

PENERAPAN PERMAINAN SIRKUIT DALAM MENSTIMULASI PERKEMBANGAN MOTORIK PADA ANAK DI SENTRA WIRAJAYA MAKASSAR

Faradillah Firdaus¹⁾, Nur Afif²⁾, Jameel Ramzi Naz³⁾, Nurul Adha Adrianty⁴⁾

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

² Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

³ Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

⁴ Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Article Info

Article history:

Received 1 November 2022

Revised 17 November 2022

Accepted 29 November 2022

Keywords:

Circuit game

Rough Motoric

Stimulate

ABSTRAK

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dari setiap individu. Perkembangan motorik kasar sangat penting dan diharapkan sudah menjadi perkembangan yang telah terpenuhi pada anak dikarenakan dapat mempengaruhi kondisi fisik dan intelektual seorang anak. Kegiatan ini bertujuan untuk menstimulasi perkembangan motorik pada anak di Sentra Wirajaya Makassar yang tergolong masih agak sulit membaca dan mengenal huruf dengan penerapan permainan sirkuit. Metode pelaksanaan yang digunakan yaitu pre-eksperimental dengan desain *one shot case study*. Partisipan dalam kegiatan ini berjumlah 10 orang anak. Teknik pengumpulan data dalam kegiatan ini menggunakan observasi dan instrumen motorik kasar anak. Hasil yang diperoleh yaitu penerapan permainan sirkuit bisa menjadi alternatif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar pada anak. Hal ini ditunjukkan dengan seluruh anak menunjukkan tahap berkembang, baik sesuai harapan hingga sangat baik. Partisipan juga menunjukkan respons yang positif berupa antusiasme yang ditunjukkan.

ABSTRACT

Rough motoric development is an important aspect of every individual. Rough motoric development is very important and it is hoped that it will become a development that has been fulfilled in children because it can affect the physical and intellectual condition of a child. This activity aims to stimulate motoric development in children at Sentra Wirajaya Makassar who are still quite difficult to read and recognize letters by implementing circuit games. The implementation method used is pre-experimental with a one-shot case study design. There were 10 children participating in this activity. Data collection techniques in this activity use observation and children's rough motoric instruments. The results obtained are the application of circuit games can be an alternative to stimulate rough motor development in children. This is indicated by all children showing the developmental stage, from good to very good. Participants also showed a positive response in the form of enthusiasm shown.

Corresponding Author: nafif2000@gmail.com

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Papalia & Olds, dalam Putro, 2017). *World Health Organization* memberikan batasan mengenai usia remaja

dalam tiga tahap, yaitu tahapan remaja awal mulai dari usia 11-14 tahun, tahapan remaja pertengahan mulai dari usia 14-17 tahun, dan juga tahapan usia remaja akhir mulai dari awal 17-20 tahun (Wulandari, 2014).

Menurut Anna Freud, terjadi proses perkembangan ketika individu menginjak usia remaja, yang meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga adanya perubahan hubungan antara remaja-orang tua dan remaja-cita-cita, dimana pembentukan cita-cita pada individu remaja ini akan menjadi proses pembentukan orientasi masa depan (Putro, 2017). Perubahan fisik yang lantas menonjol dalam diri remaja adalah adanya perkembangan seks sekunder dan juga perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungannya (Batubara, 2016). Individu remaja akan mengalami berbagai jenis perkembangan ketika telah menginjak usia remaja, dimana perkembangan tersebut haruslah berjalan dengan semestinya agar tidak terjadi ketimpangan pertumbuhan. Salah satu perkembangan yang penting adalah perkembangan motorik.

Salah satu perkembangan motorik yang penting adalah keterampilan motorik kasar. Keterampilan motorik kasar ini sebaiknya telah dimiliki dan dipenuhi oleh anak sejak usia 4-5 tahun. Dengan adanya keterampilan motorik kasar, maka anak mampu menggunakan seluruh anggota tubuhnya untuk bergerak seperti menendang, melompat, berlari, dan juga menjaga keseimbangan tubuh. Perkembangan motorik anak ini memiliki kaitan yang erat dengan kondisi fisik dan intelektual seorang anak. Dengan pemenuhan keterampilan motorik kasar ini, maka tahapan perkembangan motorik seorang anak bisa tercapai sesuai dengan tingkatan usianya. Sehingga, ketika seorang anak menginjak usia remaja, motorik kasar sebaiknya sudah bisa berkembang dengan baik. Seorang anak memiliki minat yang begitu besar untuk selalu melakukan kegiatan fisik sehingga selalu aktif bermain (Marlina et al., 2022). Maka, apabila kemampuan motorik kasar anak yang telah menginjak usia remaja tidak berkembang dengan baik, individu akan mengalami kesulitan dalam proses perkembangannya, dimana artinya individu tidak melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik. Apabila hal itu terjadi, maka individu bisa saja mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya, terutama di lingkungan sosial. Salah satu contoh individu yang belum berkembang maksimal keterampilan motoriknya dengan baik adalah ketika individu kesulitan untuk membaca. Keterampilan motorik jelas saja berkaitan erat dengan kemampuan intelektual, dimana individu akan kesulitan untuk membaca apabila mengalami hambatan terkait keterampilan motorik kasarnya.

Sentra Wirajaya di Makassar, Sulawesi Selatan merupakan sebuah balai rehabilitasi untuk anak dengan masalah pidana yang membutuhkan bimbingan lanjutan karena masih di bawah umur. Anak-anak tersebut lantas disebut dengan istilah PM (Penerima Manfaat), dimana masalah utama yang dialami oleh beberapa PM adalah kesulitan mereka dalam mengenali huruf. Kebanyakan PM merupakan remaja berusia 11-19 tahun, dan PM yang sulit untuk membaca dan mengenali huruf berada di rata-rata usia 13-17 tahun dengan jenis kelamin laki-laki.

Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) kemudian melakukan studi awal, dimana ditemukan bahwa ada terdapat PM yang sulit mengenali huruf dengan baik, PM yang tidak tahu mengeja dan membaca, dan juga PM yang masih tersendat-sendat ketika membaca. Maka, para peneliti lantas mengusulkan untuk membentuk sebuah program dengan pemberian permainan sirkuit pos geometri terhadap untuk melihat keterampilan motorik kasar. Dengan mengikuti tingkat keterampilan motorik kasar PM, maka dapat dilihat bahwa salah satu faktor yang menyebabkan PM kesulitan untuk mengenali huruf dan membaca adalah tidak terlaksananya dengan baik tugas keterampilan motoriknya saat masih usia kanak-kanak.

Permainan sirkuit yang dimaksud adalah permainan yang diadaptasi dari *circuit training*, dimana bertujuan untuk melatih fisik motorik dan juga kebugaran individu. Permainan sirkuit pos geometri ini merupakan serangkaian permainan yang terjadi dari beberapa unsur motorik yang terdiri dari beberapa pos, dimana permainan di setiap pos akan dimainkan secara berkesinambungan. Permainan sirkuit pos geometri dapat meningkatkan indikator motorik kasar seperti peningkatan kekuatan, keseimbangan, kelincahan, dan juga kecepatan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini menggunakan pendekatan eksperimen dengan rancangan pre-eksperimental menggunakan desain *one shot case study*. Desain ini dilakukan di lapangan dengan cara tim PKM memberikan perlakuan pada partisipan lalu diberikan pengukuran berupa *post-test*. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 21 Maret 2022 di Sentra Wirajaya Makassar. Adapun yang menjadi partisipan dalam kegiatan ini yaitu sebanyak 10 orang anak yang masih agak sulit untuk membaca dan mengenali huruf.

X _ O

Gambar 1. *Desain one shot case study*

Keterangan:

X = Perlakuan (permainan sirkuit)

O = *Posttest*

Perlakuan yang diberikan pada anak dalam kegiatan ini yaitu permainan sirkuit yang dilakukan secara *outdoor* di lapangan olahraga dengan beberapa pos. Setiap pos yang ada memiliki serangkaian permainan berdasarkan indikator perkembangan motorik kasar pada anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh hasil *post-test* yaitu dengan menggunakan instrumen. Adapun instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan instrumen motorik kasar anak yang dibuat oleh Sihite & Dimiyati (2022).

Tabel 1. *Instrumen motorik kasar anak*

Variebel	Subvariabel	Indikator	Item
Kemampuan Motorik Kasar Anak	Kelincahan	Berlari <i>zig-zag</i>	Anak berlari <i>zig-zag</i> mengikuti pola yang ditandai dengan 8 titik
	Kecepatan	Berlari bolak-balik	Anak berlari bolak balik memindahkan bola dengan jarak 3 meter
	Kekuatan	Melompat	Anak mampu melompat lingkaran sebanyak 4 buah sambil mengubah
	Keseimbangan	Berjalan jinjit di papan titian	Anak mampu berjalan jinjit dipapan titian sepanjang 3 meter sambil memegang batu.

Observasi kemudian dilakukan untuk menilai sejauh mana kemampuan motorik kasar pada anak dengan menggunakan instrumen motorik kasar pada anak. Instrumen penilaian observasi akan menghasilkan skor berupa kriteria sebagai berikut.

- 1 = Belum Berkembang (BB)
- 2 = Mulai Berkembang (MB)
- 3 = Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
- 4 = Berkembang Sangat Baik (BSB)

Pos 1 (Berlari *zig-zag*)

Pos pertama berisi permainan berupa berlari secara *zig-zag*. Permainan ini bermanfaat untuk melatih kelincahan yang dimiliki anak. Kelincahan bisa dilihat ketika bagaimana anak mampu berpindah secara cepat dari titik satu ke titik lainnya.



Gambar 2. *Pelaksanaan pos 1*

Pos 2 (Berlari bolak-balik)

Pos kedua berisi permainan berupa berlari bolak-balik sambil memegang bola pingpong. Permainan ini bermanfaat untuk melatih bagaimana kecepatan anak dalam memindahkan bola dari titik satu ke titik lainnya dengan cepat.



Gambar 3. *Pelaksanaan pos 2*

Pos 3 (Melompat)

Pos ketiga berisi permainan melompat. Pada permainan ini terlebih dahulu dibuatkan lingkaran sebanyak 4 buah. Kemudian anak akan melompat pada setiap titik pusat lingkaran. Pertama menggunakan satu kaki (kiri dan kanan) lalu kedua kaki. Permainan ini bermanfaat untuk melatih kekuatan kaki anak untuk berpindah sesuai dengan titik pusat lingkaran yang ditentukan.



Gambar 4. *Pelaksanaan pos 3*

Pos 4 (Berjalan jinjit)

Pos keempat berisi permainan jalan jinjit. Pada permainan ini dilakukan secara 2 kali, dimana anak terlebih dahulu memegang batu menggunakan kedua tangannya, lalu kemudian anak melakukannya lagi namun dengan batu di masing-masing tangannya. Permainan ini bermanfaat untuk melatih keseimbangan pada anak dengan cara pemberian beban di tangannya.



Gambar 5. Pelaksanaan pos 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah seluruh kegiatan telah selesai, kemudian diperoleh data hasil *post-test* berupa kemampuan motorik anak.

Deskripsi Perkembangan Motorik Anak

Tabel 2. Deskripsi perkembangan motorik pada anak

Hasil	Posttest
Jumlah Anak (N)	10
Minimum	10
Maximum	14
Mean	1,2
Std. Deviasi	12,1
SUM (Total)	121

Pada tabel di atas menunjukkan skor rata-rata (*mean*) perkembangan motorik anak yang diperoleh setelah pemberian perlakuan dalam bentuk permainan sirkuit yaitu sebesar 1,2. Adapun skor paling tinggi (*maximum*) sebesar 14 dan paling rendah (*minimum*) sebesar 10 dengan standar deviasi sebesar 1.

Hasil Rekapian Post-test Pada Anak

Tabel 2. Nilai post-test anak berdasarkan kategori

Anak	Posttest	Kategori
P1	12	Berkembang Sesuai Harapan
P2	14	Berkembang Sangat Baik
P3	13	Berkembang Sangat Baik
P4	12	Berkembang Sesuai Harapan
P5	13	Berkembang Sangat Baik
P6	12	Berkembang Sesuai Harapan
P7	13	Berkembang Sangat Baik
P8	10	Berkembang Sesuai Harapan

P9	11	Berkembang Sesuai Harapan
P10	11	Berkembang Sesuai Harapan

Keterangan kategori:

- 1 – 4 = Belum Berkembang (BB)
- 5 – 8 = Mulai Berkembang (MB)
- 9 – 12 = Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
- 13 – 16 = Berkembang Sangat Baik (BSB)

Berdasarkan hasil pengukuran berupa *post-test* pada anak diperoleh bahwa terdapat 60% anak memiliki kemampuan motorik kasar pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dan terdapat 40% anak memiliki kemampuan motorik kasar pada kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Sehingga berdasarkan hasil yang diperoleh bisa dikatakan bahwa anak yang diberi perlakuan bisa terstimulus dengan baik kemampuan motoriknya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang bisa diperoleh dalam kegiatan pengabdian ini yaitu permainan sirkuit yang diberikan pada anak bisa membantu untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar pada anak. Hal ini bisa dilihat seluruh anak berada pada kategori berkembang, baik sesuai harapan hingga sangat baik. Permainan ini bisa menjadi alternatif solusi yang bisa diterapkan baik guru maupun orang tua agar kemampuan motorik anak bisa berkembang.

Keterlibatan anak sebagai partisipan dalam kegiatan pengabdian ini juga terbilang antusias. Walaupun pelaksanaan ini dilaksanakan secara *outdoor* anak tetap semangat dalam menyelesaikan berbagai pos. Respons yang diperoleh dari anak juga cenderung mengatakan permainan yang diberikan sangat seru. Selain itu, secara tidak langsung permainan ini bisa membuat anak bersabar ketika menunggu giliran bermain.

Adapun saran yang bisa diberikan oleh tim PKM kepada pembaca ialah agar kiranya kegiatan ini dapat ditindak lanjuti dalam konteks penelitian, sehingga faktor-faktor yang tidak diinginkan dapat diminimalisir dan hasil yang diperoleh bisa lebih akurat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada pimpinan, instruktur kepelatihan, pekerja sosial, pendamping, serta adik-adik penerima manfaat (PM) di Sentra Wirajaya Makassar selaku mitra dalam kegiatan pengabdian ini yang senantiasa memberikan *support*. Pihak Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, yang memberikan kesempatan melakukan pengabdian. Serta, seluruh pihak yang tidak dapat disebut satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Marlina, L., Febrieanitha, Y., & Afiah, A. A. (2022). Pengaruh Permainan Sirkuit Terowongan Geometri Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A Di Ra Babul Falah Desa Tanjung Bunut. *Journal Of Early Childhood Education And Research*, 3(1), 1–9.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sihite, J., & Dimiyati, D. (2022). Pengaruh Permainan Sirkuit Pos Geometri Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2223–2233. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1896>
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43.