

Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah Di RA An-Nizhomiyah

Athaya Raissa¹, Siti Sholihat²

^{1,2} STIKes Raflesia Depok

Email: athayaraissa28@gmail.com¹ sholihat_s@yahoo.co.id²

Abstrak

Rendahnya tingkat aktivitas fisik anak pada era digital berisiko menghambat pengoptimalan kemampuan motorik kasar usia prasekolah. Aktivitas permainan tradisional lompat tali dapat dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi guna mengasah koordinasi serta ketangkasan gerak tubuh anak. Penelitian ini ditujukan untuk mengevaluasi dampak perlakuan permainan tradisional lompat tali terhadap peningkatan kapasitas motorik kasar anak prasekolah di RA An-Nizhomiyah Kota Depok. Pendekatan kuantitatif berdesain *pre-experimental (one-group pretest-posttest design)* diterapkan dalam studi ini. Sejumlah 30 anak berusia 4–6 tahun ditetapkan sebagai responden penelitian menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi lompat tali diberikan sebanyak lima kali sesi pertemuan. Pengukuran kecakapan motorik kasar dilakukan menggunakan lembar observasi, yang dilanjutkan dengan analisis data memanfaatkan uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Evaluasi *pretest* mengindikasikan sebagian besar responden berada pada kriteria Baik yakni 21 anak (70%) dan kriteria Sangat Baik sebanyak 2 anak (6,7%). Pasca-intervensi (*posttest*), capaian kriteria Sangat Baik meningkat signifikan menjadi 24 anak (80%), sedangkan kriteria Baik tersisa 6 anak (20%). Pengujian *Wilcoxon* menghasilkan skor $Z = -4,916$ dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang membuktikan adanya perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah perlakuan. Kesimpulannya, pemberian stimulasi melalui permainan tradisional lompat tali terbukti efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah. Metode ini relevan diaplikasikan sebagai agenda program luar ruangan secara berkala di sekolah maupun sebagai intervensi keperawatan anak guna mendukung tumbuh kembang yang optimal.

Kata Kunci: Anak Usia Prasekolah, Motorik Kasar, Permainan Tradisional Lompat Tali

Abstract

The low level of physical activity among children in the digital era poses a risk of hindering the optimization of preschool gross motor skills. Traditional jump rope play can be utilized as a stimulation medium to sharpen children's body coordination and movement agility. This study aimed to evaluate the impact of traditional jump rope play intervention on enhancing the gross motor capacity of preschoolers at RA An-Nizhomiyah, Depok City. A quantitative approach with a pre-experimental design (*one-group pretest-posttest design*) was applied in this study. A total of 30 children aged 4–6 years were selected as research respondents using a total sampling technique. The jump rope intervention was administered over five meeting sessions. Gross motor skill measurement was carried out using an observation sheet, followed by data analysis using the Wilcoxon Signed Ranks test. Pretest evaluation indicated that most respondents were in the Good category, namely 21 children (70%), and the Very Good category accounted for 2 children (6.7%). Post-intervention (*posttest*), achievement in the Very Good category increased significantly to 24 children (80%), while the Good category remained for 6 children (20%). The Wilcoxon test yielded a score of $Z = -4.916$ with $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), proving a significant difference between before and after the intervention. In conclusion, providing stimulation through traditional jump rope play is proven effective in enhancing the gross motor skills of preschool-aged children. This method is relevant to be applied as a regular outdoor program agenda at school as well as a pediatric nursing intervention to support optimal growth and development.

Keywords: Gross Motor Skills, Preschool Children, Traditional Jump Rope Game

1. PENDAHULUAN

Periode usia dini (0–6 tahun) merupakan tahapan penting yang melandasi tumbuh kembang pada masa berikutnya (2). Pada fase ini, stimulasi yang tepat sangat dibutuhkan untuk mendukung percepatan perkembangan fisik, kognitif, bahasa, sosio-emosional, dan motorik anak agar tercapai secara maksimal (8). Salah satu ranah mendasar yang berperan penting yaitu

keterampilan motorik kasar, yang mengandalkan kerja otot-otot besar untuk mengeksekusi aktivitas fisik seperti melangkah, berlari, melompat, serta memelihara stabilitas tubuh (11). Kemampuan gerak dasar yang terlatih baik tidak hanya menyokong kemandirian dan rasa percaya diri, tetapi juga memicu kesiapan anak dalam menempuh proses belajar di sekolah (9).

Akan tetapi, perkembangan teknologi yang pesat berdampak pada meningkatnya pemakaian perangkat elektronik pada anak, yang memicu gaya hidup kurang gerak (*sedentary behavior*) ketimbang bermain secara aktif (14). Situasi ini membatasi ruang bagi anak untuk melatih koordinasi fisik, padahal pergerakan aktif merupakan rangsangan utama dalam pengoptimalan motorik kasar (15). Dalam cakupan global, dilaporkan bahwa 86,4% anak tidak memenuhi standar kecukupan aktivitas fisik harian (6). Tren serupa terjadi di Indonesia, di mana tingkat penggunaan telepon seluler pada anak usia dini naik dari 39,71% menjadi 35,57% dalam hal penjelajahan internet (1).

Guna mengatasi persoalan tersebut, intervensi permainan tradisional seperti lompat tali dapat dijadikan solusi praktis untuk mendorong keaktifan fisik. Permainan ini berdaya guna dalam mengasah kekuatan otot, koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, serta fokus anak (16). Pendekatan ini sejalan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang menerapkan pendekatan bermain sambil belajar (20). Sejumlah penelitian terdahulu mengonfirmasi bahwa stimulasi melalui permainan lompat tali berhasil memajukan keterampilan motorik kasar anak prasekolah hingga mencapai kategori Berkembang Sangat Baik (4).

Kendati memiliki banyak kelebihan, penerapannya secara terencana di lingkungan PAUD masih terbilang terbatas, seperti di RA An-Nizhomiyah yang belum memasukkannya ke dalam program pembelajaran harian. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi permainan tradisional lompat tali dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak rentang usia 4–6 tahun di RA An-Nizhomiyah. Temuan dari riset ini diharapkan dapat memberikan alternatif media pembelajaran yang interaktif, menyenangkan, sekaligus menopang proses tumbuh kembang anak secara maksimal.

Berdasarkan paparan di atas, peneliti terdorong untuk menguji topik "Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah Di RA An-Nizhomiyah.

2. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *pre-experimental design* melalui skema *one-group pretest-posttest design* (19). Kegiatan pengumpulan data berlangsung pada 29 Mei sampai 6 Juni 2024 yang berlokasi di RA An-Nizhomiyah Depok. Seluruh anak rentang usia 4–6 tahun di lembaga tersebut yang memenuhi kriteria dijadikan sebagai populasi target. Adapun penentuan sampel dilakukan melalui metode *total sampling*, di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai subjek penelitian.

Variabel bebas (*independen*) pada studi ini yaitu intervensi aktivitas fisik berupa permainan tradisional lompat tali, sedangkan variabel terikat (*dependen*) mencakup perkembangan motorik kasar yang diukur berdasarkan aspek kekuatan dan keseimbangan. Alat ukur yang digunakan berupa lembar observasi bernilai skala 1–4 hasil modifikasi dari instrumen Pravista Indah Sari (2014), serta *Standard Operating Procedure* (SOP) pelaksanaan lompat tali yang disesuaikan dari Ajeng Amalia (2024). Prosedur penelitian dimulai dari pengukuran awal (*pre-test*), dilanjutkan dengan perlakuan permainan lompat tali sebanyak 3 kali sesi, dan diakhiri pengukuran akhir (*post-test*) memakai instrumen serupa guna mendeteksi perubahan tingkat motorik kasar secara terukur.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Usia dan Jenis Kelamin (n=30)

Usia	n	%
4 tahun	5	16,7
5 tahun	9	30
6 tahun	16	53,3
Total	30	100,0
Jenis Kelamin	n	(%)
Laki-laki	13	43,3
Perempuan	17	56,7
Total	30	100.0

Mengacu pada data Tabel 1 terkait profil responden, kelompok umur 6 tahun merupakan proporsi terbesar subjek penelitian dengan jumlah 16 anak (53,3%). Lebih lanjut, kelompok umur 5 tahun mencakup 9 anak (30,0%), serta kelompok umur 4 tahun sebanyak 5 anak (16,7%). Dilihat berdasarkan variabel jenis kelamin, partisipan didominasi oleh anak perempuan yakni 17 responden (56,7%), sementara partisipan laki-laki berjumlah 13 responden (43,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Pretest dan Posttest Motorik kasar (n=30)

Kategori	Pretest		Posttest	
	n	(%)	n	(%)
Sangat Baik	2	6,7	24	80
Baik	21	70	6	20
Cukup	5	16,7	0	0
Kurang	2	6,7	0	0
Kurang Sekali	0	0	0	0
Total	30	100	30	100

Berdasarkan paparan Tabel 2, dijumpai pergeseran kriteria yang nyata pada kemampuan motorik kasar peserta didik sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) menerima perlakuan. Pada pengamatan awal (*pretest*), kriteria Sangat Baik baru dicapai oleh 2 anak (6,7%) dan mayoritas berada pada kriteria Baik sebanyak 21 anak (70%). Setelah dilakukannya intervensi (*posttest*), distribusi tingkat pencapaian menunjukkan perbaikan yang jelas, di mana kriteria Sangat Baik melonjak hingga 24 anak (80%), sedangkan kriteria Baik tersisa 6 anak (20%). Lonjakan signifikan pada kriteria Sangat Baik ini mengindikasikan keberhasilan dari pemberian intervensi permainan tradisional lompat tali.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah Di RA An- Nizhomiyah (n=30)

Variabel	n	Pretest		Posttest		Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Z	P-value
		Mean:SD	Range	Mean:SD	Range					
Motorik kasar	30	64,58±13,567	37,5- 87,5	85,83±10,754	62,5-100	0	27	3	-4,916	0,000

Merujuk pada uraian Tabel 3, pengukuran tahap awal (*pretest*) mencatatkan skor terendah sebesar 37,5 dan skor tertinggi 87,5, dengan rerata (*mean*) 64,58 serta simpangan baku (*standar deviasi*) 13,567 (11, 52). Temuan ini memperlihatkan bahwa kapasitas motorik kasar anak sebelum perlakuan masih tergolong majemuk (*heterogen*). Setelah pemberian intervensi (*posttest*), skor terendah mengalami kenaikan menjadi 62,5 dan skor tertinggi mencapai 100, di mana rerata naik secara substansial menjadi 85,83 dan simpangan baku berkurang menjadi 10,754 (32). Penyusutan nilai simpangan baku ini mengindikasikan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik setelah perlakuan menjadi lebih seragam (*homogen*).

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada analisis bivariat, kelompok *Negative Ranks* (penurunan skor dari *pretest* ke *posttest*) mencatatkan frekuensi $n = 0$ (31, 23), yang menandakan tidak ada seorang pun responden yang mengalami penurunan ketangkasan motorik kasar pasca-intervensi. Di sisi lain, kelompok *Positive Ranks* (peningkatan skor) menunjukkan frekuensi $n = 27$, yang menegaskan bahwa sebanyak 27 anak berhasil meningkatkan kemampuan motorik kasarnya secara bermakna. Untuk kelompok *Ties* (skor stagnan/sama), tercatat frekuensi $n = 3$, yang berarti terdapat 3 anak yang tidak mengalami perubahan skor.

Uji hipotesis statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan skor Z-hitung = -4,916 dengan angka signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) (20, 17). Hasil tersebut menyebabkan H_0 ditolak dan H_a diterima (7), yang membuktikan secara empiris bahwa intervensi permainan tradisional lompat tali memberikan dampak signifikan terhadap perbaikan motorik kasar anak usia prasekolah di RA An-Nizhomiyah.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Penelitian ini diselenggarakan di RA An-Nizhomiyah Depok pada kurun waktu 29 Mei hingga 6 Juni 2026 dengan tujuan untuk menilai sejauh mana pengaruh pemberian stimulasi permainan tradisional lompat tali terhadap perkembangan kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah. Metode *total sampling* digunakan dalam penentuan partisipan, sehingga seluruh subjek yang memenuhi syarat inklusi diikutsertakan sebagai sampel, yaitu sejumlah 30 anak yang terbagi atas 17 siswa kelas A dan 13 siswa kelas B. Analisis variabel karakteristik difokuskan pada faktor umur dan jenis kelamin karena kedua komponen tersebut merupakan faktor internal yang memengaruhi tumbuh kembang motorik kasar pada anak usia dini.

Ditinjau dari kategori usia, subjek terdiri atas 5 anak berumur 4 tahun (16,7%), 9 anak berumur 5 tahun (30,0%), serta 16 anak berumur 6 tahun (53,3%). Dominasi partisipan pada rentang umur 5–6 tahun mengindikasikan bahwa sebagian besar anak sudah memasuki fase gerak dasar (*Fundamental Movement Phase*), sehingga memiliki tingkat kesiapan fisik yang lebih optimal saat melakukan aktivitas lokomotorik seperti gerakan melompat. Temuan ini selaras dengan teori kematangan Arnold Gesell yang menyatakan bahwa perkembangan motorik berjalan beriringan dengan maturasi sistem saraf dan otot, serta sejalan dengan teori

Gallahue yang menerangkan bahwa anak usia prasekolah mulai menguasai keterampilan gerak dasar secara lebih memadai. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh temuan terdahulu (7) yang menyebutkan bahwa kemampuan koordinasi, keseimbangan, serta kecakapan melompat akan bertambah seiring peningkatan usia anak.

Dilihat dari jenis kelamin, responden mencakup 13 anak laki-laki (43,3%) dan 17 anak perempuan (56,7%). Keanekaragaman komposisi ini memperlihatkan bahwa riset ini melibatkan subjek dengan profil yang bervariasi. Walaupun aspek usia dan jenis kelamin dapat memengaruhi kapasitas fisik serta respons anak terhadap kegiatan bermain, intervensi permainan tradisional melompat tali ini tetap bisa diikuti secara adaptif oleh seluruh siswa. Melalui media bermain ini, anak memperoleh sarana untuk mengasah kekuatan otot tungkai, koordinasi tubuh, keseimbangan, serta kelincahan secara bergradasi dalam suasana belajar yang menyenangkan.

Secara umum, profil responden mencerminkan bahwa mayoritas anak memiliki kesiapan tumbuh kembang yang mendukung pelaksanaan intervensi lompat tali. Variasi umur maupun jenis kelamin tidak menjadi kendala dalam penerapannya karena permainan ini dirancang sederhana, aman, dan mudah dimodifikasi sesuai level perkembangan anak. Dengan demikian, kegiatan permainan tradisional lompat tali berpotensi menjadi media stimulasi yang ampuh untuk memaksimalkan keterampilan motorik kasar anak usia prasekolah, sekaligus sangat relevan dijadikan pilihan program pembelajaran aktif di lingkungan PAUD.

Keterampilan Motorik Kasar Anak Sebelum Diberikan Intervensi (Pretest)

Hasil *pretest* mengindikasikan bahwa kapasitas motorik kasar anak di RA An-Nizhomiyah berada pada rentang yang cukup bervariasi (4). Sebagian besar peserta didik terdistribusi pada kategori baik (70,0%), sedangkan kategori sangat baik diraih oleh 6,7%, kategori cukup 16,7%, serta kategori kurang 6,7% (28). Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun mayoritas anak telah menguasai kemampuan dasar motorik kasar, kapasitas tersebut belum terolah secara optimal. Kondisi awal ini menegaskan pentingnya intervensi yang terarah guna mengasah koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, serta keterampilan melompat pada anak.

Ditinjau dari karakteristik usia 5–6 tahun, capaian tersebut sejalan dengan *Maturation Theory* dari Arnold Gesell yang mengemukakan bahwa maturasi biologis membutuhkan dukungan stimulasi lingkungan agar potensi motorik berkembang secara maksimal. Selain itu, konsep *Fundamental Movement Phase* dari David L. Gallahue menerangkan bahwa anak usia prasekolah berada pada fase penyempurnaan gerak dasar, termasuk ketangkasan melompat. Berdasarkan hasil pengamatan, beberapa anak masih dijumpai mengalami kendala dalam mengoordinasikan gerakan, mempertahankan keseimbangan saat melompat, serta melakukan pendaratan dengan tepat (11). Temuan ini selaras dengan studi terdahulu (21) dan (7) yang mengemukakan bahwa kemampuan melompat dan stabilitas tubuh anak usia dini masih memerlukan latihan fisik terstruktur yang dilakukan secara berkelanjutan.

Hasil studi ini turut didukung oleh penelitian sebelumnya (18) yang mencatat bahwa rata-rata skor keterampilan motorik kasar anak sebelum intervensi (*pretest*) berada di angka 57,00 (51). Rendahnya capaian awal tersebut umumnya terlihat pada indikator keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi gerakan. Namun, pasca-pemberian perlakuan berupa permainan tradisional lompat tali secara konsisten, skor rata-rata mengalami kenaikan menjadi 77,07 pada tahap *posttest*. Kesamaan hasil ini membuktikan bahwa permainan tradisional berpotensi menjadi media edukasi yang efektif untuk menyajikan stimulasi motorik kasar yang selaras dengan tahap tumbuh kembang anak.

Secara menyeluruh, hasil *pre-test* mempertegas bahwa pertumbuhan motorik kasar anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor kedewasaan biologis semata, melainkan juga memerlukan adanya stimulasi yang berkelanjutan melalui aktivitas fisik yang tepat (8). Aktivitas permainan tradisional lompat tali terbukti mampu menyajikan pengalaman belajar yang aktif serta menyenangkan, sehingga turut membantu mengasah koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, kekuatan otot, dan akurasi gerakan ketika melompat (56). Oleh sebab itu, kegiatan bermain tradisional memiliki peluang besar untuk dijadikan salah satu pendekatan instruksional yang ampuh guna mengoptimalkan kemajuan motorik kasar anak usia dini dalam setting persekolahan (19).

Keterampilan Motorik Kasar Anak Sesudah Diberikan Intervensi (Posttest)

Evaluasi *post-test* memperlihatkan adanya kemajuan kapasitas motorik kasar yang sangat nyata setelah peserta didik menerima perlakuan permainan tradisional lompat tali. sebanyak 24 anak (80%) mampu mencapai kriteria sangat baik, sedangkan 6 anak (20%) tergolong dalam kriteria baik (2). Tidak ada lagi responden yang berada pada kriteria cukup maupun kurang. Hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa stimulasi melalui permainan lompat tali bekerja secara efektif dalam mengasah koordinasi gerakan, keseimbangan tubuh, kekuatan otot, serta ketangkasan melompat pada anak usia dini (8). Kemajuan tersebut turut mengindikasikan bahwa kegiatan bermain yang diselenggarakan secara terencana dan berkelanjutan mampu mengoptimalkan tumbuh kembang motorik kasar (7).

Keluaran riset ini sejalan dengan temuan terdahulu (5) yang mengemukakan bahwa stimulasi fisik yang menyenangkan memberikan pengaruh signifikan terhadap perbaikan kemampuan fisik dan otot besar anak. Hasil ini turut didukung oleh studi terdahulu (18) yang mencatatkan kenaikan rerata kemampuan motorik kasar dari angka *pre-test* 57,00 menjadi 77,06 pasca-penerapan aktivitas melompat (22). latihan fisik bertahap berbasis media tali sanggup mendongkrak ketuntasan motorik kasar hingga mencapai 85,31%. Kesejajaran hasil ini menegaskan bahwa intervensi fisik berbasis aktivitas melompat dalam permainan tradisional merupakan instrumen yang tepat mengasah keterampilan fisik dasar pada anak usia prasekolah.

Peningkatan kapasitas motorik kasar ini selaras dengan pandangan pakar (12) yang menyebutkan bahwa gerakan melompat yang dilakukan secara kontinyu dapat memperkuat otot-otot tungkai, mendongkrak keseimbangan, kelincahan, serta koordinasi tubuh. Oleh sebab itu, permainan tradisional lompat tali tidak sekadar berperan sebagai wahana rekreasi bermain, melainkan berdaya guna sebagai sarana edukasi yang aplikatif untuk menyokong pertumbuhan fisik anak (2). Riset ini memberikan implikasi praktis bahwa para pendidik maupun praktisi kesehatan dapat mengoptimalkan permainan lompat tali sebagai skema stimulasi motorik kasar yang ramah anak, menarik, dan terbukti efektif dalam memajukan kemampuan gerak anak usia dini.

Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah

Hasil studi mengonfirmasi bahwa intervensi bermain lompat tali tradisional memberikan efek positif yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak. Rerata skor kemampuan motorik kasar mengalami peningkatan dari 64,58 pada tahap *pre-test* menjadi 85,83 pada tahap *post-test*. Perbaikan ini juga terlihat pada batas skor minimum yang naik dari 37,5 menjadi 62,5, serta pencapaian skor maksimum hingga 100. Di samping itu, penyusutan angka simpangan baku dari 13,567 menjadi 10,754 menandakan bahwa sebaran tingkat motorik kasar peserta didik pasca-intervensi menjadi lebih merata (43). Temuan ini

memperjelas bahwa simulasi melompat tali sangat efektif dalam memberikan rangsangan pada koordinasi motorik, stabilitas tubuh, kelincahan, hingga kekuatan otot anak usia dini.

Melalui uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, didapatkan nilai $Z = -4,916$ dengan tingkat signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil uji statistik ini menegaskan terdapat perbedaan keterampilan motorik kasar yang bermakna secara signifikan antara sebelum dan setelah pemberian intervensi. Secara detail, sebanyak 27 murid menunjukkan kenaikan (*positive ranks*), tidak ditemukan anak yang mengalami penurunan (*negative ranks*), dan 3 murid berada pada tingkat yang stabil (*ties*). Kondisi ini memperlihatkan bahwa mayoritas anak merasakan manfaat dari perlakuan yang diberikan, sedangkan kelompok anak dengan nilai tetap diperkirakan telah memiliki kapasitas motorik yang memadai sejak awal sehingga lonjakannya tidak terlalu tampak selama rentang penelitian.

Peningkatan keterampilan motorik kasar ini terjadi sebab permainan lompat tali melibatkan pergerakan melompat secara berulang yang efektif menstimulasi kelompok otot besar, khususnya otot-otot ekstremitas bawah (tungkai), sekaligus menggembeleng keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta kontrol tubuh. Aktivitas fisik yang diselenggarakan secara teratur mampu memberikan rangsangan positif pada sistem neuromuskular sehingga kapasitas gerak anak dapat berkembang secara lebih optimal. Keluaran ini sejalan dengan landasan teori perkembangan motorik yang dipaparkan (13), yang menegaskan bahwa stimulasi melalui pergerakan fisik yang repetitif dapat mengakselerasi koordinasi gerakan dan memperkuat kontrol keseimbangan tubuh. Selain itu, aktivitas lompat tali juga berdaya guna dalam mendongkrak fokus konsentrasi serta menumbuhkan rasa percaya diri anak saat berhasil menuntaskan tantangan dalam bermain.

Hasil dalam riset ini konsisten dengan studi terdahulu (5) yang membuktikan bahwa intervensi bermain lompat tali berpengaruh secara signifikan dalam mengoptimalkan motorik kasar anak ($p < 0,05$). Melihat hal tersebut, kegiatan bermain lompat tali tradisional memiliki potensi besar untuk dijadikan salah satu opsi kegiatan edukasi di lembaga PAUD. Hal ini disebabkan permainan tersebut tidak sekadar mendongkrak kemampuan gerak dasar anak, melainkan juga menyokong kebugaran jasmani, rasa percaya diri, serta tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan pengkajian dan analisis data penelitian di RA An-Nizhomiyah pada tahun 2026, diperoleh beberapa poin kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat keterampilan motorik kasar para murid didominasi oleh kualifikasi "Baik", yakni mencakup 21 anak (70%). Sementara itu, capaian dengan kategori "Sangat Baik" baru diraih oleh 2 peserta didik (6,7%).
2. Terjadi peningkatan yang cukup bermakna pada perkembangan motorik kasar anak usai diterapkannya aktivitas lompat tali. Sebagian besar siswa bergeser ke kategori "Sangat Baik" sebanyak 24 orang (80%), sedangkan 6 siswa siswanya (20%) tergolong dalam kualifikasi "Baik".
3. Penerapan stimulasi berbasis permainan lompat tali terbukti memberikan dampak yang nyata terhadap penguatan kapasitas motorik kasar anak di RA An-Nizhomiyah, yang ditunjukkan oleh perolehan angka signifikansi dengan nilai $p\text{-value } 0,000 \leq 0,05$.

5. DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik. (2024). Proporsi Individu yang Menguasai/Memiliki Telepon Genggam Menurut Kelompok Umur - Tabel Statistik - Badan Pusat Statistik Indonesia. Retrieved

- April 12, 2026, from <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTIyMiMy/proporsi-individu-yang-menguasai-memiliki-telepon-genggam-menurut-kelompok-umur.html>
- Fatmawati, A. (2020). *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini - Fitri Ayu Fatmawati, M.Pd* (pertama). Gresik: Caremedia Communication.
- Fitria, F., Chikmah, A., Tribakti, I., & Kediri, L. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Berbasis Permainan Tradisional Lompat Tali pada Usia 4-5 tahun. *Jurnal Ashil*, 4(1), 46–55.
- Hartati. (2023). *Pertumbuhan & Perkembangan Motorik* (1st ed.). Palembang : Bening Media Publishing
https://www.google.co.id/books/edition/Pertumbuhan_Perkembangan_Motorik/ucr5EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- Hasanah, L., Djamali, F., & Pradana, P. H. (2023). Jurnal Amal Pendidikan. *Jurnal Amal Pendidikan*, 4(2), 116–125.
- Hassan, M. A., Zhou, W., Ye, M., He, H., & Gao, Z. (2024). The effectiveness of physical activity interventions on blood pressure in children and adolescents: A systematic review and network meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 13(5), 699–708. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2024.01.004>
- Humaedi, Saparia, A., Nirmala, B., & Abduh, I. (2022). Deteksi Dini Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun, 6(1), 558–564. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1368>
- Idhayanti, R. I., Khoirunisa, R., Lusiana, A., & Mundarti. (2023). Efektifitas Permainan Engklek dan Lompat Tali terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Prasekolah. *Jurnal Update Keperawatan*, 3(1), 38–44.
- Indriana, K. (2023). *Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita. DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*. Nuansa Fajar Cermelang Jakarta.
<https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>
- Kemenkes, RI. (2021). *Pedoman dan Standar Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. Komisi Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional*.
- Na'imah, Purwadi, & Khasanah, I. (2023). Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Belor 2. *Seminar Nasional PGPAUD 2023 "Transisi PAUD Ke SD Yang Menyenangkan,"* 1, 1–12.
- Nizar, I. Z., & Ali, Z. (2018). Pengaruh permainan lompat tali terhadap peningkatan fisik motorik kasar anak usia dini kelompok a di tk al-azhar pakusari jember 1,2, 2, 36–43.
- Oktadinata. (2019). Sosialisasi Manfaat Keterampilan Motorik Kasar Terhadap Perkembangan Kognitif, Afektif, dan Psikomotor. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 2(01), 76–82.
- Prastyawan, M. N., Saputra, E. Y., Qatrunada, A., Dewi, Y. R., Mashuri, A. H., & Zunaida, D. A. (2022). Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini di Desa Kepunten Kecamatan Tulangan, *II*(1), 139–146.
- Purwadi, & Fitriyani. (2023). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget terhadap Personal sosial Pada Anak Usia 1-6 Tahun di Kota Depok. *MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNAL*, 3, 2682–2690.
- Putri, O. M., Qalbi, Z., Delrefi, & Putera, R. febryan. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun The Influence of Traditional Game Jump Rope Towards Gross Motor Skill Development In Children Aged 5-6 Years Old. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, 8(1), 46–55. Retrieved from <http://journal2.uad.ac.id/index.php/jecce>
- Rusli, A., Fadhil, M., Ishaq, M., & Hidayatullah, R. (2025). Strategi Pengumpulan dan Pengelolaan Data dalam Penelitian Pendidikan : Kajian Teoretis dan Praktis, 573–581.

- Situmeang, Hulu, A., Zamili, U., & Herlina, E. S. (2025). pengaruh permainan lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Pembina Tarutung, 4(4), 7358–7373.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Sutopo, Ed.) (2nd ed.). Bandung : Alfabeta CV. <https://online.fliphtml5.com/cyqfr/jppo/#p=2>
- Susanti. (2022). Manfaat Permainan Tradisional Lompat Tali Bagi Perkembangan Motorik KasarAnaka Usia 5-6 Tahun, 9, 77–84.
- Yusuf. (2022). Pendidikan Anak Prasekolah. (F. Mustika, Ed.) (1sted.). Medan: umsu press. <https://books.google.co.id/books?id=3-Y2EQAAQBAJ>