Penerapan Permainan Lingkaran Warna Berbasis Teori Piaget untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Usia 5-6 Tahun

Siti Nadhifah[1*], Qonita Sholihah[2], Pramono[3]

[1]Universitas Negeri Malang, Jawa Timur; Email: siti.nadhifah.2501548@student.um.ac.id
[2]Universitas Negeri Malang, Jawa Timur; Email: qonita.sholihah.2501548@students.um.ac.id
[3]Universitas Negeri Malang, Jawa Timur; Email: pramono.fip@um.ac.id

*Author Correspondence

Received: 01-10-2025, Accepted: 02-02-2026, Publish: 02-02-2026

Abstract: *The main purpose of this research is to improve the gross motor development of 5-6 year old children through the application of color circle games based on Piaget's theory. The descriptive qualitative approach with a case study method was used on one 5-year-old child who experienced gross motor delays in kindergarten. The intervention was carried out for three weeks, three times a week, focusing on color circle games involving jumping, balancing on a plank, throwing and catching a ball, frog jumps, and bear walks. The results showed significant development in the subject. The child became braver in jumping, showed improved balance and body control, better hand-eye coordination, and became more active and self-confident. This change proves that the obstacle course game based on Piaget's theory is an effective medium for stimulating children's gross motor skills, courage, and self-confidence.*

Keyword: Gross Motor Skills; Color Circle Games; Piaget's Theory; Early Childhood

Abstrak: Penelitian ini bertujuan utama untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui penerapan permainan lingkaran warna berbasis teori Piaget. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan studi kasus pada seorang anak usia 5 tahun yang mengalami keterlambatan motorik kasar di taman kanak-kanak. Intervensi dilaksanakan selama tiga minggu dengan frekuensi tiga kali seminggu, berfokus pada permainan lingkaran warna yang meliputi lompat, meniti papan keseimbangan, lempar-tangkap bola, lompat katak, dan jalan beruang. Hasil penelitian menunjukkan perkembangan yang signifikan pada subjek. Anak menjadi lebih berani melompat, keseimbangan dan kontrol tubuhnya meningkat, koordinasi mata dan tangan membaik, serta anak menjadi lebih aktif dan percaya diri. Perubahan ini membuktikan bahwa permainan halang rintang berbasis teori Piaget merupakan media yang efektif dalam menstimulasi motorik kasar, keberanian, dan rasa percaya diri anak

Kata Kunci: Motorik Kasar; Permainan Lingkaran Warna; Teori Piaget; Anak Usia Dini

How to cite. Nadhifah, S., Sholihah, Q., Pramono (2026). Penerapan Permainan Lingkaran Warna Berbasis Teori Piaget untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Usia 5-6 Tahun.

DOI: https://doi.org/10.33511/ash-shobiy.v5n1.16-20 https://ejurnal.iiq.ac.id/index.php/Ash-Shobiy
E-ISSN: 2962-1623

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini berada pada masa keemasan (golden age) yang sangat menentukan bagi perkembangan aspek fisik, kognitif, sosial-emosional, bahasa, dan moral. Salah satu aspek yang menjadi fondasi utama bagi perkembangan lainnya adalah kemampuan motorik kasar. Motorik kasar mencakup keterampilan yang melibatkan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan melempar bola. Pengalaman belajar anak diperoleh melaui pengalaman kongkret anak yang secara aktiv melibatkan gerak tubuhdan seluruh potensi yang mereka punya (Zulfa, N. A., Sari, N., Hafni, N. D., & Zakariya, A. F. (2024).

Piaget menyatakan bahwa anak usia 2–7 tahun berada pada tahap praoperasional, di mana pembelajaran terjadi melalui aktivitas konkret, pengalaman langsung, dan eksplorasi lingkungan. Gerakan tubuh bukan hanya aktivitas fisik semata, melainkan menjadi bagian penting dalam pembentukan struktur kognitif anak. Setiap pengalaman gerak membantu anak membentuk skema baru dan memperluas pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. Sejalan dengan Perkembangan fisik memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan motorik anak, dan pemahaman terhadap hubungan ini sangat penting karena akan berdampak pada perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari.(Bossavit, B., & Arnedillo - Sanchez, 2023)

Namun, pada kenyataannya di lapangan masih ditemukan anak yang menunjukkan hambatan pada kemampuan motorik kasar. Salah satu studi kasus terhadap anak usia 5 tahun menunjukkan ketakutan saat melompat dari ketinggian rendah, sering kehilangan keseimbangan, kesulitan berjalan di garis lurus, serta kecenderungan menghindari aktivitas fisik. Kondisi ini disebabkan oleh minimnya stimulasi gerak, terbatasnya aktivitas bermain di luar ruangan, rendahnya rasa percaya diri, serta dominasi penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari. Permasalahan tersebut menunjukkan pentingnya intervensi yang tepat dan menyenangkan, salah satunya melalui permainan halang rintang (obstacle course). Permainan ini menuntut anak untuk bergerak aktif, menyusun strategi sederhana, serta melatih berbagai keterampilan motorik dalam satu rangkaian aktivitas bermain.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus terhadap seorang anak usia 5 tahun di taman kanak-kanak. Informan penelitian ini adalah wali kelas A, orang tua dan wakil kepala sekolah. Teknik pengumpulan data adalah observasi perilaku dan gerakan anak, dokumentasi kegiatan, catatan perkembangan harian, wawancara singkat dengan guru dan orang tua. Uji keabsahan yakni melalui trigulasi data sedangkan analisis data berupa pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan. Subjek Penelitian adalah anak usia 5 tahun yang mengalami keterlambatan dalam motorik kasar. Durasi Kegiatan dilaksanakan selama kurang lebih 3 minggu, dengan frekuensi 3 kali per minggu.

Bentuk Intervensi: permainan lingkaran warna

Rangkaian permainan meliputi lompat di lingkaran warna, meniti papan keseimbangan, lempar dan tangkap bola, lompat katak dan jalan beruang. Setiap kegiatan diawali dengan pemanasan ringan, dilanjutkan demonstrasi oleh guru, anak menirukan dengan bantuan (scaffolding), kemudian mencoba mandiri

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sejalana dengan teori perkembangan kognitif Jean Piaget yang menyatakan bahwa anak belajar melalui aksi langsung dan aktivitas fisik terhadap lingkungannya. Pada tahap praoperasional (usia 2–7 tahun), anak membangun pengetahuan melalui pengalaman konkret yang melibatkan tubuh dan inderanya. Oleh karena itu, gerakan fisik tidak hanya berfungsi sebagai latihan otot, melainkan menjadi sarana utama dalam pembentukan struktur berpikir dan skema kognitif baru. Ketika anak melompat, meniti, melempar, menangkap, dan menirukan gerakan hewan dalam permainan halang rintang, sebenarnya anak sedang melakukan proses asimilasi dan akomodasi.

Anak Anak menyesuaikan pengalaman baru ke dalam skema yang sudah dimilikinya (asimilasi) dan memperbarui struktur kognitifnya ketika menghadapi tantangan baru (akomodasi). Misalnya, pada awalnya anak merasa takut melompat karena belum memiliki skema keberanian dan kontrol tubuh yang memadai. Namun, melalui pengalaman berulang dan dukungan guru, anak mulai memahami bahwa tubuhnya mampu mengatasi tantangan tersebut. Proses ini membentuk skema baru berupa rasa percaya diri dan kesadaran tubuh (body awareness). Gerakan tubuh dalam permainan halang rintang juga

membantu menguatkan hubungan antara sistem sensorik, motorik, dan kognitif anak. Aktivitas seperti meniti papan keseimbangan mengaktifkan sistem vestibular dan proprioseptif, yang berperan penting dalam membangun kesadaran posisi tubuh, arah gerak, dan kontrol keseimbangan. Hal ini menunjukkan bahwa permainan halang rintang bukan hanya melatih otot besar, tetapi juga merangsang kerja otak yang lebih kompleks dalam mengintegrasikan informasi dari berbagai sistem tubuh.

Selain mendukung teori Piaget, hasil penelitian juga memperlihatkan kesesuaian dengan konsep **Zona Perkembangan Proksimal (ZPD)** dari Vygotsky. Pada awal kegiatan, anak belum mampu menyelesaikan tantangan secara mandiri, sehingga membutuhkan bantuan dari guru. Bantuan ini berupa contoh gerakan, dukungan verbal, pendampingan fisik, serta pemberian motivasi. Proses ini disebut dengan **scaffolding**, yaitu pemberian bantuan sementara agar anak dapat mencapai tingkat kemampuan yang lebih tinggi. Seiring waktu, bantuan tersebut dikurangi secara bertahap hingga anak mampu menyelesaikan tugas secara mandiri. Fenomena ini terlihat jelas ketika anak mulai berani mencoba sendiri, tidak lagi bergantung pada guru, dan bahkan mampu mengulang aktivitas atas inisiatif sendiri. Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan peningkatan motorik kasar anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor latihan fisik, tetapi juga oleh kualitas interaksi sosial antara anak dan guru. Guru berperan sebagai fasilitator yang menciptakan lingkungan belajar yang aman, menantang, dan menyenangkan. Lingkungan yang mendukung ini membantu anak merasa nyaman untuk mencoba, gagal, dan mencoba kembali tanpa rasa takut akan disalahkan. Dengan demikian, permainan halang rintang menjadi media pembelajaran yang juga memperkuat aspek sosial-emosional anak.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Zulfa, Diana, dan Sari (2025) yang menegaskan bahwa permainan tradisional dan aktivitas fisik berbasis permainan terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak. Persamaannya terletak pada prinsip bahwa aktivitas bermain yang melibatkan gerakan tubuh secara aktif mampu menstimulasi perkembangan fisik anak secara optimal. Namun, perbedaan dari penelitian Ibu terletak pada bentuk permainan yang lebih terstruktur, yaitu permainan halang rintang yang dirancang berdasarkan indikator perkembangan dan dikaitkan langsung dengan teori perkembangan kognitif Piaget. Hal inilah yang memperkuat nilai kebaruan (novelty) dari penelitian ini. Selain berdampak pada aspek fisik dan kognitif, permainan halang rintang juga berkontribusi pada perkembangan kemampuan mengikuti instruksi, konsentrasi, dan regulasi emosi. Anak belajar menunggu giliran, mematuhi aturan permainan, mengontrol rasa kecewa ketika gagal, dan merasakan kegembiraan ketika berhasil. Semua pengalaman ini merupakan bagian penting dari pembelajaran sosial dan emosional yang sangat dibutuhkan pada usia dini.

Oleh karena itu dalam penelitian ini memperkuat pandangan bahwa bermain aktif bukan sekedar pengisian kegiatan kosong namun ini juga merupakan proses pembelaharan bagi anak-anak, dengan hal ini maka adanya hasil penelitian yang mana setelah mengikuti kegiatan selama 3 minggu, maka terlihat perkembangan signifikan yang terjadi pada anak yaitu anak mulai berani melompat tanpa ragu, keseimbangan tubuh meningkat saat berjalan di garis lurus, koordinasi mata dan tangan membaik saat menangkap bola, anak menjadi lebih aktif dan percaya diri serta anak lebih antusias mengikuti kegiatan fisik. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa permainan halang rintang mampu menjadi media efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Dengan hal ini maka terdapat point-point perkembangan yang berkembang pada anak yaitu :

1. Perkembangan keberannian dan rasa aman

Pada awal kegiatan (minggu pertama), anak menunjukkan keraguan untuk melompat, terutama saat harus menghadapi lingkaran yang jaraknya sedikit lebih jauh atau saat diminta melompat dari ketinggian rendah. Anak sering meminta bantuan guru, memegang tangan guru, atau menunda giliran bermain. Anak juga tampak ragu saat meniti papan keseimbangan dan takut kehilangan keseimbangan. Namun, setelah beberapa kali latihan dan diberikan dukungan verbal (scaffolding) seperti pujian, motivasi, serta contoh gerakan dari guru, anak mulai menunjukkan keberanian. Memasuki minggu kedua, anak sudah mampu mencoba sendiri tanpa selalu meminta bantuan. Pada minggu ketiga, anak terlihat lebih percaya diri, bahkan terkadang ingin mengulang permainan tanpa diminta. Hal ini menunjukkan bahwa permainan halang rintang tidak hanya melatih kemampuan fisik anak, tetapi juga membantu mengurangi rasa takut dan meningkatkan keberanian dalam menghadapi tantangan.

2. Berkembangnya keseimbangan dan control tubuh

Pada awal observasi, anak sering kehilangan keseimbangan ketika berjalan di atas garis lurus atau papan keseimbangan. Anak beberapa kali melangkah keluar dari garis dan harus mengulang dari awal. Postur tubuh anak juga masih kaku dan belum mampu mengatur posisi tangan untuk menjaga keseimbangan. Setelah proses latihan berjalan, terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Anak mulai mampu menjaga posisi tubuh dengan lebih stabil, lengan direntangkan secara alami untuk menyeimbangkan badan, dan langkah kaki menjadi lebih terarah. Di minggu ketiga, anak sudah mampu meniti papan keseimbangan tanpa terjatuh dan hanya membutuhkan sedikit arahan dari guru. Peningkatan ini menunjukkan bahwa

aktivitas meniti yang dilakukan secara berulang dapat melatih sistem keseimbangan (vestibular) dan koordinasi tubuh anak secara efektif.

3. Perbaikan koordinasi mata dan tangan

Kegiatan lempar-tangkap bola menjadi salah satu bagian penting dalam permainan halang rintang. Pada sesi awal, anak sering gagal menangkap bola, bola kerap terjatuh, dan anak tampak bingung memperkirakan arah bola. Gerakan tangan belum selaras dengan arah pandangan mata. Seiring berjalannya waktu, anak mulai menunjukkan peningkatan koordinasi. Anak mampu memfokuskan pandangan pada bola, memperkirakan arah datangnya bola, dan menyiapkan kedua tangan untuk menangkap. Di minggu ketiga, persentase keberhasilan anak dalam menangkap bola meningkat dan gerakannya terlihat lebih terarah dan terkontrol. Hal ini menandakan perkembangan yang positif pada koordinasi visual-motorik yang merupakan salah satu indikator penting dalam perkembangan motorik kasar

4. Berkembangnya fleksibilitas dan kekuatan otot

Melalui aktivitas lompat katak dan jalan beruang, terjadi peningkatan kekuatan otot kaki, lengan, dan inti tubuh anak. Pada awalnya, anak merasa cepat lelah, gerakan lompat belum optimal, dan posisi tangan saat berjalan beruang sering salah. Namun setelah beberapa kali mencoba, anak mampu melakukan lompat katak dengan posisi jongkok yang lebih stabil dan lompatan yang lebih jauh. Pada gerakan jalan beruang, posisi tangan dan kaki mulai seimbang, punggung lebih kuat menopang tubuh, dan anak dapat menyelesaikan lintasan tanpa berhenti. Ini menunjukkan bahwa kegiatan tersebut tidak hanya melatih koordinasi, tetapi juga memperkuat otot-otot besar anak secara bertahap

1. Peningkatan partisipasi dan antusiasme anak

Aspek penting lain yang teramati adalah meningkatnya antusiasme anak terhadap kegiatan fisik. Jika pada awalnya anak cenderung pasif dan menghindari aktivitas yang menantang, setelah mengikuti permainan halang rintang secara rutin anak justru menunggu giliran dengan antusias. Anak tampak lebih bersemangat, tersenyum, tertawa, dan menunjukkan ekspresi gembira ketika berhasil menyelesaikan setiap pos. Bahkan anak mulai mengajak teman lain untuk ikut bermain bersama. Keterlibatan aktif ini menjadi indikator bahwa anak mulai menikmati aktivitas gerak sebagai bagian dari pembelajaran yang menyenangkan

2. Perkembangan kemampuan mengikuti instruksi

Pada awal kegiatan, anak masih kesulitan mengikuti instruksi yang terdiri dari beberapa langkah (misalnya: "lompat di lingkaran merah, lalu jalan di papan, lalu ambil bola"). Anak sering lupa urutan atau perlu diingatkan kembali. Namun, seiring waktu, anak mulai mampu memahami dan mengikuti instruksi dengan lebih baik. Anak mengingat urutan pos secara berurutan dan menyelesaikan setiap tantangan tanpa terlalu banyak arahan dari guru. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pada aspek perhatian, konsentrasi, dan pemahaman instruksi sederhana

3. Perubahan sikap dan percaya diri

Perubahan yang paling terlihat tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga pada sikap anak. Anak yang sebelumnya ragu dan cenderung menarik diri kini menjadi lebih terbuka, berani mencoba hal baru, dan menunjukkan rasa bangga terhadap dirinya sendiri setelah menyelesaikan tantangan. Beberapa kali anak bahkan mengatakan: ***"Aku bisa, Bu!"*** atau ***"Aku mau coba lagi."*** Pernyataan sederhana ini menunjukkan tumbuhnya rasa percaya diri dan konsep diri positif

4. SIMPULAN

Permainan halang rintang (obstacle course) berbasis teori Piaget terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. Aktivitas yang dirancang sesuai tahap perkembangan mampu membantu anak mengembangkan keseimbangan, koordinasi, keberanian, dan rasa percaya diri. Gerakan fisik berperan sebagai fondasi utama bagi proses pembelajaran anak, sehingga stimulasi motorik kasar perlu menjadi bagian penting dalam pembelajaran di taman kanak-kanak.

DAFTAR PUSTAKA

Audina, S., & Sutapa, P. (2020). Permainan Halang Rintang Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Pendidikan Anak*, *6*.

Bossavit, B., & Arnedillo-Sanchez, I. (2023). Motion Based Technologi to Support Motor Skills Screening in Developing Children: A Scoping Review.

Journal Elsevier. https:/doi.org/10.1016/j.cmpb.2023.107715

Bredekamp, S., & Copple, C. (Eds.). (2009). *Developmentally Appropriate Practice in Early Childhood Programs*. NAEYC.

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2022). *Capaian Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini*. Kemendikbud.

Piaget, J. (1964). Cognitive Development in Children. *Journal of Research in Science Teaching*, *2*(3), 176–186.

Santrock, J. W. (2011). *Child Development*. McGraw-Hill.

Susanto, A. (2017). *Perkembangan Anak Usia Dini: Pengantar dalam Berbagai Aspeknya*. Kencana.

Suyanto, S. (2005). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Depdiknas.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.

Zulfa, N. A., Diana, R. R., & Sari, N. (2025). Implementasi Permainan Tradisional Halang Rintang Dalam Mengoptimalkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Raudhatul Athfal Al-Hidayah. *Alzam: Journal of Islamic Early Childhood Education*, *5*(1), 7-16.

Zulfa, N. A., Sari, N., Hafni, N. D., & Zakariya, A. F. (2024). Model Permainan Edukatif Recycle Untuk Melatih Kognitif Anak Usia Dini Di KB Al Hidayah Tuban. *01*, 30–45.

Copyright holder :
© Nadhifah, S., Sholihah, Q., Pramono

First publication right:
Ash-Shobiy: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini dan Al-Qur'an

This article is licensed under:
CC-BY-SA