



Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-6 Tahun Peserta Ekstrakurikuler Taekwondo: Sebuah Penelitian *Concurrent Mixed Method*

Najwa Ananda Huriah¹, Nenden Sundari², dan Esya Anesty Mashudi³

^{1,2,3} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-6 tahun yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang serta mengetahui bentuk stimulasi dalam ekstrakurikuler Taekwondo yang berdampak terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang. Metode penelitian yang digunakan adalah *concurrent mixed methods*, dengan desain paralel konvergen design. Data yang dianalisis secara kuantitatif diperoleh dari tes tindakan gerakan Taekwondo dan lembar penilaian kemampuan motorik kasar anak usia dini sementara teknik analisis data kualitatif dilakukan menggunakan tiga tahap model interaktif yakni reduksi data, display data, dan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kemampuan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo adalah 18,14 dan termasuk pada kategori Berkembang sangat baik (BSB), selain itu setiap gerakan dalam Taekwondo menjadi bentuk stimulasi yang positif terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Kata Kunci : Motorik kasar; Taekwondo; Anak Usia Dini

ABSTRACT. This study aims to determine the profile of gross motor skills in children aged 4-6 years who take part in the Taekwondo extracurricular at TKIT Bina Bangsa Islamic School, Serang City and determine the form of stimulation in the Taekwondo extracurricular which has an impact on the gross motor skills of children aged 4-6 years who take part in the extracurricular Taekwondo at TKIT Bina Bangsa Islamic School, Serang city. The method used is *concurrent mixed methods*, with a parallel convergent design. The data analyzed quantitatively was obtained from Taekwondo movement action tests and assessment sheets for early childhood gross motor skills, while qualitative data analysis techniques were carried out using three stages of the interactive model, namely data reduction, data display and conclusions. The results of the research show that the average gross motor ability of children aged 4-6 years who take part in extracurricular Taekwondo is 18.14 and is included in the very well developed category. Apart from that, every movement in Taekwondo is a form of positive stimulation for the gross motor skills of young children.

Keyword : Gross motor skills; Taekwondo; Early childhood

Copyright (c) 2024 Najwa Ananda Huriah dkk.

✉ Corresponding author : Najwa Ananda Huriah

Email Address : najwaanhr@upi.edu

Received 17 Mei 2024, Accepted 19 Juni 2024, Published 19 Juni 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peran sentral dalam peningkatan mutu sumber daya manusia karena melalui pengajaran berbasis ilmu pengetahuan, kemampuan intelektual masyarakat dapat diperkaya. Pentingnya pendidikan juga tercermin dalam peranannya sebagai penyedia bekal pengetahuan yang berguna untuk masa depan [1]. Proses pendidikan mengimplikasikan transformasi perilaku dan tindakan individu guna mencapai kedewasaan melalui interaksi belajar-mengajar yang lebih dari sekadar penyampaian informasi. Namun, pendidikan mengarahkan orang untuk belajar dan memperbaiki perilaku mereka sesuai dengan tahap perkembangan mereka [2]. Dalam Pasal 1 Ayat 14 dari Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pendidikan anak usia dini adalah proses pembelajaran yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia 6 tahun. Kegiatan ini dilaksanakan melalui rangsangan pendidikan untuk meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan anak agar mereka siap untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya [3], [4].

Dalam ranah pendidikan sekolah, pembelajaran dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis kegiatan: intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Salah satu upaya untuk meningkatkan aspek olahraga di lingkungan sekolah adalah melalui pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler. Hastuti dalam Febriansyah menjelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan aktivitas di luar jam belajar yang disusun secara terencana untuk memenuhi kebutuhan materi pendidikan. Kegiatan ini dilakukan dengan jadwal yang ditetapkan tersendiri sesuai dengan kebutuhan [5]. Partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler memegang peranan yang krusial dalam memenuhi kebutuhan perkembangan siswa. Fokus utama dari kegiatan tersebut adalah memberikan peluang kepada siswa untuk belajar dan berinteraksi secara kolaboratif, memberikan manfaat tidak hanya masa kini tetapi juga masa mendatang mereka. Maka, kegiatan ekstrakurikuler dapat dianggap sebagai komponen pendidikan dalam arti luas [6]. Kegiatan ekstrakurikuler sangat bermanfaat bagi pendidik dan siswa karena merupakan cara penting untuk mendukung dan melengkapi pencapaian misi pembangunan di luar kegiatan akademik sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler dapat meningkatkan semangat siswa untuk mencapai prestasi akademik dan non-akademis [6]. Menurut ketentuan Pasal 1 Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 62 tahun 2014, aktifitas ekstrakurikuler merujuk aktivitas yang dilaksanakan siswa di luar waktu pembelajaran terjadwal, tetapi tetap diawasi dan dibimbing oleh pihak sekolah. Ekstrakurikuler yang mencakup berbagai jenis olahraga seperti sepak bola, beladiri, voli, catur, adalah kegiatan ekstrakurikuler yang paling disukai oleh siswa [7].

Menurut hasil penelitian terdahulu diketahui bahwa minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga cenderung tinggi [8], [9], [10]. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan olahraga ekstrakurikuler di PAUD adalah untuk memperkaya Kemampuan motorik fisik anak usia dini. Proses perubahan pada tubuh seseorang dikenal sebagai perkembangan fisik [11]. Sementara itu, perkembangan motorik mengacu pada kemajuan dalam mengendalikan gerakan fisik melalui koordinasi antara sistem saraf dan otot [12]. Perbedaan pada penelitian ini adalah kegiatan yang berbeda yaitu

Taekwondo. Selain itu metode yang digunakan adalah *Concurrent Mixed Method* dengan desain *paralel konvergen design*.

Bagian dari perkembangan motorik merupakan perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar mengaitkan kemampuan menggerakkan bagian tubuh besar secara terkoordinasi oleh otak dan mengatur gerakan tubuh yang dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal [13], [14], [15]. Sebaliknya, motorik halus melibatkan gerakan yang dilakukan oleh otot-otot kecil dan ditargetkan terhadap komponen tubuh tertentu. Tipe gerakan ini tidak memerlukan kekuatan fisik yang besar; yang diperlukan adalah koordinasi antara mata dan tangan serta tingkat ketelitian [16], [17], [4]. Aktivitas ekstrakurikuler olahraga memainkan peran penting menumbuhkan kemampuan motorik kasar anak. Kegiatan populer sekolah, termasuk di tingkat PAUD, adalah Taekwondo, sebuah seni bela diri yang berakar dari Korea. Dalam konteks bahasa Korea, 'Tae' mengacu pada serangan kaki, 'Kwon' pada serangan tangan, sementara 'Do' mengandung makna filosofi disiplin diri [18]. Dalam Taekwondo, tujuan gerakan adalah untuk menggunakan gerakan tangan dan kaki yang terkoordinasi sebagai acuan untuk menyerang dan bertahan. Gerakan yang dilakukan secara teratur akan menghasilkan kumpulan gerakan yang menghasilkan pose atau gerakan yang indah.

Kegiatan ekstrakurikuler Taekwondo adalah olahraga fisik, yang memengaruhi tubuh dalam proses pelatihan. Dalam Taekwondo, serangan kaki merupakan strategi yang umum digunakan, dengan target yang meliputi badan dan kepala lawan. Tendangan dalam Taekwondo memiliki beragam jenis. Penting bagi siapa pun yang menggunakan teknik tendangan untuk memperhatikan baik kecepatan maupun kekuatan [2]. Tirtawirya dalam Isnani, merinci teknik-teknik dasar Taekwondo seperti tendangan, tangkisan, dan posisi kuda-kuda. Terdapat keyakinan bahwa latihan gerakan partisipasi dalam Taekwondo memiliki potensi akan menumbuhkan keterampilan motorik kasar pada anak [2]. Perkembangan motorik kasar tumbuh secara optimal memiliki efek positif terhadap aspek fisik/motorik, kesehatan, dan kesejahteraan emosional anak. Ini tidak hanya membentuk dan memperkuat tubuh anak, melainkan juga mengembangkan keterampilan motorik dan kognitif mereka, meningkatkan interaksi sosial, serta menumbuhkan kebahagiaan dan pemahaman akan pentingnya menjaga kesehatan pribadi [19].

Menurut data pokok pendidikan anak usia dini yang diperoleh dari Dapodikdasmen kota Serang tahun 2023, di kecamatan Serang terdapat sebanyak 66 Taman Kanak Kanak. Berdasarkan hasil penelusuran lebih lanjut diketahui hanya ada 2 TK (dari 40 TK yang terkonfirmasi) menyelenggarakan ekstrakurikuler Taekwondo. Salah satu TK yang telah menyelenggarakan ekstrakurikuler Taekwondo adalah TKIT Bina Bangsa Islamic School. Taekwondo adalah pilihan yang baik untuk dilakukan di luar kelas karena sangat bermanfaat untuk membantu menumbuhkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini serta memperbaiki teknik mereka [18]. Dalam kegiatan ekstrakurikuler Taekwondo, keterampilan, koordinasi, kecepatan, fleksibilitas, kekuatan dan daya tahan dilatih. Hal itu searah Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 137 tahun 2014, menegaskan pentingnya menumbuhkan keterampilan

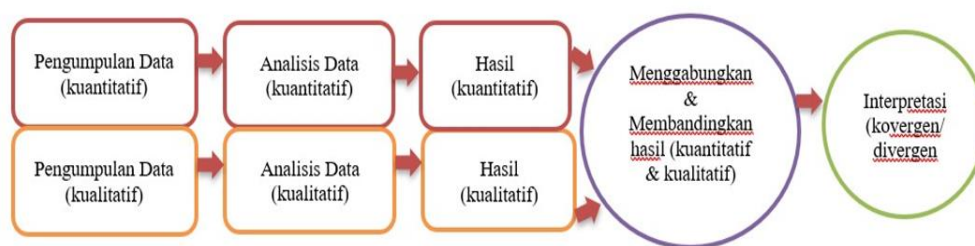
motorik seperti koordinasi, kekuatan, ketahanan, dan kelincahan pada gerakan non lokomotor berupa tendangan *Ap Chagi*, *Dollyo Chagi*, *Deol Chagi*, menonjok atau *momtong jireugi*.

Dari sekian banyak olahraga bela diri, Taekwondo perlu dipertimbangkan sebagai upaya pengembangan motorik kasar. Dengan itu diperlukan data untuk menegaskan peranan kegiatan ekstrakurikuler khususnya olahraga bela diri Taekwondo dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini. Hal ini juga mengingat ekstrakurikuler Taekwondo belum populer di kalangan anak usia dini. Maka permasalahan yang ingin dipecahkan melalui penelitian ini merupakan bagaimana stimulasi anak usia 4-6 tahun melalui kegiatan ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang?. Adapun tujuan penelitian ini adalah (1) mengetahui profil kemampuan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang, (2) mengetahui apa saja bentuk stimulasi dalam ekstrakurikuler Taekwondo yang berdampak terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan penelitian campuran (*mixed methods*). Metode penelitian ini mengadopsi strategi campuran konkuren/sewaktu waktu, di mana data kuantitatif dan kualitatif dikumpulkan dalam bersamaan [20], [21]. Penelitian ini menggunakan *convergent parallel design* yang berarti pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif dilakukan secara bersamaan [22]. Terdapat subjek 14 orang anak usia 4-6 tahun peserta ekstrakurikuler Taekwondo dan 2 orang pelatih ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi serta tes tindakan.

Data yang dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif diperoleh dari tes tindakan gerakan Taekwondo dan lembar penilaian kemampuan motorik kasar anak usia dini (yang dikembangkan berdasarkan Permendikbud No. 137 Tahun 2014 yaitu dengan indikator melakukan gerakan berlari, melakukan gerakan melompat, melakukan koordinasi mata-kaki-tangan-kepala dalam *Sit Up*, *Back Up*, *Push Up*). Sementara, data yang sifatnya kualitatif diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap 2 pelatih ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang. Teknik analisis data kualitatif menggunakan model interaktif dari Miles and Huberman termasuk dari reduksi data, display data, serta kesimpulan [22]. Analisis kuantitatif dilakukan penghitungan statistika deskriptif dengan bantuan perangkat lunak *Microsoft Excel* tahun 2016. Untuk rancangan penelitian dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Prosedur penelitian *mixed methods tipe convergent parallel design*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didasarkan pada data kuantitatif diperoleh dari tes tindakan gerakan Taekwondo & lembar penilaian kemampuan motorik kasar anak usia dini (dikembangkan berdasarkan Permendikbud No. 137 Tahun 2014) yang diberikan kepada pelatih ekstrakurikuler Taekwondo untuk menilai 14 anak dengan usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang. Data kualitatif diperoleh melalui wawancara mendalam dengan pelatih ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang. Data di analisis melalui model interaktif dari (Miles and Huberman dalam Sukmawati [23] terdiri dari reduksi data, display data, serta penarikan kesimpulan. Berdasarkan *result* analisis data penelitian diperoleh temuan-temuan berikut:

Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-6 Tahun Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Taekwondo Di TKIT Bina Bangsa Islamic School Kota Serang. Data terkait profil kemampuan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School Kota Serang di peroleh dari hasil pengadministrasian lembar penilaian kemampuan motorik kasar anak usia dini. Data terkumpul kemudian dianalisis secara stastisik menggunakan perangkat lunak *Microsoft Excel* tahun 2016 berikut adalah hasilnya:

Tabel 1. Total Kemampuan Motorik Kasar

Nama	Zi	Zh	P	S	Alu	Ara	Az	Ki	Ar	Fa	Ki	Al	De	Dh
Skor Total	20	16	16	16	16	17	20	20	20	20	16	20	17	20
Kategori	BS B	BS H	BS H	BS H	BS H	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB	BS H	BSB	BSB	BSB
Rata-rata	18.14													
St.dev	1.955													
Skor Max	20													
Skor Min	16													

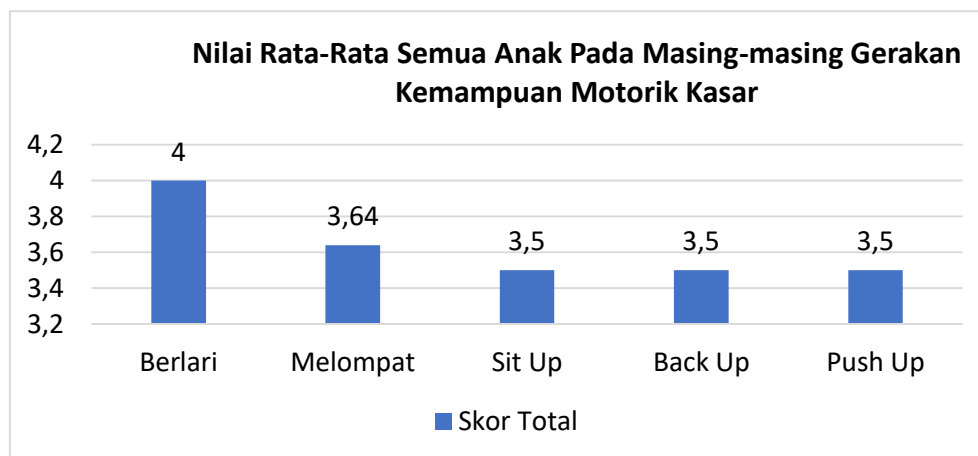
Sumber: Hasil pengolahan data penelitian (2024)

Sehubung dengan tabel 1 terdapat bahwa rata-rata skor total adalah 18.14. Skor total tertinggi adalah 20 dengan kategori Berkembang Sangat Baik “BSB”, sedangkan skor total terendah adalah 16 dengan kategori Berkembang Sesuai Harapan “BSH”. Data yang disebutkan, sebanyak 7 anak memiliki skor total di bawah rata-rata namun mendekati rata-rata skor total. Di sisi lain, ada 7 anak yang memiliki skor total di atas rata-rata. Berikut disajikan tabel 2 presentase kategori total kemampuan motorik kasar:

Tabel 2. Presentase Kategori Total Kemampuan Motorik Kasar

Kategori	Interval	Frekuensi	%
BSB	16,25 - 20	9	64,29
BSH	12,5 - 16,25	5	35,71
MB	8,75 - 12,5	0	0
BB	5 - 8,75	0	0
Total		14	100

Berdasarkan presentase kategori total kemampuan motorik kasar diketahui bahwa tidak ada anak yang berada kategori Belum Berkembang “BB” dan Mulai Berkembang “MB”, 35,71% (5 anak). Pada kategori Berkembang Sesuai Harapan “BSH” & 64,29% (9 anak) berada kategori Berkembang Sangat Baik “BSB”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia dini yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang termasuk kategori Berkembang Sangat Baik “BSB”. Diperoleh juga persebaran data nilai rata-rata semua anak pada masing-masing gerakan kemampuan motorik kasar sebagai berikut:



Sumber: Olahan Data Primer (2024)

Berdasarkan data yang ada pada diagram, dapat terlihat bahwa nilai rata-rata tertinggi diperoleh gerakan berlari sebesar 4 poin, kemudian diikuti dengan gerakan melompat sebesar 3,64 poin dan diikuti nilai rata-rata pada gerakan *sit up*, *back up* dan *push up* memiliki nilai rata-rata sama yaitu 3,5 poin. Dengan demikian dapat diketahui bahwa gerakan berlari dan melompat merupakan gerakan kemampuan motorik kasar yang paling dominan bagi anak usia 4-6 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang.

Anak usia dini sering kali penuh energi dan ingin bergerak. Berlari dan melompat memberikan cara bagi mereka untuk mengekspresikan diri dan melepaskan energi yang berlebihan [24]. Berlari dianggap sebagai salah satu gerakan basis yang sangat penting pada kehidupan sehari-hari, dengan banyaknya aktivitas bermain yang memerlukan kemampuan berlari pada anak-anak. Sementara itu, melompat dianggap sebagai gerakan lokomotor yang penting bagi anak-anak dalam proses pembelajaran, dan diharapkan akan sangat berguna dalam berbagai aktivitas masa depan mereka [25]. Hal ini sejalan dengan Permendikbud No.137 Tahun 2014 tentang Standar Isi Tingkat

Pencapaian Perkembangan Anak usia 4-5 tahun, yang menegaskan kemampuan motorik kasar yang ideal pada usia tersebut mencakup kemampuan melakukan gerakan seperti berlari, melompat, meloncat serta secara terkoordinasi [26].

Menurut Depdiknas dalam Tohir, perubahan motorik pada anak usia prasekolah melibatkan perubahan fisik dan psikologis yang beriringan dengan tahapan perkembangan mereka [27]. Proses ini juga terpengaruh oleh berbagai faktor seperti pola makan, kesehatan, dan stimulasi motorik yang sebanding dengan tahap perkembangan anak tersebut. Perkembangan motorik merupakan tahapan dimana seorang anak mempelajari dan mengasah kemampuan untuk menggerakkan bagian tubuhnya. perkembangan motorik mencakup perubahan dalam pola gerakan yang menunjukkan hubungan antara kesiapan individu dengan interaksi lingkungannya [28]. Kemampuan motorik kasar melibatkan gerakan yang mempergunakan seluruh tubuh, termasuk aktivitas yang bergantung pada penggunaan otot-otot inti seperti lengan dan kaki [29]. Untuk melakukan gerakan motorik kasar, mayoritas tubuh anak harus bekerja sama dengan otot besar seperti otot tangan dan kaki, serta bagian tubuh lainnya. Ini memberikan penjelasan tentang perkembangan fisik motorik anak-anak yang akan diteliti.

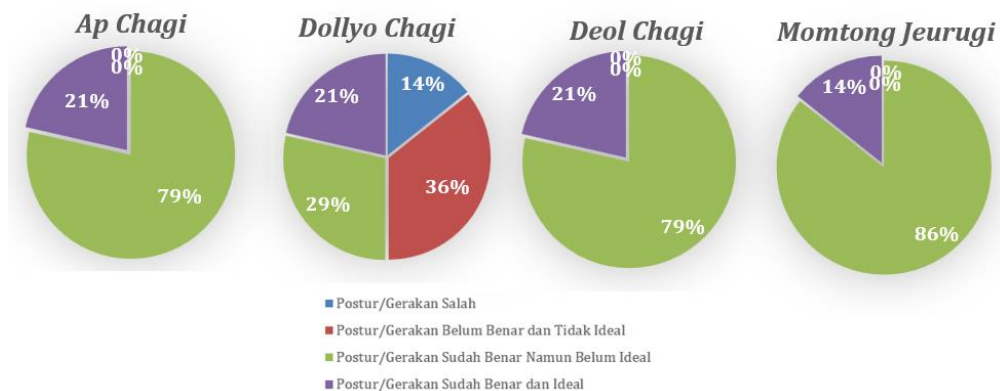
Keterampilan motorik kasar adalah kapasitas untuk melatih atau menunjukkan gerakan tubuh yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kecepatan, koordinasi, kekuatan otot, dan daya tahan. Keterampilan ini mencakup aktivitas yang melibatkan gerakan besar seperti lari, melompat, melempar, dan menangkap, yang berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik kasar pada individu [30]. Hal ini sejalan dengan Permendikbud No.137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD BAB III pasal 10 ayat 3a yang menegaskan bahwa keterampilan motorik kasar mencakup kemampuan gerakan tubuh yang koordinasi, fleksibel, keseimbangan, gesit, dan juga termasuk gerakan lokomotor, non-lokomotor, serta penyesuaian terhadap aturan.

Menurut Gallahue dalam Maulin, untuk mengembangkan pola-pola gerak pada anak, disarankan untuk melibatkan mereka dalam berbagai aktivitas seperti olahraga, senam, tari, dan permainan [31]. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa olahraga bela diri bisa menjadi sarana stimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini [32], [33], [34]. Salah satu aspek perkembangan anak yang memerlukan stimulasi adalah kemampuan motorik kasarnya. Stimulasi ialah rangsangan yang diterima anak dari lingkungan luar. Berpartisipasi dalam aktivitas di luar ruangan adalah cara mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak [35]. Ini menunjukkan bahwa pelatihan bela diri dapat membantu anak-anak meningkatkan keterampilan motorik kasar seperti keseimbangan, koordinasi dan kecepatan. Gerakan mengacu pada kemampuan menggunakan mayoritas otot besar atau seluruh tubuh untuk melakukan gerakan [34].

Estrakurikuler Taekwondo memfasilitasi anak untuk mengatasi hambatan tersebut melalui berbagai cara. Seperti, perlu dilakukan pelatihan fisik yang tepat, seperti latihan motorik kasar, melatih keseimbangan, dan melatih koordinasi serta perlunya dilakukan pemberian stimulasi yang tepat, seperti pemberian stimulasi

motorik, stimulasi sensori, dan stimulasi kognitif [35]. Sejumlah gerakan dalam Taekwondo membutuhkan kekuatan tubuh bagian bawah terutama kaki [36].

Bentuk Stimulasi Dalam Ekstrakurikuler Taekwondo Yang Berdampak Terhadap Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-6 Tahun Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Taekwondo Di TKIT Bina Bangsa Islamic School Kota Serang. Data terkait hasil gerakan ekstrakurikuler Taekwondo anak usia 4-6 tahun di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang diperoleh dari hasil pengadministrasian lembar tes tindakan gerakan Taekwondo anak usia dini. Data terkumpul kemudian dianalisis secara stastisik menggunakan perangkat lunak *Microsoft Excel* tahun 2016 berikut adalah hasilnya:



Grafik 2. Presentase Hasil Gerakan Ekstrakurikuler Taekwondo Anak

Sumber: Olahan Data Primer (2024)

Dari olah data diagram lingkaran diatas dapat diketahui ada 14% anak sudah melakukan tendangan *Dollyo Chagi* dilakukan secara postur/gerakan tersebut dengan salah, sedangkan sebanyak 36% anak dalam melakukan tendangan *Dollyo Chagi* secara postur/gerakan tersebut belum benar dan tidak ideal. Selanjutnya diketahui bahwa pada kategori postur/gerakan tersebut dengan benar namun belum ideal diperoleh sebanyak 79% anak sudah melakukan tendangan *Ap Chagi* dan *Doel Chagi*, 29% sudah melakukan tendangan *Dollyo Chagi* dan 86% anak sudah melakukan gerakan menonjok *momtong jeurugi*. Lalu, pada kategori dilakukan secara postur/gerakan tersebut sudah benar dan ideal dapat diketahui bahwa ada 21% anak sudah melakukan tendangan *Ap Chagi*, *Dollyo Chagi*, *Doel Chagi* dan 14% anak sudah melakukan gerakan menonjok *Momtong Jireugi*. Dengan demikian gerakan Taekwondo yang paling dikuasai oleh anak usia dini mencakup *Ap Chagi* (tendangan Depan), *Deol Chagi* (tendangan mencangkul) dan *Momtong Jireugi* (pukulan ke tengah).

Pendidikan jasmani atau olahraga, seperti Taekwondo, sangat penting bagi kesehatan dan pertumbuhan serta perkembangan anak, remaja, dan orang dewasa [37]. Gerakan-gerakan Taekwondo dapat mempengaruhi keterampilan motorik mengandung aspek fisik, seperti keahlian dalam bertarung, kekuatan, kelentukan, daya tahan, dan kecepatan, serta aspek disiplin mental yang mendalam [38]. Dari hasil olahan data primer diatas, gerakan-gerakan ekstrakurikuler Taekwondo berdampak terhadap perkembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini antaranya: *Ap Chagi* merupakan tendangan arah ke depan [39]. Sejumlah ahli menunjukkan bahwa latihan yang melibatkan gerakan dasar terkait dengan perkembangan motorik anak dapat

meningkatkan keseimbangannya. Gerakan dalam Taekwondo menekankan perlunya siswa menjaga postur tubuh yang tegap dan pandangan fokus, karenanya dapat berkontribusi pada peningkatan kemampuan perhatian yang berkelanjutan [40]. Hal tersebut sesuai dengan kutipan wawancara narasumber berikut :“Penting untuk berlari dan melompat yang dapat menguatkan otot kaki. Gerakan Ap Chagi ini memerlukan koordinasi penglihatan, keseimbangan tubuh, dan koordinasi kaki untuk menendang dengan tepat”.

Dollyo Chagi merupakan jenis tendangan yang dilakukan secara serong/memutar [41]. Sejumlah pakar olahraga Rusdi mengemukakan bahwa Taekwondo merujuk pada seni atau metode disiplin diri yang melibatkan teknik kaki dan tangan tanpa senjata [42]. Keseimbangan ini sangat penting, terutama dalam menjaga tubuh agar tetap tegak dan stabil saat melakukan gerakan berlari, agar terhindar dari jatuh [43]. Hal tersebut sesuai dengan kutipan wawancara narasumber berikut : “Tentu tendangan ini meningkatkan kekuatan gerakan cepat dan kuat dalam berlari dan melompat. Dan juga diperlukan keseimbangan antara gerakan kaki ke samping dan penglihatan untuk menetapkan arah dan target yang sesuai”.

Deol Chagi adalah tendangan mencangkul [44]. Tujuan dari latihan tendangan mencangkul adalah untuk mengembangkan otot, meningkatkan kemampuan, daya tahan, fleksibilitas, kelincahan, dan keterampilan [45]. Pelaksanaan teknik tendangan mengharuskan adanya kecepatan, kekuatan, dan terutama keseimbangan yang baik [46]. Hal tersebut sesuai dengan kutipan wawancara narasumber berikut :“Ya, tendangan deol chagi pun dapat memperkuat otot kaki maka memudahkan saat berlari dan melompat, membutuhkan koordinasi yang baik antara mata dan juga kaki. Penglihatan digunakan untuk menentukan target yang tepat, sementara keseimbangan dan koordinasi kaki diperlukan untuk melakukan gerakan tendangan yang kuat dan tepat”.

Menonjok atau *momtong jireugi* adalah pukulan mengarah ke tengah [42]. Sebagai dasar dari keterampilan gerak, kekuatan memengaruhi kecepatan gerak, Optimalisasi daya tahan otot juga diperlukan untuk menangani guncangan dan koordinasi pandangan penting dalam mempertahankan keseimbangan [47]. Hal tersebut sesuai dengan kutipan wawancara narasumber berikut : “Momtong jeurugi melibatkan koordinasi antara mata, kaki, dan tangan. Mata untuk menentukan target yang tepat, sedangkan keseimbangan dan koordinasi kaki dan tubuh diperlukan untuk menjaga stabilitas dan menghasilkan kekuatan yang cukup untuk menonjok”.

Semua gerakan ekstrakurikuler Taekwondo Di TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang dapat memberikan stimulus yang bermanfaat untuk pengembangan keterampilan motorik kasar pada gerakan berlari, melompat, dan koordinasi mata-tangan-kaki. Hal ini diperkuat oleh teori Hanum menyatakan bahwa pada masa anak-anak, mereka umumnya aktif dan mempunyai rasa ingin tau yang besar kepada dunia sekitarnya [48]. Maka dari itu, pelatih ekstrakurikuler Taekwondo dihadapkan pada tantangan untuk mengelola beragam karakter dan tingkat kecerdasan setiap anak yang membutuhkan pemahaman yang mendalam dari pelatih terhadap keunikan individu tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa anak yang mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo cenderung menunjukkan kemampuan motorik kasar dengan kategori BSB. Hal tersebut disebabkan stimulasi dari gerakan-gerakan yang diajarkan selama mengikuti ekstrakurikuler Taekwondo. Gerakan berlari, melompat dan koordinasi mata-tangan-kaki dipengaruhi oleh stimulasi gerakan berupa tendangan *Ap Chagi*, *Dollyo Chagi*, *Deol Chagi* serta koordinasi mata-tangan-kaki dipengaruhi oleh gerakan menonjok atau *momtong jireugi*. Oleh karena itu, ekstrakurikuler Taekwondo dapat menjadi salah satu pilihan untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Namun, pelaksanaannya tidak terlepas dari pengawasan dan juga pengarahan dari pelatih yang kompeten dan profesional. Dalam penelitian ini, teridentifikasi adanya keterbatasan penelitian yaitu data penelitian yang merupakan data deskriptif dianggap kurang memadai dalam menjelaskan dampak gerakan pada pengaruh ekstrakurikuler Taekwondo terhadap perkembangan fokus utama adalah kemampuan motorik kasar pada anak usia dini. Untuk penelitian mendatang, diharapkan akan ada penelitian yang lebih lanjut dapat mengkaji secara lebih terperinci mengenai efektivitas gerakan Taekwondo terhadap kemampuan motorik kasar pada anak usia dini.

PENGHARGAAN

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Serang, serta kepada pihak TKIT Bina Bangsa Islamic School kota Serang yang telah memfasilitasi proses penelitian dan membantu dalam penyelesaian proses penulisan artikel ilmiah ini.

REFERENSI

- [1] S. Febrianti and S. Subandji, "Pelaksanaan Ekstrakurikuler Drumband dalam Mengembangkan Kecerdasan Musikal Anak di BA 'Aisyiyah Kauman Cawas Klaten Tahun 2022," UIN RADEN MAS SAID, 2023. [Online]. Available: https://eprints.iain-surakarta.ac.id/6853/1/Skripsi_Sari_Febrianti_183131115.pdf
- [2] A. Z. Isnani, "Gambaran Perkembangan Motorik Kasar Anak Setelah Mengikuti Pelatihan Taekwondo Di Dojang Balai Gadang, Kecamatan Koto Tengah, Kota Padang,," Universitas Negeri Padang, 2022. [Online]. Available: <http://repository.unp.ac.id/42668/>
- [3] A. Kurniawan *et al.*, *Pendidikan anak usia dini.*, 1st ed. Padang: Global Eksekutif Teknologi., 2023. [Online]. Available: <https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=JnOvEAAAQBAJ>
- [4] I. Ramahwanti and D. Widjayatri, "Penerapan Permainan Match Colors dalam Mengembangkan Motorik Halus Anak Usia 3 Tahun," *Ash-Shobiy J. Pendidik. Islam Anak Usia Dini dan Al-Qur'an*, vol. 3, no. 1, pp. 32-40, 2024, [Online]. Available: <https://ejurnal.iiq.ac.id/index.php/Ash-Shobiy/article/view/1283>
- [5] M. A. FEBRIANSYAH, "Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Karate di SMA Negeri 1 Piyungan", [Online]. Available: https://eprints.uny.ac.id/78720/1/fulltext_m.agung

- febriansyah_17601244029.pdf
- [6] R. Pratama, E. Nur'aeni L, and R. Respati, "Peran Kegiatan Ekstrakurikuler untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Seni Musik," *PEDADIDAKTIKA J. Ilm. Pendidik. Guru Sekol. Dasar*, vol. 8, no. 4, pp. 1037–1044, Dec. 2021, doi: 10.17509/pedadidaktika.v8i4.41900.
 - [7] S. F. Lestari, H. Y. Muslihin, and Y. Suryana, "Motivasi Siswa Sekolah Dasar Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Ditinjau dari Motif Berprestasi," *Indones. J. Prim. Educ.*, vol. 3, no. 2, pp. 100–106, Dec. 2019, doi: 10.17509/ijpe.v3i2.22106.
 - [8] S. Sahabuddin, S. Sudirman, R. V. Latuheru, and L. Kamadi, "Minat Murid Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SD Negeri Sudirman 1 Kota Makassar.," *Phinisi Integr. Rev.*, vol. 5, no. 3, 2022, doi: 10.26858/pir.v5i3.40392.
 - [9] P. Ginting, P. Darmayasa, M. Satyawan, W. Artanayasa, and Y. Parta, "Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal," *J. Ilmu Keolahragaan Undiksha*, vol. 10, no. 1, pp. 48–53, Jan. 2022, doi: 10.23887/jiku.v10i1.41318.
 - [10] A. Sahal, Z. N. Sari, A. Y. T. Waluyo, and M. I. Abdillah, "Motivasi Berprestasi dan Minat Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 3 Singosari," *J. Literasi Olahraga*, vol. 3, no. 1, pp. 12–18, 2022, doi: 10.35706/jlo.v3i1.8936.
 - [11] R. Fitriani and R. Adawiyah, "Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini," *J. Golden Age*, vol. 2, no. 01, p. 25, Jul. 2018, doi: 10.29408/goldenage.v2i01.742.
 - [12] I. Ariani, R. N. Lubis, S. H. Sari, Y. Fransisca, and F. Nasution, "Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini," *J. Pendidik. Dan Konseling*, vol. 4, no. 6, pp. 12347–12354, 2022, doi: 10.31004/jpdk.v4i6.10444.
 - [13] H. Rizki and R. M. Aguss, "Analisis Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19," *J. Phys. Educ.*, vol. 1, no. 2, pp. 20–24, Dec. 2020, doi: 10.33365/joupe.v1i2.588.
 - [14] L. HARDINI, "Pengaruh Permainan Tradisional Jaring Ikan terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B di Raudhatul Athfal Perwanida 1 Bandar Lampung," UIN Raden Intan Lampung, 2019. [Online]. Available: <http://repository.radenintan.ac.id/7005/1/Skripsi Full.pdf>
 - [15] M. Kristiana, "Implementasi Kegiatan Senam Irama Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di TK Muslimat NU 167 Abu Bakar Bancangan Sambit Ponorogo," IAIN Ponorogo, 2021. [Online]. Available: <https://etheses.iainponorogo.ac.id/17001/>
 - [16] A. S. Sitorus, "Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Usia Dini," *J. Raudhah*, vol. 4, no. 2, 2016, doi: 10.30829/raudhah.v4i2.65.
 - [17] R. A. Lumbantobing and J. Herawati, "Meningkatkan Motorik Halus Anak dengan Menggunakan Permainan Lost Part," *J. Pendidik. Sos. dan Hum.*, vol. 2, no. 3, 2023, [Online]. Available: <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/359>
 - [18] A. J. Djaffar, F. Kurniawan, and E. T. Rahayu, "Pengaruh Latihan Motor Ability Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Dalam Ekstrakurikuler Taekwondo Siswa Sekolah Menengah Atas," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, vol. 8, no. 16, pp. 79–82, 2022, doi: 10.5281/zenodo.7058920.
 - [19] T. R. Rahman, S. Sumardi, and D. D. Cahyani, "Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini," *J. Pendidik. Dan Konseling*, vol. 2, no. 2, pp. 143–151, 2020, doi: 10.31004/jpdk.v2i2.894.
 - [20] M. Mahfudi, "Peningkatan Kedisiplinan Guru dalam Melaksanakan Pembelajaran di Kelas melalui Supervisi Kunjungan Kelas Pengawas," *J. Penelit. Pendidik. Indones.*, vol. 8, no. 2, 2023, [Online]. Available: [722 |](http://i-

</div>
<div data-bbox=)

- rpp.com/index.php/jpp/article/view/1447
- [21] M. Hanif, "Pengaruh Pendekatan Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas VB Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Bantul Tahun Ajaran 2017/2018," *At-Tajdid J. Ilmu Tarb.*, vol. 8, no. 1, pp. 31–67, 2019, [Online]. Available: <https://ejournal.isimupacitan.ac.id/index.php/tajdid/article/view/151>
- [22] R. Vebrianto, M. Thahir, Z. Putriani, I. Mahartika, A. Ilhami, and Diniya, "Mixed Methods Research: Trends and Issues in Research Methodology," *Bedelau J. Educ. Learn.*, vol. 1, no. 2, pp. 63–73, Dec. 2020, doi: 10.55748/bjel.v1i2.35.
- [23] W. E. P. Sukmawaty and Y. F. Setiarini, "Persepsi Mahasiswa Vokasi Aks-Akk Terhadap Penggunaan Aplikasi Quizizz pada Mata Kuliah Pengetahuan Tata Busana," *DIAJAR J. Pendidik. dan Pembelajaran*, vol. 2, no. 1, pp. 75–82, Jan. 2023, doi: 10.54259/diajar.v2i1.1386.
- [24] S. Amiran, "Efektifitas Penggunaan Metode Bermain di PAUD Nazareth Oesapa," *J. Pendidik. Anak*, vol. 5, no. 1, pp. 106–117, Jun. 2016, doi: 10.21831/jpa.v5i1.12367.
- [25] H. Y. Muslihin, "Bagaimana Mengajarkan Gerak Lokomotor pada Anak Usia Dini?," *J. PAUD AGAPEDIA*, vol. 2, no. 1, pp. 76–88, May 2020, doi: 10.17509/jpa.v2i1.24390.
- [26] I. T. Sulisty, A. Pudyaningtyas, and V. Sholeha, "Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun," *Kumara Cendekia*, vol. 9, no. 3, p. 156, Sep. 2021, doi: 10.20961/kc.v9i3.50732.
- [27] A. Tohir, "Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini melalui Latihan Berlari Dan Melompat," *WALADUNA J. Pendidik. Islam Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 1, pp. 49–60, 2020, [Online]. Available: <http://jurnal.iailm.ac.id/index.php/waladuna/article/view/393>
- [28] M. Muslimah, D. A. P. Putri, and K. Kusdianto, "Pengaruh Motivasi dan Penggunaan Aplikasi Papan Tulis Online Serta Aplikasi Jamboard Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini," *Nusant. J. Pendidik. Indones.*, vol. 4, no. 1, pp. 295–312, 2024, doi: 10.14421/njpi.2024.v4i1-18.
- [29] D. A. Putri, H. Herpratiwi, A. Pamungkas, and J. Harianto, "Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini Kelompok B di TK Padma Mandiri Way Halim Bandar Lampung," *Early Child. Res. Pract.*, vol. 4, no. 2, pp. 55–58, Jan. 2024, doi: 10.33258/ecrp.v4i2.4577.
- [30] L. R. Wati, D. Kristiana, and M. A. Muttaqin, "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Media Lantai Berpola," *Jiip - J. Ilm. Ilmu Pendidik.*, vol. 7, no. 4, pp. 4046–4053, Apr. 2024, doi: 10.54371/jiip.v7i4.4005.
- [31] F. Maulin, L. Suzanti, and R. D. Widjayatri, "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Senam Fantasi," *EduBasic J. J. Pendidik. Dasar*, vol. 1, no. 1, pp. 52–61, Apr. 2019, doi: 10.17509/ebj.v1i1.26513.
- [32] K. A. Mu'mala and N. Nadlifah, "Optimalisasi Permainan Lompat Tali dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak," *Golden Age J. Ilm. Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 1, pp. 57–68, Apr. 2019, doi: 10.14421/jga.2019.41-06.
- [33] M. S. ARAMA, "Beladiri Tradisional Silek Berbasis Budaya Minang Kabau Sebagai Sarana Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia dini," *J. Sib. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 1, pp. 1–11, 2022, [Online]. Available: <https://ojs.stit-syekhburhanuddin.ac.id/index.php/index/login?source=%2Findex.php%2Fsbirantulang%2Farticle%2Fview%2F75>
- [34] M. A. R. AP and A. R. Wahyudi, "Analisis Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Siswa Pencak Organisasi Ranting SDN 2 Banjaragung, RENGEL, TUBAN," *J. Prestasi Olahraga*, vol. 5, no. 1, pp. 109–115, 2022, [Online]. Available:

- <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/44156>
- [35] B. MAHMUD, "Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini," *Didakt. J. Kependidikan*, vol. 12, no. 1, pp. 76–87, Jun. 2019, doi: 10.30863/didaktika.v12i1.177.
 - [36] Z. Zulman, S. Dewi, and W. Sasmita, "Analysis of the Relationship between Limb Muscles and Ability of Montong Dollyo Chagi Taekwondo Athletes," *J. Patriot*, vol. 3, no. 1, pp. 22–31, Apr. 2021, doi: 10.24036/patriot.v3i1.776.
 - [37] I. Kharisma and I. Subagio, "Analisis Frekuensi Dan Power Tendangan Atlet Taekwondo Puslatda Jawa Timur," *J. Prestasi Olahraga*, vol. 4, no. 5, pp. 105–112, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/39547>
 - [38] Nisrina Naila and Imran Akhmad, "Kontribusi Latihan PNF Dan Latihan Shuttle Run terhadap Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi pada Atlet Pra-Junior Putra Usia 10-13 Tahun Tiger Taekwondo Club Binjai Tahun 2021," *J. Phys. Heal. Recreat.*, vol. 2, no. 1, pp. 74–84, Nov. 2021, doi: 10.55081/jphr.v2i1.522.
 - [39] N. H. ADI, "Analisis gerakan tendangan ap chagi pada taekwondoin junior putra Kabupaten lombok Timur," *J. Phys. Educ. Heal. Sport*, vol. 3, no. 2, 2016, doi: 10.15294/jpehs.v3i2.6466.
 - [40] D. Rahmatanti, I. S. Borualogo, and D. Rosiana, "Pengaruh Taekwondo terhadap Peningkatan Sustained Attention Siswa ADHD Inattentive (Studi Pada Siswa Kelas 3, 4 & 5 Di SDN Griba 32 Bandung)," *Schema J. Psychol. Res.*, vol. 4, no. 1, pp. 36–45, 2018, doi: 10.29313/schema.v4i1.3891.
 - [41] A. Ariansyah, B. Insanistyo, and S. Sugiyanto, "Hubungan Keseimbangan Dan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Dolly Chagi Pada Atlet Ukm (Unit Kegiatan Mahasiswa) Taekwondo Universitas Bengkulu," *Kinestetik J. Ilm. Pendidik. Jasm.*, vol. 1, no. 2, pp. 111–116, 2017, [Online]. Available: <https://ejournal.unib.ac.id/kinestetik/article/view/3474>
 - [42] A. Rusdi, "Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Atlet Taekwondo Badnur Medisa Pekanbaru," Universitas Islam Riau, 2018. [Online]. Available: <https://repository.uir.ac.id/5191/>
 - [43] E. Rikardo, "Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Sepakbola Atlet Ssb Patriot Muda Under 17," Universitas Islam Riau, 2021. [Online]. Available: <https://repository.uir.ac.id/12513/>
 - [44] E. P. PUTRA and I. SUBAGIO, "Analisis Cedera Atlet Taekwondo Puslatda Jawa Timur," *J. Prestasi Olahraga*, vol. 2, no. 3, 2019, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/28246>
 - [45] S. Wanto and A. Fikri, "Pengaruh Latihan Wall Drills terhadap Kemampuan Tendangan Naeryo Chagi," *Gelang. Olahraga J. Pendidik. Jasm. dan Olahraga*, vol. 3, no. 2, pp. 213–218, Jun. 2020, doi: 10.31539/jpjo.v3i2.1090.
 - [46] D. T. Juniar, "Perbandingan Efektivitas Serangan antara Dolyo Chagi dengan Naeryo Chagi terhadap Hasil Poin," *Motion J. Ris. Phys. Educ.*, vol. 8, no. 2, pp. 150–157, 2017, doi: 10.33558/motion.v8i2.218.
 - [47] N. A. L. Ginting and R. Henjilito, "Tingkat Kondisi Fisik Atlet Taekwondo Club Dojang Aha Taekwondo Rokan Hilir," *J. Pendidik. Terintegrasi*, vol. 3, no. 2, 2023, [Online]. Available: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpt/article/view/23829>
 - [48] F. Hanum and others, "Peran pelatih taekwondo dalam memotivasi belajar anak

usia dini di club ganghan taekwondo surabaya," *J. Prestasi Olahraga*, vol. 5, no. 2, pp. 1-9, 2022, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/44905>