

**PENGARUH PERMAINAN HALANG RINTANG BERBASIS MISI TERHADAP
PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TAMAN
KANAK-KANAK DARUL FALAH PADANG**

Rima Fitria¹, Tisna Syafnita², Rakimahwati³, Saridewi⁴

^{1,2,3,4} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

2711rimaa@gmail.com¹, tisnasyafnitas@fip.unp.ac.id²,
rakimahwati@fip.unp.ac.id³, saridewi@fip.unp.ac.id⁴

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of mission-based obstacle course games on the development of gross motor skills in children aged 5–6 years at Darul Falah Kindergarten, Padang. The study was motivated by the finding that children's gross motor skills, particularly jumping, balancing, bending, and eye-hand coordination, had not yet developed optimally. This research employed a quantitative approach using a quasi-experimental method with a nonequivalent control group design. The population consisted of 38 children from three groups, while the sample comprised 26 children selected through purposive sampling and divided into an experimental group (13 children) and a control group (13 children). Data were collected using a gross motor skills test covering eight indicators and analyzed using Gain Score, the Liliefors normality test, the Levene homogeneity test, the Independent Sample t-test, and Cohen's d effect size with SPSS 25.0. The results showed a significant difference between the experimental and control groups ($p = 0.004$), with a large effect size ($d = 1.26$). Therefore, the Mission-Based Obstacle Course Game significantly improved the gross motor development of children aged 5–6 years.

Keywords: obstacle course game, mission-based, gross motor skills, early childhood

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh permainan halang rintang berbasis misi terhadap perkembangan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di Taman Kanak-kanak Darul Falah Padang. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum optimalnya perkembangan motorik kasar anak, terutama pada kemampuan melompat, menjaga keseimbangan, membungkuk, dan koordinasi mata-tangan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi eksperimen* dan desain *nonequivalent control group*. Populasi penelitian berjumlah 38 anak dari tiga kelompok, sedangkan sampel berjumlah 26 anak yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, terdiri atas 13 anak pada kelas eksperimen dan 13 anak pada kelas kontrol. Data dikumpulkan menggunakan tes perkembangan motorik kasar yang mencakup delapan indikator, kemudian dianalisis menggunakan *Gain Score*, uji normalitas *Liliefors*, uji homogenitas *Levene*, uji *Independent Sample t-test*, dan *effect size Cohen's d* dengan bantuan

SPSS 25.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol ($p = 0,004$) dengan nilai *effect size* sebesar 1,26 yang termasuk kategori besar. Dengan demikian, permainan halang rintang berbasis misi berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun..

Kata Kunci: permainan halang rintang, berbasis misi, motorik kasar, anak usia dini

A. Pendahuluan

Anak usia dini berada pada masa keemasan (*golden age*) yang menuntut stimulasi optimal pada seluruh aspek perkembangan, termasuk aspek fisik-motorik, khususnya motorik kasar (Sujiono, 2011; Suryana, 2021). Motorik kasar adalah kemampuan melakukan gerakan yang melibatkan kelompok otot besar pada tubuh, yang berperan penting dalam menunjang perkembangan fisik, keseimbangan, kelenturan, kecepatan, kelincahan, serta koordinasi antara mata, tangan, dan kaki (Mahmud, 2018; Asmudin, 2020). Motorik kasar adalah kemampuan melakukan gerakan yang melibatkan kelompok otot besar pada tubuh, yang berperan penting dalam menunjang perkembangan fisik, keseimbangan, kelenturan, kecepatan, kelincahan, serta koordinasi antara mata, tangan, dan kaki (Umam, 2022; Maghfiroh et al., 2020).

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tahap pendidikan yang paling fundamental dalam sistem pendidikan nasional karena berfungsi sebagai dasar pembentukan karakter, kepribadian, serta kesiapan anak untuk menghadapi jenjang pendidikan berikutnya.

Berdasarkan Permendikbudristek Nomor 7 Tahun 2022, PAUD merupakan upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir hingga usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental agar anak siap memasuki pendidikan selanjutnya. Sejalan dengan hal tersebut, Kurniawan (2023) menyatakan bahwa PAUD bertujuan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh yang mencakup aspek nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, sosial-emosional, seni, serta fisik-motorik, baik motorik halus maupun motorik kasar.

Salah satu aspek perkembangan yang perlu mendapatkan perhatian pada anak usia dini adalah perkembangan fisik-motorik, terutama kemampuan motorik kasar. Motorik kasar merupakan kemampuan anak dalam melakukan berbagai gerak yang melibatkan otot-otot besar tubuh, seperti lengan, kaki, dan batang tubuh, yang menjadi dasar bagi kemampuan gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif (Khadijah & Amelia, 2020; Firlana et al., 2025). Gerak lokomotor berkaitan dengan kemampuan berpindah tempat seperti berjalan, berlari, dan melompat, gerak nonlokomotor meliputi gerakan tanpa perpindahan posisi seperti menekuk dan menjaga keseimbangan tubuh, sedangkan gerak manipulatif berhubungan dengan keterampilan mengontrol objek seperti melempar dan menangkap yang berkontribusi terhadap koordinasi mata dan tangan anak (Awaliyah, 2022).

Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA) mengidentifikasikan bahwa pada usia 5–6 tahun anak diharapkan mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelincahan, kekuatan, keseimbangan,

dan kelenturan, serta mampu melakukan koordinasi gerakan mata, kaki, tangan, dan kepala dalam menirukan tarian atau senam, melakukan permainan fisik yang memiliki aturan, dan terampil menggunakan tangan kanan dan kiri (Umam, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, Maghfiroh et al. (2020) mengemukakan lima aspek kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun, yaitu kekuatan, keseimbangan, kelincahan, kelenturan, dan koordinasi.

Kelima aspek tersebut dapat diimplementasikan melalui berbagai aktivitas, seperti duduk jongkok untuk melatih kekuatan, mengangkat satu kaki untuk melatih keseimbangan, lempar tangkap bola untuk melatih koordinasi, berlari zig-zag untuk melatih kelincahan, serta membungkukkan badan untuk melatih kelenturan. Lebih lanjut, Yuliantina et al. (2018, dalam Mahmudah et al., 2024) menyatakan bahwa anak usia 5–6 tahun ditandai dengan kemampuan berjalan mudah di papan keseimbangan, berlari, serta melompat dengan dua kaki secara bergantian.

Hasil observasi awal di TK Darul Falah Padang menunjukkan

sekitar 70% anak kelas B1 belum mampu melompat dengan perubahan dari dua kaki ke satu kaki, belum dapat berjalan di atas titian dengan seimbang, belum mampu membungkuk dengan baik, serta menunjukkan koordinasi mata dan tangan yang belum optimal. Kondisi ini diduga terjadi karena pembelajaran yang masih berfokus pada aspek kognitif, sehingga kesempatan anak untuk mengembangkan motorik kasar masih terbatas.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan fisik efektif menstimulasi motorik kasar anak (Kurnia et al., 2025; Kiranti & Masganti, 2025), namun aktivitas yang diterapkan umumnya masih terbatas pada jenis gerakan tertentu dan belum mengintegrasikan variasi aktivitas fisik yang lebih menantang dan menyeluruh. Oleh karena itu, peneliti mengembangkan permainan inovatif bernama Permainan Halang Rintang Berbasis Misi, yaitu permainan yang dirancang untuk menstimulasi motorik kasar anak melalui rangkaian aktivitas fisik seperti melompat dengan kaki bergantian, menjaga keseimbangan, membungkuk, melewati *box* tantangan, serta melempar, yang

dikemas dalam konsep rintangan agar anak termotivasi untuk bergerak aktif.

Penelitian relevan turut memperkuat urgensi penelitian ini. Hasibuan et al. (2025) dalam penelitiannya yang berjudul “Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar melalui Permainan Rintangan Sederhana dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun” menunjukkan bahwa permainan rintangan sederhana dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, terutama dalam aspek keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan permainan rintangan sebagai media stimulasi motorik kasar, sedangkan perbedaannya terletak pada jenis permainan yang digunakan, yaitu *obstacle game* pada penelitian sebelumnya, sedangkan penelitian ini menggunakan permainan tematik berbasis misi yang dilengkapi dengan peta sebagai panduan penyelesaian rintangan.

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan memperkaya kajian keilmuan

Pendidikan Anak Usia Dini, khususnya terkait penggunaan permainan inovatif dalam menstimulasi motorik kasar anak. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan memberikan alternatif kegiatan pembelajaran bagi guru, membantu anak mengembangkan kemampuan keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan melalui kegiatan yang menyenangkan, serta menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan inovasi permainan untuk perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Permainan Halang Rintang Berbasis Misi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-kanak Darul Falah Padang.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen menggunakan desain nonequivalent control group design, yang melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tanpa proses pengacakan subjek secara penuh (Sugiyono, 2019;

Saputri & Mardiaty, 2025). Kelas eksperimen diberikan perlakuan berupa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi, sedangkan kelas kontrol melaksanakan pembelajaran motorik kasar konvensional berupa melompat terpimpin.

Tabel 1 Rancangan Penelitian

Kelompok	Pre-test	Perlakuan	Post-test
Eksperimen	O1	X	O1
Kontrol	O2	-	O2

Sumber: Sugiyono (2019)

Keterangan: O1 dan O2 adalah penilaian awal (*pre-test*) pada kelas eksperimen dan kelas kontrol untuk mengetahui kemampuan awal motorik kasar anak; X adalah pemberian perlakuan berupa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi pada kelas eksperimen; sedangkan O1 dan O2 pada kolom terakhir merupakan penilaian akhir (*post-test*) pada kedua kelompok untuk mengetahui perkembangan kemampuan motorik kasar anak setelah diberikan perlakuan, sedangkan kelas kontrol tetap mengikuti pembelajaran seperti biasa menggunakan gerak konvensional terpimpin.

Populasi penelitian adalah seluruh anak di Taman Kanak-kanak Darul Falah Padang yang berjumlah

38 orang, terdiri atas kelas B1 (13 orang), B2 (12 orang), dan B3 (13 orang). Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu kelas B1 sebagai kelas eksperimen (13 anak) dan kelas B3 sebagai kelas kontrol (13 anak), sehingga total sampel berjumlah 26 anak.

Tabel 2 Jumlah Anak di Taman Kanak-kanak Darul Falah Padang

No	Nama Kelas	Jumlah Anak
1	Kelas B1	13 orang
2	Kelas B2	12 orang
3	Kelas B3	13 orang
	Jumlah	38 orang

Sumber: TK Darul Falah Padang

Pemilihan kelas B1 sebagai kelas eksperimen dan kelas B3 sebagai kelas kontrol didasarkan pada beberapa pertimbangan, antara lain kesamaan karakteristik anak, tingkat kemampuan awal yang relatif setara, kemampuan guru kelas yang sama, serta rekomendasi dari guru kelas. Dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut, kedua kelas dinilai representatif untuk mencapai tujuan penelitian ini.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Permainan Halang Rintang Berbasis Misi, sedangkan variabel terikatnya adalah

kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Data dikumpulkan menggunakan instrumen tes yang terdiri atas delapan butir indikator, meliputi kemampuan melompat dengan satu dan dua kaki, berjalan di atas titian, mempertahankan keseimbangan, membungkuk melewati terowongan, melempar bola ke sasaran, serta kecepatan dan ketepatan melewati rangkaian rintangan.

Tabel 3 Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Motorik Kasar Anak

Variabel	Sub Variabel	Butir Item
Kemampuan Motorik Kasar Anak	Kekuatan	2
	Keseimbangan	2
	Kelenturan	2
	Koordinasi Gerak Tubuh	1
	Kelincahan	1

Sumber: Umam (2022) dan Maghfiroh et al. (2020)

Teknik penilaian dilakukan dengan memberikan skor pada setiap indikator berdasarkan hasil pengamatan terhadap ketercapaian perkembangan anak selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Instrumen penilaian menggunakan format *checklist* dengan empat gradasi capaian perkembangan, yaitu Mahir (M), Cakap (C), Lancar (L), dan Mulai Berkembang (MB), yang masing-

masing dikonversikan ke dalam skor 4, 3, 2, dan 1. Untuk mempermudah penentuan skor pada setiap butir pernyataan, penilaian berpedoman pada rubrik penilaian yang memuat deskriptor capaian pada setiap kategori sehingga penilaian dapat dilakukan secara objektif dan konsisten.

Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen terlebih dahulu divalidasi melalui expert judgment yang dilakukan oleh dosen ahli di bidang perkembangan motorik anak usia dini untuk menilai kesesuaian indikator, kejelasan redaksi, serta tingkat keterukuran instrumen. Instrumen yang telah direvisi selanjutnya diujicobakan secara empiris dan dianalisis menggunakan uji korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 25.0. Hasil pengujian validitas menunjukkan bahwa seluruh butir instrumen memiliki nilai *r* hitung yang lebih besar daripada *r* tabel, sehingga seluruh item dinyatakan valid. Selanjutnya, pengujian reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS versi 25.0 menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi, sehingga layak digunakan sebagai alat ukur kemampuan motorik kasar anak dalam penelitian ini.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi dan tes. Observasi dilakukan untuk mengamati kemampuan motorik kasar anak selama mengikuti kegiatan pembelajaran melalui Permainan Halang Rintang Berbasis Misi, sedangkan tes digunakan untuk menilai kemampuan anak dalam melakukan rangkaian gerakan sesuai instruksi yang diberikan pada saat *pre-test* maupun *post-test*.

Data yang diperoleh dari hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan Gain Score, yaitu selisih antara skor *post-test* dan *pre-test*. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas menggunakan metode Liliefors dan uji homogenitas menggunakan Levene's Test. Pengujian hipotesis dilakukan dengan *Independent Sample t-test*, dan besarnya pengaruh perlakuan dihitung menggunakan *effect size Cohen's d*, dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25.0.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data Gain Score yang diperoleh berdistribusi normal sehingga memenuhi salah satu syarat dalam analisis statistik parametrik.

Kriteria pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi (*Sig.*) lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal, sedangkan jika lebih kecil dari 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal (Nuryadi et al., 2017). Uji homogenitas menggunakan *Levene's Test* bertujuan mengetahui apakah varians data kedua kelompok homogen, dengan kriteria data dinyatakan homogen apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Selanjutnya, pengujian hipotesis menggunakan *Independent Sample t-test* dilakukan dengan terlebih dahulu memperhatikan kolom *Levene's Test for Equality of Variances* untuk menentukan baris yang digunakan (*Equal Variances Assumed* atau *Equal Variances Not Assumed*), kemudian nilai *Sig. (2-tailed)* dibandingkan dengan taraf signifikansi 0,05 untuk menentukan ada tidaknya perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Besarnya pengaruh perlakuan selanjutnya dihitung menggunakan *effect size Cohen's d* dengan kriteria interpretasi: nilai 0,2 termasuk pengaruh kecil (*small effect*), nilai 0,5 termasuk pengaruh sedang (*medium effect*), dan nilai 0,8

atau lebih termasuk pengaruh besar (*large effect*) (Cohen, 1988).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan selama 10 kali pertemuan, yang terdiri atas 5 kali pertemuan pada kelas eksperimen dan 5 kali pertemuan pada kelas kontrol dengan mengangkat tema Alam Semesta. Data hasil *pre-test* dan *post-test* kemampuan motorik kasar anak pada kedua kelompok disajikan pada tabel berikut.

Pelaksanaan penelitian diawali dengan pemberian *pre-test* kepada kelas eksperimen dan kelas kontrol untuk mengukur kemampuan awal motorik kasar anak. Selanjutnya, kelas eksperimen memperoleh perlakuan berupa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi, sedangkan kelas kontrol mengikuti pembelajaran gerak konvensional terpimpin yang dipandu oleh guru kelas. Setelah seluruh perlakuan selesai diberikan, *post-test* dilakukan pada kedua kelompok untuk mengetahui perkembangan kemampuan motorik kasar anak setelah mengikuti kegiatan pembelajaran yang diterapkan.

Tabel 4 Rata-Rata Skor *Pre-test*, *Post-test*, dan *Gain Score* Kemampuan Motorik Kasar Anak di TK Darul Falah Padang

Kelompok	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Gain Score</i>
Eksperimen (n=13)	22,23	29,46	7,31
Kontrol (n=13)	22,00	26,77	4,77

Sumber: Data hasil penelitian, 2026

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata skor *post-test* kelompok eksperimen sebesar 29,46 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 26,77. Rata-rata *Gain Score* kelompok eksperimen (7,31) juga lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (4,77), yang menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan motorik kasar pada kelompok yang diberikan Permainan Halang Rintang Berbasis Misi lebih besar dibandingkan kelompok yang menggunakan gerak konvensional terpinpin.

Tabel 5 Statistik Deskriptif *Pre-test* dan *Post-test*

Kelompok	N	Mean	SD	Min	Max
Eks. <i>Pre-test</i>	13	22,23	2,455	16	26
Eks. <i>Post-test</i>	13	29,46	2,222	23	32
Kon. <i>Pre-test</i>	13	22,00	1,291	20	24
Kon. <i>Post-test</i>	13	26,77	1,787	23	29

Sumber: Hasil olah data SPSS 25.0, 2026

Berdasarkan tabel di atas, sebaran skor *pre-test* kelas eksperimen (16-26) relatif lebih lebar dibandingkan kelas kontrol (20-24), namun setelah diberikan perlakuan sebaran skor *post-test* kelas eksperimen bergeser ke rentang yang lebih tinggi (23-32) dengan nilai standar deviasi yang lebih kecil dibandingkan *pre-test*. Kondisi ini menunjukkan bahwa perlakuan berupa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi tidak hanya meningkatkan rata-rata kemampuan motorik kasar anak, tetapi juga membuat capaian anak dalam kelas eksperimen menjadi lebih merata dibandingkan sebelum diberikan perlakuan.

Tabel 6 Kategorisasi dan Distribusi Kemampuan Motorik Kasar Anak

Kelompok	Mulai Berke mbang	La nc ar	Ca ka p	Ma hir
Eks. <i>Pre-test</i>	0	1	12	0
Eks. <i>Post-test</i>	0	0	1	12
Kon. <i>Pre-test</i>	0	2	11	0
Kon. <i>Post-test</i>	0	0	5	8

Sumber: Hasil olah data penelitian, 2026

Rentang kategorisasi kemampuan motorik kasar anak ditentukan berdasarkan skor ideal instrumen, yaitu 8-14 (Mulai

Berkembang), 15-20 (Lancar), 21-26 (Cakap), dan 27-32 (Mahir) (Azwar, 2012). Tabel di atas menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, kemampuan motorik kasar anak pada kedua kelompok didominasi oleh kategori Cakap. Setelah diberikan perlakuan, kelas eksperimen mengalami pergeseran kategori yang signifikan, yaitu 12 dari 13 anak berada pada kategori Mahir, sedangkan pada kelas kontrol peningkatan kategori terjadi lebih moderat, yaitu 8 dari 13 anak mencapai kategori Mahir. Perbedaan pergeseran kategori ini memperkuat temuan bahwa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi memberikan stimulasi yang lebih optimal terhadap perkembangan motorik kasar anak dibandingkan gerak konvensional terpinin.

Tabel 7 Hasil Uji Prasyarat dan Uji Hipotesis

Uji Statistik	Hasil
Normalitas (Liliefors)	Data Gain Score berdistribusi normal (Sig. > 0,05)
Homogenitas (Levene's Test)	Sig. = 0,588 (> 0,05), varians homogen
Independent Sample t-test	t = 3,218; Sig. (2-tailed) = 0,004 (< 0,05)
Effect Size (Cohen's d)	d = 1,26 (kategori large effect)

Sumber: Hasil olah data SPSS 25.0, 2026

Hasil uji Independent Sample t-test menunjukkan nilai signifikansi

sebesar 0,004 (< 0,05), sehingga H₀ ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara *Gain Score* kemampuan motorik kasar anak pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Nilai *effect size* sebesar 1,26 menunjukkan bahwa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi memberikan pengaruh yang besar (*large effect*) terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

Perbedaan hasil antara kedua kelompok menunjukkan bahwa kelas eksperimen memperoleh pengalaman belajar yang lebih aktif melalui rangkaian permainan yang mengintegrasikan berbagai aktivitas motorik dalam satu misi yang harus diselesaikan secara bertahap. Temuan ini sejalan dengan pendapat Baan et al. (2020) yang menyatakan bahwa motorik kasar berkembang melalui stimulasi aktivitas fisik dan pengalaman gerak yang dilakukan secara berulang dalam lingkungan bermain, serta didukung oleh Hanum & Rohita (2020) yang menjelaskan bahwa kemampuan motorik kasar berkembang melalui aktivitas yang melibatkan otot-otot besar, koordinasi, dan keseimbangan tubuh.

Keunggulan Permainan Halang Rintang Berbasis Misi terletak pada penggunaan peta misi yang mengarahkan anak menyelesaikan setiap rintangan secara berurutan, sehingga anak tidak hanya bergerak, tetapi juga memahami petunjuk dan menyelesaikan tantangan hingga mencapai tujuan akhir. Hal ini sejalan dengan pandangan Vygotsky (dalam Utami et al., 2022) bahwa bermain merupakan sumber perkembangan anak karena anak membangun pengetahuan melalui interaksi aktif dengan lingkungan. Rangkaian aktivitas seperti melompat, berjalan dititikan, membungkuk, dan melempar bola ke sasaran melatih aspek kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kelenturan, dan ketepatan gerak secara terpadu (Kusumaulidia et al., 2024; Listiawati et al., 2025).

Selain aspek fisik, Permainan Halang Rintang Berbasis Misi juga memberikan pengalaman belajar yang bermakna melalui unsur tantangan dan pencapaian tujuan yang jelas pada setiap tahapan permainan. Sudaryanti et al. (2024) menjelaskan bahwa perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh stimulasi lingkungan dan pengalaman belajar yang diberikan kepada anak, sehingga

semakin variatif dan menantang pengalaman gerak yang diperoleh anak, semakin optimal pula perkembangan motorik kasarnya. Dengan demikian, keberhasilan Permainan Halang Rintang Berbasis Misi dalam penelitian ini tidak terlepas dari kombinasi antara aktivitas fisik yang bervariasi dan sistem misi yang memberikan arah serta motivasi bagi anak untuk terus bergerak aktif hingga menyelesaikan seluruh rangkaian permainan.

Berdasarkan hasil dan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi lebih efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dibandingkan gerak konvensional terpinpin. Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan peta sebagai sistem misi yang mengintegrasikan berbagai aktivitas motorik ke dalam satu rangkaian permainan yang terarah dan menantang, sehingga memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi anak.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan motorik kasar anak usia

5–6 tahun pada kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan berupa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini ditunjukkan oleh rata-rata skor post-test kelompok eksperimen sebesar 29,46, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata 26,77. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ($Sig. = 0,004 < 0,05$), dan nilai *effect size* sebesar 1,26 menunjukkan bahwa Permainan Halang Rintang Berbasis Misi memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan motorik kasar anak. Oleh karena itu, Permainan Halang Rintang Berbasis Misi dapat dijadikan salah satu alternatif kegiatan pembelajaran yang efektif, menyenangkan, dan bermakna untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini, dengan tetap memperhatikan aspek keamanan serta penyesuaian tingkat kesulitan permainan terhadap karakteristik anak.

Berdasarkan simpulan tersebut, disarankan agar guru dapat menjadikan Permainan Halang Rintang Berbasis Misi sebagai salah satu alternatif kegiatan pembelajaran

motorik kasar yang menyenangkan dan bermakna bagi anak usia 5-6 tahun, dengan tetap memperhatikan aspek keamanan serta penyesuaian tingkat kesulitan rintangan terhadap karakteristik anak. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta melaksanakan penelitian pada lebih dari satu lembaga pendidikan agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat mengembangkan variasi rintangan dan sistem misi yang lebih beragam untuk mengoptimalkan stimulasi motorik kasar anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmudin, S. (2020). Meningkatkan Motorik Kasar Anak Melalui Metode Bermain. *Jurnal Amal Pendidikan*, 1(1), 42-51.
- Awaliyah, R. S. (2022). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Tari Kreasi Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Ra Al-Ishlah Dwp Kemenangpontianak Barat Tahun Pelajaran 2018/2019. *AlBanna: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1).
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Baan, A. B., Rejeki, H. S., & Nurhayati. (2020). Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Bungamputi*, 6(0), 14–21.

- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Firlana, A., Alawiyah, T., & Saepuloh, A. (2025). Pelatihan Gerak Dasar Lokomotor, Non-Lokomotor, dan Manipulatif untuk Mendukung Perkembangan Motorik Anak. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 5, 59–64.
- Hanum, A., & Rohita. (2020). Kegiatan Sentra Olah Tubuh Dalam Menstimulasi Kemampuan Motorik Kasar Anak. *Jurnal AUDHI*, 2(2).
- Hasibuan, R. H., Ginting, F. A. B., Zannah, M., Tasya, M. F. A., Mawaddah, N., & Nasution, F. (2025). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar melalui Permainan Rintangan Sederhana dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Dan Kewarganegaraan*, 2(3).
- Khadijah, & Amelia. (2020). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Teori dan Praktik*. KENCANA.
- Kiranti, U., & Masganti, S. (2025). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan HulaHoop: Studi Penelitian Tindakan Kelas Pada Usia 4-5 Tahun. *Journal of Education Research*, 6(2).
- Kurnia, M. J., Sari, E. N., & Fachrezzy, F. (2025). Model Permainan Edukatif Untuk Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia 3-5 Tahun. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(3).
- Kurniawan, A. (2023). *Pendidikan Anak*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Kusumaulidia, A. D., Kurniawaty, L., & Widyastuti, A. (2024). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Engklek di TK Islam Maulidia. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(4), 16.
- Listiawati, Y., Mahmud, A., & Pratama, H. (2025). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Obstacle Course di PAUD Kusuma Bangsa Way Tuba. *El-Mumtaz: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 19–24.
- Maghfiroh, Wulandari, & Damayani. (2020). Penerapan Permainan Lompat Ceria Untuk Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK PKK 3 Gunungsari Pasuruan. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1).
- Mahmud, B. (2018). Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini. *Didaktika Jurnal Kependidikan*, 12, 76–87.
- Mahmudah, T., Muflihah, B., & Irmawati. (2024). Gerak Tubuh Untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Raudhatul Athfal Al-Hikmah. *Celebes Journal of Elementary Education*, 2(1).
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara. (2017). *Dasar-dasar Statistik Penelitian*. Sibuku Media.
- Saputri, L., & Mardiaty. (2025). Desain Penelitian Quasi Eksperimen Dalam Penelitian Pendidikan: Kajian Pustaka. *Jurnal Serunai Matematika*, 17(2).

- Sudaryanti, Prayitno, Arifiyanti, N., & Maharani, O. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik dan Sosial Emosional Anak Usia Dini Menggunakan Permainan Tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV. Alfabeta.
- Sujiono, Y. N. (2011). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. PT. Indeks.
- Suryana, D. (2021). *Pendidikan Anak Usia Dini Teori Dan Praktik Pembelajaran*. KENCANA.
- Umam, A. K. (2022). *Pengembangan Motorik Anak Usia Dini Berbasis Kajian Teoritis dan Studi Empiris*. Idea Press Yogyakarta.
- Utami, F. B., Kasih, D., & Utama, W. W. I. (2022). *Bermain dan Permainan Anak Usia Dini*. PT Nasya Expanding Management.