

Penggunaan Permainan Lompat Karet Sebagai Media Pembelajaran Motorik Anak Usia 5–6 Tahun

Rohayu Fadillah ¹, Lydia Margaretha ², Indri.Maryanisah ³, Tiara.D.O.H.W ⁴,
Oliyiya.Wulandari ⁵, Kendi.Julia Narti ⁶, Elka. Yulia Santera ⁷

Affiliation:

Program Studi Pg_Paud,
Fakultas Fkip, Universitas
Dehasen Bengkulu

Corresponding Author:

rohayufadilla@unived.ac.id



Abstract

This study aims to determine the use of the Lompat Karet game as a learning medium to improve the motor skills of children aged 5–6 years. This modern traditional game, typical of Central Bengkulu, has elements of movement that involve body coordination, balance, agility, and cooperation between children, making it a fun learning activity for early childhood. The research method used was descriptive qualitative, with children aged 5–6 years as subjects. Data collection techniques were conducted through observation, interviews, and documentation during the game activities. The results showed that the Lompat Karet game can improve children's gross motor skills, such as running, jumping maintaining balance, and coordinating body movements. Furthermore, this game also helps increase children's self-confidence, social interaction, and enthusiasm for learning. The use of traditional games as a learning medium provides a more active and enjoyable learning experience, making it easier for children to understand the activities presented by the teacher. Therefore, the lompat karet game can be used as an alternative learning medium for motor skills for early childhood and as an effort to preserve the traditional games of Central Bengkulu.

Keywords: Lompat Karet Game, Children's Motor Skills, Early Childhood, Learning Medium, Central Bengkulu.

Pendahuluan

Permainan tradisional merupakan bagian penting dari budaya bangsa yang diwariskan secara turun-temurun dari generasi ke generasi. Permainan tradisional tidak hanya berfungsi sebagai hiburan bagi anak-anak, tetapi juga memiliki nilai pendidikan, sosial, budaya, dan moral yang sangat bermanfaat dalam perkembangan anak usia dini. Di tengah perkembangan teknologi dan munculnya berbagai permainan modern berbasis gadget, permainan tradisional mulai jarang dimainkan oleh anak-anak. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat, keluarga, dan lembaga pendidikan untuk tetap mengenalkan permainan tradisional kepada anak sejak dini agar budaya daerah tidak hilang dan tetap lestari. (KI

HAJAR DEWANTARA 2020), gagasan beliau menekankan bahwa pendidikan harus selera dengan budaya bangsa dan nilai kehidupan masyarakat.

Salah satu permainan tradisional yang sangat populer di Indonesia adalah permainan lompat karet. Permainan ini dikenal hampir di seluruh daerah di Indonesia, termasuk di Bengkulu Tengah. Lompat karet merupakan permainan sederhana yang menggunakan rangkaian karet gelang yang disusun menjadi tali panjang. Permainan ini biasanya dimainkan oleh beberapa anak secara berkelompok di halaman rumah, lapangan, maupun lingkungan sekolah. Cara bermainnya adalah dengan melompati tali karet pada tingkat ketinggian tertentu secara bergantian. Tinggi tali akan terus meningkat sesuai kemampuan

Permainan lompat karet menjadi salah satu permainan yang sangat disukai anak-anak karena mudah dimainkan, tidak membutuhkan biaya mahal, dan dapat dilakukan bersama teman-teman. Selain memberikan rasa senang dan hiburan,

permainan ini juga mampu melatih kemampuan fisik dan sosial anak. Anak-anak belajar melompat, menjaga keseimbangan tubuh, melatih kelincihan, serta belajar bekerja sama dan menghargai teman saat bermain. Oleh sebab itu, permainan lompat karet sangat cocok diterapkan dalam kegiatan pembelajaran anak usia dini atau PAUD. Max Weber 2016

Dalam dunia pendidikan anak usia dini, bermain merupakan kegiatan utama dalam proses belajar anak. Anak belajar melalui aktivitas bermain yang menyenangkan. Permainan tradisional seperti lompat karet dapat dijadikan media pembelajaran yang efektif karena mampu mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak secara menyeluruh. Aspek perkembangan tersebut meliputi perkembangan motorik kasar, sosial emosional, bahasa, kognitif, serta nilai agama dan moral. Ketika anak bermain lompat karet, anak tidak hanya bergerak aktif, tetapi juga belajar mengikuti aturan, bersabar menunggu giliran, berinteraksi dengan teman, dan mengendalikan emosi.

Selain itu, permainan lompat karet juga memiliki nilai budaya yang penting untuk dilestarikan. Permainan tradisional merupakan identitas budaya bangsa yang mencerminkan kehidupan masyarakat pada masa dahulu. Melalui permainan tradisional, anak-anak dapat mengenal budaya daerahnya sendiri dan belajar mencintai warisan budaya Indonesia. Jika permainan tradisional tidak diperkenalkan lagi kepada anak-anak, maka lama-kelamaan permainan tersebut dapat hilang akibat pengaruh perkembangan zaman dan teknologi modern. ELIZABETH B. HURLOCK 2021 MARET

Metode Penelitian

Cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data dan informasi dalam suatu penelitian. Pada penelitian tentang permainan tradisional lompat karet untuk anak usia dini, metode penelitian digunakan untuk mengetahui manfaat dan pengaruh permainan terhadap perkembangan anak. (AUGUSTE COMTE)

Hasil Penelitian

Penelitian mengenai permainan tradisional lompat karet pada anak usia dini dilakukan untuk

mengetahui pengaruh permainan tersebut terhadap perkembangan anak, terutama perkembangan motorik kasar, sosial emosional, konsentrasi, dan rasa percaya diri anak.

Penelitian dilakukan pada anak usia 4–6 tahun di lingkungan PAUD dengan cara observasi langsung saat anak bermain, wawancara dengan guru, dan dokumentasi kegiatan. Permainan lompat karet dilakukan secara berkelompok menggunakan tali yang dibuat dari rangkaian karet gelang.

Sebelum kegiatan dimulai, guru terlebih dahulu menjelaskan aturan permainan kepada anak-anak. Anak terlihat sangat antusias ketika mengetahui bahwa mereka akan bermain di luar kelas bersama teman-temannya. Sebagian besar anak sudah mengenal permainan lompat karet, namun ada juga beberapa anak yang baru pertama kali mencobanya. Menurut Lev vygosky 2017

Pada awal permainan, tali karet dipasang dengan ketinggian rendah, yaitu setinggi mata kaki anak. Anak-anak diminta melompati tali secara bergantian. Dari hasil pengamatan, hampir seluruh anak mampu melompati tali dengan baik pada tahap awal. Anak terlihat senang, tertawa, dan bersemangat mengikuti permainan.

Setelah beberapa putaran, tinggi tali mulai dinaikkan secara bertahap hingga setinggi lutut, pinggang, dan dada. Pada tahap ini terlihat adanya perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Anak mulai mampu mengatur gerakan tubuh, keseimbangan, dan kekuatan kaki saat melompat.

Beberapa anak yang awalnya takut mencoba mulai berani melompat setelah diberi dukungan oleh guru dan teman-temannya. Hal ini menunjukkan bahwa permainan lompat karet dapat meningkatkan rasa percaya diri anak.

Perkembangan Motorik Kasar Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan lompat karet sangat membantu

perkembangan motorik kasar anak usia dini. Anak menjadi lebih aktif bergerak dan lebih terampil menggunakan anggota tubuhnya.

Gerakan melompat dalam permainan lompat karet melatih: kekuatan otot kaki, keseimbangan tubuh, koordinasi gerakan, kelincahan, dan ketahanan fisik anak.

Sebelum permainan dilakukan, beberapa anak terlihat kurang aktif bergerak dan mudah kehilangan keseimbangan. Namun setelah beberapa kali bermain, anak mulai mampu melompat dengan lebih baik dan stabil.

Guru juga menyampaikan bahwa anak menjadi lebih semangat mengikuti kegiatan fisik setelah dikenalkan permainan lompat karet. Anak yang biasanya malu bergerak di depan teman mulai lebih percaya diri untuk mencoba.

Selain itu, kemampuan koordinasi mata dan kaki anak juga meningkat. Anak mampu memperkirakan tinggi tali dan menentukan waktu yang tepat untuk melompat agar tidak menyentuh tali.

Perkembangan Sosial Emosional Anak

Permainan lompat karet dilakukan secara kelompok sehingga memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan sosial emosional anak. Saat bermain, anak belajar: bekerja sama, menunggu giliran, menghargai teman, membantu teman yang kesulitan, dan menaati aturan permainan.

Tabel 1. Hasil Observasi Kemampuan Motorik Anak Melalui Permainan Lompat karet

Aspek Motorik	Sebelum Bermain	Sesudah Bermain
Kemampuan Berlari	Cukup	Baik
Keseimbangan Tubuh	Kurang	Baik
Kelincahan Gerak	Cukup	Sangat Baik
Koordinasi Gerakan	Kurang	Baik

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa anak menjadi lebih mudah berinteraksi dengan temantemannya.

Anak terlihat saling menyemangati ketika ada teman yang belum berhasil melompati tali.

Contohnya, ketika ada anak yang gagal melompat, teman-temannya memberikan dukungan seperti: “Ayo coba lagi.” “Kamu pasti bisa.”

Hal tersebut menunjukkan adanya rasa empati dan kepedulian sosial antar anak.

Kesimpulan

Permainan lompat karet merupakan salah satu permainan tradisional asli Indonesia yang telah diwariskan dari generasi ke generasi, dan hingga kini tetap relevan serta sangat berharga bagi pendidikan dan perkembangan anak usia dini (rentang usia 4 hingga 6 tahun). Permainan ini menggunakan alat yang sangat sederhana, yaitu gabungan dari puluhan hingga ratusan karet gelang yang disambung menjadi satu tali panjang, namun di balik kesederhanaannya itu, tersimpan nilai pendidikan yang sangat kaya, mendalam, dan menyentuh seluruh aspek pertumbuhan anak. terkandung di dalam .

Permainan ini pada dasarnya dimainkan secara berkelompok, minimal terdiri dari tiga orang anak, di mana dua anak bertugas memegang dan menahan ujung karet, sedangkan satu anak atau lebih berperan sebagai pelompat.

Tingkat kesulitan permainan diatur berdasarkan ketinggian posisi karet, dimulai dari yang paling rendah (setinggi pergelangan kaki), naik ke lutut, pinggang, dada, bahu, kepala, hingga terakhir dinaikkan ke atas jari-jari tangan yang terangkat setinggitingginya. Setiap tingkatan ini memiliki pola gerakan lompatan yang berbeda-beda, sering kali diiringi dengan nyanyian atau irama lagu anak-anak yang khas. Aturan mainnya

sederhana namun tegas: jika kaki pelompat menyentuh karet, atau urutan gerakan tidak sesuai, maka giliran bermain berpindah ke teman lainnya.

Kesederhanaan aturan dan alat ini membuatnya dapat dimainkan di manas saja, baik di halaman rumah, taman, maupun di lingkungan sekolah, tanpa memerlukan biaya mahal atau fasilitas khusus.

Daftar Pustaka

- Saputra, R. F., Wijayanti, L., Anggraeni, N., Saadah, S. N., & Dewi, R. R. K. (2023). Permainan Olahraga Tradisional Lompat Tali Karet: Lompat Tali Karet. *Jurnal Dorkes (Dedikasi Olahraga dan Kesehatan)*, 1(1), 19–22.
Link: jhs.unsika.ac.id
Sistem Jurnal UNSIKA
- Fauziah, N. S., Rahman, T., & Muslihin, H. Y. (2021). Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Karet. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*.
Link: journal.ikipsiliwangi.ac.id
Jurnal Mahasiswa IKIP Siliwangi
- Islam, F. (2023). Pengembangan Motorik Kasar Anak dalam Permainan Tradisional Lompat Tali Karet di RA Bakti 3 Sukosewu Sukorejo Ponorogo. *Journal of Early Childhood Education Studies*.
Link: journal.stai-ypbwi.ac.id
Rumah Jurnal IAI YPBWI
- Yudanto. (2005). Pengembangan Gerak Dasar Lari dan Lompat Melalui Pendekatan Bermain di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.
Link: journal.uny.ac.id
UNY Journal
- Andriadi, A., & Saputra, A. (2021). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Berbasis Permainan untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 41–47.
Link: journal.uny.ac.id

UNY Journal

Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*. New York: International Universities Press.

Teori: Anak belajar melalui bermain dan pengalaman langsung.

Link: archive.org

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge: Harvard University Press.

Teori: Interaksi sosial sangat penting dalam perkembangan anak.
Link: archive.org

Hurlock, E. B. (1978). *Child Development*. New York: McGraw-Hill.

Teori: Bermain membantu perkembangan motorik, sosial, dan emosional anak.
Link: archive.org

Ki Hajar Dewantara. (2013). *Pemikiran, Konsepsi, Keteladanan, Sikap Merdeka*. Yogyakarta: UST Press.

Teori: Pendidikan harus mengenalkan budaya bangsa kepada anak.

Wahyu Kurniawan. (2013). *Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Permainan Lompat Karet*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Teori: Pendidikan harus mengenalkan budaya bangsa kepada anak.

Wahyu Kurniawan. (2013). *Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Permainan Lompat Karet*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Teori: Pendidikan harus mengenalkan budaya bangsa kepada anak.