

# Pengaruh Permainan Lempar Tangkap Bola Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun

Mey Safitri<sup>1✉</sup>, Rini Purbayani<sup>2</sup>, Ani Herniawati<sup>3</sup>

(<sup>1,2,3</sup>) (PIAUD, STAI Putra Galuh Ciamis)

Email: [meys5781@gmail.com](mailto:meys5781@gmail.com)

DOI: <https://doi.org/10.61580/joece.v2i1.166>

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak. Metode penelitian menggunakan kuantitatif dengan jenis Pre Experimental Design tipe One Group Pretest-Posttest Design. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 13 anak dengan teknik pengambilan sampel jenuh. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan lembar observasi terstruktur. Teknik pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS. Hasil penelitian diperoleh kemampuan motorik kasar anak sebelum perlakuan berada pada kategori belum berkembang (BB) sebesar 46,15% dan 53,85% berada pada kategori mulai berkembang (MB). Setelah diberikan perlakuan, kemampuan motorik kasar anak berada pada kategori berkembang sesuai harapan (BSH) 46,15% dan 53,86% berada pada kategori berkembang sangat baik (BSB). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) <0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan permainan lempar tangkap bola berpengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini di RA Sabilissalam.

**Kata Kunci:** *anak usia dini; kemampuan motorik kasar anak; permainan lempar tangkap bola*

## Abstract

This study aims to determine the effect of throwing and catching ball games on children's gross motor skills. The research method uses quantitative with the type of Pre Experimental Design type One Group Pretest-Posttest Design. The number of samples used was 13 children with saturated sampling technique. The data collection technique used is using a structured observation sheet. Data processing techniques are carried out using SPSS assistance. The results of the study obtained that children's gross motor abilities before treatment were in the undeveloped category (BB) of 46.15% and 53.85% were in the category of starting to develop (MB). After treatment, children's gross motor skills were in the category of developing as expected (BSH) 46.15% and 53,86% were in the category of developing very well (BSB). The Wilcoxon test results show that the sig value. (2-tailed) <0.05, then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. Thus, it can be concluded that the use of ball throwing games has a positive effect on the gross motor development of early childhood at RA Sabilissalam.

**Keywords:** *early childhood; children's gross motor skills; ball throwing game*

## I. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada dalam rentang usia 0 hingga 6 tahun. Usia ini biasa disebut dengan periode *golden age*, yaitu tahap krusial bagi perkembangan otak anak, di mana stimulasi yang tepat bisa memberikan fondasi yang kuat untuk pertumbuhan kognitif, bahasa, fisik motorik, emosional, dan sosial

sepanjang hidup (Rahmawati, 2025). Maka dari itu, pada tahap ini sangat diperlukan pendidikan yang menunjang sejak dini. Pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia 6 tahun dengan memberikan program pendidikan yang dirancang khusus untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental, sehingga anak siap melanjutkan ke jenjang pendidikan berikutnya (Permendikbud No. 137 Tahun 2014). Perkembangan anak usia dini mencakup berbagai aspek, antara lain perkembangan nilai-nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, fisik motorik yang meliputi motorik kasar dan halus, serta perkembangan sosial dan emosional (Hafiza et al., 2024). Adapun yang menjadi fokus penelitian saat ini adalah perkembangan fisik motorik kasar.

Menurut Novitasari et al. (2019), pembelajaran motorik kasar pada anak mencakup beberapa aspek utama seperti kekuatan, ketahanan kardiovaskular, daya ledak (*power*), kecepatan, ketahanan fisik, kelincahan, keseimbangan, waktu reaksi, serta koordinasi tubuh. Keterampilan motorik sendiri merupakan bentuk aktivitas fisik yang melibatkan kolaborasi antara sistem saraf pusat, saraf tulang belakang, dan otot untuk menghasilkan gerakan yang terkoordinasi. Aspek ini memiliki peran penting dalam proses tumbuh kembang anak usia dini. Oleh karena itu, memberikan latihan keterampilan motorik kasar melalui permainan yang kreatif menjadi salah satu upaya efektif untuk mendukung perkembangan fisik dan koordinasi anak (Aprilianti & Setyowati, 2023).

Menurut Permendikbud No. 137 Tahun 2014, kemampuan motorik kasar pada anak usia 4–5 tahun idealnya sudah mampu melakukan gerakan seperti melempar, menangkap, dan menendang benda dengan arah yang tepat. Selain itu, mereka juga seharusnya dapat melakukan gerakan antisipasi serta menggunakan alat permainan di luar kelas dengan baik.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di RA Sabilissalam pada kelompok A2 yang berusia 4–5 tahun, diketahui bahwa sebagian besar anak menunjukkan keterbatasan dalam kemampuan motorik kasar, khususnya dalam keterampilan melempar dan menangkap bola secara terarah. Selain itu, anak-anak juga belum menunjukkan kemampuan melakukan gerakan antisipatif terhadap objek yang bergerak, seperti bola yang datang. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengembangkan stimulasi yang tepat guna meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Adapun alternatif solusi yang ditawarkan pada penelitian ini yaitu pembelajaran dengan menggunakan permainan lempar tangkap bola.

Permainan lempar tangkap bola merupakan salah satu aktivitas fisik yang menggunakan bola sebagai media untuk melatih kemampuan motorik kasar anak usia dini. Aktivitas ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga memiliki manfaat yang besar dalam mendukung berbagai aspek pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh (Novianti & Arti, 2021; Siregar et al., 2020). Latihan melempar dan menangkap bola sering dimanfaatkan sebagai metode stimulasi untuk meningkatkan koordinasi, kekuatan otot, dan keterampilan gerak motorik kasar pada anak (Hasanah et al., 2023). Selain itu, permainan ini juga berperan penting dalam mengembangkan kelincahan, yaitu kemampuan anak untuk mengubah arah atau posisi tubuh secara cepat

---

dan tepat saat bergerak dari satu titik ke titik lainnya. Dalam praktiknya, kelincahan dapat terlihat saat anak mampu menyentuh atau menghindari bola dengan cepat, yang mencerminkan peningkatan refleks dan kemampuan melempar secara efektif. Dengan demikian, permainan lempar tangkap bola menjadi salah satu sarana yang tepat untuk mengoptimalkan perkembangan fisik dan keterampilan gerak anak usia dini secara menyeluruh (Novianti & Arti, 2021).

Penelitian ini didukung oleh tiga hasil penelitian terdahulu. Penelitian pertama dilakukan oleh Amara et al. (2024) dengan judul “Efektivitas Permainan Melempar dan Menangkap Bola terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun”. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain pre-test dan post-test terhadap dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan intervensi permainan bola dan kelompok kontrol tanpa intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia 5–6 tahun yang mengikuti intervensi permainan ini mengalami peningkatan signifikan dalam koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot dibandingkan kelompok kontrol.

Penelitian kedua dilakukan oleh Fitriani et al. (2023) yang berjudul “Peningkatan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Bermain Lempar Tangkap Bola”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan bermain lempar-tangkap bola secara konsisten meningkatkan performa motorik kasar anak, dengan skor isi tumbuh dari 37,5% menjadi 87,5% setelah dua siklus pelaksanaan.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Panjaitan et al. (2023) dengan judul “Pengaruh Kegiatan Lempar Tangkap Bola Terhadap Motorik Kasar Anak Pada Usia 5-6 Tahun di Paud Anugerah GKPI Pearaja Tarutung”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental, menggunakan desain “*One Shot Case Study*”. Hasil penelitian menemukan adanya hubungan signifikan antara frekuensi permainan ini dan kemampuan motorik kasar, dengan koefisien korelasi tinggi ( $r = 0,76$ ) dan kontribusi aktivitas mencapai 58% dari perkembangan motorik kasar anak.

Penelitian saat ini memiliki kesamaan substansi dengan penelitian sebelumnya, yaitu memanfaatkan permainan lempar tangkap bola untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Namun, terdapat perbedaan dalam desain dan pendekatan metode. Penelitian sekarang menggunakan desain *one group pretest-posttest* dengan uji Wilcoxon untuk menganalisis efektivitas intervensi, sementara penelitian terdahulu lebih bervariasi, mulai dari PTK hingga *one shot case study* dan eksperimen dua kelompok. Selain itu, penelitian ini menargetkan anak usia 4–5 tahun, sedangkan sebagian besar penelitian terdahulu fokus pada anak usia 5–6 tahun.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji pengaruh permainan lempar tangkap bola sebagai salah satu bentuk intervensi yang dapat mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini di RA Sabilissalam. Terdapat tiga rumusan masalah yang menjadi acuan, antara lain: (1) Bagaimana kemampuan motorik kasar anak sebelum diberikan intervensi? (2)

Bagaimana kemampuan motorik kasar anak setelah diberikan intervensi? (3) Bagaimana pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak? Berdasarkan rumusan masalah yang telah diajukan, maka tujuan penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui kemampuan motorik kasar anak sebelum diberikan intervensi? (2) untuk mengetahui kemampuan motorik kasar anak setelah diberikan intervensi? (3) untuk mengetahui pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan inspirasi dan informasi bagi lembaga-lembaga PAUD dalam upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui permainan lempar tangkap bola.

## **II. KAJIAN PUSTAKA**

Pada bagian kajian pustaka ini, peneliti membahas 2 (dua) sub pembahasan. Kedua sub pembahasan tersebut meliputi: (1) kemampuan motorik kasar anak usia dini, dan (2) permainan lempar tangkap bola. Kedua sub pembahasan tersebut diuraikan sebagai berikut.

### **Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Kemampuan motorik kasar pada anak usia dini merupakan aspek perkembangan fisik yang berkaitan dengan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar, seperti otot lengan, kaki, dan punggung (Saparia et al., 2023). Kemampuan ini mencakup aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menendang, yang semuanya berperan penting dalam mendukung koordinasi, kekuatan otot, keseimbangan, dan kelincahan anak (Widia et al., 2024). Kemampuan motorik kasar dicapai melalui rangkaian stimulasi dan latihan yang terus-menerus serta sangat dipengaruhi oleh lingkungan yang memungkinkan anak bergerak aktif, sekaligus berkaitan erat dengan kesiapan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan menjadi dasar pengembangan keterampilan fisik yang lebih kompleks di jenjang pendidikan selanjutnya (Anjarsari et al., 2024).

Berdasarkan ketiga pendapat di atas, dapat di elaboarasi bahwa kemampuan motorik kasar merupakan aspek penting dalam perkembangan fisik anak usia dini yang melibatkan gerakan otot-otot besar melalui aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menendang. Kemampuan ini tidak hanya menunjang koordinasi, kekuatan, keseimbangan, dan kelincahan, tetapi juga berperan sebagai fondasi bagi kemandirian anak dalam aktivitas sehari-hari serta sebagai dasar pengembangan keterampilan fisik yang lebih kompleks di masa mendatang. Perkembangannya sangat dipengaruhi oleh stimulasi yang berkelanjutan dan lingkungan yang mendukung aktivitas fisik secara aktif (Anjarsari et al., 2024; Saparia et al., 2023; Widia et al., 2024).

Kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun dalam konteks penelitian ini mencakup keterampilan fisik yang melibatkan koordinasi dan kontrol gerakan tubuh yang mengacu pada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA). Aspek yang diamati meliputi kemampuan melempar dan menangkap bola secara terarah, melakukan gerakan antisipasi, menendang bola secara terarah, serta memanfaatkan alat permainan di luar kelas (Permendikbud No. 137 Tahun 2014).

---

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar merupakan aspek penting dalam perkembangan fisik anak usia dini yang melibatkan gerakan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menendang. Kemampuan ini mendukung koordinasi, keseimbangan, kekuatan, dan kemandirian anak, serta menjadi dasar bagi keterampilan fisik yang lebih kompleks. Dalam penelitian ini, motorik kasar anak usia 4–5 tahun difokuskan pada keterampilan melempar, menangkap, dan menendang bola secara terarah, melakukan gerakan antisipasi, serta menggunakan alat permainan luar ruang sesuai dengan STPPA.

### **Permainan Lempar Tangkap Bola**

Permainan lempar tangkap bola merupakan suatu bentuk aktivitas motorik yang dilakukan melalui interaksi antar pemain dengan cara melempar dan menangkap bola secara bergantian, di mana bola berfungsi sebagai media utama dalam pelaksanaan kegiatan tersebut (Nurdiansah et al., 2022). Menurut Harahap et al. (2023), permainan ini melibatkan dua keterampilan manipulatif utama, yaitu melempar, yaitu suatu gerakan kompleks yang membutuhkan koordinasi otot, postur tubuh, dan arah gerak tangan, serta menangkap, yaitu kemampuan menghentikan dan mengendalikan objek bergerak melalui koordinasi mata dan tangan, pemahaman ruang dan waktu, serta kontrol tubuh. Sementara itu, Trisnawati & Attamimi (2022) menjelaskan bahwa melempar adalah aktivitas tangan untuk mendorong atau melontarkan bola menjauh dari tubuh menggunakan satu atau dua tangan, sedangkan menangkap adalah aktivitas tangan untuk menghentikan dan mengendalikan bola yang mendekat menggunakan kedua tangan, dengan bola sebagai media utama yang berbentuk bulat dan biasanya terbuat dari karet atau plastik.

Berdasarkan ketiga pendapat tersebut, dapat di elaborasikan bahwa permainan lempar tangkap bola merupakan aktivitas motorik yang melibatkan interaksi antar pemain dengan menggunakan bola sebagai media utama, di mana keterampilan melempar dan menangkap menjadi fokus utama; melempar membutuhkan koordinasi otot, postur, dan arah gerak tangan untuk melontarkan bola, sedangkan menangkap memerlukan kemampuan koordinasi mata dan tangan serta kontrol tubuh untuk menghentikan dan mengendalikan bola yang bergerak (Harahap et al., 2023; Nurdiansah et al., 2022; Trisnawati & Attamimi, 2022).

Permainan lempar tangkap bola dalam penelitian ini mengacu pada langkah-langkah dalam melakukan permainan lempar tangkap bola yang mencakup teknik dasar melempar dan menangkap yang harus dilakukan dengan benar. Gerakan melempar dimulai dari siku dengan tangan berada di depan tubuh dan gerakan menyerupai dorongan. Jari-jari rileks, lemparan dilakukan dari bawah ke atas, tubuh bagian atas tegak lurus ke arah sasaran, dan sedikit rotasi membantu kekuatan serta akurasi. Berat badan berada di belakang untuk menjaga keseimbangan, dan kaki tetap stabil, terkadang disertai pergeseran sebagai persiapan melempar. Saat menangkap, gerakan diawali dengan reaksi melindungi wajah, lalu tubuh diarahkan mendekati bola. Bola ditangkap dengan telapak tangan menghadap ke atas dan jari-jari terbuka, dibantu kontrol tubuh untuk menghentikan dan menahan bola secara efektif. Pada proses pelaksanaan, anak-

anak akan dibagi menjadi dua kelompok, yang terdiri dari kelompok pelempar dan penangkap. Adapun bola yang digunakan adalah bola yang berbahan plastic.



**Gambar 1. Permainan Lempar tangkap Bola**

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan lempar tangkap bola merupakan aktivitas motorik yang melibatkan keterampilan manipulatif berupa melempar dan menangkap bola secara bergantian antara pemain, dengan bola sebagai media utama. Kegiatan ini tidak hanya mengandalkan interaksi fisik, tetapi juga melatih koordinasi otot, postur tubuh, gerak tangan, serta koordinasi mata–tangan dan kontrol tubuh secara keseluruhan. Dalam praktiknya, permainan ini mengikuti langkah-langkah teknis yang sistematis agar gerakan melempar dan menangkap dilakukan secara tepat dan efektif. Oleh karena itu, permainan lempar tangkap bola menjadi sarana yang tepat untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar, kerja sama, dan keterampilan dasar gerak pada anak-anak.

### III. METODE PENELITIAN

#### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Pre Experimental Design*, khususnya desain *One Group Pretest-Posttest*. Desain ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan sebab-akibat dengan mengamati satu kelompok subjek saja. Dengan menerapkan desain *One Group Pretest-Posttest*, hasil perlakuan dapat diukur secara lebih tepat karena dilakukan perbandingan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi diberikan (Puspiani et al., 2024). Adapun desain penelitian ini sebagai berikut:

O1 X O2	Keterangan :
	O1: tes awal ( <i>pre test</i> )
	O2: tes akhir ( <i>post test</i> )
	X : perlakuan

#### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di RA Sabilissalam Sukawana, yang berlokasi di Dusun Karangendal RT 01 RW 05, Desa Pusakanagara, Kecamatan Baregbeg, Kabupaten Ciamis. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung pada semester ganjil tahun ajaran 2023/2024, tepatnya pada bulan Mei.

#### Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia dini kelompok A2 di RA Sabilissala. Sampel yang diambil berjumlah 13 anak berusia 4–5 tahun yang tergabung dalam kelompok A2. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel karena jumlahnya relatif kecil dan dapat dijangkau seluruhnya.

### Prosedur

Prosedur dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap, tahap awal dilakukan *pretest* untuk mengetahui sejauh mana kemampuan motorik kasar anak. Setelah itu, akan dilakukan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola. Selanjutnya dilakukan *posttest* untuk mengetahui kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di RA Sabilissalam setelah menggunakan permainan lempar tangkap bola.

### Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi partisipan. Observasi partisipan merupakan suatu proses pengamatan dimana peneliti terlibat dalam kegiatan sehari-hari subjek yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Selain itu, penelitian ini menggunakan instrumen lembar observasi bentuk *chek list*. Adapun instrumen perkembangan kemampuan motorik kasar anak mengacu pada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak.

**Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Motorik Kasar Anak**

Variabel	Indikator	Item	No.	Σ
<b>Kemampuan Motorik Kasar</b>	Melempar sesuatu secara terarah	Anak mampu melempar bola pada keranjang	1	2
		Anak mampu melempar bola pada temannya yang sudah siap menangkap bola	2	
	Menangkap sesuatu secara terarah	Anak mampu menangkap bola yang dilempar ke arahnya	3	2
		Anak mampu menangkap bola dengan posisi mencondongkan badan ke depan	4	
	Melakukan gerakan antisipasi	Anak mampu melakukan persiapan mengangkat tanganketika bola datang	5	2
		Anak mampu menghindari dari lemparan bola yang tiba-tiba datang	6	
	Menendang sesuatu secara terarah	Anak mampu menendang bola sesuai arahan	7	2
		Anak mampu menendang bola dengan sasaran yang tepat	8	
	Memanfaatkan alat permainan di luar kelas	Anak mampu melakukan permainan estapet bola dengan temannya	9	2

Anak mampu memantul-mantulkan bola	10
<b>Total</b>	<b>10</b>

Sumber: (Permendikbud No. 137 Tahun 2014)

### Teknik Analisis Data

Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS (*Statistical Program for Social Science*). Setelah data dikumpulkan, dilakukan uji hipotesis menggunakan uji Wilcoxon, yang bertujuan untuk membandingkan data sebelum dan sesudah perlakuan pada satu kelompok sampel. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan dalam kemampuan motorik kasar anak sebelum dan sesudah diberikan pembelajaran menggunakan permainan lempar tangkap bola. Dengan demikian, dapat dilihat sejauh mana pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Penilaian dalam penelitian ini mengacu pada empat kategori, yaitu BB (1), MB (2), BSH (3), dan BSB (4) dengan penghitungan sebagai berikut:

$$X \text{ max} = 40$$

$$X \text{ min} = 10$$

$$X \text{ max} - X \text{ min} \text{ ialah } 40 - 10 = 30$$

Kemudian dibagi dengan 4 kategori yaitu  $30:4 = 7,5$  yang dibulatkan menjadi 8. Untuk lebih jelasnya, berikut tabel pengkategorian skor.

**Tabel 2. Pengkategorian Skor**

Skor	Pencapaian
10 – 17	Belum Berkembang (BB)
18 – 25	Mulai Berkembang (MB)
26 – 33	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
34 – 40	Berkembang Sangat Baik (BSB)

Sumber: (Wahab et al., 2021)

## IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 17-22 Mei 2024. Adapun peneliti disini berperan sebagai *observer* dimana bertindak dalam mengamati dan menilai hasil pengamatan dan melibatkan guru sebagai perantara dalam memberikan perlakuan melalui pembelajaran. Desain dalam penelitian yang digunakan disini adalah *one group pretest-posttest*.

Alur pada penelitian ini dilakukan dengan 1 kali *pretest*, 1 kali *treatment* dan 1 kali *posttest*. Berdasarkan metode penelitian yang digunakan oleh peneliti, maka peneliti menetapkan kelompok A2 tersebut sebagai kelompok eksperimen penelitian yang sebelumnya kelompok tersebut tanpa diberi perlakuan (*pretest*) dengan pembelajaran melalui permainan lempar tangkap bola, dan setelahnya akan diberi perlakuan (*treatment*) menggunakan permainan lempar tangkap bola. Berikutnya akan dilihat lagi hasilnya melalui kegiatan akhir (*posttest*) untuk mengetahui pengaruh variabel

*independen* yakni permainan lempar tangkap bola. Sehingga akan diperoleh dua kelompok data yaitu data hasil *pretest* dan data hasil *posttest*.

### 1. Data Hasil *Pretest*

Berikut ini data hasil penelitian sebelum diberikan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola.

**Tabel 3. Pencapaian Kemampuan Motorik Kasar Anak *Pretest***

No.	Nama	Pencapaian				Skor
		BB	MB	BSH	BSB	
1	S-1		✓			18
2	S-2		✓			18
3	S-3		✓			20
4	S-4	✓				17
5	S-5		✓			19
6	S-6	✓				15
7	S-7	✓				17
8	S-8	✓				16
9	S-9		✓			18
10	S-10	✓				17
11	S-11	✓				16
12	S-12		✓			18
13	S-13		✓			19
<b>Skor Maksimum</b>						<b>20</b>
<b>Skor Minimum</b>						<b>15</b>

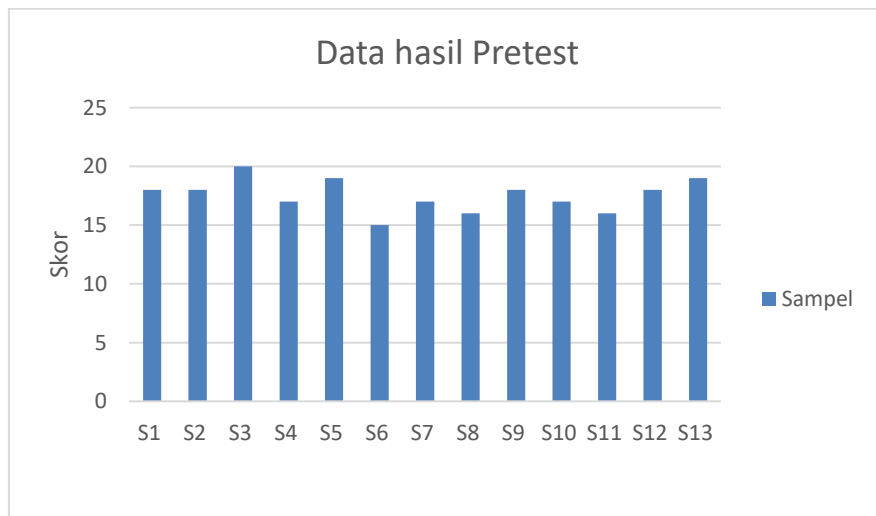
Dari hasil tes tersebut kemudian diberi skor dengan nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 40. Skor tersebut di klasifikasikan ke dalam 4 kategori untuk analisis kualitatifnya yaitu: Berkembang Sangat Baik (BSB), Berkembang Sesuai Harapan (BSH), Mulai Berkembang (MB), dan Belum Berkembang (BB). Berikut frekuensi skor dengan rentang sebagai berikut:

**Tabel 4. Frekuensi Kemampuan Motorik Kasar Anak *Pretest***

Skor	Pencapaian	Frekuensi	Persentase
10-17	BB	6	46,15 %
18-25	MB	7	53,85 %
26-33	BSH	0	0 %
34-40	BSB	0	0 %
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel di atas, dari total 13 anak yang dijadikan sampel, tidak ada anak (0%) yang berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), maupun pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Sebanyak 7 anak (53,85%) berada pada kategori Mulai Berkembang (MB), dan 6 anak lainnya (46,15%) masuk dalam kategori Belum Berkembang (BB). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik halus anak sebelum diberikan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola masih belum berkembang secara optimal. Belum terdapat anak yang mencapai kategori BSH maupun

BSB. Adapun data selengkapnya mengenai kondisi awal sebelum perlakuan disajikan berikut ini.



**Gambar 2. Diagram Hasil Pretest**

**2. Data Hasil Posttest**

Berikut ini data hasil penelitian setelah diberikan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola.

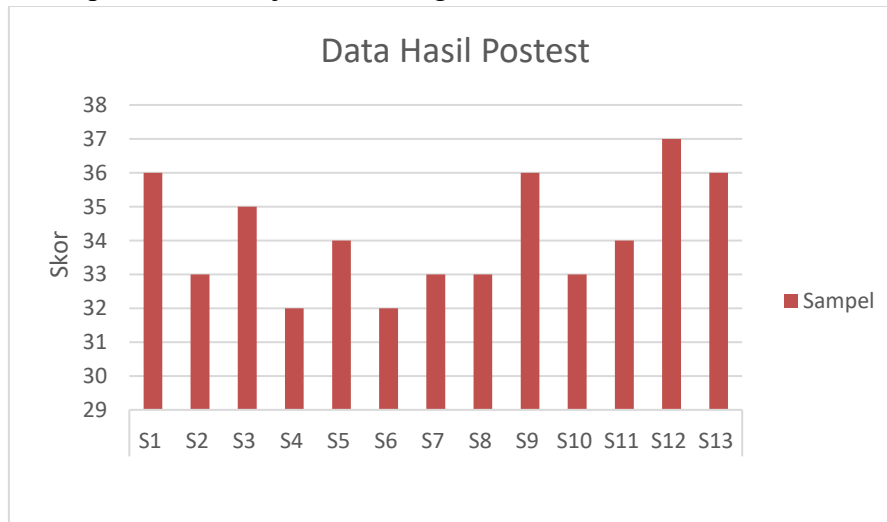
**Tabel 5. Pencapaian Kemampuan Motorik Kasar Anak Posttest**

No.	Nama	Pencapaian				Skor
		BB	MB	BSH	BSB	
1	S-1				✓	36
2	S-2			✓		33
3	S-3				✓	35
4	S-4			✓		32
5	S-5				✓	34
6	S-6			✓		32
7	S-7			✓		33
8	S-8			✓		33
9	S-9				✓	36
10	S-10			✓		33
11	S-11				✓	34
12	S-12				✓	37
13	S-13				✓	36
<b>Skor Maksimum</b>						<b>37</b>
<b>Skor Minimum</b>						<b>32</b>

**Tabel 6. Frekuensi Kemampuan Motorik Kasar Anak Posttest**

Skor	Pencapaian	Frekuensi	Persentase
10-17	BB	0	0 %
18-25	MB	0	0 %
26-33	BSH	6	46,15%
34-40	BSB	7	53,85%
<b>Total</b>		<b>13</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari total 13 anak yang menjadi sampel, sebanyak 7 anak (53,85%) masuk dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), dan 6 anak (46,15%) berada pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Sementara itu, tidak ada anak (0%) yang termasuk dalam kategori Mulai Berkembang (MB) maupun Belum Berkembang (BB). Dengan demikian, setelah diberikan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola, kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan yang signifikan, di mana seluruh anak mencapai kategori BSB dan BSH, tanpa ada yang berada pada kategori MB atau BB. Adapun data selengkapnya mengenai kondisi setelah perlakuan disajikan dalam gambar berikut ini.



**Gambar 3. Diagram hasil *Posttest***

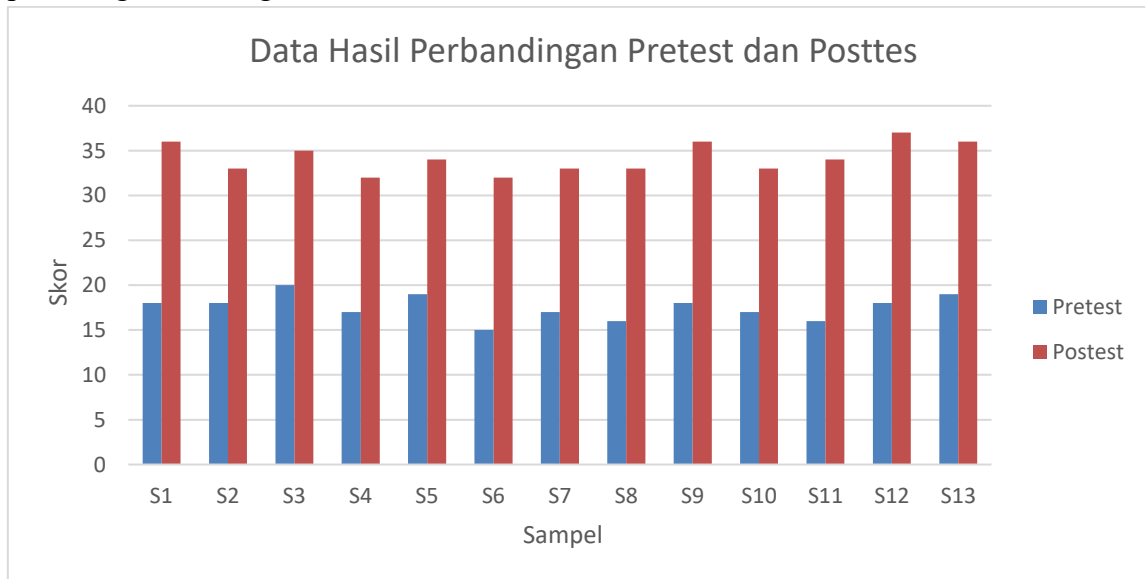
### 3. Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Berikut ini data hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa permainan lempar tangkap bola.

**Tabel 7. Skor Perolehan *Pretest* dan *Posttest***

No.	Nama	Perolehan	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	S-1	18	36
2	S-2	18	33
3	S-3	20	35
4	S-4	17	32
5	S-5	19	34
6	S-6	15	32
7	S-7	17	33
8	S-8	16	33
9	S-9	18	36
10	S-10	17	33
11	S-11	16	34
12	S-12	18	37
13	S-13	19	36
<b>Skor Maksimum</b>		<b>20</b>	<b>37</b>
<b>Skor Minimum</b>		<b>15</b>	<b>32</b>

Berdasarkan hasil tersebut, terlihat adanya peningkatan dalam perkembangan motorik halus anak antara tes awal (pretest) dan tes akhir (posttest). Pada saat pretest, skor tertinggi yang dicapai adalah 20 dan skor terendah 15, dengan rata-rata skor sebesar 17,53 yang berada pada kategori Mulai Berkembang (MB). Sementara itu, pada posttest, skor tertinggi meningkat menjadi 37 dan skor terendah menjadi 32, dengan rata-rata skor mencapai 32,85 yang termasuk dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Skor perkembangan motorik halus anak usia 4–5 tahun melalui permainan lempar tangkap bola di RA Sabilissalam sebelum dan sesudah perlakuan dapat dilihat pada diagram batang berikut.



**Gambar 4. Diagram Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest***

### Uji Hipotesis

Berikut hasil uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon* dengan bantuan SPSS.

**Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	post test - pre test
Z	-3.198 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan output "*Test Statistics*" di atas, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001. Karena nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* kemampuan motorik kasar anak setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan lempar tangkap bola berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar pada anak usia dini.

---

## Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data *pretest*, mayoritas anak berada pada kategori Mulai Berkembang (MB) dengan persentase sebesar 53,85%. Hal ini terlihat dari kemampuan anak dalam item 3, yaitu menangkap bola yang dilempar ke arahnya. Sebagian besar anak memperoleh skor 2, yang menunjukkan bahwa mereka sudah mulai mampu mengantisipasi arah dan kecepatan bola, sehingga dapat menangkap bola dengan cukup baik.

Sementara itu, pada hasil *posttest*, sebagian besar anak menunjukkan perkembangan yang signifikan dan berada pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) dengan persentase yang sama, yaitu 53,85%. Hal ini tampak pada item 1, yaitu melempar bola ke dalam keranjang. Kebanyakan anak memperoleh skor 4 karena sudah memiliki kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tangan yang baik dalam melakukan gerakan tersebut.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan uji Wilcoxon, diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor kemampuan motorik kasar anak usia dini sebelum dan sesudah diberi perlakuan permainan lempar tangkap bola. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini di kelompok A2 RA Sabilissalam.

Hasil penelitian ini didukung oleh tiga hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan efektivitas permainan lempar tangkap bola terhadap perkembangan motorik kasar anak. Amara et al. (2024) menemukan bahwa anak usia 5–6 tahun yang mengikuti intervensi permainan bola mengalami peningkatan signifikan dalam koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot dibandingkan kelompok kontrol. Fitriani et al. (2023) melalui penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa kegiatan bermain lempar tangkap bola secara konsisten meningkatkan performa motorik kasar anak, dengan peningkatan skor dari 37,5% menjadi 87,5% setelah dua siklus. Sementara itu, Panjaitan et al. (2023) melalui desain “One Shot Case Study” menemukan hubungan signifikan antara frekuensi permainan dan kemampuan motorik kasar, dengan nilai korelasi tinggi ( $r = 0,76$ ) dan kontribusi aktivitas sebesar 58% terhadap perkembangan motorik kasar anak.

Perbedaan utama antara penelitian ini dan penelitian-penelitian terdahulu terletak pada pendekatan dan konteks pelaksanaannya. Penelitian Amara et al. (2024) menggunakan dua kelompok (eksperimen dan kontrol), sementara penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok dengan desain *pretest-posttest*. Fitriani et al. (2023) menerapkan penelitian tindakan kelas dalam dua siklus, sedangkan penelitian ini mengandalkan metode pre-eksperimental dengan perlakuan tunggal. Selain itu, Panjaitan et al. (2023) menggunakan desain “One Shot Case Study” tanpa membandingkan data sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini juga berbeda dalam konteks lokasi dan subjek, yaitu dilaksanakan di kelompok A2 RA Sabilissalam dengan anak usia 4–5 tahun, sementara sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada anak usia 5–6 tahun.

Novelty atau kebaruan dari penelitian ini terletak pada penerapan permainan lempar tangkap bola sebagai media pembelajaran motorik kasar pada anak usia dini kelompok A2 di lingkungan RA yang masih jarang dijadikan subjek penelitian. Penelitian ini secara spesifik membuktikan efektivitas permainan tersebut dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun dengan pendekatan yang sederhana namun terukur, dibuktikan melalui uji statistik Wilcoxon. Temuan ini memberikan kontribusi baru dalam pengembangan model pembelajaran motorik kasar yang aplikatif di pendidikan anak usia dini, khususnya di lembaga RA dengan keterbatasan sarana dan prasarana olahraga.

## V. SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh temuan bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok A2 di RA Sabilissalam sebelum diberikan permainan lempar tangkap bola tergolong masih rendah, dengan 46,15% anak berada pada kategori belum berkembang (BB) dan 53,85% pada kategori mulai berkembang (MB). Namun, setelah dilakukan intervensi menggunakan permainan lempar tangkap bola, terjadi peningkatan signifikan pada kemampuan motorik kasar anak, di mana 46,15% anak masuk kategori berkembang sesuai harapan (BSH) dan 53,85% lainnya mencapai kategori berkembang sangat baik (BSB). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan lempar tangkap bola memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak di kelompok A2 RA Sabilissalam.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran. Bagi guru, diharapkan dapat meningkatkan peran dan fungsinya sebagai pendidik dengan memberikan penyuluhan serta bimbingan kepada orang tua, sehingga dapat memotivasi keluarga untuk aktif dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak sejak usia dini. Sementara itu, orang tua dianjurkan untuk mengikuti perkembangan anak dengan mempelajari berbagai model, strategi, metode, dan teknik yang diperoleh anak di sekolah, lalu menerapkannya di rumah agar anak dapat mencapai perkembangan optimal di berbagai aspek. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar serta mengembangkan ide-ide baru guna meningkatkan pemahaman dan stimulasi perkembangan motorik kasar pada anak prasekolah.

## REFERENSI

- Amara, R. P., Fitriah, A. L., Asyifa, N., Zahira, Q. G., & Aulia, P. (2024). Efektivitas permainan melempar dan menangkap bola terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. *Afeksi: Jurnal Psikologi*, 3(2), 211–215. <https://doi.org/https://www.jurnal.anfa.co.id/index.php/afeksi/article/view/1971>
- Anjarsari, I., Sarwi, & Sudarmin. (2024). Analisis kemampuan motorik kasar melalui permainan dan tari tradisional di anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2). <https://doi.org/10.47134/paud.v2i2.1302>

- 
- Aprilianti, L., & Setyowati, S. (2023). Meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui bermain lempar bola kreweng di TK Negeri Pembina 1 Mojosari. *Journal on Education*, 6(1), 743–759. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.3766>
- Fitriani, P., Joni, J., & Nurmalina, N. (2023). Peningkatan motorik kasar anak melalui kegiatan bermain lempar tangkap bola. *Jurnal Pendidikan Tuntas*, 1(3), 94–99. <https://doi.org/10.37985/jpt.v1i3.199>
- Hafiza, H., Fitriani, W. R., & Mariyani, T. (2024). Peningkatan kemampuan kognitif anak usia dini melalui berbagai macam media pembelajaran. *Abata: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(2), 154–167. <https://doi.org/10.32665/abata.v4i2.3391>
- Harahap, S. A., Yani, R., Dasopang, M., & Nurlaili. (2023). Pengembangan keterampilan motorik kasar anak usia dini melalui permainan melempar tangkap bola. *Kumaracitta: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 10–16. <https://doi.org/10.63577/kum.v1i1.4>
- Hasanah, S., Kurniawan, N., & Ali, A. Z. (2023). Upaya meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan permainan lempar tangkap bola. *Jurnal Amal Pendidikan*, 4(2), 153–159. <https://doi.org/https://doi.org/10.36709/japend.v4i2.62>
- Novianti, I., & Arti, E. S. (2021). Pengaruh permainan lempar dan tangkap bola terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini di TK Kartini Rambipuji Jember. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, 3(2), 66–74. <https://doi.org/10.31537/jecie.v3i2.487>
- Novitasari, R., Nasirun, M., & D., D. (2019). Meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui bermain dengan media hula hoop pada anak Kelompok B PAUD Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 6–12. <https://doi.org/10.33369/jip.4.1.6-12>
- Nurdiansah, N., Kurnia, A., & Mawaddah, A. U. (2022). Bermain lempar tangkap bola terhadap koordinasi mata dan tangan anak usia dini. *(JAPRA) Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*, 5(2), 39–49. <https://doi.org/10.15575/japra.v5i2.20627>
- Panjaitan, E. K., Samosir, R., & Sitorus, H. (2023). Pengaruh kegiatan lempar tangkap bola terhadap motorik kasar anak pada usia 5-6 tahun di Paud Anugerah GKPI Pearaja Tarutung. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(3), 195–203. <https://doi.org/10.47861/khirani.v1i3.518>
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Puspiani, D., Purbayani, R., & Herniawati, A. (2024). Pengaruh kegiatan melipat kertas terhadap kemampuan motorik halus anak usia 4-5 tahun di RA Sabilissalam Baregbeg Ciamis. *Jurnal Intisabi*, 2(1), 146–161. <https://doi.org/10.61580/itsb.v2i1.57>
- Rahmawati, I. (2025). The golden generation 2045 and early childhood education: Between idealism and economic reality. *Policy Futures in Education*. <https://doi.org/10.1177/14782103251320536>
- Saparia, A., Abduh, I., Wulur, D. C., Purwanto, D., Murtono, T., Nirmala, B., & Zainuddin, M. S. (2023). Kemampuan motorik kasar anak usia dini ditinjau dari

aspek geografis (studi pada anak usia dini daerah pesisir dan pegunungan). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2811–2819. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4381>

Siregar, J., Damaiwaty, D. R., & Lubis, M. S. (2020). Pengaruh bermain lempar tangkap bola terhadap keterampilan motorik kasar anak usia 5 – 6 tahun di TK Melbourn. *Jurnal Usia Dini*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.24114/jud.v6i1.19159>

Trisnawati, I., & Attamimi, N. (2022). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan lempar tangkap bola dadu. *JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*, 3(1), 1–20.

Wahab, A., Syahid, A., & Junaedi, J. (2021). Penyajian data dalam tabel distribusi frekuensi dan aplikasinya pada ilmu pendidikan. *Education and Learning Journal*, 2(1), 40. <https://doi.org/10.33096/eljour.v2i1.91>

Widia, A., Saragih, D. S., Zakiyah, N., & Siregar, N. H. (2024). Pengembangan aspek motorik kasar anak usia dini melalui permainan “arsitek cilik” (4-5 tahun). *Motekar: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 87–96. <https://doi.org/https://doi.org/10.52496/motekar.v1i2.20>

This is an open access article under the CC BY SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

