih kemampuan lokomotor atau kemampuan motorik dengan permainan merangkak, berjalan diatas susunan benda yang sudah diatur, seperti berjalan diatas tumpukan daun-daun, berjalan diatas bola-bola plastik, berjalan diatas pasir, berjalan diatas tanah, bisa juga dengan gerakan apapun yang dapat meningkatkan motorik anak, kemampuan lokomotor dapat membiasakan anak untuk melakukan gerakan pada anggota tubuh.

e. Aktivitas Fisik Untuk Melatih Kemampuan Manipulatif

Permainan ini dapat meningkatkan koordinasi antara mata, tangan dan kaki. Permainan ini seperti menendang bola pada titik tertentu dengan kaki yang bergantian, sehingga dapat melatih koordinasi antara mata dan kaki. Cara meningkatkan kemampuan manipulatif juga dapat dilakukan dengan mengejar balon-balon air kemudian menusuk balon dengan jari, lalu permainan lainnya seperti anak diarahkan untuk berjalan diruang renang, dengan menggunakan senter kita menggerakkan cahaya senter kedepan dinding atas kanan kiri bawah, agar anak mengikuti cahaya tersebut

Pengembangan kemampuan motorik kasar dilakukan oleh orang tua karena sebelumnya kurang kesadaran orang tua akan motorik kasar anak karena menurut orang tua kebutuhan anak hanyalah soal akademik saja dan belajar, menurut orang tua juga beraktivitas untuk anak kurang bermanfaat karena cenderung anak ketika setelah sekolah ingin bermain dilarang oleh orang tua malah disuruh tidur.

Aktivitas fisik yang dilakukan dirumah oleh ZN meliputi bermain bola, berlari, senam, berjalan digaris dan menari. Karena ZN ini aktif dalam bergerak dan orang tuanya sering mengajak ZN untuk senam dipagi hari. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh AK yaitu menirukan gaya hewan, karena dinilai mudah dilakukan dan juga dapat memberikan sedikit pengetahuan tentang nama atau jenis hewan, tidak hanya itu AK juga melakukan aktivitas bermain bola dan bermain lompat tali, karena dirumah AK ada lapangan jadi biasanya AK bermain bola di halaman rumahnya.

Temuan peneliti yang diperoleh dari hasil penelitian terhadap informan AK, AY, JT, CD, MN, VC, DF. Yang melakukan aktivitas fisik menirukan gaya hewan, karena orang tuanya memberikan penjelasan mudah dilakukan dan tidak perlu untuk keluar rumah. Tidak hanya itu aktivitas fisik tersebut juga menambah wawasan mengenai nama-nama hewan dan anak dapat berkreasi gerakan yang menyerupai hewan tersebut, anak juga sangat senang melakukan aktivitas tersebut. Selanjutnya informan ZN, AY, KR, MN. Yang melakukan aktivitas fisik senam karena orang tua dari anak-anak setiap pagi hari kamis dan minggu selalu melakukan senam bersama tetangga dan anak-anak. Selanjutnya aktivitas fisik berlari dilakukan oleh ZN, SE, DF. Karena didaerah rumahnya sepi jadi sering bermain lari-lari orang tua juga mengawasi anaknya dalam aktivitas fisik berlari dan bermain ini agar tidak ada hal-hal yang tidak diinginkan terjadi. Aktivitas fisik bermain bola dilakukan oleh ZN, AK, JT. Selain hobi anak bermain sepak bola, disana juga ada lapangan yang lumayan luas untuk anak bermain sesuka hati.

Berdasarkan data-data yang sudah didapatkan peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa Kegiatan aktivitas fisik yang sebagian besar atau 7 dari 10 yang dilakukan oleh anak adalah aktivitas menirukan gaya hewan, dikarenakan mudah tanpa alat dan bisa dilakukan dirumah dan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

## Simpulan

Aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak antara lain menari, berlari, senam, menirukan gaya hewan, bermain sepak bola, bermain engklek, bermain bola, mengejar balon, permainan merangkak, latihan memasak, berkebun, berjalan digaris dan bermain lompat tali. Hasil wawancara yang sudah diperoleh dan dapat disimpulkan bahwa Kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan sebagian besar anak adalah aktivitas menirukan gaya hewan, dikarenakan mudah tanpa alat dan bisa dilakukan dirumah. Aktivitas fisik tersebut dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

Berdasarkan hasil yang sudah diperoleh dan sudah disimpulkan maka peneliti memberikan saran. Bagi Orang tua tentunya saran penulis adalah untuk menambah kegiatan motorik kasar lagi seperti bermain menyusun benda atau bermain puzzle agar dapat meningkatkan motorik serta kreativitas anak, dan lebih memperhatikan lagi bahwa kebutuhan anaknya bukan hanya kebutuhan belajar akademik saja melainkan

---

kebutuhan dalam bergerak atau beraktivitas. Anak usia dini merupakan golden age yang dimana peran orang tua seutuhnya sangat berpengaruh, sebab di usia dini, anak akan selalu menangkap apapun yang dilihat dan didengar. Hal ini yang akan berdampak terhadap perkembangan motoric kasar anak mereka.

## **Daftar Rujukan**

- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. Jones & Bartlett Learning. <https://books.google.co.id/books?id=h5KwDwAAQBAJ>
- Hayati, H. S., Myrnawati, C., & Asmawi, M. (2017). Effect of traditional games, learning motivation and learning style on childhoods gross motor skills. *International Journal of Education and Research*, 5(7), 53–66.
- Raharjo, M. D. K. (2012). *Asuhan Neonatus. Bayi, Balita Dan Anak Prasekolah*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rink, J., Hall, T. J., & Williams, L. H. (2010). *Schoolwide Physical Activity: A Comprehensive Guide to Designing and Conducting Programs*. Human Kinetics. [https://books.google.co.id/books?id=psJ7w5eL%5C\\_bQC](https://books.google.co.id/books?id=psJ7w5eL%5C_bQC)
- Ruiz-esteban, C., Terry, J., & Inmaculada, M. (2020). Analysis of Motor Intervention Program on the Development of Gross Motor Skills in Preschoolers.
- Sujiono, Bambang. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sukamti, E. R. (2010). Kontribusi Mata Kuliah Pendukung Bukan Prasyarat Terhadap Nilai Perkembangan Motorik Pada Mahasiswa Angkatan Tahun 2007. Abstrak Hasil Penelitian Dosen Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2010, 205. [http://eprints.ums.ac.id/21319/2/BAB\\_I.pdf](http://eprints.ums.ac.id/21319/2/BAB_I.pdf)
- Sunaryo, S. (2007). Intervensi dini anak berkebutuhan khusus. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 113–114.
- Susilaningrum, Rekawati and Utami, S. and others. (2013). *Asuhan keperawatan bayi dan anak*.
- Westendorp, M., Hartman, E., Houwen, S., Huijgen, B. C. H., Smith, J., & Visscher, C. (2014). A longitudinal study on gross motor development in children with learning disorders. *Research in Developmental Disabilities*, 35(2), 357–363. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.11.018>