

**PENGEMBANGAN PERMAINAN ENKLEK YOGA ASANA UNTUK
MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK
USIA 4-5 TAHUN DI TK ABA PLEMBUTAN**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

Banik Aninda

17104030080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Banik Aninda
NIM : 17104030080
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta
Judul Skripsi : Pengembangan Permainan Engklek Yoga Asana untuk
Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik pada Anak
Usia 4-5 Tahun di TK ABA Plembutan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya ini asli hasil penelitian sendiri dan bukan plagiasi karya orang lain kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 15 Agustus 2023

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVER
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Banik Aninda

NIM. 17104030080

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Hal : **Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir**

Lamp. : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Banik Aninda
NIM : 17104030080
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta
Judul Skripsi : Pengembangan Permainan Engklek Yoga *Asana* untuk
Meningkatkan Kemampuan Motorik pada Anak Usia 4-5
Tahun di TK ABA Plembutan

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dengan ini kami berharap agar skripsi Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 09 Oktober 2023

Pembimbing Skripsi



Siti Zubaedah, S. Ag., M. Pd

NIP. 19730709 200801 2 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 513056 Fax. (0274) 586117 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3306/Un.02/DT/PP.00.9/11/2023

Tugas Akhir dengan judul : PENGEMBANGAN PERMAINAN ENKLEK YOGA ASANA UNTUK
MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA 4-5
TAHUN DI TK ABA PLEMBUTAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : BANK ANINDA
Nomor Induk Mahasiswa : 17104030080
Telah diujikan pada : Rabu, 01 November 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta


TIM UJIAN TUGAS AKHIR

 Ketua Sidang
Siti Zubaedah, S.Ag.,M.Pd
SIGNED
Valid ID: 6565656d8401b

 Penguji I
Fahrunnisa, M.Psi.
SIGNED
Valid ID: 656453f364a4a

 Penguji II
Dra. Nadlifah, M.Pd.
SIGNED
Valid ID: 655f3d41ee1af



 Yogyakarta, 01 November 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd.
SIGNED
Valid ID: 656566eed7702

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Dengan menyebut nama Allah yang Mahan Pengasih lagi Maha Penyayang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Banik Aninda
NIM : 17104030080
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (atas pemakaian jilbab dalam ijazah sastra satu saya). Seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran ridha Allah SWT.

Yogyakarta, 15 Agustus 2023

Yang menyatakan



Banik Aninda
NIM. 17104030080

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

فَأَضَعُ قُوَّةً بَعْدَ مَنْ جَعَلَ ثُمَّ قُوَّةً ۖ ضَعْفٌ بَعْدَ مَنْ جَعَلَ ثُمَّ ضَعْفٌ مِّنْ خَلْقِكُمْ الَّذِي اللَّهُ
الْقَدِيرُ الْعَلِيمُ وَهُوَ بِشَاءِ مَا يَخْلُقُ وَشِيئَةً

Artinya:

“Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa”. (Q.S Ar-Rum / 54)¹

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al Qur'anul Karim Dan Terjemah* (Surakarta: Az-Ziyadah, 2014), hlm. 410.

KATA PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

ALMAMATER TERCINTA

PRODI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI

UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

الرَّحِيمِ الرَّحْمَنِ اللَّهُ بِسْمِ

بَعْدُ أَمَا ، وَالْآلَاءِ وَمَنْ وَصَحْبِهِ آلِهِ وَعَلَى اللَّهِ رَسُولٍ عَلَى وَالسَّلَامُ وَالصَّلَاةُ لِلَّهِ الْحَمْدُ

Puji dan syukur atas kehadiran Allah S.W.T., Tuhan Yang Maha Kuasa, di mana atas limpahan rahmat, taufiq hidayah, inayahNya serta kesehatan dan kemudahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengembangan Permainan Engklek Yoga *Asana* untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar pada anak usia 4-5 Tahun di TK ABA Plembutan”.

Shalawat serta salam tak lupa peneliti curahkan kepada Junjungan Nabi Agung Muhammad SAW, beserta para keluarga dan sahabatnya, yang mana atas jasad-jasad beliau kita terselamatkan dari zaman Jahiliyyah.

Peneliti menyadari dalam penulisan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang tiada hentinya memberikan dukungan kepada seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan untuk segera menyelesaikan skripsinya.
2. Prof. Dr. Sigit Purnama, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang selalu mengingatkan seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini supaya dapat menyelesaikan apa yang telah dimulainya.

3. Dr. Ichsan, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan dari semester satu hingga tersusunya skripsi ini
4. Siti Zubaedah, S. Ag., M. Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, tuntunan serta bimbingan hingga skripsi ini selesai
5. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang membantu peneliti dalam menyelesaikan pendidikan di jenjang strata satu
6. Anif Fajariyana, S.Pd selaku kepala sekolah TK ABA Plembutan, segenap guru dan seluruh orang tua siswa kelompok A, serta peserta didik kelompok A TK ABA Plembutan yang telah memberikan kesempatan berharga kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut sebagai lokasi penelitian.
7. Kedua orang tua yang sangat peneliti cintai, Ibu Mukiyem dan Bapak Sumiyarno, terimakasih atas segala do'a, kasih sayang, dan dukungan yang tulus serta ikhlas tanpa batas yang diberikan kepada peneliti.
8. Qotrun Nada Nafiah dan Nurul Fauziah yang telah membantu dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi ini
9. Maula Luthfi Nur Laili, Rizka Fitri Lestari, Renda Mayangda Putri M, Galuh Larasati, selaku teman-teman terdekat dari peneliti. Terimakasih telah kuat dan berjuang bersama hingga di titik ini.

Yogyakarta, 01 Oktober 2023

Peneliti



Banik Aninda

NIM. 17104030080

ABSTRAK

Banik Aninda. 17104030080. *Pengembangan Permainan Engklek Yoga Asana untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK ABA Plembutan. Laporan Penelitian: Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.*

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh minimnya pemanfaatan media dalam meningkatkan kemampuan motorik anak. Adanya berbagai media yang mendukung seharusnya dapat dimanfaatkan dengan baik oleh pendidik maupun orang tua. Namun faktanya masih minim sekali pendidik dan juga orang tua yang menggunakan media dalam proses menstimulasi perkembangan anak. Padahal dalam proses meningkatkan aspek perkembangan anak sangat efektif apabila menggunakan media yang mendukung. Untuk itu adanya penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan sebuah media permainan engklek yoga *asana* untuk membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

Model penelitian dan pengembangan yang digunakan adalah *ADDIE* yang terdiri dari lima tahap, yaitu: (1) *Analysis*, merupakan tahap mengenali masalah yang ada di lingkungan sekitar. (2) *Design*, merupakan tahap mendesain produk yang akan dikembangkan. (3) *Development*, merupakan proses pengembangan media yang akan dilakukan. (4) *Implementation*, adalah proses menerapkan media yang sudah jadi dilingkup uji coba awal. (5) *Evaluation*, merupakan tahap mengevaluasi media yang sudah diuji cobakan. Adapun subyek penelitian berjumlah 15 anak kelompok A. Adapun untuk mengetahui proses implementasi produk apakah layak digunakan, peneliti menggunakan *pretest* dan *posttest*.

Hasil penelitin menerangkan bahwa: Pertama, pengembangan media permainan engklek yoga *asana* sebagai media meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui lima tahap. Hasil pengembagan pada media ini memperoleh skor kelayakan 84,21% dari ahli media, dan 87,5% dari ahli materi. Kedua, implementasi media memperoleh nilai 47,08% dalam proses penggunaan media tersebut. Sehingga media dapat dikatakan efektif untuk digunakan dalam proses meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

Kata Kunci: Permainan Engklek Yoga *Asana*, Kemampuan Motorik, Anak Usia Dini.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB.....	iv
MOTTO	vi
KATA PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Pengembangan.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Spesifikasi Produk yang Diharapkan.....	9
F. Pentingnya Penelitian dan Pengembangan.....	10
G. Asumsi dan Keterbatasan	10
H. Definisi Istilah dan Operasional.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kajian Penelitian Relevan.....	13
B. Kajian Teori	17
C. Kerangka Berfikir	45
BAB III METODE PENELITIAN.....	46
A. Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian.....	46
B. Prosedur Penelitian dan Pengembangan	47
C. Uji Coba Produk.....	49

D. Jenis Data.....	51
E. Instrumen Pengumpulan Data	52
F. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN.....	60
A. Pengembangan permainan engklek yoga asana dalam meningkatkan perkembangan motorik pada anak usia 4-5 tahun	60
B. Implementasi permainan engklek yoga asana untuk meningkatkan perkembangan motorik anak usia 4-5 tahun	80
BAB V PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran	85
C. Keterbatasan Penelitian.....	86
DAFTAR PUSTAKA.....	87
LAMPIRAN.....	91



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Definisi istilah dan operasional.....	11
Tabel 2.1 <i>Asana</i> yoga yang populer.....	31
Tabel 3.1 Data subjek penelitian	51
Tabel 3.2 Skala penilaian lembar validasi.....	55
Tabel 3.3 Kriteria kelayakan lembar validasi.....	56
Tabel 3.4 Skor penilaian lembar kepraktisan	56
Tabel 3.5 Kriteria kepraktisan.....	57
Tabel 3.6 Skala tingkat perkembangan anak	57
Tabel 3.7 Kriteria uji coba produk.....	58
Tabel 3.8 Indikator perkembangan anak.....	59
Tabel 4.1 Hasil pengamatan kemampuan motorik anak	61
Tabel 4.2 Penilaian ahli media	74
Tabel 4.3 Masukan ahli media.....	74
Tabel 4.4 Penilaian ahli materi.....	75
Tabel 4.5 Masukan ahli materi	76
Tabel 4.6 Masukan dari praktisi anak usia dini	76
Tabel 4.7 Hasil uji coba pemakaian produk.....	78
Tabel 4.8 Revisi Akhir produk.....	80
Tabel 4.9 Penilaian <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> indicator perkembangan motorik anak.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pola engklek paling populer	26
Gambar 2.2 Bagan kerangka perfikir	45
Gambar 3.1 Metode penelitian dan pengembangan ADDIE.....	46
Gambar 4.1 Gerakan <i>mounthain</i>	63
Gambar 4.2 Gerakan <i>child</i>	64
Gambar 4.3 Gerakan <i>cat and cow</i>	64
Gambar 4.4 Gerakan <i>downword facing day</i>	65
Gambar 4.5 Gerakan <i>dolphin</i>	66
Gambar 4.6 Gerakan <i>cobra</i>	67
Gambar 4.7 Gerakan <i>triangle</i>	67
Gambar 4.8 Gerakan <i>flower</i>	68
Gambar 4.9 Gerakan <i>tree</i>	69
Gambar 4.10 Aplikasi untuk mendesain media.....	70
Gambar 4.11 Proses pembuatan pola engklek.....	71
Gambar 4.12 Desain engklek yoga <i>asana</i> tahap 1.....	72
Gambar 4.13 Desain permainan engklek yoga <i>asana</i> tahap 2	73

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Pedoman observasi.....	94
Lampiran 2: Pedoman wawancara.....	95
Lampiran 3: pedoman dokumentasi.....	97
Lampiran 4: Lembar penilaian ahli media	98
Lampiran 5: Lembar penilaian ahli materi.....	101
Lampiran 6: Lembar penilaian motorik anak.....	103
Lampiran 7: Surat penunjukan pembimbing.....	105
Lampiran 8: Bukti seminar proposal	106
Lampiran 9: Permohonan izin penelitian	107
Lampiran 10: Kartu bimbingan skripsi	108
Lampiran 11: Sertifikat PPL.....	109
Lampiran 12: Sertifikat PLP-KKN Integratif.....	110
Lampiran 13: Sertifikat TOEFL	111
Lampiran 14: Sertifikat ICT	112
Lampiran 15: Sertifikat Sospem.....	113
Lampiran 16: Sertifikat PBAK.....	114
Lampiran 17: Sertifikat PKTQ	115
Lampiran 18: Dokumentasi.....	116
Lampiran 19: Daftar Riwayat Hidup	118

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pada era digital ini, teknologi telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Tak jarang banyak budaya daerah yang hampir punah di era sekarang.² Salah satunya yaitu permainan tradisional, dimana permainan merupakan salah satu cara belajar efektif bagi anak. Permainan engklek merupakan permainan yang dapat membantu perkembangan motorik anak. Engklek sendiri termasuk pada permainan tradisional yang melibatkan gerakan tubuh dan keterampilan motorik halus. Banyaknya manfaat pada permainan engklek ini dapat dijadikan salah satu media untuk menstimulus perkembangan pada anak.³ Maka dalam proses mencegah punahnya permainan engklek, perlu adanya inovasi baru pada permainan ini. Sehingga teknologi tidak hanya dimanfaatkan oleh orang dewasa saja, namun juga dapat dimanfaatkan untuk pengembangan media pada anak usia dini.

Usia dini (0-6 tahun) adalah masa yang sangat menentukan perkembangan dan pertumbuhan anak di masa yang akan datang. Pada usia ini sering kali disebut dengan masa keemasan atau (*golden age*). Masa usia dini juga merupakan masa peletakan dasar atau fondasi awal sekaligus periode yang sangat kritis, apa yang diterima anak pada usia dini, baik yang

² Aiman Faiz, Imas Kurniawaty, and Purwatur, "Eksistensi Nilai Kearifan Lokal Kaulinan Dan Kakawihan Barudak Sebagai Upaya Penanaman Nilai Jatidiri Bangsa," *Jurnal Education And Development* 8, no. 4 (2020): 27–30, <https://doi.org/https://doi.org/10.37081/ed.v8i4.2067>.

³ Dini Indriyani, Heri Yusuf Muslihin, and Sima Mulyadi, "Manfaat Permainan Tradisional Engklek Dalam Aspek Motorik Kasar Anak," *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha* 9 (2021): 349–54.

dimakan maupun yang diminum, dan juga stimulasi yang diterima anak dari lingkungan akan memberikan kontribusi sangat besar yang menentukan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya.⁴ Mengingat pada masa ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, sehingga perlu pemberian stimulus yang tepat supaya masa peka ini tidak terlewatkan begitu saja. Sehingga pertumbuhan dan juga perkembangan anak dapat optimal.

Setiap anak akan mengalami perkembangan. Dimana perkembangan bersifat maju ke depan (progresif), sistematis, dan berkesinambungan. Perkembangan terjadi sejak usia dini hingga dewasa. Seluruh tahapan perkembangan seorang individu harus diperhatikan dan dikembangkan dengan baik. Terutama pada tahapan anak prasekolah, yang mana pada usia tersebut perkembangan otak anak berkembang dengan pesat hingga 80%. Sehingga sayang sekali apabila masa keemasan anak terlewat begitu saja tanpa ada perhatian khusus dari orang tua dan pendidik. Menurut Riri Hidayani aspek-aspek perkembangan anak berupa perkembangan kognitif, bahasa, sosial-emosional, fisik-motorik, agama-moral, dan seni yang tidak dapat berkembang sendiri melainkan saling berhubungan dan keterkaitan satu dengan yang lain.⁵

Keenam aspek perkembangan pada anak memiliki porsi yang sama penting. Begitupun aspek perkembangan fisik motorik. Dimana perkembangan fisik motorik dapat diartikan perkembangan alat gerak, yang

⁴ Suyadi and Maulidya Ulfa, *Konsep Dasar PAUD* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. iii- iv.

⁵ Riri Hidayani, *Psikologi Perkembangan Anak* (Jakarta: Kencana, 2014).

mana nantinya akan menjadi alat eksplorasi bagi anak. Sebagaimana kita ketahui, semakin banyak stimulasi yang diberikan pada anak, maka akan semakin banyak pengalaman yang ia miliki dengan begitu, perkembangan otak akan semakin optimal dan membawa hasil yang semakin memuaskan. Sehingga, penting bagi orang tua dan guru untuk mengembangkan seluruh aspek dalam diri anak, tidak terkecuali perkembangan fisik motorik.

Perkembangan fisik motorik harus distimulasi sejak usia dini karena berkaitan dengan keterampilan gerak yang akan memudahkan dan mempengaruhi keluesan gerak individu. Baik gerak kasar yang melibatkan otot-otot besar maupun gerakan halus yang melibatkan koordinasi jari-jari tangan dan mata. Kemampuan gerak sendiri akan menentukan keterampilan anak dalam bergerak dan secara tidak langsung akan mempengaruhi cara pandang anak terhadap kemampuan dirinya.⁶ Banyak jenis dan bentuk gerakan yang perlu dipelajari oleh anak, dibina dan disesuaikan dengan kebutuhan diri, serta pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerak memiliki arti sebagai unsur pokok dalam perkembangan motorik anak yang mencakup pada keterampilan penguasaan dan keseimbangan pada tubuh anak.⁷

Kurikulum 2013 menjelaskan bahwa keterampilan penguasaan dan keseimbangan badan untuk kemampuan motorik pada anak usia 4-5 tahun menjelaskan bahwa kompetensi dasar mencakup mengenai (1) perkembangan motorik kasar berupa mengenal anggota tubuh. (2) Fungsi dan menggunakan

⁶ Hascita Istiqomah and Suyadi, "Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Di SD Muhammadiyah Karangbendo Yogyakarta)," *El-Midad: Jurnal PGMI* 11, no. 2 (2019): 155–68.

⁷ Muhammad Riza and Ayu Swaliana, "Deteksi Perkembangan Kompetensi Motorik Anak Di PAUD Nadila Kec. Bebesen Kab. Aceh Tengah," *Jurnal As-Salam* 2, no. 1 (2018): 28–35.

anggota tubuh pengembangan motorik kasar anak dengan indikator melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol seimbang dan lincah. (3) Melakukan kegiatan yang menunjukkan anak mampu melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari, serta melempar sesuatu secara terarah dan terkoordinasi.⁸ Saat ini tidak sedikit pengembangan permainan yang dilakukan untuk mengembangkan kemampuan fisik motorik anak usia dini dengan harapan mampu mengoptimalkan kemampuan anak dengan cara yang menyenangkan. Salah satu kegiatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan kemampuan gerak adalah senam yoga, yang belakangan ini cukup populer di seluruh kalangan usia.

Senam yoga merupakan kegiatan olah tubuh, olah nafas, serta olah pikiran yang memiliki beragam manfaat. Adapun manfaat lain yang dapat diperoleh dari latihan yoga selain untuk meningkatkan motorik anak adalah untuk menurunkan stress, meningkatkan kemampuan kognitif, menurunkan agresi, perilaku negatif, ketakutan, dan perasaan tidak berdaya serta meningkatkan daya tahan tubuh.⁹ Pada dasarnya yoga untuk anak adalah aktivitas di mana anak bisa berinteraksi tanpa kompetisi, belajar dalam suasana damai, dan bisa membangun rasa percaya diri. Namun mengaplikasikan pelatihan yoga pada anak usia dini dapat dilakukan dengan bermain, karena dunia anak merupakan dunia bermain.

Melalui sebuah permainan, seluruh aspek perkembangan dapat distimulasi dengan optimal. Hal tersebut tercantum dalam dalam Undang-

⁸ Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, “Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137,” 2014.

⁹ Agel Noer Khotijah et al., “Penerapan Yoga Anak Untuk Anak Pra Sekolah,” *Prosiding Seminar Nasional Kebidanan*, 2021, 1–7.

undang Republik Indonesia No. 23 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 1, ayat 14 (Depdiknas, 2008:1) bahwa pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak ia lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak, agar memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Bagi anak-anak kegiatan bermain selalu menyenangkan. Melalui kegiatan bermain ini, anak bisa mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Perkembangan fisik dapat dilatih saat bermain.

Terdapat banyak jenis permainan yang dapat diaplikasikan dalam pembelajaran anak usia dini. Perlu adanya kreatifitas guru dan orang tua dalam merancang media pembelajaran maupun permainan untuk mendukung perkembangan anak sejak dini. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengembangkan salah satu permainan tradisional yang tergolong sudah kuno agar dapat digunakan dalam pembelajaran. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa permainan tradisional sudah mulai ditinggalkan sehingga jarang untuk dimainkan.¹⁰ Salah satu permainan tersebut adalah permainan engklek. Permainan ini tergolong populer pada masanya dan dipercaya dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak terutama motorik kaki. Mengingat manfaat dari permainan engklek ini, akan menjadi sebuah penemuan yang bermanfaat apabila permainan tersebut

¹⁰ Gustiana Mega, Siti Baitul, and Mohammad Arif, "Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa," *JOURNAL OF SPORT SCIENCE AND EDUCATION (JOSSAE)*, 2018.

dikembangkan menjadi permainan yang dapat mencakup lebih banyak aspek perkembangan anak usia dini dengan nilai yang lebih tinggi.

Engklek sendiri merupakan sebuah permainan tradisional yang sudah dimainkan sejak puluhan tahun yang lalu. Permainan engklek digemari karena cukup menarik dan seru dimainkan bersama-sama. Tidak hanya remaja dan orang dewasa saja, namun engklek juga dimainkan oleh anak-anak di taman kanak-kanak. Permainan ini termasuk kekayaan bangsa Indonesia yang penting untuk dijaga dan dikembangkan seiring perkembangan zaman yang banyak mengikis kekayaan budaya Indonesia. Terlebih saat ini melihat situasi dan kondisi ketika teknologi berkembang dengan pesat sehingga mengakibatkan banyak perubahan gaya hidup, perilaku, dan kegemaran pada masyarakat. Salah satu dampak yang dapat dilihat pada saat ini adalah ketika permainan tradisional sudah ditinggalkan dan tergantikan oleh game elektronik yang secara tidak langsung membuat anak kurang dalam mobilitas gerakannya. Padahal engklek memiliki banyak manfaat diantaranya mampu melatih otot kaki, konsentrasi, dan juga kemampuan bersosialisasi bersama teman bermain.

Perlu adanya inovasi baru dalam meningkatkan perkembangan motorik anak. Salah satu bentuk inovasinya dengan memanfaatkan permainan engklek yang digabungkan dengan kegiatan yoga *asana*. Dimana permainan engklek yoga *asana* merupakan kegiatan permainan engklek pada umumnya hanya saja terdapat perubahan dalam pelaksanaannya. Pada setiap kotak permainan engklek, akan diberi gambar gerakan dari yoga *asana*. Sehingga ketika anak akan melemparkan gacuknya, ia juga akan menirukan gerakan

yang sesuai dengan gacuk yang didiami. Adanya inovasi tersebut diharapkan dapat menjadi salah satu daya tarik anak dalam meningkatkan aspek motoriknya. Mengingat TK ABA Plembutan masih sangat minim kegiatan dalam rangka meningkatkan motorik anak.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, TK ABA Plembutan dalam rangka meningkatkan perkembangan motorik hanya dengan memberikan kebebasan pada anak di lapangan sekitar sekolah, selain itu juga kegiatan jalan-jalan juga menjadi andalan dalam meningkatkan motorik anak. Kegiatan tersebut dirasa masih sangat kurang maksimal untuk menstimulus motorik anak. Apalagi di usia 4-5 tahun merupakan usia krusial, dimana perlu adanya stimulus yang tepat untuk meningkatkan motorik anak. Selain itu, anak usia 4-5 tahun juga merupakan masa awal anak memasuki jenjang sekolah formal, dimana mereka dihadapkan dengan berbagai macam benda yang menurut mereka asing.¹¹ Sehingga penggunaan media ini dirasa cocok untuk usia 4-5 tahun karena selain untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, media ini juga menjadi salah satu alat untuk memperkenalkan berbagai bentuk gerakan yang mungkin masih abstrak ditelinga anak. Untuk itu berdasarkan permasalahan di atas, menurut peneliti penting dilakukan penelitian mengenai “Pengembangan Permainan Engklek Yoga Asana untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik pada Anak Usia 4-5 Tahun” supaya anak dapat mengembangkan aspek motoriknya dengan cara

¹¹ Hakiki Rizki and Rachmi Marsheilla Aguss, “Analisis Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19,” *Journal Of Physical Education* 1, no. 2 (2020): 20–24, <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i2.588>.

yang berbeda dan menyenangkan sehingga permainan tradisional tidak lagi menghilang dikalangan anak-anak.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan berbagai masalah sebagai fokus penelitian ini :

1. Bagaimana pengembangan permainan engklek yoga *asana* dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar pada usia 4-5 tahun di TK ABA Plembutan?
2. Bagaimana implementasi permainan engklek yoga *asana* untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar usia 4-5 tahun di TK ABA Plembutan?

C. Tujuan Pengembangan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pengembangan permainan tradisional engklek sebagai sarana pelatihan yoga *asana* dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar pada usia 4-5 tahun di TK ABA Plembutan.
2. Untuk mengetahui implementasi permainan engklek yoga *asana* dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar usia 4-5 tahun di TK ABA Plembutan.

D. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat secara teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan sehingga dapat digunakan sebagai salah satu sumber belajar di sekolah maupun luar sekolah.

2. Manfaat secara praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

a. Peserta didik

Pengembangan ini diharapkan dapat menjadi media untuk menstimulasi dan mengembangkan kemampuan motorik anak usia dini

b. Pendidik

Hasil dari pengembangan ini diharapkan dapat menjadi referensi permainan untuk meningkatkan kemampuan motorik anak

c. Peneliti

Menambah kekayaan pengetahuan dan menambah kebermanfaatan ilmu pengetahuan

E. Spesifikasi Produk yang Diharapkan

Spesifikasi produk yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Produk penelitian ini adalah berupa permainan Engklek Yoga *Asana* dengan menggunakan bahan berupa banner flexy serta lebar media 1,5 x 3 meter.
2. Engklek Yoga *Asana* dilengkapi dengan gambar-gambar contoh gerakan yoga yang akan dilakukan anak sehingga dapat melatih motorik anak.

F. Pentingnya Penelitian dan Pengembangan

Penelitian dan pengembangan ini penting dilakukan karena dewasa ini mobilitas gerak anak semakin terbatas dan variasi pembelajar untuk menstimulasi perkembangan motorik anak masih cenderung kurang, khususnya di TK ABA Plembutan, Kecamatan Playen, Kabupaten Gunungkidul. Pengembangan permainan engklek yoga *asana* ini diharapkan dapat dijadikan sebagai media pembelajaran bagi guru atau pendidik di TK ABA Plembutan untuk mengenalkan yoga *asana* kepada peserta didik, sehingga dapat menstimulasi perkembangan motorik anak. Yang dimana perkembangan motorik ini memiliki peran penting dalam kebugaran dan kesehatan anak.

G. Asumsi dan Keterbatasan

1. Asumsi

Beberapa asumsi yang melandasi penelitian dan pengembangan permainan engklek yoga *asana* untuk meningkatkan perkembangan motorik pada anak usia dini adalah :

- a. Pengenalan yoga akan lebih menarik jika dikombinasikan dengan permainan engklek.
- b. Permainan engklek yoga *asana* ini dapat meningkatkan perkembangan motorik pada anak usia 4-5 tahun, dan juga dapat memperkenalkan yoga *asana* kepada anak.

2. Keterbatasan Pengembangan

- a. Produk yang dihasilkan adalah media pembelajaran yang berupa permainan engklek yoga *asana* untuk meningkatkan perkembangan motorik pada anak juga mengenalkan yoga *asana* kepada anak.
- b. Uji coba produk dilakukan pada peserta didik kelompok A di TK ABA Plembutan, Kecamatan Playen, Kabupaten Gunungkidul.

H. Definisi Istilah dan Operasional

Adapun definisi istilah dan juga operasional dari pengembangan media permainan engklek yoga *asana* dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun sebagai berikut:

Tabel 1.1 Definisi Istilah dan Operasional

Definisi Istilah	Definisi Operasional
Permainan Engklek Yoga <i>Asana</i>	a. Melakukan permainan dengan gerakan engklek (satu kaki untuk melompat). Setiap kotak permainan terdapat gambar yoga <i>asana</i> . Melemparkan gacuk kemudian menirukan gerakan yoga <i>asana</i> yang ada pada kotak tempat gacuk berhenti. Dilakukan berulang kali.

	<p>b. Adapun Gerakan dari permainan engklek yoga <i>asana</i> adalah berupa (1) gerakan gunung, (2) gerakan tikus, (3) gerakan kucing dan sapi, (4) gerakan anjing, (5) gerakan lumba-lumba, (6) gerakan ular kobra, (7) gerakan segitiga, (8) gerakan bunga, (9) gerakan pohon.</p>
<p>Motorik Kasar</p>	<p>a. Kemampuan motorik kasar merujuk pada keterampilan gerakan tubuh besar yang melibatkan penggunaan otot-otot besar dan koordinasi antara bagian-bagian tubuh yang lebih besar.</p> <p>b. Kemampuan motorik kasar mencakup aktivitas-aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan kegiatan fisik lain yang melibatkan gerakan tubuh secara keseluruhan. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang dsb. Melakukan gerakan menggantung (bergelayut). Melakukan gerakan melompat, melompat, dan berlari secara terkoordinasi. Melempar sesuatu secara terarah. Menangkap sesuatu secara tepat. Melakukan gerakan antisipasi. Menendang sesuatu secara terarah. Memanfaatkan alat permainan di luar kelas.</p>

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengembangan permainan engklek yoga *asana* untuk meningkatkan kemampuan motorik pada anak usia 4-5 tahun di TK ABA plembutan dapat disimpulkan bahwa:

Pertama, pengembangan engklek yoga *asana* didesain menggunakan aplikasi *canva* dan juga *AI* yang kemudian dicetak menjadi *banner* dengan bahan *flexy*. Dengan melalui lima tahap pengembangan, yaitu Analisis, Desain, Pengembangan, Implementasi dan Evaluasi. Adapaun tahap validasi media dilakukan oleh ahli media, ahli materi dan beberapa praktisi pendidik. Hasil dari validasi para ahli menyatakan bahwa media engklek yoga *asana* dikatakan layak untuk digunakan serta disebar luaskan.

Kedua, media permainan engklek yoga *asna* ini terbukti dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Implementasi penggunaan media ini mencapai kenaikan nilai rata-rata sebesar 47.08%. Hampir mencapai setengah dari peningkatan kemampuan pada anak. Sehingga media ini dapat dikatakan efektif untuk digunakan dalam peningkatan kemampuan motorik anak.

B. Saran

Adapun saran yang diberikan oleh peneliti baik untuk pendidik maupun orang tua berupa, pentingnya meningkatkan aspek motorik anak. Hal ini dikarenakan respon motorik yang dimiliki anak akan mempengaruhi respon pada otak anak. Sehingga baik bagi pendidik maupun orang tua, sebaiknya

mampu menstimulus perkembangan motorik anak dengan media yang variatif. Apabila kesulitan dalam proses pembuatan dan juga bahan. Maka dapat digunakan menggunakan media yang ada disekitar. Atau dapat memanfaatkan barang bekas sebagai bahan yang digunakan. Sehingga selain membantu menstimulus perkembangan motorik anak, orang tua dan pendidik juga mampu memberikan pemahaman kepada anak bahwa barang disekitar dapat dimanfaatkan dengan baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian dan pengembangan permainan engklek yoga *asana* ini tentunya memiliki beberapa keterbatasan. Keterbatasan penelitian terletak pada tingkat keawetan media, dimana *banner* hanya dapat digunakan beberapa kali saja. Hal ini dikarenakan untuk mencetak bahan dengan kualitas bagus tentunya membutuhkan biaya yang besar. Sehingga diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat dikembangkan dan disempurnakan dengan bahan yang dapat bertahan lama.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Faruq, Shoffa Saifillah. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Deepublish, 2020.
- Astrina, Wayan Ayunita. "Yoga Asana Dalam Mengembangkan Kecerdasan Jamak (Multiple Intelligences) Pada Anak Di Pendidikan Anak Usia Dini Pelangi Cakranegara." *Widya Shandi*, 2019.
- Ayu, Ida, Made Putri, I Nengah Suadnyana, and Luh Ayu Tirtayani. "Pengaruh Permainan Tradisional Hompimpa Berbantuan Media Ogoh-Ogoh Terhadap Nilai Karakter Anak Usia Dini Kelompok B1 TK Saraswati Sukawati Jurusan PG PAUD, 2 Jurusan PGSD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha e-Journal Pendidikan Anak." *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2017): 106–15. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPAUD/article/view/11349>.
- Baan, Addriana Bulu, Hendriana Sri Rejeki, and Nurhayati. "Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini." *Jurnal Bungamputi* 6, no. 0 (2020): 14–21.
- Departemen Pendidikan Nasional Indonesia. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Indonesia, 2014.
- Emy Suryanti, Putu, Kadek Bayu Indrayasa, Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, and Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja. "Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Usia Dini Melalui Latihan Yoga Asanas." *Purwadita : Jurnal Agama Dan Budaya* 5, no. 1 (July 2021): 31–42. <https://doi.org/10.55115/PURWADITA.V5I1.1426>.
- Faiz, Aiman, Imas Kurniawaty, and Purwatur. "Eksistensi Nilai Kearifan Lokal Kaulinan Dan Kakawihan Barudak Sebagai Upaya Penanaman Nilai Jatidiri Bangsa." *Jurnal Education And Development* 8, no. 4 (2020): 27–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.37081/ed.v8i4.2067>.
- Hildayani, Riri. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Kencana, 2014.
- Holis, Ade. "Belajar Melalui Bermain Untuk Pengembangan Kreativitas Dan Kognitif Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan UNIGA* 10, no. 1 (February 2017): 23–37. <https://doi.org/10.52434/JP.V10I1.84>.
- Indonesia, Kementerian Agama Republik. *Al Qur'anul Karim Dan Terjemah*. Surakarta: Az-Ziyadah, 2014.
- Indonesia, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik. "Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137," 2014.
- Indriyani, Dini, Heri Yusuf Muslihini, and Sima Mulyadi. "Manfaat Permainan

- Tradisional Engklek Dalam Aspek Motorik Kasar Anak.” *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha* 9 (2021): 349–54.
- Istiqomah, Hascita, and Suyadi. “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Sekolah Dasar Dalam Proses Pembelajaran (Studi Kasus Di SD Muhammadiyah Karangbendo Yogyakarta).” *El-Midad: Jurnal PGMI* 11, no. 2 (2019): 155–68.
- Khadijah, and Nurul Amelia. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana, 2020.
- Khotijah, Agel Noer, Hapsari Windayanti, Aviva Nurviana, Dita Murtika Sari, and Merlina Dewi Safitri. “Penerapan Yoga Anak Untuk Anak Pra Sekolah.” *Prosiding Seminar Nasional Kebidanan*, 2021, 1–7.
- Lubis, Mira Yanti. “Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain.” *Generasi Emas* 2, no. 1 (2019): 47. [https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301).
- Maxim, and George W. *The Very Young : Guiding Children from Infancy Through the Early Years*,. 4 th. New York: Macmillan Publishing Company, n.d.
- Mega, Gustiana, Siti Baitul, and Mohammad Arif. “Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa.” *JOURNAL OF SPORT SCIENCE AND EDUCATION (JOSSAE)*, 2018.
- Mulyani, Sri. *Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langgensari Publishing, 2013.
- Munawaroh, Hidayatu. “Pengembangan Model Pembelajaran Dengan Permainan Tradisional Engklek Sebagai Sarana Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (2017): 86–96. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i2.19>.
- . “Pengembangan Model Pembelajaran Dengan Permainan Tradisional Engklek Sebagai Sarana Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 2 (December 2017): 86–96. <https://doi.org/10.31004/OBSESI.V1I2.19>.
- Muslimah, Ika, Ramadhan Lubis, and Humaidah Hsb. “Permainan Engklek Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di RA Al Hikmah Kecamatan Medan Denai.” *Jurnal Raudhah* 06, no. 02 (2018): 511–17. <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/raudhah/article/view/279/274>.
- Narsi, M. Syukri, and Muhamad Ali. “Penerapan Pembelajaran Model Sentra Balok Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Mujahidin 1.” *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)* 3, no. 9 (2014): 1–13. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/6477>.

- Nurhayati, Siti, and Khamim Zarkasih Putro. "Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2021): 52–64. <https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/7/7>.
- Perbowosari, Heny. "Optimalisasi Kecerdasan Spiritual Anak Melalui Yoga Asanas." *Jayapangus Press* 1 (2018): 166–77.
- Permata, Desi. "Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Kecenderungan Agretivitas Gamers." Universitas Negeri Semarang, 2020.
- Pratiwi, Yhana, and M. Kristanto. "Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek Di Kelompok B." *Jurnal PAUDIA* 3, no. 2 (2014). <http://journal.upgris.ac.id/index.php/paudia/article/view/513>.
- Putro, Khamim Zarkasih. "Mengembangkan Kreativitas Anak Melalui Bermain." *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama* 16, no. 1 (2016): 19. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v16i1.1170>.
- R, Moeslichatoen. *Metode Pengajaran Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Rineka Cipta, 1999.
- Riza, Muhammad, and Ayu Swaliana. "Deteksi Perkembangan Kompetensi Motorik Anak Di PAUD Nadila Kec. Bebesen Kab. Aceh Tengah." *Jurnal As-Salam* 2, no. 1 (2018): 28–35.
- Rizki, Hakiki, and Rachmi Marsheilla Aguss. "Analisis Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19." *Journal Of Physical Education* 1, no. 2 (2020): 20–24. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i2.588>.
- Rohmah, Naili. "Bermain Dan Pemanfaatannya Dalam Perkembangan Anak Usia Dini." *Jurnal Tarbawi* 13, no. 2 (2016): 27–35.
- Rosalina, Anita. "Peningkatan Kemampuan Bahasa Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain." *Psycho Idea* 1 (2011): 19–35. <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/239>.
- Rozana, Salma, and Ampun Bantali. *Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini: Melalui Permainan Tradisional Engklek*. Tasikmalaya: Edu Publisher, 2020.
- Rudiarta, I Wayan. "Implikasi Latihan Yoga Asana Bagi Pembentukan Karakter Siswa Di Ashram Gandhi Sevagram Klungkung." *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, no. Sinta 3 (2020): 23–33.
- Sari, Nina Permata, Novitawati, Muhammad Andri Setiawan, and Mutiani. "Peran Yoga Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Bagi Anak Usia Dini."

Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini 6, no. 5 (2022): 4681–89.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2451>.

Sit, Masganti. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Prenada Media Grup, 2017.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Edited by Sutopo. Edisi kedua. Bandung: ALFABETA, 2019.

Sujiono, Bambang. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka, 2005.

Suryanti, Putu Emy, and Kadek Bayu Indrayasa. “Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Usia Dini Melalui Latihan Yoga *Asanas*.” *Purwadita: Jurnal Agama Dan Budaya* 5, no. 1 (2021): 31–42.

Suyadi, and Maulidya Ulfa. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017.

Widoyoko, Eko Putro. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.

Yuliandari, Ni Putu Silvia. “Pendidikan Yoga *Asana* Sebagai Aktivitas Remaja Hindu Dalam Meningkatkan Kualitas Diri.” *Jayapangus Press 2* (2022): 27–35.

Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000.

Zainal, Arifin. *Penelitian Pendidikan Metode Dan Paradigma Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012.

Zoetmulder, P., and S. Robson. *Kamus Jawa Kuna Indonesia*. Jakarta: Gramedia, 2006.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA