

**IMPLEMENTASI GERAK MOTORIK KASAR ANAK USIA 5- 6 TAHUN  
MELALUI GERAK DASAR PENCAK SILAT DI PAUD TQ  
YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

Disusun dan Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd)

Disusun Oleh:

**SITI ARUM DWI KUMALA PUSPA**

NIM: 21104030066

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI**

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGUR UAN**

**UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

**2025**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI



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-3936/Un.02/DT/PP.00.9/12/2025

Tugas Akhir dengan judul : IMPLEMENTASI GERAK MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN MELALUI GERAK DASAR PENCAK SILAT di PAUD TQ YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disetujui oleh:

Nama : SITI ARUM DWI KUMALA PUSPA  
Nomor Induk Mahasiswa : 21104030066  
Telah ditijiskan pada : Selasa, 02 September 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

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

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Eko Setiandri, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 0971aa42366a4



Penguji I  
Siti Zubaidah, S.Ag., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 4021a6803a039



Penguji II  
Bahrar Arbi, S.Pd., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 094a6d8971a08



Yogyakarta, 02 September 2025  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
Prof. Dr. Sigit Purnama, S.Pd., M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 0971aa42366a4

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Arum Dwi Kumala Puspa

NIM : 21104030066

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: "Upaya Meningkatkan Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD Terpadu Qotrunnada Yogyakarta" adalah hasil karya pribadi atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari penelitian sebelumnya kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Yogyakarta, 17 Agustus 2025

Yang menyatakan,



Siti Arum Dwi Kumala Puspa

NIM 21104030066

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Hal : Skripsi  
Lamp. : 1 (Satu) Naskah Skripsi

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

*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

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

Nama : Siti Arum Dwi Kumala Puspa

NIM : 21104030066

Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD Terpadu Qotrunnada Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) 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 dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Yogyakarta, 27 Agustus 2025

Pembimbing

Eko Suhendro, M.Pd.

NIP.198910072019031006

## SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

### SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Arum Dwi Kumala Puspa  
Tempat dan Tanggal Lahir : Temanggung, 23 April 2002  
NIM : 21104030066  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini  
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pas foto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggungjawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 17 Agustus 2025

Yang menyatakan,

  
Siti Arum Dwi Kumala P

NIM 21104030066



## **MOTTO**

“Pendidikan bukan hanya mengisi pikiran, tetapi membentuk karakter dan menguatkan tubuh”

-Ki Hadjar Dewantara-



**HALAMAN PERSEMBAHAN**

SKRIPSI INI DIPERSEMBAHKAN UNTUK

ALMAMATER TERCINTA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## ABSTRAK

**Siti Arum Dwi Kumala Puspa.** Implementasi Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD TQ Yogyakarta. **Skripsi: Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya perkembangan motorik kasar pada anak usia dini dan potensi pencak silat sebagai metode stimulasi. Meskipun pencak silat secara umum diakui bermanfaat, terdapat kesenjangan pemahaman kualitatif tentang implementasi praktisnya dan korelasi spesifik antara gerakan pencak silat dengan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi implementasi gerakan dasar pencak silat serta kontribusinya terhadap perkembangan motorik kasar anak di PAUD TQ Yogyakarta. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, hasil penelitian menunjukkan adanya kontribusi signifikan dari gerakan dasar pencak silat (seperti kuda-kuda, sikap pasang, dan belaan) dalam mengembangkan aspek motorik kasar seperti kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi. Temuan ini memberikan implikasi penting, yaitu bahwa pencak silat dapat menjadi acuan bagi sekolah untuk mengembangkan program serupa dan panduan bagi pendidik dalam membuat bahan ajar, sekaligus menjadi alternatif utama dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar dan membentuk karakter anak.

**Kata Kunci:** Anak Usia Dini, Motorik Kasar, Pencak Silat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## **ABSTRACT**

***Siti Arum Dwi Kumala Puspa. Implementation Gross Motor Skills in 5-6 Year Old Children Through Basic Pencak Silat Movements at PAUD TQ Yogyakarta. Thesis: Early Childhood Islamic Education Study Program, Faculty of Islamic Education and Teacher Training, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.***

*This research is motivated by the importance of gross motor development in early childhood and the potential of pencak silat as a stimulation method. Although pencak silat is generally recognized as beneficial, there is a gap in qualitative understanding regarding its practical implementation and the specific correlation between pencak silat movements and gross motor skills in children aged 5-6 years. Therefore, this study aims to investigate the implementation of basic pencak silat movements and their contribution to children's gross motor development at PAUD TQ Yogyakarta. Using a descriptive qualitative approach with data collection methods through observation, interviews, and documentation, the results indicate a significant contribution of basic pencak silat movements (such as horse stances, stances, and defenses) in developing gross motor skills such as strength, balance, and coordination. These findings have important implications, namely that pencak silat can be a reference for schools to develop similar programs and a guide for educators in creating teaching materials, as well as being the main alternative in stimulating gross motor development and forming children's character.*

***Keywords:*** Early Childhood, Gross Motor Skills, Pencak Silat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Shalawat serta salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw., yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Upaya Meningkatkan Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD TQ Yogyakarta. Saya menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penyusun mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Prof. Noorhaidi, M.A, M.Phil, Ph.D.
2. Prof. Dr. Sigit Purnama, S.Pd.I., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Rohinah S.Pd.I., M.A., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini dan selaku Dosen Pembimbing Akademik.
4. Eko Suhendro, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang sudah dengan sabar membimbing dan mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Dosen dan civitas Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga.
6. Alm. Bapak dan Ibu, atas seluruh nilai kehidupan, doa, dan dukungan yang telah diberikan sepanjang hidup saya. Meskipun Bapak dan Ibu telah lebih dahulu berpulang, teladan dan didikan kalian tetap menjadi kekuatan utama bagi saya dalam menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih atas

pengorbanan, kasih sayang, dan bimbingan yang telah membentuk saya hingga menjadi tahap ini. Segala pencapaian ini saya persembahkan sebagai bentuk bakti dan penghormatan kepada Bapak dan Ibu.

7. M. Rofi Fauzi, M.Pd., selaku pelatih silat yang telah membimbing penulis dalam menyusun skripsi ini.
8. Kepada kakak dan adik yang telah mendukung penulis dalam banyak hal.
9. Keluarga besar UKM PPS CEPEDI dan teman-teman KKN 114 kelompok 263 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
10. Untuk seseorang yang belum bisa kutulis dengan jelas namanya disini, namun sudah tertulis jelas di Lauhul Mahfudz untukku. Terima kasih sudah menjadi salah satu sumber motivasi penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini sebagai salah satu bentuk penulis dalam memantaskan diri. Seperti kata Bj Habibie "Kalau memang dia dilahirkan untuk saya, kamu jungkir balik pun saya yang dapat".
11. Teruntuk diri sendiri. karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengatur waktu, tenaga, pikiran, serta keuangan dan perekonomian sendiri dengan sangat amat baik sehingga dapat menyelesaikan biaya perkuliahan dengan hasil jerih payah sendiri, Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, terimakasih sudah sekuat ini, dan maaf jika jalan yang kuambil membuatmu kesusahan.

12. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu. Semoga Allah Swt.  
membalas semua kebaikan yang telah kalian berikan. Aamiin.

Yogyakarta, 27 Agustus 2025

Penyusun



**Siti Arum Dwi Kumala Puspa**  
**NIM. 21104030066**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB .....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
BAB I	
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Kajian Pustaka .....	5
F. Landasan Teori .....	12
BAB II	
METODE PENELITIAN .....	41
A. Jenis Penelitian .....	41
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41

C. Metode Pengumpulan Data .....	42
D. Validitas dan Kredibilitas .....	44
E. Teknik Analisis Data .....	46
BAB III	
PEMAPARAN DATA DAN HASIL PENELITIAN.....	49
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	49
B. Implementasi gerak dasar pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di PAUD TQ.....	49
C. Kontribusi nyata Gerak Dasar Pencak Silat terhadap Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD TQ.....	65
D. Tabel Coding Tematik Data Penelitian .....	67
BAB IV	
PEMBAHASAN .....	76
A. Analisis Implementasi gerak dasar pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ .....	76
B. Analisis Kontribusi nyata gerak dasar pencak silat terhadap gerak motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ. ....	85
BAB V	
PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran .....	95
DAFTAR PUSTAKA .....	98
DAFTAR LAMPIRAN .....	103

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Anak sedang latihan kuda-kuda.....	51
Gambar 3.2 Anak sedang latihan sikap pasang.....	53
Gambar 3.3 Anak sedang latihan serangan tangan.....	54
Gambar 3.4 Anak sedang latihan serangan kaki .....	56
Gambar 3.5 Anak sedang latihan belaan.....	58
Gambar 3.6 Anak sedang berdoa sebelum dan sesudah latihan.....	61
Gambar 3.7 Anak sedang melakukan kegiatan unsur-unsur gerak motorik.....	65



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil wawancara.....	103
Lampiran 2 Dokumentasi.....	113
Lampiran 3 Bukti sempro.....	114
Lampiran 4 Penunjukan DPS .....	115
Lampiran 5 Izin penelitian .....	116
Lampiran 6 Sertifikat PLP .....	117
Lampiran 7 Sertifikat KKN.....	118
Lampiran 8 Sertifikat PBAK.....	119
Lampiran 9 Sertifikat TOEFL .....	119
Lampiran 10 Sertifikat IKLA.....	120
Lampiran 11 Sertifikat PKTQ .....	121
Lampiran 12 CV.....	122

  
STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Unsur Motorik Kasar.....	67
Tabel 3.2 Coding Tematik .....	75
Tabel 4. 1 Unsur-Unsur Motorik.....	86



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek utama pada masa *golden age*, karena menjadi dasar bagi anak untuk bergerak, bermain, dan berpartisipasi aktif dalam berbagai aktivitas belajar. Dalam lingkup perkembangan fisik motorik, motorik kasar memegang peranan fundamental, untuk mendukung aktivitas sehari-hari secara terkoordinasi, lentur, seimbang, dan lincah. Namun, dalam praktik di lapangan masih ditemukan anak usia 5-6 tahun yang berkesulitan menjaga keseimbangan saat melompat dan belum berani mencoba gerakan-gerakan baru yang mengharuskan koordinasi tubuh, termasuk pada lembaga yang sudah memiliki program stimulasi seperti ekstrakurikuler pencak silat (A Wathon, 2024).

Seorang pakar perkembangan anak, E.B. Hurlock (1978), menyatakan bahwa secara ideal, pendidikan anak usia dini seharusnya menyusun program pengembangan motorik kasar yang terstruktur, sistematis dan sesuai tahapan perkembangan, mencakup kemampuan lokomotor, non-lokomotor, dan gerak manipulatif. Hurlock mengatakan bahwa anak usia dini disebut sebagai saat yang ideal untuk melatih gerak motorik karena tubuh anak masih lentur, berani mencoba hal baru, dan menyukai pengulangan. Namun, pada kenyataannya tidak semua anak berkembang sesuai dengan tahapan usianya (B. Hurlock, 1978, p. 156).

Dalam perkembangan anak usia dini biasanya mengalami beberapa masalah yang menyebabkan perkembangan motorik kasar mereka terlambat

berkembang. Masalah yang muncul bisa dari faktor internal seperti epilepsi, genetik, dan riwayat kesehatan (Sahara et al., 2021). Sedangkan faktor eksternal diantaranya yaitu motivasi belajar anak, pengetahuan ibu, lingkungan pengasuhan, teman sebaya, stimulasi, tingkat gizi. (Astuti, 2020). Di sisi lain, salah satu bentuk stimulasi eksternal yang potensial adalah kegiatan ekstrakurikuler yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan, minat, dan bakat anak, termasuk melalui aktivitas fisik seperti pencak silat (Nur Azizah & Dheasari, 2023).

Pencak silat sebagai warisan budaya bangsa tidak hanya memuat aspek bela diri, seni, dan olahraga, tetapi juga menuntut keterampilan motorik kasar yang baik karena gerakan teknis seperti pukulan, tendangan, dan tangkisan memerlukan kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan kontrol tubuh yang optimal (Holisoh et al., 2024).

Salah satu sekolah anak usia dini yang menerapkan ekstrakurikuler pencak silat sebagai upaya meningkatkan gerak motorik kasar adalah PAUD TQ Yogyakarta sejak 2011. Menurut Kepala Sekolah PAUD TQ, kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di PAUD ini, selain bertujuan untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak, kegiatan ini juga akan melatih fisik kuat dan sehat, serta menguatkan kepribadian anak untuk mengenal dan melestarikan pencak silat sebagai budaya bangsa Indonesia (A Wathon, 2024, p. 709).

Berbagai penelitian terdahulu memang menunjukkan bahwa aktivitas fisik terstruktur dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani anak, namun umumnya berfokus pada pengembangan model

latihan atau aktivitas bermain secara umum, bukan pada analisis mendalam gerak dasar pencak silat di konteks PAUD. Sejumlah studi tentang pencak silat juga membuktikan adanya pengaruh positif kegiatan ekstrakurikuler tersebut terhadap kemampuan motorik kasar anak, tetapi lebih banyak menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji pengaruh, tanpa mengulas secara kualitatif proses implementasi gerakan di kelas dan keterkaitannya dengan indikator perkembangan motorik kasar dan karakter pada anak usia dini. Di sisi lain, penelitian yang mengkaji gerak dasar pencak silat sebagai sarana pengembangan motorik kasar masih terbatas pada konteks non-PAUD, sehingga belum sepenuhnya menggambarkan kebutuhan dan karakteristik anak usia 5-6 tahun di lembaga pendidikan formal.

Hal tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara tuntutan ideal pengembangan motorik kasar yang terstruktur dan terintegrasi dengan pendidikan karakter di lembaga PAUD (*das sollen*) dengan praktik implementasi di lapangan (*das sein*) yang belum sepenuhnya terdokumentasi dan dianalisis secara kualitatif, khususnya pada program pencak silat di PAUD TQ Yogyakarta. Akibatnya, potensi gerak dasar pencak silat sebagai media stimulasi motorik kasar yang komprehensif dan berbasis nilai belum dimanfaatkan secara optimal sebagai model yang dapat direplikasi di lembaga lain (A Wathon, 2024, p. 709). Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mengungkap secara mendalam bagaimana implementasi gerak dasar pencak silat dijalankan di PAUD TQ dan sejauh mana kontribusinya terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, penelitian ini menjadi penting karena dapat memberikan gambaran praktis bagi guru dan lembaga PAUD mengenai perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi gerak dasar pencak silat sebagai bagian dari stimulasi motorik kasar yang aman, menyenangkan, dan bernilai edukatif. Di sisi lain, belum banyak peneliti yang membahas tentang gerak dasar pencak silat dan dampaknya terhadap motorik kasar anak usia dini. Peneliti terdahulu lebih banyak membahas tentang seni bela dirinya bukan gerak motorik kasarnya. Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada fokus kajian kualitatif terhadap implementasi gerak dasar pencak silat pada anak usia 5-6 tahun di lingkungan PAUD. Oleh karena itu, penelitian tersebut akan diuraikan dalam judul penelitian “Implementasi Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD TQ Yogyakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka permasalahan yang diteliti dari penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi gerak dasar pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di PAUD TQ?
2. Apa saja kontribusi nyata gerak dasar pencak silat terhadap gerak motorik kasar anak dalam dunia pendidikan anak usia dini?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui implementasi gerak dasar pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ.
2. Dapat mengetahui apa saja kontribusi nyata gerak dasar pencak silat ter-

hadap gerak motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan dan informasi yang dapat ditinjau:

##### **1. Secara Teoritis**

Hasil penelitian ini memberikan informasi terkait perkembangan motorik kasar dari salah satu cabang olahraga (pencak silat) khususnya di PAUD TQ.

##### **2. Secara Praktis**

###### **a. Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menjadi acuan dalam pengembangan program yang dapat meningkatkan keterampilan dan kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.

###### **b. Guru**

Untuk digunakan oleh pendidik sebagai pedoman dasar dalam pembuatan bahan ajar tentang materi pembelajaran olahraga.

###### **c. Peserta**

Diharapkan bisa menambah pengalaman belajar serta mendapatkan menarik dan berbeda untuk mengembangkan motorik kasar.

#### **E. Kajian Pustaka**

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang sudah ada atau hampir sama yang tujuannya digunakan untuk referensi atau acuan bahan teori yang sudah ada. Adapun penelitian yang relevan tersebut antara lain:

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Sapto Adi, Supriyadi, Ndaru Kukuh Masgumelar dan Abi Fajar Fathoni dalam penelitian ini tahun 2022 yang



berjudul *“Development of gross motor skills exercise models and physical activities to enhance physical fitness of elementary school students”*. Penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu analisis kebutuhan, pengembangan model latihan dan aktivitas fisik, dan pengujian model. Uji coba dilakukan pada skala kecil (15 responden) dan skala besar (45 responden) di Kota Batu, Kabupaten Malang, dan Kota Malang dengan tingkat penerimaan masing-masing sebesar 90,62% dan 93,75%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model yang dikembangkan efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. Aktivitas fisik yang teratur penting untuk meningkatkan kebugaran jasmani, termasuk  $VO_{2max}$ , komposisi tubuh, daya tahan dan kekuatan otot, serta fleksibilitas anak (Sapto Adi et al., 2022). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai motorik kasar. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode, lokasi penelitian, dan setting waktu. Penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu analisis kebutuhan, pengembangan model latihan dan aktivitas fisik, dan pengujian model.

- b. Penelitian yang dilakukan oleh Rembulan Catra Banyu Biru, Vevi Sunarti, Xiaoyu Zhang, Arischo Mardiansyah dalam penelitian ini tahun 2024 yang berjudul *“The effects of an 8-week play-oriented model on motor coordination in early childhood: Evidence from educational settings”*. Anak-anak dalam kelompok intervensi yang menggunakan model berorientasi bermain menunjukkan peningkatan keterampilan

motorik kasar (KM) yang lebih signifikan dibandingkan kelompok kontrol, terutama dalam hal keseimbangan balok, lompatan ke samping, gerakan menyamping, dan koordinasi mata-tangan. Studi ini membuktikan bahwa model bermain efektif dalam meningkatkan KM dalam delapan minggu. Pemahaman yang jelas tentang konsep bermain dan pembelajaran serta peran guru sangat penting agar pendekatan ini berhasil (Holisoh et al., 2024). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai motorik kasar. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode, lokasi penelitian, dan setting waktu. Penelitian ini terletak pada anak-anak dalam kelompok intervensi yang menggunakan model berorientasi bermain menunjukkan peningkatan keterampilan motorik kasar yang lebih signifikan dibandingkan kelompok kontrol, terutama dalam hal keseimbangan balok, lompatan ke samping, gerakan menyamping, dan koordinasi mata-tangan.

- c. Penelitian yang dilakukan oleh Nuki Fadilah dan Sri Setyowati dalam penelitian tahun 2017 ini yang berjudul “Kontribusi Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Kelompok A di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 05 Surabaya”. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi. Berdasarkan hasil penelitian data SPSS terdapat pengaruh kegiatan pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar dengan hasil  $t \text{ hitung} > t \text{ table}$  yaitu  $10,337 > 1,9839$  dan signifikan  $0,000 < 0,05$  artinya ada kontribusi positif pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar pada anak kelompok A di TK

Aisyyiah Bustanul Athfal 05 Surabaya. Hipotesis yang dihasilkan adalah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dan hasil uji koefisien determinasi diperoleh sebesar 0,517, yang mengandung pengertian bahwa kontribusi pencak silat (x) terhadap kemampuan motorik kasar anak (y) adalah sebesar 51,7% sedangkan 48,3% kemampuan motorik kasar pada anak dipengaruhi oleh variabel yang lain yang tidak diteliti (Fadilah & Setyowati, Sri, 2017). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Penelitian ini terletak pada data SPSS terdapat pengaruh kegiatan pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar dengan hasil  $t \text{ hitung} > t \text{ table}$  yaitu  $10,337 > 1,9839$  dan signifikan  $0,000 < 0,05$  artinya ada kontribusi positif pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar.

- d. Penelitian yang dilakukan oleh Ivo Sindia Nur Azizah & Agustiarini Eka Dheasari tahun 2023 yang berjudul “Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA 2 Pendil”. Teknik pengumpulan data menggunakan metode eksperimen dan pola eksperimental semu (*Quasi Experimental*) dengan pola penelitian *Non-Equivalen Control Group*. Adapun hasil dari penelitian pengaruh kegiatan ekstrakurikuler tapak suci terhadap motorik kasar anak pada kelompok B di TK ABA 2 Pendil Kabupaten Probolinggo. Dari hasil perhitungan menggunakan SPSS 16 diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar  $0,00 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$

diterima, kesimpulannya yaitu ada pengaruh dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap kemampuan motorik kasar anak (Nur Azizah & Dheasari, 2023). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Penelitian ini terdapat pengaruh dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap kemampuan motorik kasar.

- e. Penelitian yang dilakukan oleh Agung Pranoto tahun 2018 yang berjudul “Pengaruh Pencak Silat Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak di Kelompok B TK Kartika IX-36 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember”. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi, tes, dokumentasi. Adapun hasil dari peneliti pengaruh yang sangat positif permainan pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak di Kelompok B Tk Kartika IX-36 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember Tahun Pembelajaran 2018/2019, karena hasil analisis data menunjukkan adanya pengaruh permainan pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak kelompok B di TK Kartika IX-36 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2018/2019 (Pranoto, 2018). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Adapun hasil penelitian ini pengaruh yang sangat positif permainan pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar.

- f. Penelitian yang dilakukan oleh Nuril Alfainy tahun 2022 yang berjudul “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Dengan Permainan Tradisional Engklek Pada Media Karpet Ajaib Di Ra Perwanida 01 Cepiring Kendal.” Penelitian menggunakan metode kualitatif lapangan. Sumber data meliputi kepala sekolah, guru kelas kelompok B, dan wali murid kelompok B. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional engklek karpet ajaib efektif mengembangkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Perwanida 01 Cepiring Kendal (Nuril Alfainy, 2022). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Penelitian ini terdapat penerapan permainan tradisional engklek karpet ajaib efektif mengembangkan motorik kasar.
- g. Penelitian yang dilakukan oleh Intan Tri Puspitasari tahun 2024 yang berjudul “Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Gerakan Dasar Pencak Silat di Paguron Pencak Silat Pusaka Riksa Diri Kabupaten Garut.” Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran gerakan dasar Pencak Silat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan motorik kasar anak, meskipun terdapat variasi dalam tahap perkembangan. Gerakan dasar seperti pukulan, tendangan, dan tangkisan diajarkan dengan pendekatan yang menyenangkan dan aman, memberikan manfaat dalam pengembangan keseimbangan, koordinasi tubuh, dan keterlibatan sosial anak. Implikasi penelitian ini

memberikan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya pembinaan motorik kasar anak usia dini melalui gerakan dasar Pencak Silat (Intan Tri Puspitasari, 2024). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah membahas mengenai pencak silat terhadap kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Penelitian ini dengan gerakan dasar Pencak Silat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan motorik kasar anak, meskipun terdapat variasi dalam tahap perkembangan.

- h. Penelitian yang dilakukan oleh Chandra Galih Raynata & Andhega Wijaya tahun 2025 yang berjudul “Analisis Tingkat Keterampilan Motorik Kasar Pada Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat di Sekolah Dasar”. Jenis penelitian ini adalah *cross-sectional*. Instrumen pada penelitian ini terdiri dari test gross motor development-2 dan Penelitian ini dilaksanakan di SDN Manguharjo Kota Madiun Dengan subjek sejumlah 35 siswayang terdiri dari 15 siswa putra dan 20 siswa putri. Hasil penelitian menemukan bahwa tingkat keterampilan motorik kasar siswa berada pada kategori rata-rata (*Average*). Sedangkan faktor yang mempengaruhi motorik kasar adalah faktor manusia (siswa dan pelatih) dengan nilai p-value 0,019 dan faktor metode (program latihan) dengan nilai p-value sebesar 0,033. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa sumbangan efektif dari faktor manusia terhadap perkembangan motorik kasar adalah 40,5%, yang berarti bahwa faktor manusia menjadi faktor paling dominan mempengaruhi motorik kasar (Raynata & Wijaya, 2025). Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah



membahas mengenai pencak silat terdapat kemampuan motorik kasar anak. Perbedaan penelitian ini terdapat pada subjek, metode dan lokasi penelitian. Penelitian ini terdapat faktor yang mempengaruhi motorik kasar adalah faktor manusia (siswa dan pelatih) dengan nilai p- value 0,019 dan faktor metode (program latihan) dengan nilai p-value sebesar 0,033.

## **F. Landasan Teori**

### **1. Motorik Kasar Anak Usia Dini**

#### **a. Pengertian Motorik Kasar**

Perkembangan anak usia dini (AUD) adalah salah satu aspek fisik yang dikenal juga dengan masa emas (*golden age*). Hurlock 1997, mengemukakan bahwa perkembangan motorik kasar anak usia dini secara keseluruhan ditandai dengan kemajuan pada komponen gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak (Zamawi, 2023).

Motorik kasar dalam penelitian ini dimaknai sebagai kemampuan anak menggunakan seluruh otot-otot besar tubuh secara terkoordinasi dan menyeimbangkan kinerja otot. Contoh gerakan-gerakan yang melibatkan kerja otot anak adalah berlari, berjalan, melompat, menangkap dan masih banyak lagi gerakan yang melibatkan otot-otot besar dalam tubuh anak.

#### **b. Prinsip Perkembangan Motorik Kasar**

Menurut (Hurlock,1997) yang dikutip oleh (Nurasyiah & Atikah, 2023) menegaskan bahwa perkembangan merupakan hasil interaksi antara kematangan dan pengalaman belajar. Perspektif ini



sejalan dengan Malina dan Bouchard mengemukakan bahwa terdapat prinsip-prinsip perkembangan motorik kasar, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kematangan saraf, pada kelahiran seorang anak, saraf struktur pusatnya belum berkembang berfungsi sesuai fungsinya yaitu sebagai alat gerak motorik. Pada usia kurang dari 5 tahun, sistem telah mencapai kematangan untuk merangsang berbagai aktivitas motorik.
- 2) Secara berurutan anak usia 5 tahun mempunyai kemampuan motorik kompleks yaitu kemampuan kemampuan gerak motorik seimbang seperti bersepeda, melompat, berlari, dan lain-lain.
- 3) Motivasi, motivasi adalah dorongan yang mendorong seseorang untuk melakukan kegiatan guna mencapai tujuannya. Semakin kuat motivasi seseorang, maka semakin cepat ia mencapai tujuan dan kepuasannya. Begitu pula pada anak, motorik memotivasi anak untuk melakukan aktivitas motorik dalam jangkauan yang luas. Motivasi pada anak yang berasal dari dalam diri anak harus didukung oleh motivasi dari luar.
- 4) Pengalaman dan perkembangan gerakan merupakan dasar untuk pengembangan lebih lanjut. Pelatihan dan pendidikan gerak pada anak usia dini semakin memperkaya gerak, dengan menawarkan pengalaman membangkitkan perasaan gembira dalam suasana gembira (Ningsih, 2022).

**c. Unsur-unsur Motorik kasar**

Richard menguraikan bahwa keterampilan motorik kasar

tersusun atas beberapa unsur utama yaitu kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, dan kelenturan (Zamawi, 2023). Unsur-unsur ini mencerminkan kualitas gerak yang menurut (Hurluck, 1997) yang dikutip oleh (Zamawi, 2023) berkembang secara progresif seiring kematangan dan latihan, mulai dari gerakan yang kaku dan belum seimbang menjadi gerakan yang kuat, lincah dan terkoordinasi.

#### 1) Kekuatan

Kekuatan adalah komponen yang tidak dapat dipisahkan dari gerak, kekuatan berperan penting dalam pembelajaran gerak. Sebab pembelajaran motorik bergantung pada gerakan fisik dan keterampilan daripada pengetahuan intelektual. Komponen daya belajar akan mengubah anak-anak menjadi anak yang cepat, kuat dan lincah. Komponen tenaga dalam pembelajaran motorik berhubungan dengan daya tahan otot karena otot berfungsi dengan baik.

#### 2) Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan anak untuk melakukan tugas-tugas motorik dengan cepat dan sesuai dengan intruksi guru. Koordinasi merupakan kondisi fisik yang sulit didefinisikan karena berkaitan erat dengan kondisi fisik lainnya dan sangat bergantung pada kemampuan sistemnya. Berdasarkan proses kontrol dan pengaturan gerak, koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan keterampilan motorik dan kemampuan gerak dengan

cepat, tepat, dan terarah.

### 3) Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan sebanyak mungkin dalam waktu yang paling singkat. Kecepatan reaksi dipengaruhi oleh sistem saraf. Kecepatan ditentukan oleh kekuatan otot besar yang dipengaruhi oleh gerakan kaki dan koordinasi gerakan seluruh tubuh. Faktor-faktor ini bervariasi tergantung pada jenis kecepatannya. Kecepatan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Kekuatan sendi dan otot memengaruhi kecepatan *sprint*.

### 4) Keseimbangan

Keseimbangan adalah kombinasi faktor-faktor gerakan fundamental dan respons motorik yang efisien. Ini mengharuskan siswa untuk menjaga sistem saraf-otot yang bersifat untuk mengendalikan tubuh secara efektif selama gerakan. Dua jenis keseimbangan dibutuhkan saat mempelajari keterampilan motorik.

Keseimbangan yang stabil adalah 12 jenis keseimbangan yang pertama. Jenis keseimbangan kedua disebut keseimbangan dinamis. Kedua jenis keseimbangan ini membentuk dasar untuk mempelajari gerakan motorik, yang membutuhkan ketenangan dan konsentrasi sambil mempertahankan posisi.

### 5) Kelincahan

Kelincahan adalah komponen kunci berikutnya dalam pembelajaran motorik di TK. Kemampuan siswa untuk mempelajari

jari keterampilan motorik kasar juga sangat bergantung pada faktor yang satu ini (kelincahan). Dengan kata lain, kelincahan adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi gerakan anak dalam pembelajaran motorik di TK. Kelincahan motorik termasuk kemampuan tubuh untuk berubah dengan cepat dan tepat. Kelincahan juga dapat digunakan sebagai standar kualitas untuk mengevaluasi kemampuan siswa untuk bergerak dari satu tempat ke tempat lain dengan cepat. Aktivitas pembelajaran mencakup kelincahan ini, yaitu koordinasi otot-otot tubuh besar yang cepat dan tepat. Unsur kelincahan dalam pembelajaran gerak sangat penting misalnya berlari, melangkah ke samping dan zig-zag.

#### 6) Kelenturan/Fleksibilitas

Komponen ini merupakan elemen penting dari variabilitas pengembangan dalam pembelajaran motorik. Komponen kelenturan merupakan elemen individual dari gerakan tubuh. Dalam istilah dasar kelenturan, kemampuan untuk menggerakkan tubuh atau bagian-bagian tubuh yang dapat diputar atau sebaliknya memutar.

Kesimpulan dari penjelasan di atas menjelaskan bahwa tidak semua anak bisa mengembangkan komponen utama pembelajaran keterampilan motorik. Masing-masing anak memiliki kelebihan dan kekurangan yang berbeda. Guru harus menyediakan model pembelajaran yang memungkinkan anak memperoleh semua unsur keterampilan

motorik di sekolah, sehingga dapat menjadi tolak ukur bagi guru dan orang tua untuk membuat rencana kegiatan bagi perkembangan anak selanjutnya.

#### **d. Faktor-faktor Pengaruh Perkembangan Motorik Kasar Anak**

Perkembangan motorik kasar anak tidak hanya bergantung pada kematangan sistem saraf dan otot, tetapi juga dipengaruhi beberapa faktor bawaan dan lingkungan yang saling berinteraksi. (Hurluck, 1997) dikutip oleh (Zamawi, 2023) menjelaskan bahwa perkembangan merupakan hasil kombinasi antara kematangan biologis dan pengalaman belajar, sehingga kualitas gerak anak akan berkembang sejalan dengan kesiapan tubuh dan kesempatan yang diberikan lingkungan.

Astuti (2020), mengelompokkan beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak usia dini ke dalam faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup keturunan, proses kelahiran, tingkat kecerdasan, kondisi kesehatan dan ketidakmampuan fisik. Sedangkan faktor eksternal seperti motivasi belajar anak, pengetahuan ibu, lingkungan pengasuhan, teman sebaya, stimulasi dan tingkat gizi yang diterima anak (Zamawi, 2023).

##### **1) Faktor internal**

Faktor keturunan atau genetik berpengaruh terhadap ciri fisik seperti bentuk tubuh, tinggi badan, dan potensi kekuatan otot yang menjadi dasar kemampuan gerak anak meskipun pengaruh ini masih dapat dimodifikasi oleh pemenuhan gizi dan latihan

yang memadai. Proses kelahiran yang sulit atau prematur dapat berdampak pada sistem saraf dan menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik dibandingkan dengan anak yang lahir cukup bulan. Tingkat kecerdasan juga berperan karena anak dengan kemampuan intelektual yang baik cenderung lebih cepat memahami intruksi, menyesuaikan gerak, dan belajar keterampilan motorik. Selain itu, kondisi kesehatan dan ketidakmampuan fisik, seperti gangguan neuromuskular atau penyakit kronis dapat membatasi kemampuan anak untuk melakukan gerakan yang terkoordinasi dan berulang (Zamawi, 2023).

## 2) Proses eksternal

Lingkungan yang sehat, aman dan kaya kesempatan memberi ruang bagi anak untuk bergerak bebas sehingga kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuhnya berkembang secara optimal. Pola asuh orang tua dan guru memberikan stimulasi berupa ajakan bermain aktif, olahraga, atau permainan tradisional akan mendorong anak untuk menggunakan otot-otot besarnya secara teratur dan bervariasi. Pemenuhan gizi yang baik mendukung pertumbuhan otot dan tulang serta daya tahan fisik. Sedangkan kondisi lingkungan yang positif, seperti rasa aman dan percaya diri sangat membantu anak untuk berani mencoba hal-hal baru tanpa rasa takut berlebihan (Zamawi, 2023).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak merupakan hasil perpaduan antara faktor internal dan eksternal. Oleh karena itu, upaya mengoptimalkan motorik anak usia dini perlu memperhatikan kedua kelompok faktor tersebut secara seimbang (Zamawi, 2023).

**e. Fungsi perkembangan motorik kasar**

Perkembangan motorik kasar tidak hanya berhubungan dengan mekamampuan bergerak, tetapi juga memiliki peran penting bagi aspek fisik, kognitif dan sosial-emosional anak. (Hurluck, 1997) yang dikutip oleh (Zamawi, 2023) menegaskan bahwa melalui aktivitas motorik anak belajar mengendalikan tubuh, menyalurkan energi, dan membangun rasa percaya diri. Sedangkan Ningsih mengembangkan bahwa keterampilan motorik kasar yang baik mendukung kesiapan belajar dan kesehatan jasmani anak usia dini.

Fungsi perkembangan motorik kasar anak yaitu sebagai berikut:

- 1) Kesimbangan tubuh anak
- 2) Melenturkan otot pada anak
- 3) Mengembangkan kecerdasan anak sebab bisa merangsang otak melalui gerakan hingga peredaran darah yang mengalirkan oksigen ke otak sehingga syaraf-syarafnya berkembang.
- 4) Melatih kelincahan gerak anak
- 5) Sebagai penunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, terampil dan kuat.



- 6) Meningkatkan kemampuan dalam mengelola gerak tubuh, koordinasi dan keterampilan tubuh pada anak dan cara hidup sehat (Ningsih, 2022).

**f. Perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.**

Pada anak usia 5-6 tahun sudah memasuki fase akhir masa anak usia dini dimana kemampuan motorik kasarnya berkembang pesat seiring dengan kematangan sistem saraf dan otot. (Hurluck, 1997) yang dikutip oleh (Zamawi, 2023) menjelaskan bahwa pada periode ini anak semakin mampu menguasai gerakan yang kompleks dan terkoordinasi, sehingga aktivitas fisik menjadi sarana penting untuk melajurkan energi dan melatih keterampilan gerakanya.

Menurut kurikulum taman kanak-kanak Dediknas (2007), anak-anak berusia antara 5 dan 6 tahun mengembangkan keterampilan motorik kasar mereka dengan cara berikut (Depdiknas, 2007):

- 1) Merangkak
- 2) Lari sambil membawa secangkir air dan lakukan gerakan miring, menyimpang, mengangkat tumit, berjinjit dan lurus.
- 3) Bergerak lurus, berjinjit, mengangkat tumit
- 4) Ambil tiga langkah berjinjit setiap tiga langkah sambil berjalan di trotoar sambil memegang secangkir penuh air dan merentangkan tangan, menahan beban di atas kepala, dan tidak menumpahkan air.
- 5) Melompat dengan punggung ke arah tertentu dari ketinggian 60-75 cm.

- 6) Lompatan dilakukan dengan satu kaki

Berikut tahapan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun:

- 1) Berjalan, berjalan seperti sambil bergantian melompat dengan satu kaki.
- 2) Berlari serta jarang terjatuh, bertambah kecepatan
- 3) Melompat dengan lompatan jauh dan tinggi.
- 4) Memanjat

Penjelasan ini di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa anak usia 5-6 tahun mengalami pertumbuhan yang pesat. Kegiatan yang meningkatkan keterampilan motorik kasar yaitu ada melompat, memanjat, mengkoordinasi gerakan berenang bahkan bermain pencak silat juga bisa melatih koordinasi.

## **2. Pencak Silat**

### **a. Pengertian Pencak Silat**

Rahmayani menjelaskan pencak silat merupakan olahraga yang menggabungkan ilmu bela diri, seni dan membutuhkan konsentrasi yang tinggi. Pencak silat ini juga merupakan warisan budaya nasional yang kini telah berkembang secara internasional. (Ningsih, 2022). Kriswanto "pencak silat merupakan bela diri nenek moyang kita sebagai warisan budaya masyarakat oleh karena itu harus dilestarikan, dibina dan dikembangkan" (AZIZAH, 2023).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mengartikan pencak silat adalah permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri menggunakan tangkisan, menyerang, membela diri

dengan atau tanpa senjata. Pencak silat adalah seni beladiri yang memiliki unsur keindahan dan tindakan (Pranoto, 2018).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pencak silat merupakan beladiri asal Indonesia yang gerakannya dihasilkan dari akal dan budi manusia, yang bisa mengancam dan memberikan keselamatan dan pembelaan diri dalam hidup.

#### **b. Pencak silat dalam pendidikan**

Pencak silat bukan hanya sekedar sebuah sarana olahraga tetapi banyak hal yang sangat berarti. Pendidikan yang terintergrasi tidak hanya pendidikan tentang nilai moral dalam sekolah. Perkembangan pendidikan tentang motorik kasar dalam TK juga bisa dilakukan melalui pencak silat.

Banyak manfaat yang bisa diambil dari pencak silat menurut Oktafianto yaitu ada beberapa nilai-nilai yang terkandung sebagai berikut: (1) sebagai budaya Indonesia, (2) Falsafah budi pekerti luhur sebagai dasar ajaran pencak silat, (3) Pembinaan mental spiritual/budi pekerti, bela diri, seni, dan olahraga sebagai aspek integral dan substansinya. (Pranoto, 2018).

Ada juga manfaat pencak silat untuk pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotor.

- 1) Kemampuan kognitif, kognitif berkembang sejalan dengan pelatihan konsep pencak silat, proses berfikir cepat dalam menghadapi masalah yang perlu segera dipecahkan dan pengambilan keputusan yang cepat dan akurat.

- 2) Kemampuan afektif, keterampilan ini berkembang sesuai dengan pelatihan yang mengarah pada sikap sportif, saling menghormati, menghargai, dan disiplin, serta rendah hati.
- 3) Kemampuan psikomotor, psikomotor berkembang sesuai dengan diberikannya latihan yang mengarah pada aktivitas fisik, salah satu contohnya pencak silat yang dinamis, menantang dan menyenangkan.

Pendidikan pencak silat yang mencakup dari segi mental dan fisik, bertujuan untuk mendorong perkembangan individu yang berkerampilan tinggi. Pencak silat juga berfungsi sebagai sarana latihan fisik untuk kesehatan, rekreasi dan prestasi (Ningsih, 2022).

#### **c. Pencak silat untuk anak usia dini**

Pencak silat dalam gerakan dasar terdiri dari empat elemen: mental, spiritual, bela diri, dan budaya. Gerakan ini direncanakan, diatur, dikoordinasi, dan dikendalikan. Pencak silat adalah olahraga yang sempurna untuk dipelajari dan bagus untuk diajarkan pada anak. Pencak silat adalah alternatif yang dapat digunakan oleh guru anak usia dini (AUD) untuk melindungi anak dari kejahatan. Karena materi pencak silat harus disesuaikan dengan usia dan tahap perkembangan anak, beberapa keterampilan gerak dasar yang dapat diajarkan oleh anak usia dini yaitu:

- 1) Kuda-kuda

Posisi kuda-kuda berasal dari kata "kuda" yang merujuk pada kaki seseorang seperti saat menunggang kuda. Kuda-kuda ada-

lah komponen penting dalam pencak silat dan merupakan cara dasar untuk menerapkan teknik dasar keterampilan pencak silat. Ini karena kuda-kuda membantu menjaga keseimbangan tubuh.

- a) Kuda depan, yaitu dengan posisi salah satu kaki di depan dan di belakang, berat badan berpusat pada kaki depan.
- b) Kuda belakang, yaitu dengan posisi salah satu kaki di depan dan di belakang, berat badan berpusat pada kaki belakang.
- c) Kuda tengah berdiri dengan kaki sejajar dengan kaki kiri, dengan kaki kiri ditekuk dan kaki kanan diluruskan, dan berat badan dibagi rata antara kedua kaki.
- d) Kuda samping berdiri dengan kaki kanan sejajar dengan kaki kiri, dengan kaki kiri ditekuk dan kaki kanan diluruskan.

Berat badan bertumpu pada kaki yang ditekuk.

## 2) Sikap pasang

Perspektif beladiri dari sikap pasang menandakan kesiapan untuk bertarung; itu juga berarti taktik siap melawan atau bertahan. Beberapa sikap pasang yang sesuai dengan fase perkembangan anak usia dini adalah sebagai berikut:

- a) Sikap pasang satu, yang menunjukkan posisi kuda-kuda tengah menghadap ke samping dengan pandangan ke samping dengan posisi kaki belakang dan depan segaris
- b) Sikap pasang dua, yang menunjukkan posisi kuda-kuda depan dengan pandangan mengikuti posisi kaki depan

- c) Sikap pasang tiga, yang menunjukkan posisi kuda-kuda tengah dengan posisi badan menghadap ke depan.

### 3) Serangan

Serangan yang terdiri dari dua yaitu ada serangan tangan dan serangan menggunakan tendangan. Pertama, serangan tangan yaitu sebagai berikut:

- a) Pukulan depan, serangan dengan lengan dan tangan dengan posisi tangan mengepal, lintasan lurus ke depan, titik target atas, tengah, dan bawah.
- b) Sikutan, serangan ini menggunakan siku atas siku dalam, siku luar, dan siku tusuk.

Berikutnya serangan tendangan ada beberapa serangan yakni sebagai berikut:

- a) Tendangan lurus, serangan dengan yang menggunakan satu kaki dan tungkai, dengan tubuh menghadap ke depan, pangkal jari-jari mengarah ke dalam, menargetkan dagu dan uluh hati.
- b) Tendangan sabit, tendangan dengan lintasan setengah lingkaran ke dalam yang menargetkan bagian tubuh, seperti bagian punggung telapak kaki atau telapak jari.
- c) Tendangan T, serangan dengan tungkai dan sebelah kaki.

Untuk serangan samping yang menargetkan seluruh tubuh, lintasan lurus ke depan dan posisi lurus.

#### 4) Belaan

Belaan merupakan serangan dengan tangkisan atau hindaran, berikut jenis-jenis belaan:

- a) Tangkisan tepis, tangkisan yang bergerak dari dalam ke luar dan atas ke bawah dengan satu atau kedua telapak tangan terbuka.
- b) Tangkisan sangga, ini merupakan tangkisan di mana satu lengan menarik siku-siku dan bergerak dari bawah ke atas dalam posisi mengepal.
- c) Elakan adalah teknik menghindar yang menggunakan salah satu kaki untuk mengubah posisi tubuh.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk anak usia dini keterampilan pencak silat yang tepat adalah yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak, sehingga anak mudah memahami dan melakukan gerakan-gerakan pencak silat. Gerakan kuda-kuda, sikap pasang, serangan dan belaan adalah tindakan yang tepat untuk anak-anak usia 5-6 tahun, terutama anak-anak usia dini yang sedang mengalami tahapan perkembangan meraka. Ketahanan tubuh sangat bermanfaat bagi anak usia dini, terutama dalam pengembangan motorik, karena gerakan yang menggunakan koordinasi tangan dan kaki. Sesuai dengan pernyataan Decaprio bahwa pembelajaran motorik adalah pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir dari beberapa hal, antara lain: susunan saraf, otot, otak, *spinl cord* (tulang belakang). (Pranoto, 2018).



### **3. Anak Usia Dini**

#### **a. Pengertian Anak Usia Dini**

Anak Usia Dini didefinisikan dalam PERDA Kabupaten Sidenreng Rappang No.1 Tahun 2020 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini Pasal 1 Ayat 14 sebagai anak yang mulai dari janin dalam kandungan hingga mencapai usia 6 tahun. Kelompok usia ini dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu janin dalam kandungan sampai lahir, bayi baru lahir hingga usia 28 hari, anak berusia 1-24 bulan, serta anak berusia 2-6 tahun (Perda No.1 Th 2020 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini.Pdf, N.D.). Menurut (Sri Watini,2020) yang dikutip oleh (Yunita & Watini, 2022) dalam jurnalnya yang berjudul Membangun Literasi Digital Anak Usia Dini melalui TV Sekolah yang mengatakan bahwa anak usia dini merupakan masa emas dimana proses tumbuh kembang yang pesat dalam segala aspek hidupan, yaitu aspek kognitif, bahasa, fisik-motorik, social-emosional, seni, moral, dan agama. Untuk tumbuh kembangnya, mereka membutuhkan dukungan, pendidikan, bimbingan dan teladan yang baik dari lingkungannya, karena salah satu karakteristik anak adalah meniru apa yang mereka lihat dan dengar.

Berdasarkan pengertian di atas tersebut, anak usia dini dalam penelitian ini difokuskan pada anak usia 5-6 tahun. Anak usia tersebut masuk tahap akhir masa anak usia dini sebelum memasuki sekolah

dasar, ketika anak menunjukkan kemajuan signifikan dalam kemampuan fisik-motorik, kognitif, dan sosial-emosional, serta sangat aktif belajar melalui bermain, peniruan dan pengalaman langsung di lingkungan sekitar.

#### **b. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini**

Karakteristik anak usia dini memiliki ciri khas senang bermain, bergerak, dan beresplorasi, serta belajar melalui pengalaman langsung dan meniru perilaku orang dewasa di sekitarnya (Suyadi, 2009; Kuku et al., 2025). Perkembangan menurut pendapat Sunrock dalam Soetjiningsih menyatakan bahwa perkembangan adalah pola perubahan yang dimulai sejak pembuahan dan terus berlanjut disepanjang rentang kehidupan individu. Hurlock juga menyatakan bahwa perkembangan adalah serangkaian perubahan progressif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman

Karakteristik anak usia dini sangatlah unik, sebagaimana yang diungkapkan oleh Suyadi arti karakteristik anak-anak usia sekolah dasar adalah anak yang suka bermain. Dunia anak-anak memang merupakan dunia permainan, di mana proses belajar mereka banyak terjadi melalui aktivitas bermain (Nurasyiah & Atikah, 2023).

Pada masuk usia 5-6 tahun perkembangan fisik-motorik anak ditandai oleh kemampuan melakukan gerakan yang lebih kompleks dan terkoordinasi, seperti berlari dengan jarak lebih jauh, jatuh,

melompat jauh dan tinggi, memanjat, serta mengombinasikan beberapa gerakan dalam satu rangkaian aktivitas. Pada saat yang sama perkembangan kognitif dan sosial-emosional anak juga mengalami kemajuan yang terlihat dari anak mulai memahami aturan sederhana, mengungkapkan pikiran melalui bahasa, bekerja sama dan bermain dengan teman sebaya, serta belajar menahan diri untuk menunggu giliran dan menyesuaikan perilaku di lingkungan sehari-hari (Nurasyiah & Atikah, 2023; Dr. H. Syamsu Yusuf LN, 2008).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik dan perkembangan anak usia 5-6 tahun memiliki kebutuhan tinggi akan aktivitas fisik yang menantang sekaligus kesempatan untuk belajar mengendalikan tubuh, mengikuti aturan, dan berinteraksi dengan teman. Oleh karena itu, kegiatan pembelajaran yang mengintegrasikan gerak motorik kasar dengan pembentukan karakter, seperti keberanian, disiplin, dan kerja sama, menjadi sangat relevan pada tahap ini.

#### **c. Prinsip Perkembangan Anak Usia Dini**

Bredenkamp dan Copple menjelaskan bahwa prinsip perkembangan anak usia dini mencakup aspek fisik-motorik, sosial-emosional, bahasa, dan kognitif yang saling berkaitan dan saling mempengaruhi satu sama lain. Perkembangan berlangsung secara bertahap dan relatif dapat diprediksi, namun setiap anak memiliki kecepatan dan pola perkembangan yang berbeda pada masing-

masing aspek, tergantung pada kematangan biologis dan pengalaman yang dialaminya (Nurasyiah & Atikah, 2023).

Pengalaman awal anak memiliki pengaruh berkelanjutan terhadap perkembangan selanjutnya, sementara konteks sosial-budaya tempat anak tumbuh dengan cara anak belajar dan berperilaku. Lingkungan sosial-budaya tempat anak tumbuh, termasuk pola asuh keluarga, nilai-nilai masyarakat, dan pengalaman di sekolah, turut membentuk cara anak memahami dunia dan merespons situasi yang dihadapinya. Anak dipandang aktif setiap membangun pengetahuannya sendiri melalui interaksi dengan lingkungan fisik dan sosial, bukan sekadar penerima informasi. Kegiatan bermain menjadi media utama bagi anak untuk mengeksplorasi, mengekspresikan diri, serta mengembangkan kemampuan sosial, emosional, dan kognitif secara alami dan menyenangkan (Nurasyiah & Atikah, 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial anak merupakan proses belajar yang esensial untuk mencapai kematangan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Dr. H. Syamsu Yusuf LN, 2008). Pada usia 5-6 tahun ini akan tanpa prosesnya ketika anak belajar bekerja sama, menunggu giliran, mematuhi aturan permainan, dan menjalani hubungan dengan teman sebaya melalui aktivitas bermain di rumah maupun di sekolah.

#### **d. Pendidikan untuk Anak Usia Dini**

Pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak usia 0-6 tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan agar mereka tumbuh dan berkembang secara optimal, jasmani maupun rohani, serta siap memasuki jenjang pendidikan berikutnya (Suyadi & Maulidya, Ulfah, 2013; Sudarna, 2014). Dalam regulasi nasional, pendidikan anak usia dini diharapkan untuk mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak nilai agama dan moral, sosial-emosional, kognitif, bahasa, fisik-motorik, dan seni, sesuai karakteristik dan kebutuhan masing-masing tahap usia (Perda No.1 Th 2020 Tentang Penyelenggaraan PAUD .Pdf, N.D.).

Pada rentang usia 5-6 tahun yang umumnya berada di kelompok B Taman Kanak-Kanan atau PAUD, pendidikan difokuskan untuk memperkuat kemandirian, kemampuan bersosialisasi, kesiapan belajar akademik dasar, serta penguasaan kerampilan motorik kasar dan halus yang menunjang aktivitas di sekolah dasar (Yunita & Watini, 2022). Proses pembelajaran pada tahap ini perlu dirancang berbasis bermain aktif, eksploratif, dan bermakna, sehingga anak dapat belajar melalui pengalaman langsung sambil tetap merasa senang dan termotivasi dalam mengikuti kegiatan di kelas (Suyadi & Maulidya, Ulfah, 2013).

Berdasarkan penjelasan di atas, pendidikan anak usia 5-6 tahun dimana guru tidak hanya menyampaikan materi kognitif, tetapi juga menyediakan berbagai kegiatan yang mengintegrasikan pengembangan fisik-motorik dengan pembentukan karakter, seperti

disiplin, keberanian, kerja sama, dan kepatuhan terhadap aturan. (Kuku et al., 2025). Aktivitas fisik terstruktur, termasuk permainan tradisional dan seni bela diri yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak, seperti gerak dasar pencak silat, dapat dimanfaatkan sebagai strategi untuk menstimulasi motorik kasar sekaligus menanamkan nilai-nilai positif dalam proses pembelajaran di PAUD (Ningsih, 2022; Pranoto, 2018).

#### **4. Hubungan Motorik Kasar dengan Pencak Silat**

Perkembangan motorik kasar (Ningsih, 2022) merupakan aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini. Aktivitas motorik kasar sangat berkaitan dengan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan aktivitas lain yang menuntut koordinasi, kekuatan, dan keseimbangan. Di antara berbagai cara untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar, pembelajaran seni bela diri tradisional seperti pencak silat memiliki peran signifikan. Pencak silat bukan hanya sekadar olahraga atau seni bela diri, tetapi juga mencakup unsur pendidikan jasmani, mental, dan moral. Kegiatan ini dapat mendukung pengembangan motorik kasar dengan memberikan berbagai latihan fisik yang terstruktur, menantang, dan menyenangkan untuk anak usia dini hingga usia sekolah dasar (Ningsih, 2022).

##### **a. Pengertian Motorik Kasar**

Motorik kasar adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar tubuh yang bekerja secara terpadu untuk menghasilkan gerak, baik

sebagian maupun keseluruhan tubuh. Aktivitas ini mencakup gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menendang, dan menangkap. Gerakan motorik kasar berperan penting dalam mendukung aktivitas sehari-hari dan menjadi fondasi bagi perkembangan aspek-aspek lain seperti kognitif, sosial, dan emosional. (Ningsih, 2022).

Menurut Hurlock (1997), perkembangan motorik kasar anak usia dini secara keseluruhan ditandai dengan kemajuan pada komponen gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Sujiono menambahkan bahwa motorik kasar adalah kemampuan untuk mengkoordinasi bagian tubuh anak menggunakan otot-otot besar, seperti tangan, kaki, dan seluruh tubuh. Lerner dan Kline juga menekankan bahwa keterampilan motorik kasar mencakup aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, dan menangkap. Rangsangan yang tepat dan lingkungan yang mendukung sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak.

b. Teori Perkembangan Motorik Kasar

Teori perkembangan motorik kasar mendasari bahwa anak usia dini mengalami lonjakan pesat dalam koordinasi dan kekuatan otot.

Prinsip yang dikemukakan Malina dan Bouchard sebagai berikut:

- 1) Kematangan Saraf Perkembangan, motorik kasar sangat dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf pusat. Pada usia di bawah lima tahun, sistem saraf anak telah mencapai tingkat kematangan tertentu sehingga anak mampu melakukan



berbagai aktivitas motorik, seperti berlari, melompat, dan melakukan gerakan-gerakan kompleks lain.

- 2) Motivasi dan Pengalaman, motivasi memberikan dorongan kepada anak untuk rajin beraktivitas fisik. Lingkungan dan pengalaman belajar yang menyenangkan akan memperkaya pengalaman motorik anak. Melalui latihan dan pengalaman yang rutin, anak memperoleh keterampilan baru serta meningkatkan kepercayaan diri.

Unsur-unsur Motorik Kasar Richard (2013) menyebutkan beberapa unsur penting dalam motorik kasar, yaitu: Kekuatan (*Strength*): Kemampuan otot untuk melakukan gerakan dengan tenaga, seperti menendang, melompat, atau memanjat. Koordinasi (*Coordination*): Kemampuan menggabungkan berbagai gerakan tubuh secara harmonis untuk melakukan aktivitas tertentu. Kecepatan (*Speed*): Kemampuan anak melakukan gerakan dalam waktu singkat. Keseimbangan (*Balance*): Kemampuan mempertahankan posisi tubuh, baik saat diam maupun saat bergerak. Kelincahan (*Agility*): Kemampuan berpindah posisi atau bergerak dengan cepat dan tepat. Kelenturan/Fleksibilitas (*Flexibility*): Kemampuan tubuh bergerak dalam berbagai posisi yang memerlukan rentang gerak.

Definisi dan Konsep Pencak Silat Pencak silat adalah warisan budaya bangsa Indonesia yang kini telah dikenal hingga ke dunia internasional. Menurut Rahmayani, pencak silat menggabungkan unsur bela diri, seni, dan konsentrasi tinggi. Kriswanto menambahkan

bahwa pencak silat adalah seni beladiri dengan aspek keindahan gerak, serta sebagai warisan budaya yang layak dilestarikan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pencak silat adalah permainan (keterampilan) dalam mempertahankan diri yang meliputi tangkisan, serangan, membela diri dengan atau tanpa senjata. Selain sebagai olahraga, pencak silat mengajarkan nilai moral, kedisiplinan, sportivitas, dan kemandirian.

c. Motorik Kasar dalam Pencak Silat

Pelaksanaan latihan pencak silat sangat erat kaitannya dengan pengembangan motorik kasar. Gerakan-gerakan dalam pencak silat menuntut penggunaan semua unsur motorik kasar seperti kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, kelincahan, dan kelenturan. (Zamawi, 2023). Beberapa contoh aktivitas motorik kasar yang dominan dalam pencak silat (Pranoto, 2018) meliputi:

- 1) Kuda-Kuda: Posisi dasar yang melatih kekuatan dan keseimbangan otot kaki serta postur tubuh.
- 2) Sikap Pasang: Melatih koordinasi dan kelincahan dalam mengatur posisi tubuh, bersiap menyerang atau bertahan.
- 3) Serangan dan Tangkisan: Melibatkan gerakan pukulan, tendangan, dan tangkisan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan koordinasi antara anggota tubuh dengan cepat dan terarah.
- 4) Belaan/Elakan: Teknik tangkisan dan elakan untuk menghindari serangan lawan, membutuhkan refleks dan penguasaan keseimbangan.

d. Teori Perkembangan Motorik Kasar dalam Aktivitas Pencak Silat

1) Kemampuan motorik kasar dapat berkembang dengan latihan yang terstruktur dan rutinitas. Aktivitas seperti pencak silat memberikan kesempatan pada anak untuk memperoleh pengalaman gerak yang bervariasi, berulang, dan meningkat tingkat kesulitannya. Rangsangan yang diberikan dalam latihan pencak silat berupa variasi gerakan dasar seperti langkah, tendangan, tangkisan, dan elakan melatih hampir semua otot besar tubuh (Ningsih, 2022).

2) Teori Kematangan ini menekankan pada kesiapan sistem biologis dalam perkembangan seorang anak. Progresivitas latihan pencak silat akan lebih efektif apabila diberikan pada fase-fase perkembangan motorik kasar yang optimal. Pada masa usia 5-6 tahun, sistem motorik dan kendali gerak anak sudah cukup matang untuk dikoordinasikan, sehingga pencak silat sangat relevan untuk dikembangkan pada rentang usia dini ini (Depdiknas, 2007).

3) Teori Perkembangan Sosial-Kognitif

Latihan pencak silat tidak hanya melatih fisik, tetapi juga keterampilan sosial melalui interaksi dengan teman berlatih ataupun pelatih. Menurut teori ini, anak belajar bukan hanya dari pengalamannya sendiri tetapi juga meniru gerakan, sikap sportivitas, dan perilaku sosial lain dari pelatih atau teman sebayanya.

4) Teori Psikomotor Gerakan berulang dalam pencak silat membentuk kontrol gerakan tubuh yang semakin baik. Dalam perspektif psikomotor, keterampilan diperoleh melalui latihan yang membangun jalinan antara sistem saraf, otot, dan otak secara sinergis. Gerakan seperti kuda-kuda, sikap pasang, dan berbagai teknik serangan serta belaian dalam pencak silat merupakan latihan nyata untuk membangun keterampilan psikomotor anak (Ningsih, 2022).

e. Studi Penelitian Terkait

Penelitian oleh Sapto Adi, Supriyadi, Ndaru Kukuh Masgumelar, dan Abi Fajar Fathoni (2022) menyimpulkan bahwa model latihan motorik kasar melalui aktivitas fisik, termasuk pencak silat, efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. Rutin melakukan latihan motorik kasar seperti pencak silat dapat meningkatkan kebugaran, VO2max, komposisi tubuh, kekuatan dan daya tahan otot serta fleksibilitas anak.

Studi lain oleh Rembulan Catra Banyu Biru et al. (2024) menunjukkan bahwa model pembelajaran berorientasi bermain dalam pencak silat memberikan peningkatan signifikan pada keterampilan motorik kasar anak usia dini, terutama pada aspek keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi. Penelitian Nuki Fadilah dan Sri Setyowati (2017) serta Ivo Sindia Nur Azizah & Agustiarini Eka Dheasari (2023), juga menyimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler

pencak silat maupun tapak suci memberikan kontribusi positif nyata pada perkembangan motorik kasar anak TK.

Selain pencak silat, penelitian oleh Nuril Alfainy (2022) tentang permainan tradisional juga menegaskan pentingnya aktivitas yang melibatkan otot-otot besar untuk menstimulasi motorik kasar anak usia dini. Keberhasilan pencak silat sebagai media pengembangan motorik kasar ada pada sifat kegiatannya yang variatif, menyenangkan, dan kaya gerak.

f. Landasan Teoretis Pendidikan Motorik Kasar Melalui Pencak Silat

Pencak silat sebagai media pendidikan motorik kasar mengintegrasikan beberapa aspek teori perkembangan, di antaranya: Pertama, aspek fisik yaitu selalui latihan rutin, anak akan mengembangkan kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelenturan, dan koordinasi. Gerakan dasar seperti kuda-kuda dan tendangan sangat efektif memperkuat otot-otot besar.

Kedua, aspek kognitif yaitu latihan strategi bertahan dan menyerang dalam pencak silat menstimulasi perkembangan kognitif, seperti kemampuan mengambil keputusan cepat, pemecahan masalah, dan mengorganisasi gerakan secara mental. Ketiga, aspek emosional yaitu anak belajar mengendalikan diri, menerima kemenangan maupun kekalahan, mengelola emosi saat latihan, serta membangun kepercayaan diri.

Keempat, aspek sosial yaitu melalui latihan berkelompok, anak dilatih untuk bekerjasama, menghargai teman, mematuhi

aturan, dan meneladani sikap sportivitas. Kelima, aspek psikomotorik yaitu latihan pencak silat memperkuat motorik kasar dan menyempurnakan koordinasi gerak tubuh.

g. Faktor yang Mempengaruhi Pengembangan Motorik Kasar Melalui Pencak Silat

Faktor-faktor berikut sangat berperan dalam efektivitas pengembangan motorik kasar melalui pencak silat (Zamawi, 2023): pertama, keturunan Berpengaruh pada bentuk fisik dan dasar kemampuan motorik anak. Kedua, proses kelahiran: Anak yang lahir secara normal dan tepat waktu cenderung lebih mudah mengembangkan keterampilan motorik kasar. Ketiga, kesehatan fisik dan kecerdasan: Anak dengan kesehatan fisik dan intelegensi bagus lebih mudah menguasai gerak pencak silat. Keempat, lingkungan: lingkungan yang mendukung, seperti adanya pelatih, ruang latihan, dan teman, akan mempercepat perkembangan motorik kasar. Kelima, stimulasi: pemberian latihan dan tantangan yang bervariasi memacu proses belajar motorik. Keenam, motivasi dan minat Anak: semakin tinggi motivasi, semakin cepat perkembangan keterampilan motorik.

h. Integrasi Pembelajaran Pencak Silat untuk Anak Usia Dini

Pencak silat dapat diintegrasikan dalam pembelajaran anak usia dini sebagai sarana edukatif yang kaya manfaat. Pembelajaran harus memperhatikan aspek perkembangan anak dan diberikan secara bertahap sesuai usia dan tingkat kemampuan motorik kasar anak. Materi gerakan dasar seperti kuda-kuda, sikap pasang, se-

rangan sederhana (pukulan/tendangan), dan belaan elakan, dapat diajarkan dengan pendekatan bermain sehingga anak merasa senang dan tertantang dalam berlatih (Pranoto, 2018).

Pembelajaran pencak silat yang baik akan memberikan pengalaman motorik yang bervariasi, memperkuat otot, mengasah koordinasi, memperbaiki keseimbangan, serta meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, anak juga belajar disiplin, tanggung jawab, dan nilai-nilai luhur budaya bangsa yang terkandung dalam pencak silat (Zamawi, 2023).

Berdasarkan penjelasan di atas motorik kasar dan pencak silat berkaitan erat dalam proses perkembangan anak usia dini maupun anak usia sekolah. Melalui berbagai gerakan dasar pencak silat seperti kuda-kuda, sikap pasang, serangan, dan belaan. Pencak silat melibatkan kesempatan kepada anak untuk melibatkan otot-otot besar tubuhnya, melatih koordinasi, keseimbangan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan dalam suasana yang menyenangkan dan terarah. Jika dikaitkan dengan kerangka perkembangan motorik kasar yang menekankan kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, kelincahan, dan kelenturan, maka gerak dasar pencak silat tersebut dapat dipahami sebagai rangkaian aktivitas fisik yang mengaktifkan seluruh unsur motorik kasar secara terpadu pada anak usia 5–6 tahun.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan rumusan masalah yang diambil, berikut hasil penelitian dengan judul Implementasi Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD TQ Yogyakarta menggunakan teknik analisa data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Implementasi gerak dasar pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ. Hal ini terlihat pada saat penelitian menggunakan Teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi terlihat bahwa perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun sangat dipengaruhi oleh penerapan kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di mana semua unsur-unsur motorik kasar itu terstimulasi dengan baik, terutama pada keseimbangan anak yang terlihat dengan jelas.
2. Kontribusi nyata gerak dasar pencak silat terhadap gerak motorik kasar anak usia 5-6 Tahun di TK TQ, adanya beberapa keterkaitan dan saling mempengaruhi dengan perkembangan motorik kasar anak, dapat disimpulkan bahwa pelajaran kuda-kuda, sikap pasang, serangan tangan, serangan kaki, dan belaan secara signifikan mendukung pengembangan aspek motorik kasar seperti kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, dan kelincahan pada anak usia dini. Selain itu, pencak silat tidak hanya berperan sebagai olahraga bela diri, tetapi juga mengandung nilai-nilai budaya Indonesia serta pembinaan mental dan spiritual yang integral,

sehingga memberikan kontribusi positif secara menyeluruh bagi perkembangan fisik dan karakter anak.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang penelitian yang berjudul “Implementasi Gerak Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 Tahun Melalui Gerak Dasar Pencak Silat di PAUD Terpadu Qotrunnada Yogyakarta”, sebagai berikut:

### **1. Keterbatasan penelitian**

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam penafsiran hasil. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada satu lembaga yaitu PAUD TQ Yogyakarta sehingga temuan yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan ke lembaga lain dengan karakteristik yang berbeda. Kedua, jumlah informan dalam penelitian ini relatif terbatas yakni hanya guru kelas, pelatih pencak silat dan beberapa pihak sekolah. Ketiga, durasi penelitian yang singkat juga menjadi kendala karena peneliti belum dapat mengamati perkembangan motorik kasar anak secara berkelanjutan dalam waktu yang lebih panjang. Keempat, peneliti kesusahan saat mencari referensi karena penelitian ini masih belum banyak yang meneliti. Dan kelima, peneliti juga hanya berfokus pada gerak dasar pencak silat sebagai bentuk stimulasi motorik kasar sehingga belum mencakup variasi teknik pencak silat lain yang berpotensi memberikan dampak berbeda terhadap perkembangan anak.

### **2. Untuk Penelitian Berikutnya**

Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan melibatkan varia-

si gerakan pencak silat yang lebih lengkap dan durasi latihan yang lebih lama untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengaruh pencak silat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini.

3. Untuk Guru dan Pendidik PAUD

Diharapkan dapat memanfaatkan gerak dasar pencak silat sebagai salah satu metode pembelajaran yang menyenangkan dan efektif dalam mengembangkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, serta menanamkan nilai disiplin, mental, dan spiritual sejak dini.

4. Untuk Lembaga Pendidikan PAUD Terpadu Qotrunnada

Diusulkan untuk menyediakan fasilitas dan sarana pendukung yang memadai agar kegiatan pembelajaran gerak dasar pencak silat dapat berjalan optimal dan menjadi ekstrakurikuler yang rutin serta diminati oleh anak-anak.

5. Untuk Orang Tua

Disarankan agar orang tua memberikan dukungan dan motivasi kepada anak untuk rutin mengikuti latihan pencak silat serta menyediakan waktu yang cukup untuk anak berlatih gerak motorik kasar di rumah.

6. Untuk Pengembangan Kurikulum PAUD

Sebaiknya memasukkan materi gerak dasar pencak silat secara sistematis dalam kurikulum pembelajaran sebagai alternatif olahraga dan pengembangan motorik kasar yang menyatu dengan pembentukan karakter anak usia dini.

7. Untuk Pelatih Pencak Silat Anak

Disarankan menggunakan metode pembelajaran yang menyenangkan, aman, serta menyesuaikan dengan perkembangan usia dan karakter anak agar latihan dapat memberikan hasil optimal dan anak tetap bersemangat.

8. Untuk Peneliti dan Praktisi Pendidikan Anak Usia Dini

Sebaiknya melakukan kolaborasi dan penelitian multidisipliner untuk mengkaji lebih jauh dampak pembelajaran pencak silat terhadap aspek perkembangan lain selain motorik kasar, seperti sosial emosional dan kognitif anak.



## DAFTAR PUSTAKA

- A Wathon. (2024). Pengaruh Kegiatan Menggunting Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Sistem Informasi Manajemen*, 7(2). <https://oj.lapamu.com/index.php/sim/article/view/229>
- Andayani, S. (2021). *KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI*. 7(2).
- Anggraini, D. D. (2022). *Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini*. Kreator Cerdas Indonesia.
- Astuti, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Pada Balita Usia 4-5 Tahun Di TK Siswa Harapan Ciliwung Surabaya. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45–53. <https://doi.org/10.47560/keb.v9i1.241>
- AZIZAH, S. (2023). *IMPLEMENTASI PROGRAM MUATAN LOKAL PEMBELAJARAN PENCAK SILAT DALAM MENUMBUHKAN NILAI-NILAI KARAKTER PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN* eprints.untirta.ac.id. <https://eprints.untirta.ac.id/id/eprint/26727>
- B. Hurlock, E. (1978). *Perkembangan Anak* (6th ed.). Erlangga.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Depdiknas. (2007). *Kurikulum Taman Kanak-Kanak* (3rd ed.). Depdiknas.
- Dr. H. Syamsu Yusuf LN. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja* (9th ed.). PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Ekayanti Tarigan, & Bukit, S. (2022). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Foot Print Game di TK Negeri Pembina Pancur Batu T.A 2021/2022. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 152–158. <https://doi.org/10.54259/diajar.v1i2.676>

- Fadilah, N. & Setyowati, Sri. (2017). *Kontribusi Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Kelompok A Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 05 Surabaya. 06.*
- Holisoh, I. H., Budiman, D. B., & Stephani, M. R. S. (2024). Analisis Motorik Kasar dan Kebugaran Jasmani terhadap Performa Atlet Tanding Pencak Silat Usia Dini. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 258–268. <https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.543>
- Ifalahma, D., & Retno, Z. M. (2023). Faktor Perkembangan Motorik dan Perkembangan Kognitif Anak: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 707. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.3.2023.707-714>
- Intan Tri Puspitasari. (2024). *Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Gerakan Dasar Pencak Silat Di Paguron Pencak Silat Pusaka Riksa Diri Kabupaten Garut*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Jenal Abidin, Esa Eryani, Fitria Himatul Aliyah, Ila Mustakimah, & Nuri Andiani Putri. (2023). Metode Pembelajaran Olahraga Renang Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Di TK PGRI Merpati Babakan Pangandaran. *Al-Abyadh*, 6(2), 63–73. <https://doi.org/10.46781/al-abyadh.v6i2.698>
- Juliana, S. N. (2022). Keterlambatan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2).
- Khoirul, Andrianto. (2020). *Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan Di Sekolah Dasar Sekolah Luar Biasa C Karya Ibu Palembang*. universitas Bina Darma.
- Kumar, R. (2019). *Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners* (5th ed.). London: Sage Publications.
- Kuku, H., Cikita, M., & Anggowa, M. (2025). *Karakteristik Anak Didik sebagai Dasar dalam Mendukung Proses Pendidikan Anak Usia Dini*. 2(3). <https://doi.org/10.61132/inpaud.v2i3>



- Mayar, F., & Sriandila, R. (2021). Pentingnya Mengembangkan Fisik Motorik Anak Sejak Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3). <https://doi.org/10.31004/jptam.v5i3.2236>
- Nasihin, M. L. (2020). *Peran Organisasi Pencak Silat Dalam Menjaga Negara Kesatuan Republik Indonesia (Studi Persaudaraan Setia Hati Terate Wulahan Kabupaten Jember)*. Institut Agama Islam Negeri Jember.
- Ningsih, E. W. (2022). *Pengaruh Gerakan Dasar Pencak Silat Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 tahun Di Tk Negeri 1 Atap Sidomulyo*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Nur Azizah, I. S., & Dheasari, A. E. (2023). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Aba 2 Pendil. *AS-SABIQUN*, 5(1), 330–346. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v5i1.2828>
- Nurasyiah, R., & Atikah, C. (2023). KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI. *Khazanah Pendidikan*, 17(1), 75. <https://doi.org/10.30595/jkp.v17i1.15397>
- Nuril Alfainy. (2022). *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Dengan Permainan Tradisional Engklek Pada Media Karpet Ajaib Di Ra Perwanida 01 Cepiring Kendal*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- PERDA NO.1 th 2020 TENTANG PENYELENGGARAAN PENDIDIKAN ANAK USIA DINI.pdf. (n.d.).
- Pranoto, A. (2018). *Pengaruh Pencak Silat Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Di Kelompok B Tk Kartika IX-36 Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember*. Universitas Jember.
- Raynata, C. G., & Wijaya, A. (2025). *Analisis Tingkat Keterampilan Motorik Kasar Pada Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat di Sekolah Dasar*. 10(1). <https://doi.org/doi.org/10.24036/SportaSaintika/vol10-iss1/424>



- Sahara, Z. I., Muslihin, H. Y., & Mulyana, E. H. (2021). Studi Kasus Keterlambatan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Di Taam Futuhal Arifin. *Jurnal PAUD Agapedia*, 5(1), 124–128. <https://doi.org/10.17509/jpa.v5i1.39704>
- Sapto Adi, Supriyadi, Ndaru Kukuh Masgumelar, & Abi Fajar Fathoni. (2022). Development of gross motor skills exercise models and physical activities to enhance physical fitness of elementary school students. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(12). <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.12372>
- Silver, C., & Woolf, N. H. (2018). Qualitative Analysis Using NVivo: The Five-Level QDA Method. London: Routledge.
- Sudarna. (2014). *Pendidikan anak Usia Dini Berkarakter*. Genius.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (edisi ke-2). Alfabeta.
- Suyadi. (2009). *Permainan Edukatif yang Mencerdaskan*. Power Books (Ihdina).
- Suyadi & Maulidya, Ulfah. (2013). *Konsep Dasar PAUD*. PT Remaja Rosdakarya.
- Tahira, A., Muslihin, H. Y., & Rahman, T. (2022). Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Ini Melalui Kegiatan Tari Kreasi. *Jurnal Jendela Bunda Program Studi PG-PAUD Universitas Muhammadiyah Cirebon*, 9(2), 21–30. <https://doi.org/10.32534/jjb.v9i2.2731>
- Wasis, S. (2022). *Pentingnya Penerapan Merdeka Belajar Pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)*. 09(02).
- Yunita, Y., & Watini, S. (2022). Membangun Literasi Digital Anak Usia Dini melalui TV Sekolah. *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(7), 2603–2608. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i7.729>

Zamawi, M. N. F. (2023). Pengaruh Latihan Sepak Bola Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Penelitian Anak Usia Dini*, 2(2), 39–45. <https://doi.org/10.18860/jpaud.v2i2.6974>

