

Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Metode Bermain Dampu Bulan

Wulandari^{1*}, Maisuri Insan², Dewi Yunisari³, Suhartati⁴

Program Studi Pendidikan Guru PAUD, Universitas Syiah Kuala, Indonesia^{1,2,3,4}

*E-mail: wulandari151509@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: 17-06-2026

Revised: 19-06-2026

Accepted: 20-06-2026

Keywords

Motorik Kasar; Anak Usia Dini; Metode Bermain; Dampu Bulan.

ABSTRACT

Kemampuan motorik kasar merupakan aspek penting dalam perkembangan anak usia dini, khususnya usia 5–6 tahun, yang berkaitan dengan kemampuan gerak seperti keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan. Namun, perkembangan teknologi digital menyebabkan anak cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan gawai dan kurang melakukan aktivitas fisik, sehingga stimulasi motorik kasar menjadi kurang optimal. Salah satu kegiatan yang dapat digunakan untuk menstimulasi kemampuan tersebut adalah permainan dampu bulan, yaitu permainan tradisional yang dilakukan dengan cara melompat pada petak-petak tertentu secara berurutan sambil menjaga keseimbangan tubuh. Akan tetapi, permainan dampu bulan konvensional yang dimainkan di atas tanah atau lantai semen memiliki risiko cedera dan kurang menarik bagi anak-anak saat ini. Oleh karena itu, permainan dampu bulan dimodifikasi menggunakan media karpet puzzle agar lebih aman dan menarik untuk diterapkan dalam pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun melalui metode bermain dampu bulan dengan pendekatan *literature review*. Data diperoleh dari jurnal ilmiah dan artikel penelitian yang relevan, kemudian dianalisis secara deskriptif melalui proses pengkajian dan perbandingan hasil penelitian. Hasil kajian menunjukkan bahwa permainan dampu bulan efektif dalam melatih keseimbangan, koordinasi gerak, kelincahan, dan kekuatan otot anak. Modifikasi permainan menggunakan karpet puzzle juga memberikan keamanan, kenyamanan, dan daya tarik yang lebih tinggi dalam kegiatan bermain. Dengan demikian, metode bermain melalui permainan dampu bulan yang dimodifikasi dengan karpet puzzle dapat menjadi alternatif pembelajaran yang bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Gross motor skills are an important aspect of early childhood development, particularly for children aged 5–6 years, as they are related to movement abilities such as balance, coordination, and agility. However, the rapid development of digital technology has led children to spend more time using gadgets and engage less in physical activities, resulting in suboptimal gross motor stimulation. One activity that can be used to stimulate these skills is the Dampu Bulan game, a traditional game that involves jumping across designated squares while maintaining body balance. Nevertheless, the conventional version of the game, which is usually played on the ground or cement floors, may pose safety risks and is often less attractive to children today. Therefore, the game can be modified using puzzle mats to make it safer and more appealing for learning activities. This study aims to examine efforts to improve the gross motor skills of children aged 5–6 years through the Dampu Bulan game using a literature review approach. Data were collected from relevant scientific journals and research articles and

analyzed descriptively through a review and comparison of previous research findings. The results indicate that the Dampu Bulan game is effective in improving children's balance, movement coordination, agility, and muscle strength. Furthermore, the use of puzzle mats provides greater safety, comfort, and attractiveness during play activities. Therefore, the modified Dampu Bulan game can be used as an alternative learning strategy to support the development of gross motor skills in early childhood..

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



How to Cite: Wulandari, W., Insan, M., Yunisari, D., Suhartati, S. (2026). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Metode Bermain Dampu Bulan. *Haumeni Journal of Education*, 6(1), 300-311. doi: <https://doi.org/10.35508/haumeni.v6i1.28959>

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan individu yang berada pada rentang usia 0–6 tahun yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara pesat pada berbagai aspek perkembangan, meliputi fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, nilai agama, dan moral. Masa ini dikenal sebagai *golden age* (masa emas) karena merupakan periode yang sangat penting dalam pembentukan dasar kemampuan dan karakter anak di masa depan. Menurut Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan guna membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani agar anak memiliki kesiapan untuk memasuki jenjang pendidikan selanjutnya (Kemendikbudristek, 2022). Oleh karena itu, anak usia dini memerlukan lingkungan yang kondusif serta stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangannya agar seluruh potensi yang dimiliki dapat berkembang secara optimal.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Yuliani Nurani Sujiono (2019) menyatakan bahwa anak usia dini merupakan individu yang unik dan sedang berada pada tahap perkembangan yang sangat pesat, sehingga memerlukan layanan pendidikan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangannya. Dengan demikian, anak usia dini dapat dipahami sebagai individu yang berada pada masa awal kehidupan yang membutuhkan stimulasi, bimbingan, dan pendidikan yang tepat untuk mendukung perkembangan secara menyeluruh.

Salah satu aspek perkembangan yang penting untuk distimulasi pada anak usia dini adalah perkembangan motorik kasar. Motorik kasar merupakan kemampuan yang melibatkan penggunaan otot-otot besar dalam melakukan aktivitas fisik, seperti berjalan, berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi gerak tubuh. Perkembangan motorik kasar pada anak usia 5–6 tahun perlu mendapatkan perhatian karena kemampuan tersebut berpengaruh terhadap kelincahan, koordinasi tubuh, keseimbangan, serta kesiapan anak dalam melakukan berbagai aktivitas fisik yang lebih kompleks. Stimulasi yang diberikan secara bertahap dan sesuai dengan karakteristik anak dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar secara optimal (Pratama, 2021).

Namun, pada realitasnya perkembangan teknologi digital saat ini membuat anak-anak cenderung lebih pasif (*sedentary behavior*) dan lebih memilih bermain gawai (*gadget*) daripada melakukan aktivitas fisik di luar ruangan. Fenomena ini menyebabkan stimulasi motorik kasar anak di sekolah maupun di rumah menjadi terhambat, yang berdampak pada rendahnya tingkat keseimbangan dan koordinasi tubuh anak sejak usia dini. Kondisi tersebut mengurangi kesempatan anak untuk melatih kemampuan gerak dasar seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan tubuh. Kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin juga dapat menghambat perkembangan kekuatan otot dan kelincahan anak. Selain itu, interaksi anak dengan lingkungan sekitar menjadi semakin terbatas akibat tingginya intensitas penggunaan gawai. Dampak jangka panjang dari kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan motorik kasar anak secara optimal sesuai dengan tahapan usianya. Oleh karena itu, diperlukan stimulasi yang tepat melalui berbagai aktivitas fisik yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini.

Dalam pendidikan anak usia dini, metode bermain menjadi salah satu pendekatan yang sesuai dengan karakteristik belajar anak. Anak cenderung lebih mudah memahami dan melakukan suatu kegiatan melalui aktivitas yang menyenangkan. Salah satu permainan tradisional yang dapat digunakan dalam kegiatan pembelajaran adalah permainan dampu bulan. Permainan ini melibatkan aktivitas melompat, berpindah tempat, serta menjaga keseimbangan tubuh saat bermain. Kegiatan tersebut dapat memberikan pengalaman belajar yang aktif dan menyenangkan bagi anak usia dini. Meskipun demikian, permainan dampu bulan konvensional yang biasanya dimainkan di atas tanah atau lantai semen sering kali dinilai kurang aman karena risiko cedera fisik, serta kurang menarik perhatian anak-anak generasi masa kini.

Agar lebih aman dan menarik bagi anak usia dini, permainan dampu bulan dapat dimodifikasi menggunakan media karpet puzzle. Penggunaan karpet puzzle membantu menciptakan suasana bermain yang nyaman, aman, dan menarik bagi anak. Selain itu, warna dan bentuk yang menarik pada karpet puzzle juga dapat meningkatkan minat anak untuk mengikuti kegiatan bermain. Melalui permainan ini, anak tidak hanya bermain, tetapi juga memperoleh stimulasi fisik yang mendukung perkembangan motorik kasar mereka (Rahmawati, 2023). Inovasi penggabungan kearifan lokal berupa permainan tradisional dengan media modern yang edukatif ini diharapkan dapat menjadi jembatan untuk mengembalikan ketertarikan anak pada aktivitas fisik yang menyehatkan.

Penerapan permainan dampu bulan dengan media karpet puzzle dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak apabila dilakukan secara terarah, menarik, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Hal ini karena kegiatan bermain tersebut memberikan kesempatan kepada anak untuk aktif bergerak, melatih keseimbangan, serta mengembangkan koordinasi tubuh melalui aktivitas yang menyenangkan. Oleh sebab itu, penggunaan permainan tradisional dampu bulan dapat menjadi salah satu alternatif kegiatan pembelajaran dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini (Hidayat, 2024). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis

dan mengkaji lebih mendalam mengenai efektivitas penerapan modifikasi permainan tradisional dampu bulan dengan media karpet puzzle dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun melalui metode bermain dampu bulan dengan pendekatan *literature review*. Fokus penelitian diarahkan pada analisis konsep, teori, dan temuan empiris terkait pengaruh permainan tradisional dampu bulan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini (Rahmawati, 2023).

Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan (*literature review*) disusun berdasarkan hasil penelusuran artikel ilmiah yang diperoleh melalui Google Scholar dan Garuda (Garba Rujukan Digital), yang dipilih karena kredibilitas serta kelengkapan publikasi ilmiah yang tersedia. Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran artikel pada database jurnal ilmiah menggunakan kata kunci; motorik kasar, anak usia dini, metode bermain, dampu bulan dan kata kunci lainnya yang sesuai dengan topik penelitian. Artikel yang diperoleh diseleksi berdasarkan kriteria kesesuaian topik, tahun publikasi antara tahun 2019 sampai dengan 2025, serta kejelasan metode penelitian dan diklasifikasikan berdasarkan tema penelitian.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan cara mengkaji, membandingkan, dan menginterpretasikan hasil penelitian dari berbagai artikel yang telah dipilih. Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi tren penelitian, kesenjangan dan kontribusi teoritis yang mendasari studi literatur metode bermain dampu bulan dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun.

Penyajian hasil analisis dilakukan secara sistematis agar memberikan gambaran yang jelas dan mudah dipahami. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi pendidik dalam mengembangkan kegiatan pembelajaran yang mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anak Usia Dini (Usia 5–6 Tahun)

Anak usia dini adalah masa kehidupan yang penuh keajaiban, di mana setiap hari membawa perkembangan baru yang membedakan mereka dari orang dewasa. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi menegaskan bahwa periode ini berlangsung sejak lahir hingga usia enam tahun, dan pada masa tersebut anak membutuhkan stimulasi pendidikan untuk mendukung pertumbuhan jasmani maupun rohani. Pandangan ini sejalan dengan Dewi (2017) yang menekankan pentingnya layanan pendidikan bagi anak usia 0–6 tahun. Sementara itu, National Association for the Education of Young Children (NAEYC) memperluas cakupan hingga usia 8 tahun, sehingga mencakup PAUD dan kelas awal sekolah dasar.

Meskipun terdapat perbedaan batasan usia, penelitian-penelitian yang dihimpun melalui Google Scholar dan Garuda sepakat bahwa masa ini adalah *golden age*—periode emas ketika otak anak berkembang sangat cepat, mencapai sekitar 80% kapasitasnya. Temuan-temuan tersebut menunjukkan

bahwa stimulasi yang tepat pada usia dini tidak hanya memengaruhi kesiapan anak memasuki jenjang pendidikan berikutnya, tetapi juga berdampak jangka panjang pada aspek kognitif, sosial-emosional, dan bahasa. Dengan kata lain, pendidikan anak usia dini bukan sekadar tahap awal, melainkan fondasi yang menentukan arah perkembangan anak di masa depan.

Anak usia dini pada rentang usia 5–6 tahun berada pada akhir fase masa keemasan (*golden age*) atau periode prasekolah, sebuah tahapan krusial di mana seluruh aspek perkembangan mengalami lompatan yang sangat pesat. Dari dimensi fisik dan motorik, anak pada usia ini telah memiliki proporsi tubuh dan koordinasi otot yang jauh lebih matang dibandingkan fase sebelumnya. Keterampilan motorik kasar mereka dicirikan oleh kemampuan melakukan gerakan kompleks seperti melompat dengan satu kaki, menjaga keseimbangan, dan menangkap bola secara akurat, sementara motorik halusnya ditunjukkan melalui kesiapan menulis, menggunting sesuai pola, dan melakukan aktivitas bantu diri secara mandiri (Sari & Suryana, 2021). Perkembangan fisik yang matang ini menjadi fondasi penting bagi anak untuk mengeksplorasi lingkungan sekitarnya secara lebih luas.

Dengan demikian, anak usia dini merupakan individu yang berada pada masa perkembangan yang sangat penting dan menentukan bagi kehidupan selanjutnya. Periode usia dini, khususnya pada rentang usia 5–6 tahun, ditandai dengan perkembangan fisik dan motorik yang berlangsung secara pesat sehingga memerlukan stimulasi yang tepat dan berkelanjutan. Kemampuan motorik yang berkembang secara optimal akan mendukung anak dalam melakukan berbagai aktivitas, mengeksplorasi lingkungan, serta meningkatkan kemandiriannya. Oleh karena itu, pemberian layanan pendidikan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan anak menjadi hal yang sangat penting. Lingkungan belajar yang kaya akan stimulasi dapat membantu mengoptimalkan seluruh aspek perkembangan anak. Dengan dukungan yang tepat, potensi anak dapat berkembang secara maksimal sebagai bekal untuk memasuki jenjang pendidikan berikutnya.

Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini

Perkembangan anak usia dini mencakup berbagai aspek yang saling berkaitan, yaitu aspek nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni. Setiap aspek memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan anak secara menyeluruh, sehingga perlu distimulasi secara seimbang. Salah satu aspek yang perlu mendapatkan perhatian adalah aspek fisik-motorik karena berkaitan langsung dengan aktivitas gerak anak. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2014) mengenai Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) menyebutkan bahwa terdapat enam aspek perkembangan pada anak usia dini, yaitu nilai agama dan moral, sosial-emosional, fisik motorik, kognitif, bahasa, serta seni. Setiap aspek perkembangan tersebut memiliki sejumlah indikator yang perlu dicapai oleh anak dalam proses pembelajaran.

Pada anak usia dini aspek perkembangan yang perlu dirangsang meliputi nilai agama dan moral yang meliputi kemampuan mengenal agama yang dianut, menirukan gerakan ibadah, serta mengucapkan dan menjawab salam. Aspek kognitif terdiri atas tiga bagian utama, yaitu kemampuan dalam pemecahan masalah, berpikir logis, dan berpikir simbolik. Selanjutnya, aspek fisik motorik mencakup tiga

komponen, yakni motorik halus, motorik kasar, serta kesehatan dan perilaku keselamatan. Aspek bahasa terbagi menjadi dua bagian, yaitu kemampuan memahami bahasa dan kemampuan mengungkapkan bahasa. Aspek sosial-emosional terdiri atas kesadaran diri serta tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. Adapun aspek seni memiliki indikator berupa kemampuan mengenal berbagai karya serta aktivitas seni (Permendikbud, 2014). Berdasarkan penjelasan tersebut, penulis berpendapat bahwa perkembangan anak tidak dapat dipisahkan antar aspek, namun aspek fisik-motorik memiliki peran yang cukup dominan dalam mendukung aktivitas anak sehari-hari.

Perkembangan fisik-motorik merupakan bagian dari perkembangan yang berkaitan dengan kemampuan gerak tubuh anak, yang meliputi motorik halus dan motorik kasar. Motorik kasar melibatkan penggunaan otot-otot besar dalam aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan tubuh. Kemampuan ini berkembang seiring dengan penambahan usia serta stimulasi yang diberikan. Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini, karena kemampuan ini menjadi dasar bagi anak untuk melakukan berbagai aktivitas fisik yang lebih kompleks di masa depan. Keterampilan motorik kasar meliputi kemampuan seperti berlari, melompat, menendang, serta bergerak dengan koordinasi yang baik. Anak yang memiliki kemampuan motorik kasar yang berkembang dengan baik umumnya lebih aktif, memiliki kondisi fisik yang lebih sehat, serta menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Kemampuan motorik kasar anak juga melibatkan otot besar anak, dimana aktivitas yang dilakukan yaitu melempar, meloncat, merangkak dan melompat (Wandi dan Mayar, 2019).

Keterampilan motorik kasar merupakan pola gerak yang menjadi fondasi bagi anak untuk menguasai gerakan yang lebih kompleks dan bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidupnya. Motorik umumnya dibedakan menjadi dua, yaitu motorik halus dan motorik kasar (Nurmala, Yasbiati, & Rahman, 2020). Motorik kasar melibatkan penggunaan otot-otot besar tubuh yang berperan dalam berbagai aktivitas gerak seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, dan menjaga keseimbangan. Kemampuan ini berkembang secara bertahap seiring dengan pertumbuhan fisik dan kematangan sistem saraf anak. Perkembangan motorik kasar yang optimal sangat penting karena mendukung kemampuan anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Selain itu, keterampilan motorik kasar juga berkontribusi terhadap perkembangan kesehatan fisik, kebugaran tubuh, serta kepercayaan diri anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Oleh karena itu, diperlukan berbagai stimulasi dan kegiatan yang dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak aktif sesuai dengan tahap perkembangan usianya.

Motorik halus adalah gerakan yang melibatkan otot-otot kecil dan membutuhkan ketelitian, sedangkan motorik kasar melibatkan otot-otot besar serta seluruh bagian tubuh, terutama dalam aktivitas yang memerlukan perpindahan atau gerakan tubuh secara luas (Indriyani, Muslihin, & Mulyadi, 2021). Secara umum, perkembangan fisik motorik anak terbagi menjadi dua jenis tersebut. Motorik halus mencakup kemampuan anak dalam melakukan aktivitas seperti menulis, menggambar, melipat, menggunting, mengancing baju, dan mengikat tali sepatu. Sementara itu, motorik kasar berkaitan

dengan kemampuan anak dalam menggunakan otot-otot besar, yang meliputi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis memandang bahwa perkembangan motorik kasar perlu diberikan stimulasi yang tepat agar kemampuan gerak anak dapat berkembang secara optimal sesuai dengan tahap usianya. Stimulasi dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan bermain dan aktivitas fisik, seperti berlari, melompat, bermain bola, dan senam. Kegiatan tersebut dapat membantu meningkatkan kekuatan otot, keseimbangan tubuh, koordinasi gerak, serta rasa percaya diri anak. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru sangat penting dalam memberikan dukungan dan kesempatan kepada anak untuk aktif bergerak agar perkembangan motorik kasarnya berkembang dengan baik.

Motorik Kasar Anak Usia 5–6 Tahun Berdasarkan STTPA

Indikator perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun mengacu pada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA), yang mencakup kemampuan melakukan gerakan secara terkoordinasi, seimbang, lincah, dan terarah. Anak diharapkan mampu melakukan aktivitas seperti melompat dengan satu kaki, berlari dengan koordinasi yang baik, serta menjaga keseimbangan dalam berbagai posisi. Pencapaian indikator ini menunjukkan perkembangan motorik kasar yang sesuai dengan tahap usia anak (Sari, 2022).

Maghfiroh dan Wulandari dalam Damayanti (2020) mengemukakan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun mencakup lima aspek utama, yaitu kekuatan, keseimbangan, kelincahan, kelenturan, dan koordinasi. Masing-masing aspek tersebut terefleksi dalam bentuk aktivitas konkret, seperti kemampuan duduk jongkok sebagai indikator kekuatan, mengangkat satu kaki sebagai bentuk keseimbangan, aktivitas lempar dan tangkap bola sebagai wujud koordinasi, berlari zig-zag sebagai indikator kelincahan, serta gerakan membungkukkan badan sebagai bentuk kelenturan.

Pandangan tersebut sejalan dengan ketentuan dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar meliputi kemampuan melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, dan lincah, baik dalam konteks gerak lokomotor maupun non-lokomotor, serta kemampuan untuk mematuhi aturan dalam aktivitas fisik. Lebih lanjut, Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) usia 5–6 tahun pada aspek motorik kasar mencakup beberapa indikator capaian, yaitu kemampuan melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi guna mengembangkan kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; kemampuan mengoordinasikan gerakan mata, tangan, kaki, dan kepala dalam aktivitas seperti meniru tarian atau senam; kemampuan berpartisipasi dalam permainan fisik yang mengikuti aturan; keterampilan menggunakan kedua tangan secara efektif; serta kemampuan dalam melakukan aktivitas kebersihan diri secara mandiri.

Dengan demikian, perkembangan motorik kasar pada anak usia 5–6 tahun merupakan aspek penting yang perlu dikembangkan secara optimal melalui berbagai aktivitas fisik yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Kemampuan motorik kasar tidak hanya ditunjukkan melalui keterampilan bergerak, tetapi juga mencakup aspek kekuatan, keseimbangan, kelincahan, kelenturan, dan koordinasi

yang saling berkaitan. Pencapaian kemampuan tersebut menjadi indikator bahwa anak telah berkembang sesuai dengan standar perkembangan yang ditetapkan. Selain mendukung aktivitas fisik sehari-hari, motorik kasar juga berperan dalam meningkatkan kemandirian, kesehatan, dan kesiapan anak untuk mengikuti proses pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan stimulasi yang terencana dan berkesinambungan agar setiap aspek motorik kasar dapat berkembang secara maksimal. Peran pendidik dan orang tua sangat penting dalam menyediakan lingkungan yang mendukung perkembangan kemampuan tersebut. Dengan perkembangan motorik kasar yang optimal, anak akan memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan pada tahap selanjutnya.

Permainan Tradisional Dampu Bulan Dalam Pengembangan Motorik Kasar

Metode bermain merupakan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini, karena memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar secara aktif dan menyenangkan. Melalui bermain, anak dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan secara terpadu, termasuk aspek fisik-motorik, serta meningkatkan interaksi dengan lingkungan sekitar (Rahmawati, 2023). Selain itu, kegiatan bermain mampu menumbuhkan rasa percaya diri, kreativitas, dan kemampuan anak dalam memecahkan masalah sederhana. Bermain juga memberikan pengalaman belajar yang bermakna karena anak terlibat secara langsung dalam setiap aktivitas yang dilakukan.

Metode bermain sangat dipengaruhi oleh peran guru sebagai fasilitator yang mampu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan menyenangkan bagi anak. Kegiatan bermain yang memiliki nilai edukatif perlu dirancang dengan baik, terutama dalam pemilihan alat permainan edukatif (APE) yang aman, menarik, dan sesuai dengan tahap perkembangan usia anak (Khaironi, 2018). Melalui kegiatan bermain bersama, anak dapat belajar mengendalikan diri, berbagi dengan teman, bersikap toleran, serta menyelesaikan masalah sederhana secara bersama-sama. Oleh karena itu, penerapan metode bermain yang dirancang secara terstruktur dalam pembelajaran tidak hanya mendukung perkembangan fisik-motorik anak, tetapi juga membantu membentuk karakter serta kesiapan mental anak untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Dengan demikian, metode bermain merupakan pendekatan pembelajaran yang efektif dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini karena mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna. Melalui kegiatan bermain, anak tidak hanya mengembangkan kemampuan fisik-motorik, tetapi juga memperoleh pengalaman sosial, emosional, dan kognitif yang mendukung perkembangan secara menyeluruh. Keberhasilan penerapan metode bermain sangat dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam merancang kegiatan dan menyediakan lingkungan belajar yang kondusif. Pemilihan alat permainan edukatif yang tepat juga menjadi faktor penting dalam menunjang tercapainya tujuan pembelajaran. Selain itu, aktivitas bermain dapat membantu anak mengembangkan sikap kerja sama, toleransi, serta kemampuan memecahkan masalah. Oleh karena itu, metode bermain perlu diterapkan secara terencana dan berkesinambungan dalam proses pembelajaran anak usia dini untuk mengoptimalkan seluruh aspek perkembangannya.

Permainan dampu bulan merupakan permainan tradisional yang melibatkan aktivitas melompat dan menjaga keseimbangan tubuh, sehingga berpotensi dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak. Dalam penerapannya, permainan ini dapat dimodifikasi menggunakan karpet puzzle agar lebih aman dan menarik bagi anak usia dini, serta sesuai dengan kebutuhan pembelajaran (Putri, 2022). Melalui permainan ini, anak memperoleh kesempatan untuk melatih koordinasi gerak tubuh, kelincahan, serta kemampuan mengontrol keseimbangan secara bertahap. Selain itu, suasana bermain yang menyenangkan dapat meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif anak dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

Permainan tradisional merupakan bagian dari warisan budaya yang memiliki nilai penting untuk dilestarikan dan dipertahankan keberadaannya. Salah satu contohnya adalah permainan dampu, yang memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan fisik anak. Dalam praktiknya, aktivitas melompat dengan satu kaki dari petak awal hingga petak terakhir dapat melatih kekuatan otot kaki sekaligus mendukung pertumbuhan tulang (Mahesa, S., 2019). Dampu termasuk permainan tradisional yang cukup populer di kalangan anak usia sekolah, baik laki-laki maupun perempuan. Keunikan permainan ini terletak pada kesederhanaannya, karena tidak memerlukan peralatan khusus. Permainan ini cukup dilakukan di area terbuka dengan membuat pola petak di permukaan tanah menggunakan kapur, pecahan genting, atau alat tulis lainnya sesuai dengan kesepakatan.

Dengan demikian, permainan dampu bulan dapat menjadi salah satu media yang efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Melalui aktivitas melompat dan menjaga keseimbangan, anak dapat melatih kekuatan otot, koordinasi gerak, dan kelincahan tubuh. Permainan ini juga memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak aktif dalam suasana yang menyenangkan. Selain itu, dampu bulan mudah diterapkan karena tidak memerlukan peralatan yang rumit. Modifikasi permainan menggunakan karpet puzzle dapat meningkatkan keamanan dan daya tarik bagi anak. Permainan ini juga membantu mengenalkan warisan budaya tradisional kepada generasi muda. Oleh karena itu, dampu bulan layak digunakan sebagai salah satu kegiatan pembelajaran untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak.

Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui permainan Dampu Bulan

Permainan dampu bulan memiliki keterkaitan dengan perkembangan motorik kasar anak usia dini karena dalam pelaksanaannya melibatkan aktivitas fisik yang menggunakan otot-otot besar tubuh. Gerakan seperti melompat, berjalan, berpindah tempat, serta menjaga keseimbangan tubuh merupakan bentuk aktivitas yang dapat menstimulasi kemampuan koordinasi gerak anak. Aktivitas tersebut memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan keterampilan fisik melalui proses bermain yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Selain melatih koordinasi gerak, permainan dampu bulan juga berperan dalam meningkatkan kemampuan keseimbangan dan kontrol tubuh anak. Pada saat bermain, anak dituntut untuk mempertahankan posisi tubuh agar tetap stabil ketika melakukan lompatan dengan satu kaki maupun dua kaki. Kemampuan menjaga keseimbangan tersebut

merupakan bagian penting dalam perkembangan motorik kasar karena berkaitan dengan koordinasi antara sistem saraf, otot, dan gerak tubuh anak. Menurut Pratama (2021), perkembangan motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal apabila anak memperoleh stimulasi melalui kegiatan yang melibatkan gerakan aktif dan terarah.

Hubungan antara permainan dampu bulan dan motorik kasar juga dapat dilihat dari meningkatnya keterampilan fisik anak melalui aktivitas bermain yang dilakukan secara berulang. Kegiatan bermain tersebut membantu anak dalam melatih kekuatan otot kaki, kelincahan, koordinasi gerak, serta kemampuan mempertahankan keseimbangan tubuh. Penggunaan media pendukung seperti karpet puzzle turut memberikan rasa aman dan nyaman sehingga anak lebih aktif dalam mengikuti kegiatan permainan. Selain itu, permainan yang dilakukan secara menyenangkan dapat meningkatkan partisipasi anak dalam kegiatan pembelajaran sehingga stimulasi motorik kasar dapat berlangsung dengan lebih baik. Rahmawati (2023) menyatakan bahwa permainan tradisional yang melibatkan aktivitas fisik dapat digunakan sebagai sarana stimulasi motorik kasar karena mampu melatih kemampuan gerak dan pengendalian tubuh anak secara bertahap.

Penerapan permainan dampu bulan dalam kegiatan pembelajaran anak usia dini dapat menjadi salah satu bentuk stimulasi yang mendukung perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Melalui aktivitas bermain, anak memperoleh kesempatan untuk bergerak secara aktif, melatih keseimbangan tubuh, serta meningkatkan koordinasi gerak secara bertahap. Penggunaan media karpet puzzle juga dapat membantu menciptakan suasana bermain yang aman dan menarik sehingga anak lebih antusias mengikuti kegiatan pembelajaran. Dengan demikian, permainan dampu bulan tidak hanya berfungsi sebagai permainan tradisional, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai kegiatan yang mendukung perkembangan fisik anak usia dini. Hidayat (2024) menjelaskan bahwa kegiatan bermain yang sesuai dengan tahap perkembangan anak mampu memberikan stimulasi yang mendukung perkembangan motorik kasar secara optimal.

Dengan demikian, permainan dampu bulan dapat digunakan sebagai salah satu bentuk stimulasi yang mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini karena melibatkan berbagai aktivitas gerak seperti melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Melalui kegiatan bermain yang dilakukan secara aktif dan menyenangkan, anak memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kemampuan fisik secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya. Selain itu, penggunaan media pendukung seperti karpet puzzle dapat membantu menciptakan suasana bermain yang aman dan menarik sehingga anak lebih antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, permainan dampu bulan dapat dimanfaatkan sebagai alternatif kegiatan pembelajaran yang mendukung perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian melalui pendekatan literature review, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun merupakan aspek perkembangan yang penting dan perlu

mendapatkan stimulasi yang tepat. Perkembangan motorik kasar berkaitan dengan kemampuan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot yang mendukung aktivitas fisik anak sehari-hari. Metode bermain sebagai pendekatan pembelajaran terbukti sesuai dengan karakteristik anak usia dini karena memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna.

Permainan tradisional dampu bulan, khususnya yang dimodifikasi dengan menggunakan karpet puzzle, memiliki potensi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Aktivitas dalam permainan ini mampu melatih keseimbangan, koordinasi gerak, serta kekuatan otot secara optimal. Dengan demikian, penerapan metode bermain melalui permainan dampu bulan dapat dijadikan sebagai alternatif strategi pembelajaran yang efektif dan inovatif dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, K. (2017). Pentingnya media pembelajaran untuk anak usia dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1)
- Hidayat, A. (2024). Perkembangan fisik motorik anak usia dini dan implementasinya dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 8(1), 10–18.
- Indriyani, Dini, Heri Yusuf Muslihini, and Sima Mulyadi. (2021). “Manfaat Permainan Tradisional Engklek Dalam Aspek Motorik Kasar Anak.” *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha* 9 (3): 349.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 7 Tahun 2022 tentang Standar Isi pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah.
- Khaironi, M. (2018). Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 1-12.
- Magfiroh, L., Wulandari, R.T., Damayani, R. (2020). Penerapan permainan lompat ceria untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di tk ppk 3 Gunungsari Pansuruan. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Vol.2, no1, 2020, 1-10.
- Mahesa, S. (2019). Pengembangan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek Di Raudhatul Athfal Ummi Desa Tebat Gunung Kecamatan Semidang Alas Maras Kabupaten Seluma. (Doctoral dissertation, IAIN Bengkulu).
- Nurmala, Wida, Yasbiati Yasbiati, and Taopik Rahman. (2020). “Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kolase Berbahan Serbuk Kayu Pada Kelompok B Di Ra Yasbiman Al-Munawar Kabupaten Tasikmalaya.” *Jurnal Paud Agapedia* 3 (2): 203–14.

Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini (SN-PAUD).

Pratama, R. (2021). Stimulasi perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun melalui aktivitas fisik.

Jurnal PAUD Terapan, 5(1), 45–53.

Putri, N. (2022). Metode literature review dalam penelitian pendidikan anak usia dini. *Jurnal Ilmiah*

Pendidikan, 4(3), 89–97.

Rahmawati, L. (2023). Pemanfaatan permainan tradisional dalam meningkatkan kemampuan motorik

anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 7(1), 67–75.

Sari, D. (2022). Karakteristik dan perkembangan anak usia dini dalam perspektif pendidikan. *Jurnal*

Pendidikan Anak Usia Dini, 6(2), 120–128.

Sari, M., & Suryana, D. (2021). Analisis Perkembangan Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun pada

Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1769-1776.

Setiyawati, A., Wulandari, R. S., & Novitasari, L. (2021). Pencapaian aspek perkembangan

anak usia dini selama pembelajaran daring di masa Covid-19. *Jurnal Mentari*, 1(2), 51-59.

Sujiono, Y. N. (2019). Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Indeks.

Wandi, Z. N., & Mayar, F. (2019). Analisis kemampuan motorik halus dan kreativitas pada anak

usia dini melalui kegiatan kolase. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 363.