



## Implementasi Permainan *Mini Outbound* dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Kelompok A

Annisa Fadila\*

Prodi Pendidikan Guru PAUD, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

### ARTICLE INFO

#### Article history :

Received : 2/4/2022

Revised : 30/6/2022

Published : 5/7/2022



Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 2

No. : 1

Halaman : 21-28

Terbitan : Juli 2022

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah anak dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui permainan *mini outbound* setelah diberikan perlakuan (*treatment*) pada kemampuan motorik kasar pada anak kelompok eksperimen. Adapun rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian *nonequivalent control group design* (rancangan tes awal-tes akhir) karena rancangan penelitian ini memberikan *pretest* terlebih dahulu sebelum diberikan *treatment* pada kelompok eksperimen dan kontrol untuk mengetahui keberhasilan dan efektivitas pada penelitian eksperimen ini. Populasi penelitian ini adalah anak kelompok A TK X. Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu lembar tes praktik langsung tentang motorik kasar dan permainan *mini outbound*. Data yang diperoleh dari hasil tes di analisis menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji independent sample T test (uji T). Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji T dapat dilihat bahwa dengan memberikan perlakuan menggunakan permainan *mini outbound* (*treatment*) terjadi peningkatan yang signifikan dengan adanya perlakuan menggunakan permainan *mini outbound* yang mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak kelompok A di TK X.

**Kata Kunci :** Permainan *Mini Outbound*; Motorik Kasar; Anak Usia Dini.

### ABSTRACT

The purpose of this study was to determine whether children could develop gross motor skills through *outbound* mini games after being given a treatment on gross motor skills in experimental group children. The research design used was a non-equivalent control group design (pre-test-post-test design) because this research design provided *pretest* before being given treatment to the experimental and control groups to determine the success and effectiveness of this experimental study. The population of this research is the children of group A TK X. This research uses instruments, namely direct practice test sheets about gross motor skills and *outbound* mini games. The data obtained from the test results were analyzed using the normality test, homogeneity test, and independent sample T test (T test). Based on the results of data analysis using the T test, it can be seen that by giving treatment using *outbound* mini games (*treatment*) there was a significant increase in the treatment using *outbound* mini games which affected the gross motor skills of group A children in TK X.

**Keywords :** *Outbound* Mini Games; Gross Motor; Early Childhood.

© 2022 Jurnal Riset Pendidikan Guru PAUD Unisba Press. All rights reserved.

## A. Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini merupakan jenjang pendidikan yang ditempuh oleh anak usia 0-6 tahun sebelum memasuki pendidikan dasar. Dalam pendidikan anak usia dini, akan difokuskan dalam pengembangan aspek nilai norma dan agama, sosial emosional, fisik motorik, kognitif, bahasa dan seni. (Qatrunnada Mufiidah & Dudi, 2021)

Masa perkembangan kanak-kanak awal, merupakan periode *golden age* bagi anak, yang mana aspek perkembangan anak distimulasi dengan mudah dan dioptimalkan secara maksimal. Masa ini hanya terjadi 1 kali pada kehidupan manusia. Maka dari itu dibutuhkan usaha dan upaya dalam mengoptimalkan perkembangan anak usia dini terhadap aspek pengasuh, kesehatan, pendidikan serta perlindungan bagi anak (Merdekawati, 2019). Pada masa ini anak akan mengembangkan segala potensi dan aspek perkembangan yang dimilikinya. Dimana salah satu pengembangan potensi dan aspek perkembangan anak dapat dilakukan dengan mengembangkan fisik motorik anak.

Berdasarkan pernyataan (Sujiono dan Sujiono, 2010), mengatakan motorik kasar merupakan aktifitas tubuh yang menggunkan otot besar misalnya berjalan, lari, melompat, berguling, berdiri, merangkak, merayap dan aktifitas menendang, melempar dan melompat. Kemudian menurut (Decaprio, 2013) aspek pembelajaran motorik kasar anak meliputi kekuatan, power, kecepatan, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, daya tahan kardiovaskuler (ketahanan), kesimbangan, koordinasi, serta refleksi (Novitasari et al., 2019).

Penelitian (WHO, 2011) menunjukkan bahwa aktivitas fisik memberi manfaat pada kesehatan anak usia 4 – 17 tahun. Aktivitas fisik yang tepat dapat memperbaiki kesehatan, koordinasi, dan kontrol gerakan serta dapat bermanfaat bagi psikologis pada anak usia dini yang dapat meningkatkan kontrol diri seperti kecemasan, depri, membantu memberikan peluang untuk mengekspresikan diri, membangun kepercayaan diri, intraksi sosial dan intergrasi (Rahayu et al., 2021). Sehingga pentingnya untuk mengoptimalkan kemampuan motorik kasar anak, karena memiliki tugas penting bagi perkembangan anak.

Kurangnya aktivitas fisik motorik yang rendah dapat berakibat pada aspek perkembangan anak lainnya, seperti permasalahan yang muncul berkaitan dengan perkembangan motorik kasar akan menyebabkan beberapa akibat seperti hambatan dalam kehidupan sehari-hari, hambatan dalam melakukan gerakan, hingga menyebabkan hambatan sosial. Hal ini sejalan pada hasil penelitian (Lopes, Santoso dan Pereira, 2013) yang mengatakan kemampuan motorik yang rendah dapat berpengaruh besar pada rendahnya prestasi akademik serta menurut (Anna, Petana dan Gomez, 2015) hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa keterkaitan antara motorik kasar dan kognitif anak, aktivitas fisik, serta latihan motorik kasar memiliki kontribusi pada kognitif anak (Rachmawati et al., 2020). Serta kurangnya aktivitas fisik berdampak pada kesehatan dan menyebabkan penyakit akut yang berdampak kematian (*World Health Organization*, 2018). Dalam penelitian (Loprinzi et al., 2015) mengungkapkan masa anak usia dini dikatakan sebagai aspek yang berperan penting untuk mengembangkan aktivitas fisik anak-anak serta anak senang pada setiap aktivitas secara fisik sehingga akan berpengaruh pada kehidupan anak selanjutnya dalam kemampuan pergerakan. Aktivitas fisik memberikan berdampak pada kesehatan hari ini atau masa depan.

Hal ini juga dirasakan oleh anak TK Alam Muara Bungo, yang mana berdasarkan wawancara dan observasi pada guru dan kelompok A. Dalam aspek perkembangan motorik anak-anak masih kesulitan dalam melakukan gerakan menangkap, menjaga keseimbangan dan berlari serta masih ada anak yang malas dalam bergerak.

Banyak metode dan cara dapat dilaksanakan untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak salah satunya melalui bermain dan permainan. Pembelajaran kanak-kanak identik dengan bermain sambil belajar, dimana setiap pembelajaran dilakukan dengan bermain sehingga pembelajaran dilaksanakan secara menyenangkan dan dipenuhi dengan permainan, bermain merupakan metode anak usia dini untuk belajar, dimana dengan bermain anak belajar mengeksplorasi dunia mereka serta dengan bermain anak akan mendapat pengalaman dan pengetahuan untuk membantu anak menyiapkan diri di masa depan. Hal tersebut senada dengan yang diungkapkan oleh (Tangse & Dimiyati, 2021) berdasarkan (Serpentino, 2011) yang mengatakan pertumbuhan dan perkembangan anak usia

dini merupakan fase bermain, dimana kegiatan bermain menjadi aktivitas yang penting bagi anak, karna dengan bermain anak akan meningkatkan setiap aspek perkembangan anak dengan baik terutama pencapaian anak pada kemampuan motorik yang lebih baik serta percaya diri dalam menghadapi tantangan.

Salah satunya dengan kegiatan bermain menggunakan metode bermain *outbound*, karena dengan kegiatan *outbound* anak-anak belajar secara langsung serta dapat merangsang perkembangan motorik kasar anak. Serta makna tersebut senada dengan hasil penelitian (Ramdani & Azizah, 2019), menyebutkan bahwa permainan *outbound* efektif dilaksanakan pada taman kanak-kanak karena dengan permainan *outbound* meningkatkan aktivitas fisik dan pengalaman baru pada anak serta meningkatkan antusiasme dalam bermain, maka anak akan merasa antusias dan senang melakukan permainan. Dengan begitu kegiatan *outbound* melalui permainan tersebut dapat merangsang motorik kasar anak serta antusias anak dalam bermain.

Kegiatan *outbound* ini menggunakan media Permainan *mini outbound* menggunakan penelitian (Ramadani, 2019) yang mana beliau melaksanakan kegiatan *outbound* melalui permainan *mini outbound* ini memiliki tujuan untuk mengembangkan motorik kasar anak serta menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Metode permainan *mini outbound* ini dilaksanakan menggunakan sirkuit yang memiliki lima pos permainan. Namun permainan *mini outbound* yang digunakan oleh peneliti ini dimodifikasi dengan menggunakan media permainan yang diubah untuk memudahkan dalam pelaksanaan kegiatan dimanapun serta menyesuaikan indikator untuk anak usia (4-5 Tahun), namun tetap menggunakan langkah-langkah permainan *mini outbound*, seperti menangkap dan melempar bola, melompat mengitari *hula hoop*, berjalan diatas papan keseimbangan yang melewati bola dan lari bolak balik memasukan bola kedalam keranjang dan terakhir lari cepat.

Dari permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut, bertujuan untuk membantu menemukan solusi dari permasalahan yang ada, dengan cara membantu memberikan stimulasi yang sesuai tingkat perkembangan dan pertumbuhan anak. Serta untuk mengetahui lebih lanjut apakah kemampuan motorik kasar anak dapat berkembang melalui permainan *mini outbound* ini, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah kemampuan motorik kasar anak kelompok A TK X dapat berkembang melalui permainan *mini outbound* ?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini yaitu mengidentifikasi kemampuan motorik kasar anak sebelum di terapkan permainan *mini outbound* ; mengidentifikasi hasil kemampuan motorik kasar anak setelah di terapkan permainan *mini outbound* ; mengidentifikasi efektifitas permainan *mini outbound* terhadap kemampuan motorik kasar anak.

## **B. Metode Penelitian**

Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, penelitian ini menggunakan kuantitatif melalui eksperimental, adapun tujuan rancangan eksperimen adalah untuk menguji dampak suatu *treatment* terhadap hasil penelitian, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu (Creswell, 2016). Jenis penelitian ini menggunakan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan rancangan penelitian *nonequivalent control grup design* (rancangan tes awal-tes akhir).

Dimana metode eksperimen yang dilaksanakan pada suatu kelompok eksperimen dan kontrol, yang memiliki tujuan untuk mengetahui keberhasilan dan efektivitas pada penelitian eksperimen ini ditinjau berdasarkan hasil perbedaan kemampuan dalam mengungkapkan proses kemampuan mengembangkan motorik kasar sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

Penelitian ini dilaksanakan di TK X, pada siswa kelompok A dengan teknik pengambilan sample menggunakan *Random Sampling* antara dua kelas, yaitu sample dipilih secara acak antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, A1 berjumlah 10 anak menjadi menjadi kelas eksperimen menggunakan permainan *mini outbound* dan kelompok A2 berjumlah 10 anak menjadi kelas kontrol dengan kegiatan pramuka yang dilakukan oleh sekolah. Teknik pengumpulan data wawancara, observasi, tes dan lembar *checklist* angka serta dokumentasi, dan analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *independent sample test* untuk mengetahui perbedaan kemampuan motorik kasar anak kelompok eksperimen dan kelompok kontrol serta mengetahui efektivitas permainan *mini outbound*.

## C. Hasil dan Pembahasan

### Analisis Deskriptif

Analisis dekskriptif ini bertujuan untuk menjelaskan hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol serta mengetahui perbedaan nilai disetiap kelompok.

**Tabel 1.** Analisis Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre – Test Eksperimen	10	5	13	10.30	2.710
Post – Test Eksperimen	10	14	20	17.80	1.989
Pre – Test Kontrol	10	9	15	11.30	2.003
Post – Test Kontrol	10	9	17	12.40	2.591
Valid N (listwise)	10				

Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian diperoleh data kelompok eksperimen menggunakan permainan *mini outbound* didapatkan skor *pretest* nilai terendah sebanyak 5, dan nilai tertinggi sebanyak 13 dengan nilai akhir rata-rata skor *pretest* kelompok eksperimen berjumlah 10,30. skor untuk data hasil *posttest* kelompok eksperimen diperoleh nilai terendah 14 dan nilai tertinggi 20, dengan rata-rata nilai akhir berjumlah 17,80.

Data kelompok kontrol menggunakan kegiatan pramuka didapatkan hasil *pretest* dengan nilai terendah 9 dan nilai tertinggi 15, nilai akhir dengan rata-rata hasil *pretest* kelompok kontrol berjumlah 11,30. Data hasil *posttest* kelompok kontrol diperoleh nilai terendah 9 dan nilai tertinggi 17, dengan rata-rata nilai akhir *posttest* kelompok kontrol 12,40.

### Uji Normalitas

Pada pengujian normalitas ini sebagai media perhitungan untuk melihat apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak.

**Tabel 2.** Test of Normality

Kelas	Kolmogorov Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic.	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre – Test Eksperimen (PMO)	.256	10	.062	.801	10	.015
Kemampuan Motorik Kasar Anak	Post – Test Eksperimen (PMO)	.227	10	.155	.908	.270
	Pre – Test Kontrol (Scout)	.260	10	.055	.858	.071
Post – Test Kontrol (Scout)	.139	10	.200*	.952	10	.695

Berdasarkan hasil perhitungan atau output diatas diketahui nilai signifikasi (Sig.) untuk semua data baik uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk lebih besar dari nilai standar statistik yaitu  $> 0,05$ . Yang mana nilai *pretest* kelompok eksperimen dari Sig. Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai sig 0,062 dan uji Shapiro-Wilk diperoleh nilai Sig. 0,015 lebih besar dari nilai standar statistik yaitu  $> 0,05$ . Maka berdasarkan hasil analisis data menggunakan program SPSS dapat dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

Adapun pengujian homogenitas ini untuk melihat populasi dalam penelitian ini apakah memiliki *varians* atau keberagaman data antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dari kedua kelompok yang bersifat homogen atau tidak.

**Tabel 3. Test of Homogeneity of Variances**

Hasil Kemampuan Motorik Kasar			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.401	1	18	.535

ANOVA					
Hasil Kemampuan Motorik Kasar					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	145.800	1	145.800	27.338	.000
Within Groups	96.000	18	5.333		
Total	241.800	19			

Berdasarkan pengujian hasil perhitungan uji homogenitas diatas diketahui nilai signifikasi (Sig.) *Levene Statistic* adalah besar  $0,535 > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa *varians* data *postest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sama (Homogen).

**Uji Independent Sample T Test**

Uji T berfungsi untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan, yang mana syarat dari pengujian ini data harus berdistribusi normal dan homogen, dari hasil analisis data yang telah diperoleh kesimpulan bahwa dalam penelitian ini data berdistribusi normal dan homogen, sehingga dapat dilakukan perhitungan uji T sebagai berikut

**Tabel 4. Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	f	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Differences	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Hasil Kemampuan Motorik Kasar	Equal Variances Assumed	.401	.535	5.229	18	.000	5.400	1.033	3.230	7.570
	Equal Variances not Assumed			5.229	16.874	.000	5.400	1.033	3.220	7.580

Berdasarkan *output* diatas diperoleh nilai sig.(2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kemampuan motorik kasar anak menggunakan permainan *mini outbound* dengan dengan kegiatan pramuka.

**Tabel 5. Group Statistics**

	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Kemampuan Motorik Kasar	Post – Test Kelas Eksperimen (PMO)	10	17.80	1.989	.629
	Post – Test Kelas Kontrol (Scout)	10	12.40	2.591	.819

Dari hasil *statistic* deskriptif diatas bahwa terdapat perbedaan dari hasil *posttest* kelompok eksperimen menggunakan permainan *mini outbound* lebih besar yaitu sebanyak 17,80 sementara *posttest* kelompok kontrol menggunakan kegiatan pramuka dari sekolah diperoleh nilai sebanyak 12,40. Sehingga dapat disimpulkan permainan *mini outbound* lebih efektif untuk digunakan untuk mengembangkan motorik kasar anak.

Maka berdasarkan perhitungan uji *Independen Sample T Test* diatas, dapat dilihat hasil hitungan Sig. (2-tailed) yaitu 0,000. Sedangkan hipotesisi dalam penelitian ini adalah  $H_0$  : Tidak terdapat hasil yang signifikan pada kemampuan motorik kasar anak melalui permainan *mini outbound* dan  $H_a$  : Terdapat hasil yang signifikan pada kemampuan motorik kasar anak melalui permainan *mini outbound*.

Adapun kriteria pengujian adalah, dengan membandingkan nilai Sig. (2-tailed) dengan  $\alpha = 0,05$  (5%). Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  (5%), maka  $H_0$  ditolak, dan sebaliknya jika nilai signifikansi  $> 0,05$  (5%), maka  $H_0$  diterima. Sehingga dari hasil perhitungan dapat dilihat bahwa nilai Sig.  $< 0,05$  yaitu 0,000. Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan maksud bahwa terdapat hasil yang signifikan pada kemampuan motorik kasar anak melalui permainan *mini outbound*. Serta dapat disimpulkan bahwa ada "Permainan *mini outbound* dapat mengembangkan motorik kasar anak kelompok A di TK X".

Hal ini didukung dengan teori Papalie menyatakan salah satu metode untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak yaitu melalui kegiatan fisik, seperti, berlari, melompat, bergelantungan, melempar bola dan menendang. Kegiatan ini diperuntukan untuk keterampilan koordinasi gerak motorik kasar pada anak usia 4 tahun, Karena kegiatan tersebut lebih menantang dan anak sangat menyukai, seperti melompat dari tempat tinggi dan mengantung. Pada usia 5-6 tahun anak akan berkeinginan untuk melakukan kegiatan yang lebih menantang seperti balapan sepeda, balapan lari dan kegiatan lebih menantang lainnya (Suryana, 2013). Maksud teori ini berpendapat bahwa cara mengembangkan motorik kasar anak dengan cara melakukan kegiatan fisik dan menantang, hal ini dapat dilakukan dengan cara bermain dan permainan, serta berdasarkan Peraturan Menteri pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini tugas perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 Tahun, yaitu "melakukan aktivitas gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan koordinasi mata, kaki, tangan dan kepala, melakukan gerakan melompat dan meloncat, melakukan gerakan berlari secara terkoordinasi". Yang mana tugas perkembangan motorik kasar ini dapat dilakukan dengan aktivitas fisik yang melibatkan sebagian besar otot-otot besar.

Salah satunya dengan bermain melalui kegiatan *outbound*, karena dengan kegiatan *outbound* anak-anak akan belajar secara langsung serta dapat merangsang perkembangan motorik kasar anak dengan melakukan aktivitas fisik. Serta hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ramdani & Azizah, 2020), menyebutkan bahwa permainan *outbound* efektif dilaksanakan pada tingkat taman kanak-kanak karena dengan permainan *outbound* meningkatkan aktivitas fisik dan pengalaman baru pada anak serta meningkatkan antusiasme dalam bermain. Dengan begitu anak akan merasa senang dan antusias ketika melakukan permainan *outbound* ini, karena dengan permainan ini disebutkan dapat menghasilkan gerakan motorik kasar seperti koordinasi, kekuatan, keseimbangan dan kelincahan bagi perkembangan motorik kasar anak usia dini. Dengan begitu kegiatan *outbound* melalui permainan tersebut dapat merangsang kemampuan motorik kasar anak serta antusias anak dalam bermain.

Adapun permainan *outbound mini* ini memiliki tujuan dari setiap kegiatan dan pos permainan yaitu, pos pertama melempar dan menangkap bola memiliki tujuan untuk melatih koordinasi gerak mata, kaki, tangan dan kepala, pos kedua melompat mengitari hula hoop bertujuan untuk kekuatan otot tungkai kedua kaki, pos ketiga berjalan diatas papan keseimbangan bertujuan untuk melatih keseimbangan tubuh dan langkah anak, pos keempat lari bolak balik memasukan bola memiliki tujuan untuk melatih kelincahan dan ketahanan anak dalam membolak balikkan badan untuk memasukan bola, lalu pos kelima lari cepat bertujuan untuk melatih kecepatan anak.

Sehingga dengan permainan *mini outbound* ini dapat berdampak untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak yang terdiri dari : Melakukan koordinasi gerakan mata, kaki, tangan, dan kepala. Pada indikator ini diharapkan anak dapat melakukan permainan *mini outbound* pos 1 yaitu gerakan melempar dan menangkap dengan tepat dan terarah untuk melatih koordinasi gerak, mata, kaki dan tangan anak. Berdasarkan dari hasil penelitian di kelompok eksperimen dalam kegiatan ada beberapa anak yang masih kesulitan saat *pre test* dan *treatmeant* sesi 1, sehingga butuh pengulangan secara terus menerus supaya anak terlatih, dan pada *treatmeant* sesi 2 anak sudah semakin berkembang dengan baik dan mampu melempar dan menangkap bola secara tepat dan terarah. Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Pada indikator anak bermain pada pos 2 yaitu melakukan gerakan melompat dan meloncat ini digunakan kegiatan melompat dengan dua kaki untuk mengitari hula hoop untuk melatih kekuatan otot dua tungkai kaki anak. Berdasarkan hasil penelitian *pretest* sampai *posttest* rata-rata anak sudah mampu melompat mengitari hula hoop sebanyak 7 bahkan lebih, dengan tata letak hula hoop yang semakin lama semakin menjauh anak mampu melompat dengan 2 kaki untuk melatih kekuatan tungkai kaki anak. Kemudian sub indikator kedua digunakan kegiatan pos 5 yaitu berlari cepat dengan jarak 10 meter untuk melatih kecepatan anak. Berdasarkan hasil penelitian pada kegiatan ini anak berkembang dengan baik setiap *pretest*, *treatmeant* dan *posttest* yang mana setiap kegiatan anak semakin meningkat. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, kesimbangan dan kelincahan. Dengan indikator ini digunakan kegiatan pos 3 yaitu berjalan diatas papan keseimbangan melewati bola kecil untuk melatih keseimbangan tubuh dan langkah anak. Berdasarkan hasil penelitian ini pada kegiatan ini ada 2 anak yang kesulitan seperti tidak bisa berjalan jika tidak dibimbing atau dipegang, namun dengan adanya *treatmeant* 2 sesi anak mulai berkembang dan mampu dengan perlahan untuk berjalan diatas papan keseimbangan. Dan kegiatan pos 4 berlari bolak balik dengan jarak 2 meter dan mengisi keranjang sebanyak 5 bola dalam waktu 10 detik untuk melatih kelincahan tubuh anak. Berdasarkan penelitian ini rata-rata anak pada setiap pelaksanaan kegiatan semakin meningkat dan berkembang, hal ini dilihat pada saat permainan bola yang dimasukan anak semakin meningkat pada setiap sesi permainan. Adapun dampak ikutan yang dapat diterima anak yaitu anak menjadi aktif, percaya diri untuk bermain dan mengeksplorasi lingkungannya.

Dengan demikian setiap indikator perkembangan motorik kasar anak semakin meningkat dan berkembang melalui permainan *mini outbound* ini, dan hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan statistik bahwa permainan *mini outbound* ini lebih efektif digunakan untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut, dari hasil kemampuan awal (*pretest*) motorik kasar anak kelompok A Tk X masi ada beberapa anak yang kemampuannya belum berkembang dengan baik ini dibuktikan dari hasil tes rata-rata penilaian kemampuan motorik kasar anak kelompok eksperimen memperoleh rata-rata 10,30 sedangkan kelompok kontrol memperoleh sebesar 11,30. Lalu dari hasil akhir diperoleh hasil kemampuan akhir anak (*posttest*) motorik kasar anak kelompok A TK X setelah diberi *treatmeant* pada kelompok eksperimen memperoleh rata-rata nilai sebanyak 17,8, sedangkan kelompok kontrol memperoleh rata-rata sebesar 12,40. Hal ini membuktikan terjadi peningkatan kemampuan motorik kasar anak pada kelompok eksperimen.

Setelah melakukan kemampuan awal dan akhir, dilakukan analisis data untuk melihat pengaruh dan efektivitas permainan *mini outbound* dalam mengembangkan motorik kasar anak, dan hasil analisis data menunjukkan bahwa pada kemampuan motorik anak mengalami peningkatan melalui permainan *mini outbound*. Hal ini menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan yang signifikan. Serta hasil penelitian dan perhitungan statistik yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa permainan *mini outbound* dapat mengembangkan motorik kasar anak kelompok A di TK X. Dimana hal tersebut dapat dibuktikan dari analisis data mengenai hipotesis dalam penelitian ini melalui perhitungan Sig.  $0,000 < 0,05$ , sehingga  $H_a$  diterima dan terbukti benar. Hal ini membuktikan bahwa permainan *mini outbound* lebih efektif digunakan untuk mengembangkan motorik kasar anak.

### Daftar Pustaka

- Loprinzi, P. D., Davis, R. E., & Fu, Y. C. (2015). Early motor skill competence as a mediator of child and adult physical activity. *Preventive Medicine Reports*, 2, 833–838. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2015.09.015>
- Novitasari, R., Nasirun, M., & D., D. (2019). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Dengan Media HulaHoop Pada Anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah POTENSIA*, 4(1), 6–12. <https://doi.org/10.33369/jip.4.1.6-12>
- Qatrunnada Mufiidah, & Dudi, A. (2021). Analisis Kegiatan Motorik Kasar di Salah Satu RA Jatinangor. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 1(2), 79–85. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v1i2.387>
- Rachmawati, R. A. M. A., Hafidah, R., & Nurjanah, N. E. (2020). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Animal Fun. *Jurnal Imiah PTK PNF*, 15(1), 53–62. <https://doi.org/10.21009/jiv.1501.6>
- Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2020). Permainan *Outbound* untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 482–490. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.407>
- Suryana, D. (2013). Pendidikan Anak Usia Dini (Teori dan Pratik Pembelajaran). In *UNP Press*. UNP Press Padang.
- Tangse, U. H. M., & Dimiyati. (2021). Permainan Estafet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>
- World Health Organization, W. (2018). *Physical Activity*.