

PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK TAMAN INDRIA

IMPROVING GROSS MOTOR ABILITIES IN CHILDREN AGED 5-6 YEARS AT TAMAN INDRIA KINDERGARTEN

Anggun Yogi Gupita Zaliany¹⁾, Risdianto Hermawan²⁾

^{1,2}Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen

¹Email: Anggunyogigupitazaliany.ips4@gmail.com

Naskah diterima tanggal 27-02-2026, disetujui tanggal 10-03-2026, dipublikasikan tanggal 11-03-2026

ABSTRAK

Keterampilan motorik kasar ialah aspek penting yang harus dikembangkan pada anak usia dini agar mereka dapat tumbuh menjadi individu yang aktif, sehat, dan percaya diri. Kegiatan menanam sayuran dapat diterapkan dalam pembelajaran karena menggunakan unsur fisik, kognitif, dan sosial dalam satu aktivitas yang menyenangkan. Tujuan studi berikut ialah guna mengoptimalkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini melalui aktivitas menanam sayuran pada anak umur 5-6 tahun. Studi berikut dijalankan di TK Taman Indria, Karanganyar, Kebumen. Studi berikut ialah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Populasi kelas B di TK Taman Indria, Karanganyar, Kebumen berjumlah 15 anak. Metode penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan Pendekatan Tindakan Kelas. Hasil studi memaparkan bahwasanya pada deskripsi pengamatan kegiatan anak pada siklus I rata-rata nilai anak mencapai 53% dengan syarat belum tuntas lalu bertambah di siklus II pertemuan ke-3 dengan rerata bobot anak mencapai 86% dan dinyatakan tuntas. Hasil itu memperlihatkan bahwasanya setiap siklusnya ada peningkatan, hasil akhir yang didapat studi berikut bisa dinyatakan sukses dikarenakan terwujudnya kesuksesan sehingga aktivitas menanam sayuran bisa mengoptimalkan keterampilan motorik kasar pada anak usia dini.

Kata kunci: anak usia dini; menanam; kemampuan motorik kasar

ABSTRACT

Gross motor skills are an important aspect that must be developed in early childhood so they can grow into active, healthy, and confident individuals. Vegetable planting activities can be applied in learning because they combine physical, cognitive, and social elements in one fun activity. The purpose of this study was to improve gross motor skills in early childhood through vegetable planting activities for children aged 5-6 years. This study was conducted at Taman Indria Kindergarten, Karanganyar, Kebumen. This study was a Classroom Action Research (CAR). The population of class B at Taman Indria Kindergarten, Karanganyar, Kebumen, was 15 children. The research method was descriptive quantitative with a Classroom Action Approach. The results showed that in the description of children's activity observations in cycle I, the average score reached

53% with the criteria not yet completed. Then, in increased cycle II, at the third meeting, the average score reached 86% and was considered completed. These results indicate that each cycle increases. From the final results obtained, this study can be said to be successful because it achieved success. Thus, vegetable planting activities can improve gross motor skills in early childhood.

Keywords: early childhood; planting; gross motor

PENDAHULUAN

PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini) ialah taraf pendidikan yang menjadi pedoman penting untuk pembentukan karakter dan potensi anak. PAUD di Indonesia diselenggarakan sebagai upaya memberikan layanan pendidikan bagi anak semenjak lahir sampai umur enam tahun lewat berbagai aktivitas yang menstimulasi pertumbuhan kembangan secara menyeluruh. Masa usia dini diartikan *golden age* (masa emas) lantaran periode ini seluruh aspek perkembangan anak berkembangnya sangat pesat dan bersifat sensitif terhadap stimulasi yang diberikan (Kemendikbud Ristek, 2022). Oleh sebab itu, pendidikan pada masa ini harus diarahkan pada kegiatan yang menyenangkan, bermakna, serta selaras dengan tahap perkembangan anak.

Anak usia dini ialah orang yang berumur antara 0-6 tahun, yang mengalami fase pertumbuhan kembangan yang begitu cepat. Waktu tersebut seringkali dikenal sebagai masa keemasan, dikarenakan beragam aspek sebagaimana kognitif, fisik, sosial-emosional, bahasa, dan motorik berkembang dengan sangat responsif dan pesat pada rangsangan. Anak-anak di usia dini mempunyai ciri-ciri khusus, seperti aktif dalam menjelajahi lingkungan, suka bermain, mendapatkan pengetahuan dari pengalaman secara langsung, dan mempunyai rasa keingintahuan yang sangat besar.

Bersumber dasar hukum UU RI No.20/2003 perihal Sistem Pendidikan Nasional, dalam pasal 1 ayat 14 dijelaskan bahwasanya pendidikan anak usia dini ialah bentuk pembinaan yang ditujukan untuk anak mulai dari lahir hingga 6 tahun. Proses ini dijalankan dengan memberikan stimulasi yang tujuannya menunjang perkembangan mental dan fisik anak, sehingga anak siap untuk memasuki pendidikan selanjutnya. Permendikbud No.137/2014 menerangkan Standar

Nasional PAUD sebagai pengganti Permendiknas No.58/2009, memaparkan bahwasanya pendidikan untuk anak usia dini ialah satu diantara cara guna menyelenggarakan pendidikan. Hal ini fokus pada penguatan dasar dari beragam aspek yang berkaitan dengan perkembangan dan pertumbuhan anak. Aspek-aspek tersebut meliputi motorik, kognitif, bahasa, agama, moral, sosial, seni, dan emosional yang disesuaikan dengan tahap perkembangan sesuai dengan golongan usia anak.

Satu diantara aspek perkembangan yang mempunyai peranan besar pada kesiapan anak dalam mengikuti kegiatan belajar adalah aspek fisik-motorik. Aspek ini berkaitan dengan kemampuan anak untuk mengendalikan dan mengkoordinasikan gerakan tubuhnya agar dapat berinteraksi secara aktif dengan lingkungan. Menurut Sujiono, Y. N. (2018), perkembangan motorik merupakan hasil dari kematangan otot dan sistem saraf yang memungkinkan anak mengontrol gerakannya. Anak yang mempunyai keterampilan motorik baik akan lebih percaya diri, mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial, serta lebih siap menghadapi tuntutan kegiatan belajar yang memerlukan koordinasi tubuh.

Keterampilan motorik kasar ialah komponen dari pertumbuhan fisik dengan melibatkan pemakaian otot besar dalam menjalankan pergerakan tubuh seperti berjalan, melompat, berlari, menendang atau mengangkat benda (Yuliandra Gumantan, & Pratmo, 2023). Kemampuan ini penting bagi anak usia dini dikarenakan mendukung kekuatan otot, koordinasi tubuh, serta keseimbangan gerak. Anak yang mempunyai keterampilan motorik kasar yang baik biasanya lebih aktif, tangkas, serta memiliki daya tahan tubuh yang baik. Sebaliknya, anak yang belum berkembang kemampuan motorik kasarnya akan mengalami kesulitan dalam beraktivitas fisik, mudah lelah, dan kurang percaya diri dalam berpartisipasi pada kegiatan yang memerlukan ketangkasan gerak.

Berdasarkan Hasil observasi di TK Taman Indria terdapat permasalahan dalam proses pembelajaran pada aspek perkembangan motorik kasar seperti metode dan model ajar yang dipakai guru sifatnya masih konvensional dan belum menstimulasi gerak fisik anak, Sarana dan prasarana pembelajaran yang mendukung aktivitas motorik masih terbatas, Belum adanya kegiatan pembelajaran

berbasis pengalaman langsung yang menggabungkan aktivitas fisik dan kognitif secara bersamaan. Hal ini terlihat dari hasil observasi dengan temuan 15 anak terdapat 10 anak yang belum berkembang secara optimal.

Kegiatan menanam sayuran dapat diterapkan dalam pembelajaran PAUD karena menggunakan unsur fisik, kognitif, dan sosial dalam satu aktivitas yang menyenangkan. Anak terlibat langsung dalam proses belajar melalui gerakan seperti menggemburkan tanah, menyiapkan media tanam, membuat lubang, menabur benih, serta menyiram tanaman. Setiap aktivitas tersebut melatih kekuatan otot besar, koordinasi tubuh, serta keseimbangan gerak. Selain itu, anak belajar memahami urutan kegiatan, memperkirakan waktu pertumbuhan tanaman, serta menumbuhkan kepedulian terhadap lingkungan (Sari & Sujana, 2021). Dengan bimbingan guru yang tepat, kegiatan menanam sayuran dapat dijadikan media pembelajaran kontekstual yang efektif guna mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak usia dini.

Aktivitas berikut juga selaras dengan prinsip pembelajaran berbasis pengalaman langsung (*experiential learning*), dimana anak belajar melalui keterlibatan aktif dengan lingkungan sekitar. Menurut Rahayu dan Suryana (2021), kegiatan berbasis proyek nyata dapat membantu anak mengembangkan kemampuan berpikir sistematis, logis, dan reflektif.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dipakai pada studi berikut ialah PTK (*Penelitian Tindakan Kelas*). Pada implementasinya, Studi berikut dijalankan dengan kerjasama guru kelas dan berlangsung selama dua siklus. Setiap siklusnya mencakup empat langkah, yakni: (a) perencanaan, (b) pelaksanaan, (c) observasi, dan (d) refleksi, selaras dengan model PTK yang dibuat oleh Kemmis dan McTaggart pada tahun 1988 yang menjelaskan bahwa siklus PTK dilakukan secara berulang untuk mencapai perbaikan pembelajaran yang berkelanjutan. Bilamana hasil penerapan siklus pertama belum mencapai target yang diinginkan, maka peneliti melaksanakan siklus kedua. Studi berikut ialah PTK. Studi dijalankan mulai bulan Januari tanggal 12 Januari 2026 sampai dengan 17 Januari 2026

dilakukan di kelas B usia 5-6 Tahun. Tempat penelitian di TK Taman Indria, karanganyar, kebumen. Populasi kelas B di TK Taman Indria, karanganyar, kebumen berjumlah 15 anak.

Teknik yang dipakai guna menghimpun data pada studi berikut ialah melalui pengamatan dan pengumpulan data. Menghimpun data ialah tahapan penting pada studi dikarenakan tujuan utama sebuah studi ialah menghimpun data. Teknik ini dilakukan secara langsung dan hasilnya dicatat secara sistematis pada lembar *checklist*, sehingga diperoleh gambaran konkret mengenai kondisi di lapangan (Sugiyono, 2019). Observasi digunakan untuk mengamati perilaku anak, proses kerja, atau gejala yang terjadi selama pembelajaran. Teknik dokumentasi dipakai guna mendapatkan data perihal TK Taman Indria, sebagaimana sejarah berdirinya, kondisi pengajar, pelajar, struktur organisasi, dan fasilitas (Sugiyono, 2019).

Teknik analisis data yang diterapkan pada studi berikut ialah deskriptif. Analisis terhadap data yang dihimpun diawali dengan memeriksa semua informasi yang diambil dari dokumentasi dan pengamatan. Selanjutnya, data diorganisasikan secara terstruktur supaya lebih gampang dimengerti dan memberikan makna. Tabel untuk syarat keberhasilan keterampilan motorik kasar anak meliputi:

Tabel 1. Kriteria Keberhasilan Kemampuan Motorik Kasar Anak

Tingkat keberhasilan	Kriteria penilaian
80% - 100%	BSB (Berkembang Sangat Baik)
60% - 79%	BSH (Berkembang Sesuai Harapan)
40% - 59%	MB (Mulai Berkembang)
20% - 39%	BB (Belum Berkembang)

Studi berikut memakai persentase sederhana guna memahami keterampilan motorik kasar anak melalui aktivitas menanam sayuran. Teknik analisis data yang dipakai menurut Aqib (2014, hlm 41), yaitu dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana:

P : bobot yang dicari

f : banyaknya pelajar yang tuntas (nilai > KKM)

n : jumlah total pelajar

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil pengamatan memaparkan bahwasan ada kenaikan dalam keterampilan motorik kasar anak antara pertemuan ke-3 di siklus I dan II. Pada siklus I pertemuan ke-3, rerata hasilnya ialah 53%, yang tergolong berkategori cukup. Sementara itu, dalam siklus II pertemuan ke-3, rerata hasilnya mencapai 86% dan berkategori baik.

Tabel 2. Rekapitulasi Siklus I dan Siklus II Observasi Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Menanam Sayuran

Nama Anak	AF F	A T	AR E	AA I	AH F	GB V	KH S	MP R	RA A	RP H	R A	M A	A B	AN F	IF S	Jml h	N
Siklus I PK	6	8	8	5	6	8	5	7	8	5	6	8	7	8	5	53	53 %
Siklus II PK 3	8	8	8	7	8	8	7	8	8	8	8	8	8	8	8	86	86 %
Rata-rata KK	7	8	8	6	7	8	6	7.5	8	6.5	7	8	7.5	8	6.5	Tercapai	
	B	B	B	C	B	B	C	B	B	B	B	B	B	B	B		

Selain memperhatikan anak, penulis juga menganalisis data dari pengamatan kegiatan pengajar dalam tahapan belajar guna mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak. Hal tersebut dijalankan lewat aktivitas menanam sayuran sebagaimana dalam tabel 2 berikut:

Tabel 3. Hasil Perbandingan Observasi Guru

Skor yang diperoleh		Kriteria
Siklus I PK-3	Siklus II PK-3	
53	86	Meningkat

Bersumber hasil olah data yang sudah dilaksanakan, aktivitas menanam sayuran bisa membantu perkembangan motorik kasar. Hal tersebut nampak dari hasil pertemuan yang didapat dalam siklus I dan II. Namun, pencapaian dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar tidak berlangsung secara instan, tetapi melalui langkah-langkah bertahap dengan beragam usaha sampai memenuhi tanda-tanda kesuksesan. Ini disebabkan oleh perbaikan yang dijalankan oleh para peneliti dan pengajar untuk memperbaiki keterampilan motorik kasar anak.

Bersumber hasil dari siklus I dan II, nampak bahwasanya keterampilan motorik kasar anak meningkat lewat aktivitas menanam sayuran, terutama pada aspek kekuatan dan keseimbangan. Rata-rata hasil nilai anak berbeda-beda, hal ini nampak dari tabel pengamatan anak di atas, di mana pada siklus I dan II pertemuan ke-3 ada 13 anak yang tergolong berkriteria baik (B). Selain itu, ada juga 2 anak yang mencapai nilai rerata cukup (C).

Pembahasan

Kegiatan menanam sayuran ialah satu diantara wujud pembelajaran berbasis observasi langsung yang memberi kesempatan untuk anak berkontribusi aktif pada tahapan belajar. Menurut Kolb (2015), *experiential learning* menekankan bahwa anak belajar paling efektif ketika mereka mengalami secara langsung, mengamati, kemudian merefleksikan aktivitas yang dilakukan. Dalam konteks PAUD, kegiatan menanam sayuran sangat sesuai karena memberikan pengalaman nyata yang dapat dirasakan, dilakukan, dan diamati oleh anak secara berulang.

Melalui kegiatan menanam sayuran, anak diperkenalkan pada proses awal pertumbuhan tanaman. Anak tidak hanya mendengar penjelasan guru, tetapi benar-benar terlibat dalam aktivitas seperti menggemburkan tanah, memegang alat, serta menempatkan bibit ke dalam media tanam. Pengalaman multisensori ini membantu anak memahami konsep sebab-akibat secara konkret, misalnya tanaman akan tumbuh jika disiram dan mendapatkan sinar matahari (Putri & Lestari, 2021).

Kegiatan menanam juga memungkinkan anak mengembangkan keterampilan berpikir logis dan kemampuan mengamati secara sistematis. Anak melihat perubahan kecil yang terjadi pada tanaman dari hari ke hari, kemudian membandingkan perbedaan antara bibit yang baru ditanam dan bibit yang sudah bertunas. Proses pengamatan ini merupakan bagian dari tahapan refleksi dalam teori *experiential learning* Kolb (2015), di mana anak belajar lewat apa yang dialami dan lihat berulang.

Selama proses menanam, anak mempelajari urutan kerja atau langkah-langkah yang harus dilakukan. Anak belajar bahwa menanam tidak dapat dilakukan secara sembarangan, tetapi harus mengikuti prosedur seperti menyiapkan media, membuat lubang, memasukkan bibit, menutup lubang, dan menyiram.

Pembelajaran terstruktur seperti ini dapat membentuk pola pikir sistematis dan disiplin, sebagaimana ditegaskan oleh Rahayu & Suryana (2021) bahwa kegiatan berbasis proyek nyata membantu anak mengembangkan kemampuan berpikir runtut, logis, dan terarah.

Motorik Kasar merujuk pada bagian dari perkembangan yang berkaitan dengan posisi dan gerak tubuh. Ini melibatkan koordinasi dan keseimbangan antara otot besar dan bagian tubuh dalam menjalankan aktivitas, seperti berjalan (Septiari, 2019). Keterampilan motorik besar berhubungan dengan rangsangan yang datang dari lingkungan untuk anak-anak. Berdasarkan Yuswinda & Husni (2021) menyatakan bahwasanya anak-anak yang memiliki peluang untuk bergerak dengan aktif dan menjelajah biasanya memperlihatkan kemajuan motorik yang lebih baik dibanding anak-anak dengan ruang gerak terbatas. Pertumbuhan motorik kasar anak bukan hanya tergantung pada perkembangan otot dan saraf, tetapi juga pada partisipasi anak pada kegiatan yang menguji keterampilan fisiknya. Dalam aktivitas menanam sayuran, anak bisa menjalankan berbagai gerakan yang mengasah keterampilan motorik kasarnya, sebagaimana memindahkan dan mengangkat pot dengan media tanam yang ringan, menuangkan media tanam pada pot, serta menyirami tanaman sayur.

KESIMPULAN

Bersumber hasil studi yang sudah dijalankan pada kelompok B TK Taman Indria Karanganyar kesimpulannya memaparkan bahwasanya: Kegiatan menanam sayuran juga memperkenalkan anak pada konsep menjaga lingkungan sejak dini. Dengan memanfaatkan media tanam dari botol bekas, anak belajar bahwa barang bekas dapat digunakan kembali dan tidak harus langsung dibuang. Kegiatan ini secara tidak langsung menanamkan nilai peduli lingkungan dan pemanfaatan barang secara kreatif. Kegiatan menanam sayuran menjadi “obat” pembelajaran yang menyenangkan karena mengintegrasikan anata gerakan fisik dengan aktivitas berpikir dan pemecahan masalah sederhana. Anak tidak hanya bergerak, tetapi juga berpikir, merasakan, dan memaknai proses belajar secara utuh, sehingga perkembangan motorik kasar dapat meningkatkan bersamaan dengan aspek

kognitif dan sosialnya. Aktivitas menanam sayuran bisa menunjang anak dalam mengembangkan keterampilan motorik kasarnya. Di siklus I pada pertemuan ketiga, nilai rerata anak hanya mencapai 53%, yang bermakna belum mencapai tujuan. Namun, di siklus II pada pertemuan ketiga, nilai rerata anak meningkat menjadi 86%, dan sudah dianggap tuntas. Hasil studi memaparkan bahwasanya setiap siklus menunjukkan peningkatan. Oleh karenanya, hasil akhir yang didapat bisa dianggap sukses. Kegiatan menanam sayuran ternyata mampu mengoptimalkan keterampilan motorik kasar pada anak-anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Z. (2014). *Penelitian tindakan kelas untuk guru SD, SLB, dan TK*. Bandung: Yrama Widya.
- Husni, A., & Yuswinda, R. (2021). *Perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui aktivitas fisik*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(2), 120–128.
- Kemendikbud Ristek. (2022). *Standar nasional pendidikan anak usia dini*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). *The action research planner*. Victoria: Deakin University Press.
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). New Jersey: Pearson Education.
- Putri, A., & Lestari, D. (2021). *Pembelajaran berbasis pengalaman dalam pendidikan anak usia dini*. Jurnal PAUD Indonesia, 4(1), 45–53.
- Rahayu, S., & Suryana, D. (2021). *Pembelajaran berbasis proyek untuk meningkatkan kemampuan berpikir anak usia dini*. Jurnal Pendidikan Anak, 10(1), 33–40.
- Sari, M., & Sujana, I. (2021). *Kegiatan menanam sebagai media pembelajaran kontekstual pada anak usia dini*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6(2), 85–92.
- Septiari, B. B. (2019). *Perkembangan motorik anak usia dini*. Yogyakarta: Deepublish.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sujiono, Y. N. (2018). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: Indeks.

Yuliandra, R., Gumantan, A., & Pratomo, R. (2023). Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(1), 1–10.