

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 3-4 TAHUN DENGAN PERMAINAN MELEMPAR BOLA

Yuliati¹, Gunawan², Mukhtar Zaini Dahlan³, Nurhafit Kurniawan⁴

Universitas PGRI Argopuro Jember

Email: yuliatimawar515@gmail.com¹, gunawan_gs@ymail.com², mukhtarzaini@gmail.com³
nurhafitkurniawan@gmail.com⁴

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurang optimalnya perkembangan motorik kasar pada anak usia 3-4 tahun di KB MAWAR II Jember, yang berisiko menghambat kemandirian dan kepercayaan diri mereka. Fokus penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak, yang mencakup aspek keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan, melalui implementasi permainan melempar dan menangkap bola besar. Sebagai langkah penting, penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus pada 20 anak. Setiap siklus mencakup tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, di mana data dikumpulkan melalui lembar observasi dan tes kinerja. Temuan utama menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan. Pada siklus I, rata-rata pencapaian indikator masih di bawah 50%, namun setelah perbaikan pada siklus II, terjadi lonjakan pencapaian yang melampaui target keberhasilan 75%, dengan indikator keseimbangan mencapai 81%, kekuatan 93%, dan kelenturan 92%. Kesimpulannya, penerapan permainan melempar bola secara terstruktur terbukti menjadi strategi yang sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 3-4 tahun, dengan menstimulasi perkembangan fisik secara optimal melalui kegiatan bermain yang menyenangkan.

Kata Kunci: *Motorik Kasar, Permainan Bola, Penelitian Tindakan Kelas*

ABSTRACT

This research is motivated by the suboptimal gross motor development of 3-4 year-old children at the MAWAR II Jember Kindergarten, which risks hampering their independence and self-confidence. The focus of this study was to improve children's gross motor skills, including balance, strength, and flexibility, through the implementation of a large ball throwing and catching game. As a crucial step, this study used the Classroom Action Research (CAR) method, implemented in two cycles with 20 children. Each cycle included planning, action, observation, and reflection, with data collected through observation sheets and performance tests. The main findings showed a very significant improvement. In the first cycle, the average achievement of indicators was still below 50%, but after improvements in the second cycle, there was a surge in achievement exceeding the 75% success target, with balance indicators reaching 81%, strength 93%, and flexibility 92%. In conclusion, implementing a structured ball throwing game has proven to be a highly effective strategy for improving gross motor skills in 3-4 year-old children by stimulating optimal physical development through enjoyable play activities.

Keywords: *Gross Motor Skills, Ball Games, Classroom Action Research*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan jenjang pendidikan fundamental yang menjadi landasan bagi seluruh tahap perkembangan manusia selanjutnya. Periode ini secara luas diakui sebagai masa keemasan (*golden age*), di mana pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung dengan sangat pesat (Jamaluddin et al., 2021; Kasriyati et al., 2021; Wiyani, Copyright (c) 2025 LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran

2015). Pendidikan pada tahap ini merupakan sebuah upaya pembinaan yang bertujuan untuk mendukung tumbuh kembang anak secara holistik, dengan penekanan khusus pada pengembangan aspek fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral (Bun et al., 2020; Musdalifa et al., 2025). Menurut Isjoni (2011), masa usia dini adalah saat yang paling tepat untuk mengoptimalkan seluruh potensi dan intelektualitas anak. Oleh karena itu, stimulasi yang terarah dan berkualitas pada jenjang PAUD tidak hanya akan memberikan dampak positif terhadap keberhasilan akademis anak di masa depan, tetapi juga akan membentuk fondasi kepribadian dan keterampilan hidupnya secara menyeluruh.

Di antara berbagai aspek perkembangan, pengembangan fisik-motorik memegang peranan yang sangat krusial. Perkembangan motorik secara umum dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik kasar, yang melibatkan gerakan otot-otot besar seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar, menjadi dasar bagi anak untuk dapat beraktivitas fisik secara aktif dan sehat (Fadilla et al., 2025; Izzati, 2019). Kurikulum PAUD menjadi acuan penting bagi guru dalam merancang materi pembelajaran, termasuk dalam memberikan stimulasi motorik kasar yang tepat. Jika materi atau kegiatan yang diberikan tidak sesuai dengan tahap perkembangan anak, maka kemampuan gerak dasar seperti koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot besar bisa menjadi kurang maksimal (Hafifah, 2016). Oleh karena itu, pemahaman guru dan orang tua mengenai pentingnya stimulasi motorik menjadi kunci utama (Dahlan, 2023).

Secara ideal, lingkungan Pendidikan Anak Usia Dini seharusnya menjadi sebuah arena yang kaya akan stimulasi untuk perkembangan motorik kasar. Proses pembelajaran yang ideal adalah yang mampu menyediakan berbagai kegiatan bermain yang terstruktur namun tetap menyenangkan, sehingga anak dapat melatih kemampuan geraknya secara alami (Mukhlisah et al., 2024; Rizkiaadni et al., 2025; Salsabila et al., 2025). Permainan yang melibatkan aktivitas fisik, seperti berlari mengejar teman atau bermain bola, merupakan cara yang sangat efektif. Melalui permainan, anak tidak hanya menggerakkan tubuhnya, tetapi juga belajar tentang aturan, kerja sama, dan sportivitas (Christina et al., 2025; Irwansyah & Fransori, 2021; Musdalifa et al., 2025). Sebagai contoh, dalam permainan lempar tangkap bola, anak akan belajar mengoordinasikan gerakan mata, tangan, dan kaki secara bersamaan. Lingkungan yang ideal adalah yang mampu memfasilitasi kegiatan semacam ini secara aman dan suportif, dengan bimbingan dari pendidik yang memahami tahap perkembangan anak.

Namun, dalam realitasnya, seringkali ditemukan kesenjangan antara kondisi ideal tersebut dengan praktik yang terjadi di lapangan. Kurangnya aktivitas fisik yang terstruktur pada anak usia dini dapat menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar. Hal ini bisa terjadi karena anak tidak mendapatkan kesempatan yang cukup untuk melatih koordinasi, kekuatan otot, dan keterampilan geraknya. Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan di PAUD KB Mawar II, ditemukan bahwa kemampuan motorik kasar anak, khususnya dalam hal melempar dan menangkap bola, secara umum masih belum berkembang secara optimal. Sebagian anak masih terlihat kaku dan kurang terampil dalam melakukan gerakan tersebut. Kesenjangan antara potensi anak untuk bergerak aktif dengan keterampilan motorik yang masih rendah ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk menerapkan sebuah intervensi pembelajaran yang spesifik.

Untuk menjembatani kesenjangan tersebut, diperlukan sebuah pendekatan pembelajaran yang fokus, menarik, dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Salah satu metode yang sangat potensial adalah melalui kegiatan bermain lempar dan tangkap bola yang dirancang secara khusus. Berbeda dengan permainan bebas, kegiatan ini dapat distrukturkan sebagai sebuah intervensi pedagogis. Untuk memudahkan anak-anak di PAUD KB Mawar II, peneliti merancang penggunaan media berupa bola yang berukuran besar, berwarna menarik, ringan, Copyright (c) 2025 LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran

dan mudah untuk digenggam. Penggunaan media yang tepat ini berfungsi sebagai rangsangan eksternal yang diharapkan dapat meningkatkan minat dan motivasi anak untuk berpartisipasi aktif dalam permainan. Dengan demikian, proses latihan motorik kasar tidak lagi terasa sebagai sebuah tugas, melainkan sebagai sebuah aktivitas bermain yang menyenangkan.

Penelitian ini menawarkan sebuah nilai kebaruan dengan berfokus pada implementasi sebuah intervensi yang sangat spesifik dan terukur untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Jika banyak penelitian lain membahas pentingnya permainan secara umum, maka inovasi utama dari penelitian ini terletak pada analisis efektivitas kegiatan "bermain lempar tangkap bola besar" sebagai sebuah metode pembelajaran yang terstruktur di lingkungan PAUD. Penelitian ini akan mengkaji secara mendalam bagaimana sebuah permainan sederhana, ketika dirancang dengan tujuan pedagogis yang jelas dan didukung oleh media yang tepat, dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan keterampilan motorik kasar anak. Pendekatan ini mengubah sebuah permainan biasa menjadi sebuah strategi intervensi yang dapat diamati dan dievaluasi hasilnya secara sistematis.

Berdasarkan latar belakang dan kesenjangan yang telah diuraikan, tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis secara mendalam bagaimana kegiatan bermain lempar dan tangkap bola besar dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini di PAUD KB Mawar II. Diharapkan, hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan, baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, penelitian ini akan memperkaya literatur mengenai strategi stimulasi motorik pada anak usia dini. Secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah model pembelajaran yang konkret dan mudah diaplikasikan oleh para pendidik PAUD lainnya dalam upaya mengoptimalkan perkembangan fisik anak melalui kegiatan bermain yang terarah, efektif, dan menyenangkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan secara kolaboratif untuk memecahkan masalah pembelajaran dan meningkatkan kualitas proses pendidikan. Penelitian ini berlangsung dalam dua siklus, di mana setiap siklusnya mengikuti alur spiral yang terdiri dari empat tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 20 orang anak di PAUD KB MAWAR II Suci, Jember, pada tahun pelajaran 2024/2025. Objek atau fokus utama dari penelitian ini adalah upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui penerapan kegiatan melempar bola besar. Tindakan ini dipilih berdasarkan identifikasi masalah awal yang menunjukkan perlunya stimulasi yang lebih terarah untuk mengembangkan aspek motorik kasar pada anak-anak di kelas tersebut.

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua teknik utama, yaitu observasi dan dokumentasi. Teknik observasi menjadi metode utama yang digunakan untuk mengamati dan mengumpulkan data secara langsung mengenai perkembangan kemampuan motorik kasar anak selama mereka terlibat dalam kegiatan melempar bola. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi yang dirancang dalam format daftar periksa (*checklist*) untuk merekam secara sistematis perubahan yang terjadi pada aspek-aspek spesifik, seperti kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan anak. Sementara itu, teknik dokumentasi digunakan sebagai metode pendukung untuk mengumpulkan bukti-bukti visual berupa foto atau catatan penting mengenai peristiwa-peristiwa yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, di mana data hasil observasi diuraikan dalam bentuk kata-kata atau kalimat untuk menggambarkan secara rinci proses dan hasil dari setiap siklus. Selain itu, data kuantitatif

dari lembar observasi dianalisis menggunakan statistik sederhana untuk menghitung persentase ketuntasan klasikal. Indikator keberhasilan dalam penelitian tindakan kelas ini ditetapkan secara jelas, yaitu penelitian dianggap berhasil apabila minimal 75% dari seluruh anak di kelas tersebut telah berhasil mencapai kriteria capaian perkembangan “Berkembang Sesuai Harapan” (BSH) pada aspek kemampuan motorik kasar yang menjadi fokus dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Siklus I

Tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi merupakan bagian dari pelaksanaan siklus I. Penelitian siklus I dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan. Hasil penelitian siklus I menunjukkan bahwa: a) kemampuan pada pertemuan pertama, melempar dan menangkap bola dengan seimbang meningkat sebesar 33% dan pada pertemuan berikutnya meningkat sebesar 53% dengan nilai rata-rata 43%; b) kemampuan melempar bola dan menangkapnya dengan tepat meningkat sebesar 32% pada pertemuan awal dan meningkat sebesar 46% pada pertemuan kedua, dengan nilai rata-rata 39%; dan c) kemampuan pada pertemuan pertama, melempar dan menangkap bola dengan cepat meningkat sebesar 32% dan pada pertemuan berikutnya meningkat sebesar 62% dengan nilai rata-rata 47%.

Refleksi dari siklus pertama mengindikasikan bahwa seluruh rangkaian kegiatan penelitian terlaksana sesuai rencana. Meskipun pada awal tindakan di hari pertama anak-anak tampak belum terampil dalam melempar dan menangkap bola, motivasi dan bimbingan berkelanjutan dari guru dan peneliti menunjukkan respons positif. Pada pelaksanaan tindakan siklus I, ditemukan bahwa beberapa anak cenderung bermain lempar tangkap bola secara bebas tanpa mengindahkan petunjuk yang diberikan. Menanggapi hal ini, peneliti dan guru secara intensif memberikan bimbingan dan motivasi kepada anak-anak. Tindakan ini bertujuan untuk membantu anak-anak belajar melempar dan mengambil bola dengan benar. Namun, secara keseluruhan, proses penelitian Siklus I menunjukkan peningkatan, meskipun belum mencapai target keberhasilan.

Tabel 1. Hasil Pengamatan Siklus I

Indikator	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Rata-rata Siklus I
Keseimbangan	33%	53%	43%
Kekuatan	32%	46%	39%
Kelenturan	32%	62%	47%

B. Siklus II

Perencanaan, pelaksanaan kegiatan, observasi, dan refleksi merupakan proses pelaksanaan siklus II. Penelitian siklus II menggunakan kegiatan yang sama seperti melempar dan menangkap bola, tetapi peneliti memberi setiap anak kesempatan untuk berpartisipasi secara individual dengan memberi mereka hadiah. Hal ini mendorong anak-anak untuk mengambil bagian dalam kegiatan yang membantu perkembangan keterampilan motorik kasar mereka. Penelitian siklus II dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan. Hasil yang dicapai pada siklus II sebagai berikut: a) Kemampuan di saat pertemuan awal, melempar bola dan menangkapnya seimbang sebesar 70% dan pada pertemuan berikutnya sebesar 92% dengan nilai rata-rata 81%; b) Kemampuan pada pertemuan pertama, melempar bola dan menangkapnya dengan tepat sebesar 91% dan pada pertemuan berikutnya sebesar 95% dengan nilai rata-rata 93%; c) Indikator tingkat kelenturan sebesar 91% pada pertemuan awal dan 93% pada pertemuan berikutnya, dengan nilai rata-rata 92%.

Dari awal kegiatan hingga akhir kegiatan, proses penelitian siklus II berjalan lancar sesuai dengan rencana. Siklus kedua tindakan telah ditingkatkan, yang ditunjukkan dengan

jumlah nilai yang diperoleh untuk setiap komponen evaluasi. Penelitian dihentikan dalam siklus kedua karena setiap anak telah mencapai indikator keberhasilan, yaitu 75%. Oleh karena itu, berdasarkan persentase tersebut menunjukkan bahwa aktivitas bermain lempar-tangkap bola besar dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di PAUD KB MAWAR II Suci, Jember.

Tabel 2. Hasil Pengamatan Siklus II

Indikator	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Rata-rata Siklus II
Keseimbangan	70%	92%	81%
Kekuatan	91%	95%	93%
Kelenturan	91%	93%	92%

Pembahasan

Hasil penelitian ini secara meyakinkan menunjukkan bahwa permainan lempar tangkap bola besar yang diimplementasikan melalui metode penelitian tindakan kelas berhasil meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Peningkatan yang signifikan pada tiga indikator utama—keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan—from siklus I ke siklus II menegaskan bahwa intervensi yang terstruktur dan reflektif dapat secara efektif menstimulasi perkembangan fisik anak. Temuan ini sejalan dengan prinsip dasar pendidikan anak usia dini yang menekankan pentingnya pembelajaran melalui bermain (*learning through play*). Aktivitas yang tampak sederhana seperti melempar dan menangkap bola, ketika dirancang dengan tujuan pedagogis yang jelas, terbukti menjadi sarana yang ampuh untuk mencapai target perkembangan spesifik, mengubah kegiatan bermain menjadi sebuah pengalaman belajar yang bermakna dan terukur (Rizkiaadni et al., 2025; Usman et al., 2025).

Analisis terhadap pelaksanaan siklus I memberikan wawasan penting mengenai proses adaptasi anak terhadap aktivitas baru. Meskipun terjadi peningkatan awal, hasil yang belum optimal (keseimbangan 43%, kekuatan 39%, kelenturan 47%) dan kecenderungan beberapa anak untuk bermain secara bebas menunjukkan bahwa pengenalan keterampilan baru memerlukan bimbingan intensif. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan Vygotsky tentang *Zone of Proximal Development* (ZPD), di mana anak memerlukan bantuan atau *scaffolding* dari orang dewasa atau teman yang lebih mampu untuk menguasai keterampilan yang berada sedikit di atas kemampuan mereka saat ini. Peran guru dan peneliti dalam memberikan motivasi dan arahan pada siklus I menjadi jembatan krusial yang membantu anak beralih dari permainan tidak terstruktur menuju aktivitas yang memiliki tujuan pengembangan motorik yang jelas.

Perbaikan yang dilakukan pada siklus II, yaitu dengan memberikan kesempatan partisipasi individual dan insentif berupa hadiah, menjadi titik balik keberhasilan penelitian ini. Modifikasi ini secara efektif mengubah dinamika pembelajaran. Pemberian kesempatan individual memastikan setiap anak mendapatkan porsi latihan yang cukup dan perhatian personal dari guru. Sementara itu, penggunaan hadiah sebagai penguatan positif (*positive reinforcement*) dapat dianalisis melalui kerangka teori behaviorisme. Menurut Gustiningrum (2022), perilaku yang diikuti oleh konsekuensi yang menyenangkan cenderung akan diulangi. Dalam konteks ini, hadiah berfungsi sebagai stimulus yang meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif anak, yang pada gilirannya mempercepat penguasaan keterampilan motorik. Peningkatan drastis pada semua indikator di siklus II (keseimbangan 81%, kekuatan 93%, kelenturan 92%) membuktikan efektivitas kombinasi antara latihan terstruktur dengan motivasi ekstrinsik.

Secara biomekanik, permainan lempar tangkap bola secara langsung menstimulasi sistem motorik anak secara holistik. Untuk menjaga keseimbangan saat melempar atau bersiap menangkap bola, anak harus secara konstan menyesuaikan pusat gravitasinya, yang melatih sistem vestibular dan propriozeptif mereka. Gerakan melempar bola besar memerlukan aktivasi

otot-otot lengan, bahu, dan inti tubuh, yang secara langsung membangun kekuatan. Sementara itu, gerakan meraih bola yang datang dari berbagai arah dan ketinggian menuntut anak untuk meregangkan tubuhnya, sehingga meningkatkan kelenturan dan rentang gerak pada persendian. Proses ini sejalan dengan model perkembangan motorik Gallahue, yang menggambarkan bagaimana anak-anak secara bertahap menguasai pola gerakan fundamental melalui praktik dan pengalaman (Palmizal et al., 2020; Rizkiaadni et al., 2025; Sitompul et al., 2022).

Lebih dari sekadar perkembangan fisik, aktivitas ini juga mengasah koordinasi mata-tangan (*eye-hand coordination*) yang merupakan aspek krusial dari keterampilan motorik kasar. Menangkap bola yang bergerak menuntut anak untuk secara cepat memproses informasi visual (posisi, kecepatan, dan arah bola), lalu menerjemahkannya menjadi respons motorik yang tepat (menggerakkan tangan dan tubuh ke posisi yang benar untuk menangkap). Pengulangan yang terjadi dalam permainan ini memungkinkan otak dan sistem saraf untuk menyempurnakan jalur komunikasi tersebut, sehingga gerakan menjadi lebih efisien, akurat, dan refleksif. Keterampilan koordinasi ini tidak hanya penting untuk aktivitas fisik, tetapi juga menjadi fondasi bagi keterampilan lain seperti menulis dan aktivitas sehari-hari yang memerlukan presisi (Carsono et al., 2025; Musdalifa et al., 2025; Shirota et al., 2016).

Implikasi praktis dari penelitian ini sangat signifikan bagi para pendidik anak usia dini. Temuan ini menyediakan sebuah model intervensi yang sederhana, murah, dan mudah direplikasi untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar. Guru dapat dengan mudah mengadopsi permainan lempar tangkap bola sebagai bagian dari kegiatan rutin di dalam maupun di luar kelas. Lebih penting lagi, penelitian ini mencontohkan kekuatan dari siklus penelitian tindakan kelas: mengamati, merencanakan, bertindak, dan merefleksikan. Kemampuan guru untuk mengidentifikasi masalah pada siklus I dan secara kreatif memodifikasi pendekatannya pada siklus II adalah kunci keberhasilan. Hal ini menegaskan bahwa guru bukan hanya pelaksana kurikulum, tetapi juga seorang peneliti di kelasnya sendiri yang mampu menciptakan solusi inovatif berdasarkan kebutuhan nyata siswanya (González & Deal, 2017; Winarto et al., 2022).

Meskipun menunjukkan hasil yang sangat positif, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang melekat pada metodologinya. Sebagai sebuah penelitian tindakan kelas, temuan ini sangat terikat pada konteks spesifik di PAUD KB MAWAR II Suci, Jember, dengan jumlah subjek yang terbatas. Oleh karena itu, kemampuan untuk menggeneralisasi hasil ini ke populasi yang lebih luas perlu dilakukan dengan hati-hati. Selain itu, penelitian ini tidak membandingkan efektivitas permainan lempar tangkap bola dengan jenis intervensi motorik lainnya. Penelitian di masa depan dapat dirancang dengan menggunakan kelompok kontrol untuk memberikan bukti yang lebih kuat, atau melakukan studi komparatif untuk mengetahui jenis permainan mana yang paling efektif untuk mengembangkan aspek motorik kasar yang berbeda.

Secara keseluruhan, penelitian ini berhasil membuktikan bahwa permainan lempar tangkap bola besar merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Peningkatan signifikan dari siklus I ke siklus II menunjukkan bahwa intervensi yang dirancang dengan baik, dievaluasi secara kritis, dan disesuaikan dengan kebutuhan anak dapat memberikan hasil yang optimal. Keberhasilan ini tidak hanya diukur dari pencapaian target fisik, tetapi juga dari meningkatnya keterlibatan, fokus, dan antusiasme anak dalam proses pembelajaran (Cahyati et al., 2020; Rambe & Mirna, 2022). Penelitian ini memberikan kontribusi berharga berupa model praktik yang dapat langsung diterapkan oleh para pendidik untuk mendukung perkembangan fisik anak secara holistik melalui kegiatan bermain yang menyenangkan dan mendidik.

KESIMPULAN

Penelitian tindakan kelas ini secara meyakinkan membuktikan bahwa permainan lempar tangkap bola besar efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Peningkatan signifikan pada indikator keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan dari siklus I ke siklus II menunjukkan keberhasilan intervensi yang terstruktur. Hasil yang belum optimal pada siklus I menjadi dasar refleksi, di mana peran guru sebagai pembimbing sangat krusial untuk mengarahkan anak dari permainan bebas menuju aktivitas terarah. Perbaikan pada siklus II, dengan memberikan kesempatan partisipasi individual dan insentif berupa hadiah sebagai penguatan positif, terbukti menjadi titik balik. Modifikasi ini secara drastis meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif anak, yang berujung pada penguasaan keterampilan motorik secara optimal, menegaskan bahwa metode yang disesuaikan dengan kebutuhan anak dapat memberikan hasil yang maksimal.

Lebih dari sekadar pengembangan fisik, permainan ini secara holistik menstimulasi sistem motorik, termasuk koordinasi mata-tangan yang fundamental untuk keterampilan lain seperti menulis. Secara biomekanik, aktivitas ini melatih keseimbangan, membangun kekuatan otot, dan meningkatkan kelenturan tubuh secara bersamaan. Implikasi praktisnya sangat signifikan, menyediakan model intervensi yang sederhana, murah, dan mudah direplikasi bagi para pendidik anak usia dini. Penelitian ini mencontohkan kekuatan guru sebagai peneliti di kelasnya, yang mampu mengidentifikasi masalah, berinovasi, dan menyesuaikan metode pembelajaran untuk menciptakan pengalaman bermain yang mendidik dan menyenangkan. Meskipun temuannya spesifik pada konteks lokal, penelitian ini memberikan kontribusi berharga berupa model praktik untuk mendukung perkembangan fisik anak secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Bun, Y., et al. (2020). Analisis pola asuh otoriter orang tua terhadap perkembangan moral anak. *Jurnal Ilmiah Cahaya PAUD*, 2(1), 128. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.2090>
- Cahyati, S., et al. (2020). Implementation of motivation physical education learning in elementary schools. *Proceedings of the 3rd International Conference on Learning Innovation and Quality Education (ICLIQE 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200129.037>
- Carsono, A., et al. (2025). Pembelajaran pemisahan campuran garam berbasis STEM dapat meningkatkan keterampilan kolaboratif siswa SMP Negeri 36 Jakarta. *Science: Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA*, 5(2), 945. <https://doi.org/10.51878/science.v5i2.6117>
- Christina, D., et al. (2025). Membentuk generasi cinta budaya lewat musik tradisional di usia emas. *Learning: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 933. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.5643>
- Dahlan, M. Z. (2023). Pelibatan peran serta orang tua dalam meningkatkan kreativitas belajar anak usia dini di Pos PAUD Teratai 23. *Education Journal: Journal Educational Research and Development*, 7(2), 209–219.
- Fadilla, D. B., et al. (2025). Meningkatkan kemampuan siswa membuat karya seni kolase melalui model Snowball Throwing di kelas IV. *Learning: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 495. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.4857>
- González, G., & Deal, J. T. (2019). Using a creativity framework to promote teacher learning in lesson study. *Thinking Skills and Creativity*, 32, 114. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2017.05.002>

- Gustiningrum, M. (2022). Penggunaan metode Picture to Picture pada masa pandemi Covid-19 dengan aplikasi Google Classroom dalam meningkatkan hasil belajar geografi siswa kelas XI SOS 3 SMA N 106 Jakarta. *Social: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 1(3), 133. <https://doi.org/10.51878/social.v1i3.852>
- Hafifah. (2016). Upaya meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan permainan lempar tangkap bola. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara*, 8(2), 245–254.
- Irwansyah, N., & Fransori, A. (2021). Penerapan nilai-nilai karakter bangsa dalam permainan tradisional di wilayah Kelurahan Meruyung Depok. *Community: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 89. <https://doi.org/10.51878/community.v1i2.614>
- Izzati, I. (2019). Stimulation of gross motor development in early childhood. *Proceedings of the 5th International Conference on Education and Technology (ICET 2019)*. <https://doi.org/10.2991/icet-19.2019.102>
- Jamaluddin, J., et al. (2021). The infrastructure standards of early childhood education units in South Sulawesi Province. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v6i2.10017>
- Kasriyati, D., et al. (2021). Pelatihan perencanaan dan penerapan media loose parts dalam pembelajaran anak usia dini bagi guru PAUD Kecamatan Rumbai Pesisir. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 4(2), 34. <https://doi.org/10.31851/dedikasi.v4i2.5906>
- Mukhlisah, I., et al. (2024). Pengembangan kreativitas dan ketrampilan motorik melalui media pembelajaran sistem tata surya di MI Sudirman Kadipiro Kecamatan Jumapolo Kabupaten Karanganyar. *Community: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1), 56. <https://doi.org/10.51878/community.v4i1.3145>
- Musdalifa, U., et al. (2025). Analisis kreativitas peserta didik dalam menggunakan alat permainan edukatif (APE) balok susun berwarna di TK. *Learning: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 464. <https://doi.org/10.51878/learning.v5i2.4871>
- Palmizal, A., et al. (2020). Development of a creative gymnastics model to improve basic locomotor movements for students in elementary school. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8, 78. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080714>
- Rambe, N. R., & Mirna, W. (2022). Adaptasi model ADiK (Aktif, Diskusi, dan Kreatif) dalam menulis teks eksplanasi. *Jurnal Penelitian Bidang Pendidikan*, 28(1), 14. <https://doi.org/10.24114/jpbp.v28i1.33149>
- Rizkiaadni, P., et al. (2025). Penggunaan rumah bermain (Ruber) dalam pengembangan kompetensi sosial dan bahasa anak di KB-TK Yaa-Karim Kota Bima. *Social: Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 5(2), 397. <https://doi.org/10.51878/social.v5i2.5368>
- Salsabila, A., et al. (2025). Berpikir induktif sebagai dasar kompetensi sikap kritis bagi peserta didik generasi milenial abad 21. *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan*, 5(1), 264. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v5i1.4465>
- Shirota, C., et al. (2016). On the assessment of coordination between upper extremities: Towards a common language between rehabilitation engineers, clinicians and neuroscientists. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s12984-016-0186-x>

- Sitompul, L. R., et al. (2022). Pengaruh model pembelajaran Snowball Throwing terhadap kemampuan aspek kognitif dan motorik anak usia dini. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 1311. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i1.2152>
- Usman, S., et al. (2025). Pengembangan media pembelajaran kartu planet untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pelajaran IPAS di kelas V SDN 68 Kota Timur. *Science: Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika dan IPA*, 5(2), 955. <https://doi.org/10.51878/science.v5i2.5669>
- Winarto, W., et al. (2022). Science teaching approach ethno-SETSaR to improve pre-service teachers' creative thinking and problem solving skills. *Journal of Technology and Science Education*, 12(2), 327. <https://doi.org/10.3926/jotse.1367>
- Wiyani, N. A. (2015). *Psikologi perkembangan anak usia dini*.