



**PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI UNTUK MENGEMBANGKAN
KEMAMPUAN FISIK MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA DINI 5-6 TAHUN
PAUD CAHAYA NUSANTARA**

Jenah¹, Amat Hidayat² Beni Junedi³

Universitas Bina Bangsa

Email: jenah336@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to answer three research questions: (1) how the traditional jump rope game is implemented at PAUD Cahaya Nusantara, (2) how gross motor skills of children aged 5–6 years develop through the activity, and (3) what supporting and inhibiting factors affect its implementation. The study is based on the importance of gross motor stimulation in early childhood as the foundation for physical growth as well as social and emotional development. A descriptive qualitative approach was employed, with data collected through observation, interviews, and documentation. The research subjects consisted of 15 children in group B, with supporting informants including the class teacher and the principal. The results showed that regular and structured jump rope activities improved children's balance, coordination, physical endurance, and courage. Supporting factors included teacher creativity, adequate facilities, integration into the learning process, and parental support. Inhibiting factors included differences in children's physical abilities, fear, limited playtime, and unfavorable weather conditions, which were overcome by adaptive teacher strategies. Thus, the jump rope game is an effective and enjoyable medium for developing gross motor skills in early childhood.

Keywords: *traditional games, jump rope, gross motor skills, early childhood.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab tiga rumusan masalah, yaitu: (1) bagaimana pelaksanaan permainan tradisional lompat tali di PAUD Cahaya Nusantara, (2) bagaimana perkembangan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun melalui permainan lompat tali, dan (3) apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaannya. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya stimulasi motorik kasar anak usia dini sebagai dasar pertumbuhan fisik sekaligus penguatan keterampilan sosial dan emosional. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari 15 anak kelompok B, serta informan pendukung berupa guru kelas dan kepala sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan lompat tali yang dilaksanakan secara rutin dan terstruktur mampu mengembangkan keseimbangan, koordinasi, daya tahan tubuh, serta keberanian anak. Faktor pendukung meliputi kreativitas guru, sarana yang memadai, integrasi dalam pembelajaran, dan dukungan orang tua. Adapun faktor penghambat antara lain perbedaan kemampuan anak, rasa takut, keterbatasan waktu, dan kondisi cuaca, namun dapat diatasi melalui strategi adaptif guru. Dengan demikian, permainan lompat tali efektif sebagai media pembelajaran yang menyenangkan untuk mengembangkan motorik kasar anak usia dini.

Kata kunci: permainan tradisional, lompat tali, motorik kasar, anak usia dini.

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia dini merupakan fondasi utama dalam membentuk kualitas sumber daya manusia di masa depan. Periode ini dikenal sebagai masa emas (*golden age*), yaitu masa kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang berlangsung hingga usia 6 tahun, di mana seluruh aspek perkembangan anak mengalami percepatan yang signifikan, termasuk perkembangan fisik, sosial, emosional, bahasa, dan kognitif (Sari 2021; Utami & Kurniawati 2020). Oleh karena itu, stimulasi yang diberikan pada masa ini akan sangat menentukan hasil perkembangan anak pada tahap berikutnya (Lestari & Haryanto 2022; Yuliani 2019). Salah satu aspek yang harus dikembangkan secara optimal pada usia dini adalah kemampuan fisik motorik kasar.

Motorik kasar adalah kemampuan yang berhubungan dengan gerakan tubuh menggunakan otot-otot besar seperti tangan, kaki, dan punggung. Gerakan tersebut meliputi aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, dan menjaga keseimbangan (Pratiwi 2020; Fitriyah 2020). Kemampuan ini menjadi dasar bagi anak untuk melakukan aktivitas fisik sehari-hari, serta berperan dalam meningkatkan kebugaran tubuh, daya tahan fisik, dan kesiapan anak untuk belajar di sekolah dasar (Utami & Nurhasanah 2020; Hasibuan 2018). Anak yang aktif bergerak cenderung lebih percaya diri, mampu bersosialisasi, serta memiliki konsentrasi dan kontrol diri yang lebih baik (Suryani & Purnomo 2021; Afifah 2023).

Namun, realitas saat ini menunjukkan adanya perubahan gaya hidup anak-anak akibat perkembangan teknologi. Anak-anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk menonton televisi, bermain gim, atau menggunakan gawai daripada bermain secara aktif di luar ruangan. Aktivitas ini bersifat pasif dan tidak memberikan cukup stimulasi gerak fisik (Puspita & Ningsih 2022; Azzahra & Rahman 2023). Data dari Kementerian Kesehatan RI (2023) menyatakan bahwa sekitar 42% anak usia 4–6 tahun di Indonesia menghabiskan lebih dari 3 jam per hari untuk aktivitas menggunakan gawai.

Akibatnya, anak-anak mengalami penurunan kualitas perkembangan motorik kasar, seperti kesulitan menjaga keseimbangan, lemah otot, lambat bergerak, dan mudah lelah (Kurniasih & Munawaroh 2022; Sulastrri & Nanda 2023). Melihat situasi tersebut, dibutuhkan solusi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan yang menarik, murah, mudah dilakukan, serta sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah melalui permainan tradisional, yang terbukti mampu merangsang perkembangan fisik dan motorik kasar anak secara optimal (Fitriani 2021; Hapsari & Nugroho 2020).

Permainan tradisional merupakan warisan budaya lokal yang kaya nilai edukatif, mengedepankan aktivitas fisik, interaksi sosial, dan kerja sama antar anak (Permatasari & Dewi 2020; Rahmawati 2019). Dibandingkan permainan digital yang bersifat pasif dan individual, permainan tradisional lebih menstimulasi gerakan tubuh dan keterampilan sosial secara bersamaan (Dwijayanti & Subagyo 2023; Sulastrri & Nanda 2023).

Salah satu jenis permainan tradisional yang potensial untuk mengembangkan motorik kasar anak adalah lompat tali. Permainan ini mengharuskan anak melompat secara berulang mengikuti irama tali yang berputar, sehingga melibatkan kekuatan otot kaki, keseimbangan tubuh, koordinasi mata dan tangan, serta konsentrasi yang tinggi (Maulidya 2021; Mulyasa 2020). Lompat tali dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok, sehingga anak

juga dilatih untuk bekerja sama, bergiliran, dan menghargai aturan permainan (Afifah 2023; Utami & Nurhasanah 2020).

Menurut teori kecerdasan majemuk Howard Gardner, permainan ini juga mendukung berkembangnya kecerdasan kinestetik dan interpersonal anak, yang penting untuk membentuk keterampilan sosial dan emosional di masa depan (Fitriani 2022; Afifah 2023).

Permainan ini juga dapat diintegrasikan dalam pembelajaran tematik di PAUD. Guru dapat mengaitkan permainan dengan tema “tubuh”, “gerak dan lagu”, atau “olahraga”. Kegiatan melompat dapat disisipkan dalam lagu anak atau permainan hitung sederhana (Widodo & Maharani 2021; Yulianti 2020). Dengan demikian, anak tidak hanya mengembangkan fisik, tetapi juga belajar konsep bilangan, irama, dan aturan sosial dalam satu kegiatan terpadu.

Namun, kenyataannya banyak guru dan lembaga PAUD yang belum memanfaatkan permainan tradisional secara maksimal. Sebagian besar kegiatan di kelas masih terfokus pada pembelajaran akademik seperti membaca dan berhitung, sementara aktivitas fisik hanya dilakukan di luar ruangan seminggu sekali, atau bahkan tidak terjadwal (Sutrisno 2022; Kurniasih & Munawaroh 2022). Di sisi lain, penelitian mengenai efektivitas permainan lompat tali dalam konteks pengembangan motorik kasar anak usia dini, khususnya dengan pendekatan kualitatif yang menggambarkan proses secara mendalam, masih tergolong terbatas (Lestari & Haryanto 2022; Hidayat & Fauziah 2021).

Berdasarkan permasalahan tersebut, penting dilakukan penelitian yang tidak hanya mengukur hasil, tetapi juga menggambarkan proses implementasi permainan lompat tali sebagai bagian dari kegiatan pembelajaran di PAUD. Pendekatan kualitatif deskriptif dipilih untuk menangkap pengalaman nyata anak dan guru selama kegiatan berlangsung, serta untuk mengeksplorasi perubahan kemampuan motorik kasar anak secara holistik. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bentuk praktik baik best practice yang dapat direplikasi di lembaga PAUD lainnya.

Selain memberikan kontribusi praktis, penelitian ini berperan dalam mendukung pelestarian budaya lokal melalui permainan tradisional. Dengan mengenalkan kembali lompat tali dalam pembelajaran PAUD, anak-anak tidak hanya menjadi lebih sehat secara fisik, tetapi juga mencintai budaya bangsa.

KAJIAN TEORITIK

1. Pengertian Motorik Kasar

Motorik kasar merupakan kemampuan yang berkaitan dengan pengendalian dan koordinasi otot-otot besar tubuh, seperti otot kaki, tangan, dan punggung, yang digunakan untuk melakukan aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, atau menendang. Keterampilan ini sangat penting dalam menunjang aktivitas sehari-hari anak serta berperan sebagai dasar dari perkembangan keterampilan gerak lainnya (Putri & Kurniawan, 2021).

Motorik kasar merupakan kemampuan gerak yang melibatkan otot-otot besar tubuh seperti tangan, kaki, dan punggung. Gerakan ini meliputi aktivitas dasar seperti berjalan, melompat, berlari, dan menendang, yang menjadi fondasi bagi keterampilan fisik anak (Putri & Kurniawan, 2021). Kemampuan ini berkembang secara bertahap

seiring dengan kematangan sistem saraf pusat dan kekuatan otot, serta dipengaruhi oleh pengalaman dan stimulasi dari lingkungan sekitar (Nurhasanah & Lestari, 2022).

Selain mendukung kesiapan anak untuk menjalani aktivitas sehari-hari dan pembelajaran di sekolah dasar, perkembangan motorik kasar juga berkaitan erat dengan pertumbuhan psikososial. Anak yang memiliki kemampuan motorik yang baik cenderung lebih percaya diri, aktif menjelajahi lingkungan, dan mudah bersosialisasi (Maulana & Kartini, 2020).

Dengan demikian, motorik kasar merupakan aspek penting yang perlu dikembangkan sejak dini secara konsisten melalui aktivitas yang menyenangkan dan sesuai dengan tahap perkembangan anak (Setiawan & Lestari, 2022).

2. Pengertian Bermain dalam Konteks Pendidikan Anak Usia Dini

Bermain dalam konteks pendidikan anak usia dini adalah kegiatan utama yang secara alami dilakukan anak untuk belajar, bereksplorasi, dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Bermain tidak hanya sekadar aktivitas rekreasi, melainkan juga merupakan pendekatan pedagogis yang mendukung perkembangan menyeluruh anak (Rahmawati & Sari, 2020). Bermain memungkinkan anak untuk mengalami proses belajar yang aktif, holistik, dan kontekstual.

Menurut Piaget, bermain adalah cara anak beradaptasi dengan lingkungannya melalui asimilasi dan akomodasi. Sementara itu, Vygotsky menekankan pentingnya permainan sebagai media untuk mengembangkan fungsi mental tingkat tinggi, seperti kemampuan berpikir simbolik dan regulasi diri, terutama dalam permainan peran yang melibatkan aturan sosial (Mulyadi & Lestari, 2021). Oleh karena itu, dalam praktik PAUD, guru harus merancang kegiatan bermain yang terstruktur, menyenangkan, dan bermakna, agar dapat menjangkau seluruh domain perkembangan anak.

3. Pengertian Permainan Tradisional

Permainan tradisional merupakan bentuk aktivitas bermain yang telah ada sejak lama dan diwariskan secara turun-temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya. Permainan ini umumnya tumbuh dan berkembang di tengah masyarakat dengan ciri khas lokal yang kuat, serta sering kali tidak membutuhkan alat-alat modern atau teknologi tinggi. Sebaliknya, alat permainan biasanya sederhana, mudah ditemukan di lingkungan sekitar, dan terkadang bahkan dibuat sendiri oleh anak-anak dari bahan-bahan alam seperti kayu, batu, daun, atau tali (Hutami & Putra, 2020).

Permainan tradisional biasanya dilakukan secara berkelompok dan bersifat sosial, karena melibatkan kerja sama, komunikasi, serta interaksi antar anak. Selain itu, permainan ini hampir selalu dilakukan di luar ruangan atau di area terbuka, seperti halaman rumah, pekarangan sekolah, atau lapangan, sehingga secara alami merangsang anak untuk aktif bergerak. Aktivitas fisik yang muncul dalam permainan seperti berlari, melompat, atau melempar, dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, sekaligus memperkuat otot, meningkatkan koordinasi, dan membentuk kebugaran jasmani (Afifah, 2023)..

4. Pengertian Lompat Tali

Lompat tali merupakan salah satu bentuk permainan tradisional yang melibatkan aktivitas fisik berupa lompatan berulang melewati tali yang diputar oleh dua orang pada masing-masing ujung tali, atau dimainkan secara mandiri dengan cara memutar

tali sendiri. Permainan ini populer di berbagai daerah di Indonesia karena sifatnya yang sederhana, murah, dan mudah dimainkan di ruang terbuka seperti halaman sekolah, pekarangan rumah, atau lapangan umum (Wulandari & Hakim, 2021). Tali yang digunakan pun bervariasi dan mudah dijangkau, seperti rangkaian karet gelang, tali rafia, tali plastik, atau bahan elastis lainnya yang aman bagi anak.

Secara fisik, permainan lompat tali menuntut koordinasi tubuh yang baik, terutama koordinasi antara mata, tangan, dan kaki. Anak harus memperhatikan ritme putaran tali dan menyesuaikan waktu lompatan secara tepat. Hal ini melatih kemampuan keseimbangan, timing, konsentrasi, serta keberanian. Dalam prosesnya, anak juga belajar mengatur napas, mengendalikan tubuh saat mendarat, serta mempertahankan ritme gerakan secara berulang (Suryani & Azizah, 2022).

Lebih jauh, permainan ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan motorik kasar, terutama pada anak usia 5-6 tahun yang berada dalam fase pertumbuhan fisik yang pesat. Aktivitas melompat secara berulang membantu memperkuat otot besar, meningkatkan koordinasi dan daya tahan tubuh, serta menstimulasi keseimbangan. Karena dimainkan secara berkelompok, permainan ini juga membentuk keterampilan sosial anak seperti menunggu giliran, bekerja sama, dan menjalin interaksi positif, sehingga mendukung perkembangan sosial dan emosional (Putri, Mayusta, & Rahmawati, 2023; Hasanah, Mukarromah, & Wahyuningtyas, 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Penelitian ini tidak berfokus pada angka atau pengukuran statistik, melainkan berusaha menggali makna, persepsi, dan pengalaman nyata yang dialami anak-anak dalam kegiatan permainan tradisional lompat tali (Creswell & Poth, 2018; Moleong, 2018). Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Cahaya Nusantara, yang berlokasi di Kepuren Residence Blok H4 No. 9-11, Kelurahan Kepuren, Kecamatan Walantaka, Kota Serang, Provinsi Banten pada semester genap tahun ajaran 2024/2025, yaitu pada bulan 2 April 2025 - 13 Juli 2025. Adapun yang termasuk data primer pada penelitian ini Anak-anak usia 5-6 tahun kelompok B di PAUD Cahaya Nusantara, berjumlah 12 orang, terdiri dari 6 anak laki-laki dan 6 anak perempuan. Teknik pengumpulan data dalam pelaksanaan penelitian ini, maka teknik pengumpulan data yang di gunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan model analisis data dari Miles, Huberman, dan Saldana (2014), yang terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi.



Miles, Huberman, dan Saldana (2014)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada kelompok B di PAUD Cahaya Nusantara, yang terdiri dari 15 anak (8 perempuan dan 7 laki-laki), peneliti mencatat adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun setelah mengikuti kegiatan permainan lompat tali secara rutin. Pengamatan dilakukan selama lima kali pertemuan, dengan fokus pada indikator perkembangan motorik kasar sesuai dengan standar penilaian PAUD, yaitu Keseimbangan: Anak mampu berdiri dan mendarat dengan stabil setelah melompat. Koordinasi: Anak mulai mampu menyesuaikan gerakan tubuh dengan irama ayunan tali. Daya tahan: Anak bertahan lebih lama dalam permainan tanpa mudah lelah. Keberanian: Anak yang semula pasif mulai berani mencoba dan lebih aktif dalam bergiliran.

Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Permainan Lompat Tali

Pelaksanaan permainan lompat tali di PAUD Cahaya Nusantara tidak lepas dari berbagai faktor yang memengaruhi efektivitas kegiatan tersebut. Secara umum, faktor-faktor ini dapat dikategorikan menjadi dua kelompok besar, yaitu faktor pendukung dan faktor penghambat, yang berasal dari lingkungan belajar, karakteristik peserta didik, peran guru, serta dukungan eksternal seperti orang tua dan kurikulum. Adanya pemahaman yang menyeluruh terhadap faktor-faktor ini sangat penting dalam rangka merancang strategi pembelajaran yang optimal dan berkelanjutan.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional lompat tali memberikan kontribusi yang signifikan dalam proses pembelajaran anak usia dini, terutama dalam pengembangan kemampuan fisik motorik kasar. Kegiatan ini dilaksanakan secara terstruktur dan rutin di PAUD Cahaya Nusantara, dengan frekuensi dua kali seminggu selama 30 menit. Pelaksanaannya disusun melalui tahapan-tahapan yang sistematis, yaitu pemanasan, penjelasan aturan, latihan awal dengan tali diam, permainan inti dengan tali bergerak, hingga penutupan yang penuh apresiasi. Proses ini bukan sekadar aktivitas fisik, tetapi juga bagian dari pendekatan pedagogis yang sesuai dengan karakteristik

perkembangan anak usia dini.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan, keterlibatan guru sebagai fasilitator menjadi kunci utama keberhasilan. Guru tidak hanya menyampaikan instruksi, tetapi juga hadir secara aktif untuk membimbing, memberikan contoh, dan menciptakan suasana belajar yang nyaman dan aman bagi anak. Strategi yang digunakan dalam setiap tahap kegiatan, seperti pendekatan verbal yang lembut, penggunaan lagu untuk meningkatkan keterlibatan, serta penguatan sosial melalui pujian dan tepuk tangan, menunjukkan penerapan prinsip scaffolding sebagaimana dijelaskan dalam teori Vygotsky. Dalam zona perkembangan proksimal (ZPD), anak memperoleh dukungan untuk mampu melakukan aktivitas yang sebelumnya belum dikuasai secara mandiri.

Dalam konteks perkembangan motorik kasar, permainan lompat tali terbukti efektif dalam melatih empat aspek utama: keseimbangan, koordinasi, daya tahan tubuh, dan keberanian. Anak-anak yang semula tidak percaya diri atau enggan terlibat, secara bertahap menunjukkan peningkatan keterampilan fisik dan rasa percaya diri setelah mengikuti kegiatan secara rutin. Salah satu indikator keberhasilan ini adalah kemampuan anak untuk melompat tali secara ritmis, mempertahankan keseimbangan saat mendarat, serta berani mencoba meskipun sebelumnya mengalami hambatan. Temuan ini memperkuat pernyataan Gallahue (2003) bahwa keterampilan gerak dasar seperti melompat harus dikembangkan sejak usia dini melalui pengalaman bermain yang bermakna dan menyenangkan.

Tidak hanya berdampak pada fisik, permainan ini juga mendorong perkembangan sosial dan emosional anak. Anak belajar untuk menunggu giliran, memberi semangat pada teman, dan menerima kegagalan dengan dukungan dari lingkungan sekitar. Hal ini sesuai dengan konsep kecerdasan majemuk Gardner (1993), yang menyebutkan bahwa kecerdasan kinestetik dan interpersonal dapat berkembang secara sinergis melalui aktivitas fisik yang bersifat kolaboratif. Suasana bermain yang menyenangkan, tanpa tekanan atau kompetisi yang berlebihan, memungkinkan anak untuk membangun hubungan sosial yang positif, serta belajar mengelola emosi dalam situasi yang dinamis.

Namun demikian, pelaksanaan permainan lompat tali juga menghadapi berbagai tantangan. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, terdapat sejumlah faktor penghambat yang harus dikelola oleh guru. Variasi kemampuan fisik anak, rasa takut gagal, dan daya tahan tubuh yang masih terbatas menjadi kendala utama dalam kegiatan ini. Selain itu, keterbatasan durasi waktu bermain dan kondisi cuaca yang tidak menentu juga menjadi hambatan eksternal yang tidak bisa diabaikan. Meskipun demikian, guru menunjukkan kemampuan adaptif dalam menghadapi kendala tersebut, seperti dengan membagi peran, mengatur jadwal istirahat, serta menyesuaikan ritme permainan agar sesuai dengan kemampuan anak.

Sebaliknya, beberapa faktor pendukung justru memperkuat efektivitas kegiatan ini. Guru yang kreatif dan responsif, lingkungan bermain yang aman dan luas, alat permainan yang fleksibel, serta integrasi kegiatan dengan kurikulum tematik menjadi pendorong utama keberhasilan pelaksanaan kegiatan lompat tali. Dukungan tidak langsung dari orang tua juga memainkan peran penting, di mana anak memperoleh motivasi tambahan dari rumah, yang memperkuat keterlibatan mereka dalam kegiatan bermain di sekolah. Ini menunjukkan pentingnya sinergi antara lingkungan keluarga dan sekolah dalam

mendukung perkembangan holistik anak usia dini.

Penting untuk dicatat bahwa pembelajaran melalui permainan seperti lompat tali tidak hanya mencakup aspek motorik, tetapi juga menjadi sarana edukatif yang mendukung berbagai domain perkembangan anak. Proses bermain memungkinkan anak mengeksplorasi tubuhnya, mengembangkan pola pikir kritis sederhana, membentuk karakter positif seperti kerja sama dan tanggung jawab, serta menanamkan nilai-nilai budaya melalui pelestarian permainan tradisional. Pendekatan semacam ini menjadi salah satu bentuk pendidikan kontekstual yang berbasis pada pengalaman nyata dan budaya lokal.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sari (2020) yang menyimpulkan bahwa permainan lompat tali berpengaruh positif terhadap koordinasi dan keseimbangan anak TK. Nurfadilah (2019) juga menyatakan bahwa permainan tradisional seperti lompat tali dapat memberikan stimulasi menyeluruh pada aspek motorik kasar anak usia dini. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat literatur yang ada dan menegaskan kembali pentingnya penggunaan permainan tradisional dalam proses pendidikan anak usia dini, khususnya dalam konteks pengembangan kemampuan fisik dan sosial emosional anak.

Akan tetapi, penelitian ini memiliki keterbatasan pada ruang lingkup dan metode. Penelitian hanya dilakukan di satu lembaga PAUD dengan jumlah subjek terbatas, serta menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif tanpa pembandingan data kuantitatif. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya disarankan agar menggunakan pendekatan kombinasi (*mixed-method*), memperluas cakupan wilayah dan jumlah subjek, serta melakukan uji efektivitas menggunakan alat ukur yang lebih objektif agar dapat menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan generalisabel.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional lompat tali merupakan metode pembelajaran yang tidak hanya efektif dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar anak usia dini, tetapi juga mencerminkan pendekatan pembelajaran yang holistik dan kontekstual. Guru sebagai fasilitator dan perancang kegiatan memainkan peran strategis dalam menjembatani antara dunia bermain dan dunia belajar anak. Melalui perencanaan yang matang, pelaksanaan yang fleksibel, serta strategi yang adaptif, permainan lompat tali terbukti mampu menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan, bermakna, dan berdampak jangka panjang bagi perkembangan anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian di PAUD Cahaya Nusantara, diperoleh simpulan sebagai berikut: Permainan tradisional lompat tali dilaksanakan secara terencana dan rutin dua kali seminggu sebagai kegiatan outdoor. Kegiatan meliputi pemanasan, penjelasan aturan, latihan, dan permainan inti, dengan guru sebagai fasilitator yang menciptakan suasana aman dan menyenangkan. Permainan ini mampu meningkatkan motorik kasar anak, terutama keseimbangan, koordinasi, daya tahan, dan keberanian. Anak menjadi lebih aktif, percaya diri, dan mampu mengikuti ritme permainan dengan lebih baik. Keberhasilan dipengaruhi faktor pendukung seperti kreativitas guru, sarana, lingkungan, kurikulum, dan dukungan orang tua, serta faktor penghambat seperti perbedaan kemampuan anak, rasa takut, keterbatasan fisik, waktu, dan cuaca. Kendala diatasi dengan strategi adaptif agar semua anak tetap berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2023). Pengaruh permainan tradisional terhadap kecerdasan kinestetik dan interpersonal anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(1), 45–53.
- Azzahra, R., & Rahman, H. (2023). Analisis kegiatan fisik dalam pembelajaran PAUD di era digital. *Jurnal PAUD Nusantara*, 9(2), 88–95.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Dwijayanti, A., & Subagyo, A. (2023). *Permainan tradisional sebagai media pembelajaran karakter anak usia dini*. Yogyakarta: Deepublish.
- Fitriani, L. (2022). Efektivitas permainan lompat tali dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Holistik*, 8(2), 110–118.
- Fitriyah, S. (2020). Aktivitas fisik dan perkembangan motorik anak usia dini dalam perspektif teori Piaget. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 34–42.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2003). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (5th ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. New York: Basic Books.
- Hasibuan, R. (2021). *Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Hidayat, A., Wahyuni, S., & Kurniawati, I. (2023). Permainan tradisional lompat tali dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 3997–4006.
- Hidayat, R., & Fauziah, A. (2021). Studi kualitatif proses pembelajaran berbasis gerak untuk anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini Indonesia*, 5(3), 210–218.
- Hurlock, E. B. (1999). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Kemendikbud. (2014). *Permendikbud No. 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kemenkes RI. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniasih, D., & Munawaroh, S. (2022). Minimnya aktivitas fisik dalam pembelajaran anak usia dini. *Jurnal PAUD Visioner*, 8(2), 45–53.
- Lestari, N., & Haryanto, B. (2022). Kajian terhadap permainan tradisional dalam pengembangan anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 22–30.
- Maharani, A., & Suryana, D. (2019). Permainan tradisional sebagai media pembelajaran untuk anak usia dini. *Jurnal Obsesi*, 3(2), 451–460.
- Maulana, A., & Kartini, T. (2020). Perkembangan psikososial anak usia dini dalam kegiatan bermain. *Jurnal Psikologi Anak*, 9(1), 31–39.
- Maulidya, S. (2021). Permainan lompat tali sebagai pengembangan motorik kasar anak. *Jurnal Kreativitas Anak*, 4(1), 22–29.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyasa, E. (2020). *Manajemen pendidikan anak usia dini*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyasa, E. (2020). *Pendidikan untuk pengembangan potensi anak usia dini*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Nugraha, R., & Lestari, N. (2021). Strategi guru dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini melalui kegiatan fisik. *Jurnal Golden Age*, 5(1), 35–42.
- Nurhasanah, S., & Lestari, T. (2022). Motorik kasar dan stimulasi di usia emas anak. *Jurnal Pendidikan Holistik*, 6(1), 17–25.
- Nurfadilah, S. (2019). Efektivitas permainan tradisional dalam mengembangkan motorik kasar anak. *Jurnal PAUD Nusantara*, 5(2), 88–97.
- Permatasari, A., & Dewi, F. (2020). Permainan tradisional sebagai media pengembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 101–110.
- Pratiwi, L. D. (2023). Peran guru dalam pengembangan motorik anak melalui permainan tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 45–53.
- Puspita, R., & Ningsih, T. (2022). Dampak penggunaan gawai terhadap perkembangan motorik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 77–85.
- Rahmawati, D., & Harahap, A. (2021). Prinsip dan pendekatan pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 5(2), 56–65.
- Safitri, D., & Hidayat, M. (2020). Peran aktivitas fisik terhadap perkembangan motorik kasar anak taman kanak-kanak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini*, 3(1), 34–41.
- Sanjaya, W. (2020). Penelitian pendidikan: Jenis, metode, dan prosedur. Jakarta: Kencana.
- Sari, M. (2021). Periode emas dan pentingnya stimulasi perkembangan anak usia dini. *Jurnal Tumbuh Kembang Anak*, 7(1), 12–20.
- Sari, R. P., & Marlina, L. (2019). Pengaruh kegiatan fisik terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi*, 3(2), 322–328.
- Setiawan, D., & Lestari, M. (2022). Urgensi stimulasi motorik kasar pada anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, 7(2), 88–95.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, D., & Nanda, L. (2023). Permainan tradisional sebagai media pelestarian budaya dalam pendidikan anak usia dini. *Jurnal Warisan Budaya*, 3(1), 25–33.
- Sumantri, A., & Sukartiningsih. (2020). Strategi bermain dan permainan tradisional untuk anak usia dini. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Suryani, A., & Azizah, L. (2022). Stimulasi motorik kasar anak melalui permainan lompat tali di taman kanak-kanak. *Jurnal Obsesi*, 7(2), 1281–1289.
- Sutrisno, A. (2022). Evaluasi implementasi kurikulum PAUD dalam kegiatan motorik. *Jurnal Pendidikan dan Evaluasi*, 8(3), 102–110.
- Utami, D., & Kurniawati, A. (2020). Optimalisasi perkembangan anak usia dini melalui stimulasi terpadu. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(3), 199–208.
- Wahyuningsih, S. (2018). Pendidikan anak usia dini: Teori dan praktik. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 11–18.
- Widodo, H., & Maharani, S. (2021). Integrasi permainan tradisional dalam pembelajaran tematik PAUD. *Jurnal PAUD Inovatif*, 7(2), 144–153.
- Yuliana, E., & Hermawan, R. (2021). Pengaruh permainan lompat tali terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 115–123.