ANWARUL
Jurnal Pendidikan dan Dakwah

e-ISSN : 2808-7895
p-ISSN : 2809-1043

Terindeks: Sinta 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google,

https://doi.org/10.58578/anwarul.v6i1.8867

PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN LEMPAR BOLA PADA ANAK USIA 4-5 TAHUN

Improvement of Gross Motor Skills Through Ball-Throwing Games in Children Aged 4–5 Years

Titi Haryanti & Nahdiyah Hidayah
Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama
titih5558@gmail.com; nahdiyah247@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Dec 8, 2025	Jan 1, 2026	Jan 13, 2026	Jan 18, 2026

Abstract

Although the gross motor development of young children has been widely studied, research that specifically examines the application of ball-throwing games as a structured instructional strategy for 4–5-year-old children remains limited. This study aimed to improve the gross motor skills of children aged 4–5 years through ball-throwing games at KB Mambaul Ma'arif Belik. A qualitative approach was employed using a Classroom Action Research (PTK) design based on the Kemmis and McTaggart model, implemented in two cycles with 25 children in Group A as the research subjects. Data were collected through observation, documentation, and gross motor skill assessment sheets, then analyzed using qualitative descriptive techniques and percentages to identify changes in children's gross motor development achievements. The findings show a significant improvement in children's gross motor skills, with the average achievement increasing from 50.00% at baseline to 88.80% in the second cycle. The implementation of ball-throwing games proved effective in enhancing children's strength, coordination, and movement accuracy. The study concludes that ball-throwing

Anwarul is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

games constitute an effective and enjoyable alternative for gross motor learning in early childhood education institutions and recommends their systematic integration into learning activity planning to support the optimal development of gross motor skills in young children.

Keywords: Gross Motor Skills; Ball-Throwing Games; Early Childhood; Classroom Action Research; Early Childhood Education

Abstrak: Meskipun perkembangan motorik kasar anak usia dini telah banyak dikaji, penelitian yang secara khusus menelaah penerapan permainan lempar bola sebagai strategi pembelajaran terstruktur pada anak usia 4–5 tahun masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun melalui permainan lempar bola di KB Mambaul Ma'arif Belik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model *Kemmis dan McTaggart* yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan subjek berjumlah 25 anak kelompok A. Data dikumpulkan melalui observasi, dokumentasi, dan lembar penilaian kemampuan motorik kasar, kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif dan persentase untuk mengidentifikasi perubahan capaian perkembangan motorik kasar anak. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak secara signifikan, dengan rata-rata capaian meningkat dari 50,00% pada kondisi awal menjadi 88,80% pada siklus II. Penerapan permainan lempar bola terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan, koordinasi, dan ketepatan gerak anak. Simpulan penelitian menegaskan bahwa permainan lempar bola merupakan alternatif pembelajaran motorik kasar yang efektif dan menyenangkan di lembaga PAUD, serta direkomendasikan untuk diintegrasikan secara sistematis dalam perencanaan kegiatan pembelajaran guna mendukung optimalisasi perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Kata Kunci: Motorik Kasar; Permainan Lempar Bola; Anak Usia Dini; Penelitian Tindakan Kelas; Pendidikan Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan dasar dari seluruh proses pendidikan yang akan dilalui seseorang sepanjang hidupnya. Masa usia dini dikenal sebagai masa keemasan (golden age) karena pada periode ini anak mengalami perkembangan yang sangat pesat pada berbagai aspek, termasuk fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, serta moral dan spiritual anak (Maulin et al, 2019). Perkembangan motorik kasar menjadi aspek penting karena berkaitan langsung dengan kesiapan fisik anak dalam melakukan aktivitas belajar dan kehidupan sehari-hari. Namun, berbagai kajian menunjukkan bahwa stimulasi motorik kasar di lembaga PAUD belum sepenuhnya optimal, terutama pada aktivitas bermain aktif yang melibatkan kekuatan dan keseimbangan tubuh anak. Secara nasional, pembelajaran di PAUD masih cenderung didominasi oleh aktivitas di dalam kelas, sehingga kesempatan anak untuk bergerak bebas dan mengeksplorasi kemampuan motorik kasarnya

menjadi terbatas. Minimnya aktivitas fisik terarah dapat berdampak pada rendahnya kemampuan koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot anak usia dini. Kondisi ini juga ditemukan secara lokal di KB Mambaul Ma'arif Belik, di mana sebagian anak usia 4–5 tahun masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar seperti melempar bola dengan tepat dan menjaga keseimbangan tubuh.

Peneliti berpandangan bahwa rendahnya kemampuan motorik kasar anak usia dini tidak semata-mata disebabkan oleh faktor perkembangan biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh kurang optimalnya stimulasi pembelajaran berbasis aktivitas fisik. Menurut Devi Sukmawati et al (2019 perkembangan motorik kasar anak akan berkembang secara optimal apabila anak diberikan kesempatan untuk bergerak aktif melalui kegiatan yang terstruktur, aman, dan menyenangkan. Oleh karena itu, guru PAUD memiliki peran strategis dalam menyediakan pengalaman belajar yang mendukung perkembangan motorik kasar anak.

Pendekatan pembelajaran melalui bermain dinilai sebagai strategi yang paling sesuai dengan karakteristik anak usia dini. et al., 2023)(Anak et alGistia Lestari & Aziz, (2021) menegaskan bahwa dunia anak adalah dunia bermain, sehingga stimulasi motorik kasar seharusnya dikemas dalam bentuk permainan aktif yang menarik. Peneliti meyakini bahwa permainan lempar bola merupakan salah satu bentuk permainan yang efektif karena melibatkan koordinasi mata dan tangan, kekuatan otot lengan, serta keseimbangan tubuh anak secara simultan, sehingga relevan untuk dikaji lebih lanjut dalam konteks pembelajaran PAUD.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa permainan fisik dan aktivitas gerak mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. (Paud Lectura & Lectura, 2021) menemukan bahwa permainan aktif dapat meningkatkan kekuatan otot dan koordinasi gerak anak. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa aktivitas bermain di luar ruangan memberikan kontribusi signifikan terhadap perkembangan motorik kasar dan kesehatan jasmani anak (Susanti & Nelda, 2021).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih bersifat umum dan belum secara spesifik mengkaji permainan lempar bola sebagai media pembelajaran yang terstruktur untuk meningkatkan komponen kekuatan dan keseimbangan pada anak usia 4–5 tahun. Selain itu, masih terbatas penelitian tindakan kelas yang dilakukan di lembaga PAUD berbasis masyarakat dengan mengaitkan langsung kondisi nyata kelas dan perbaikan praktik pembelajaran. Kesenjangan inilah yang menjadi dasar pentingnya penelitian ini dilakukan.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan menerapkan permainan lempar bola secara sistematis dan berkelanjutan dalam kerangka Penelitian Tindakan Kelas (PTK) untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun. Permainan lempar bola tidak hanya melatih kekuatan otot lengan, tetapi juga melatih keseimbangan, koordinasi mata dan tangan, serta keberanian anak dalam mengambil keputusan gerak (Fadilah, 2025). Pendekatan ini diharapkan mampu menjadi alternatif pembelajaran motorik kasar yang lebih variatif dan menyenangkan.

Secara teoretis, penelitian ini berlandaskan pada teori perkembangan motorik dan teori belajar melalui bermain. Teori perkembangan motorik menyatakan bahwa kemampuan gerak anak berkembang melalui latihan dan pengalaman langsung yang berulang (Papalia & Feldman, 2015). Sementara itu, teori belajar melalui bermain menekankan bahwa anak belajar paling efektif ketika terlibat aktif dalam permainan yang bermakna dan sesuai dengan tahap perkembangannya (Hadisi, 2015; Hayati & Putro, 2021). Integrasi kedua teori ini menjadi dasar analisis dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil observasi awal di KB Mambaul Ma'arif Belik pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, ditemukan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun masih bervariasi. Dari 25 anak, hanya 40% yang mampu melempar bola ke keranjang sesuai target, sementara sisanya masih mengalami kesulitan dalam mengoordinasikan gerakan dan menjaga keseimbangan tubuh. Kondisi ini menunjukkan bahwa stimulasi motorik kasar, khususnya melalui aktivitas bermain lempar bola, belum diberikan secara optimal.

Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun melalui permainan lempar bola. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kekuatan dan keseimbangan anak melalui penerapan permainan lempar bola di KB Mambaul Ma'arif Belik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi guru PAUD dalam mengembangkan pembelajaran motorik kasar yang efektif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini..

METODE

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan praktik pembelajaran secara langsung di kelas. PTK dipilih karena memungkinkan guru dan peneliti

melakukan tindakan nyata untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui refleksi berkelanjutan terhadap proses dan hasil pembelajaran (., 2019)(Anak (Muchammad(Arikunto, 2008)).

Model PTK yang digunakan adalah Kemmis dan McTaggart, yang bersifat siklikal dan reflektif. Model ini terdiri atas empat komponen utama, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, yang dilakukan secara berulang hingga indikator keberhasilan tercapai.

Desain penelitian mengikuti model spiral Kemmis & McTaggart, yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan dan observasi, serta refleksi. Siklus berikutnya dirancang berdasarkan hasil refleksi siklus sebelumnya untuk memperbaiki kekurangan yang ditemukan. Tindakan yang diberikan berupa permainan lempar bola yang dirancang secara bertahap dan variatif untuk meningkatkan kekuatan, koordinasi mata-tangan, dan ketepatan sasaran anak usia 4–5 tahun. Penelitian dihentikan apabila indikator keberhasilan telah tercapai.

Subjek penelitian adalah 25 anak usia 4–5 tahun kelompok A KB Mambaul Ma'arif Belik, Kecamatan Belik, Kabupaten Pemalang, yang terdiri dari 16 anak perempuan dan 9 anak laki-laki pada semester genap Tahun Ajaran 2025/2026. Teknik pemilihan subjek menggunakan total sampling, yaitu seluruh anak dalam satu kelas dijadikan partisipan penelitian. Pemilihan subjek didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak, khususnya dalam aktivitas melempar bola, masih belum berkembang optimal.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah lembar observasi kemampuan motorik kasar anak, yang disusun berdasarkan indikator kekuatan lemparan, koordinasi mata dan tangan, serta ketepatan sasaran. Instrumen dilengkapi dengan rubrik penilaian perkembangan anak menggunakan kategori BB, MB, BSH, dan BSB. Data dikumpulkan melalui observasi langsung, dokumentasi (foto kegiatan, catatan harian guru, dan dokumen sekolah), serta pencatatan perkembangan anak selama kegiatan bermain lempar bola berlangsung. Observasi dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan guru kelas untuk meningkatkan objektivitas data.

Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif kualitatif, dengan tujuan menggambarkan perubahan kemampuan motorik kasar anak secara nyata selama proses tindakan berlangsung (Hartati & Yuliana, 2024). Analisis dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan hasil observasi dan dokumentasi

(Sanjaya, 2010). Selain itu, data kuantitatif sederhana dianalisis dengan menghitung persentase ketercapaian indikator menggunakan rumus NP = (Skor/Skor Maksimal) × 100%. Keberhasilan tindakan ditetapkan apabila ≥80% anak mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) dalam kemampuan motorik kasar.

HASIL

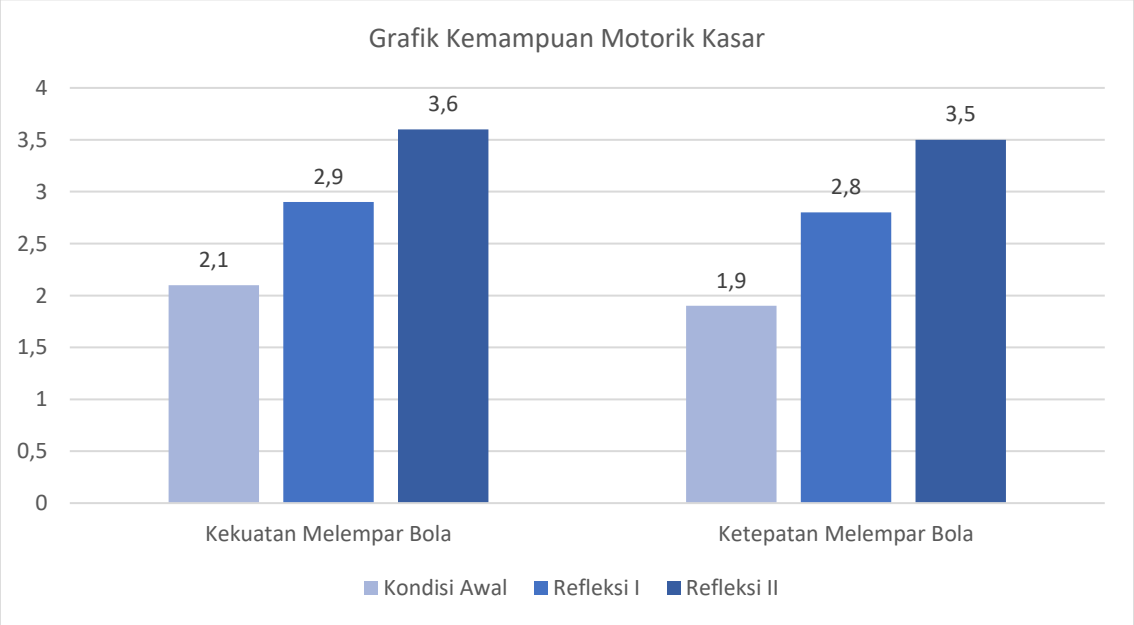
Hasil penelitian mengenai peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan lempar bola diperoleh berdasarkan pengamatan dan penilaian yang dilakukan secara bertahap, mulai dari kondisi awal, refleksi I, hingga refleksi II. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis untuk melihat perkembangan kemampuan motorik kasar anak, khususnya pada indikator kekuatan dan ketepatan melempar bola ke sasaran. Adapun hasil perolehan nilai dan peningkatan kemampuan motorik kasar anak disajikan secara rinci dalam bentuk tabel dan grafik berikut ini:

Tabel 1 Hasil Analisis Kemapuan Motorik Kasar

Tahap	Rata-rata NP (%)	Jumlah Anak BSH	Persentase
Kondisi Awal	50,00%	6 anak	24%
Refleksi I	71,30%	14 anak	56%
Refleksi II	88,80%	19 anak	76%

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel 1, kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun menunjukkan peningkatan yang konsisten dan signifikan pada setiap tahap penelitian. Pada kondisi awal, rata-rata nilai pencapaian kemampuan motorik kasar anak berada pada angka 50,00%, dengan hanya 6 anak atau 24% yang mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), yang mengindikasikan bahwa sebagian besar anak masih mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas melempar bola, baik dari aspek kekuatan maupun ketepatan ke arah sasaran. Setelah pelaksanaan tindakan melalui permainan lempar bola pada refleksi I, terjadi peningkatan kemampuan motorik kasar yang cukup berarti, ditunjukkan oleh kenaikan rata-rata nilai menjadi 71,30%, serta bertambahnya jumlah anak yang mencapai kategori BSH menjadi 14 anak atau 56%, meskipun capaian tersebut belum sepenuhnya memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Selanjutnya, pada refleksi II, peningkatan kemampuan motorik kasar anak terlihat semakin optimal, dengan

rata-rata nilai mencapai 88,80% dan sebanyak 19 anak atau 76% telah berada pada kategori BSH, sehingga indikator keberhasilan penelitian dinyatakan tercapai. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan permainan lempar bola tidak hanya mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak secara bertahap, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap keterlibatan, kepercayaan diri, dan koordinasi gerak anak dalam proses pembelajaran.



Gambar 1 Hasil Observasi Kemampuan Motorik Kasar

Pada indikator kekuatan melempar bola, perkembangan kemampuan motorik kasar anak menunjukkan pergeseran kategori yang jelas dari kondisi awal hingga refleksi II. Pada kondisi awal, rata-rata skor sebesar 2,1 mengindikasikan bahwa kemampuan anak masih berada pada kategori Mulai Berkembang (MB), di mana anak belum mampu menghasilkan kekuatan lemparan secara konsisten dan masih membutuhkan banyak bantuan serta contoh dari guru. Setelah pelaksanaan tindakan pada refleksi I, rata-rata skor meningkat menjadi 2,9, yang menunjukkan peralihan kemampuan anak menuju kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), ditandai dengan meningkatnya kontrol gerak dan kemampuan menghasilkan tenaga lemparan yang lebih stabil meskipun belum sepenuhnya optimal. Selanjutnya, pada refleksi II, rata-rata skor mencapai 3,6, yang menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah berada pada kategori BSH hingga Berkembang Sangat Baik (BSB), karena anak mampu melempar bola dengan kekuatan yang memadai, gerakan yang lebih terkoordinasi, serta kemandirian yang lebih baik dalam melakukan aktivitas tanpa bantuan.

Pada indikator ketepatan melempar bola ke sasaran, perkembangan kemampuan anak juga menunjukkan peningkatan kategori yang signifikan pada setiap tahap penelitian. Pada kondisi awal, rata-rata skor 1,9 menunjukkan bahwa kemampuan anak masih berada pada kategori Mulai Berkembang (MB), di mana anak sering meleset dari sasaran dan koordinasi antara mata dan tangan belum berkembang secara optimal. Pada refleksi I, rata-rata skor meningkat menjadi 2,8, yang menandakan bahwa kemampuan anak telah berkembang ke arah kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), ditunjukkan oleh meningkatnya fokus anak, kemampuan mengarahkan lemparan, serta keberanian dalam mencoba aktivitas melempar bola. Peningkatan yang lebih optimal terlihat pada refleksi II, dengan rata-rata skor mencapai 3,5, yang menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah berada pada kategori BSH dan sebagian telah mencapai BSB, karena anak mampu melempar bola ke sasaran dengan tingkat akurasi yang lebih tinggi, konsisten, serta menunjukkan kepercayaan diri dalam melakukan aktivitas motorik kasar.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun di KB Mambaul Ma'arif Belik mengalami peningkatan yang signifikan setelah diterapkannya permainan lempar bola dalam kegiatan pembelajaran. Peningkatan tersebut terlihat secara bertahap dari kondisi awal, refleksi I, hingga refleksi II, baik pada indikator kekuatan maupun ketepatan melempar bola. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa peningkatan motorik kasar dapat dilakukan melalui permainan lempar bola pada anak usia 4–5 tahun di KB Mambaul Ma'arif Belik. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat dinyatakan diterima, karena data empiris menunjukkan adanya perubahan positif pada capaian perkembangan anak hingga sebagian besar mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH).

Secara konseptual, peningkatan kemampuan motorik kasar yang ditemukan dalam penelitian ini memperkuat teori perkembangan anak usia dini yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar berlangsung optimal melalui keterlibatan aktif anak dalam aktivitas fisik yang melibatkan koordinasi otot besar, keseimbangan tubuh, serta pengulangan gerak yang terstruktur dan bermakna (Kumalasari, 2025). Permainan lempar bola secara khusus memberikan stimulasi yang komprehensif terhadap otot lengan dan bahu, melatih koordinasi mata dan tangan, serta meningkatkan kemampuan anak dalam mengontrol gerak

tubuh secara keseluruhan. Temuan ini selaras dengan ketentuan dalam Permendikbud PAUD Tahun 2020 yang menegaskan bahwa anak usia 4–5 tahun diharapkan telah mampu melakukan koordinasi gerak tubuh melalui aktivitas seperti melempar, menangkap, dan mengarahkan benda. Kesesuaian antara temuan penelitian, teori perkembangan, dan kebijakan kurikuler tersebut menunjukkan bahwa permainan lempar bola bukan hanya relevan secara praktis, tetapi juga memiliki landasan konseptual yang kuat sebagai bentuk stimulasi yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan anak usia dini.

Hasil penelitian ini ika ditinjau dari perspektif empiris menunjukkan keselarasan yang signifikan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menempatkan permainan bola sebagai medium efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Penelitian yang dilakukan oleh (Fata et al., 2022) membuktikan bahwa aktivitas permainan bola, khususnya melalui pola gerak melempar, menangkap, dan menendang, mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak hingga mencapai kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Kesamaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa aktivitas melempar bola memiliki kontribusi penting dalam memperkuat otot besar serta meningkatkan koordinasi gerak anak. Demikian pula penelitian Nabila (2023) yang menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas menunjukkan bahwa permainan melempar bola ke dalam keranjang secara bertahap mampu meningkatkan aspek ketepatan dan kelentukan motorik kasar anak secara signifikan. Keselarasan temuan ini dapat dijelaskan melalui kesamaan prinsip pembelajaran yang diterapkan, yaitu pembelajaran berbasis bermain dengan pengulangan gerak dan peningkatan tantangan secara bertahap.

Selain itu, temuan Hermawan et al., (2023) penelitian ini jug yang menyimpulkan bahwa aktivitas permainan bola, baik dalam bentuk lempar tangkap maupun latihan sepak bola, memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kesamaan hasil tersebut dapat dipahami karena permainan bola pada dasarnya melibatkan gerakan fungsional yang kompleks dan menuntut koordinasi antaranggota tubuh, sehingga secara alami mendorong perkembangan motorik kasar anak. Namun demikian, perbedaan capaian hasil antarpenelitian tetap ditemukan, yang dapat dipengaruhi oleh variasi pendekatan metodologis, karakteristik subjek, intensitas dan durasi perlakuan, serta konteks lembaga pendidikan. Penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen cenderung menekankan perbandingan hasil sebelum dan sesudah perlakuan secara statistik, sementara penelitian tindakan kelas, seperti dalam penelitian ini, lebih menitikberatkan pada proses reflektif dan perbaikan pembelajaran secara berkelanjutan(Zulianingsih et al., 2018.). Oleh karena itu,

meskipun hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan, capaian tersebut lebih merepresentasikan proses perkembangan anak secara bertahap dalam konteks pembelajaran alami, bukan semata-mata hasil akhir yang bersifat eksperimental.

Selain itu, temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sopiyatun Hasanah et al. (2023), yang menyimpulkan bahwa aktivitas permainan bola, baik dalam bentuk lempar tangkap maupun latihan sepak bola, memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kesamaan hasil tersebut dapat dipahami karena permainan bola pada dasarnya melibatkan gerakan fungsional yang kompleks dan menuntut koordinasi antaranggota tubuh, sehingga secara alami mendorong perkembangan motorik kasar anak. Namun demikian, perbedaan capaian hasil antarpenelitian tetap ditemukan, yang dapat dipengaruhi oleh variasi pendekatan metodologis, karakteristik subjek, intensitas dan durasi perlakuan, serta konteks lembaga pendidikan. Penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen cenderung menekankan perbandingan hasil sebelum dan sesudah perlakuan secara statistik, sementara penelitian tindakan kelas, seperti dalam penelitian ini, lebih menitikberatkan pada proses reflektif dan perbaikan pembelajaran secara berkelanjutan. Oleh karena itu, meskipun hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan, capaian tersebut lebih merepresentasikan proses perkembangan anak secara bertahap dalam konteks pembelajaran alami, bukan semata-mata hasil akhir yang bersifat eksperimental.

Implikasi dari penelitian ini mencakup aspek praktis dan pedagogis yang relevan dengan pelaksanaan pembelajaran di lembaga PAUD. Secara praktis, hasil penelitian memberikan gambaran dan rekomendasi yang jelas bagi guru PAUD bahwa permainan lempar bola dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pembelajaran motorik kasar yang efektif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik dunia bermain anak usia dini. Melalui permainan lempar bola, anak tidak hanya dilatih kemampuan fisiknya, seperti kekuatan otot lengan, koordinasi mata dan tangan, serta keseimbangan tubuh, tetapi juga didorong untuk lebih percaya diri, berani mencoba, dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Aktivitas ini memberikan ruang bagi anak untuk belajar melalui pengalaman langsung tanpa tekanan, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan bermakna (Aminah & Mauliyah, 2025). Secara pedagogis, temuan penelitian ini memperkuat pendekatan pembelajaran berbasis bermain (*learning through play*) sebagaimana dikemukakan oleh Hayati dan Putro (2021), yang menegaskan bahwa bermain merupakan sarana belajar yang alami dan efektif bagi anak usia dini. Dengan demikian, permainan lempar bola dapat dipandang sebagai

model pembelajaran motorik kasar yang kontekstual, aplikatif, dan mudah diterapkan oleh guru dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari di lembaga PAUD.

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan secara reflektif. Penelitian ini hanya melibatkan subjek yang terbatas pada satu lembaga pendidikan, sehingga hasil yang diperoleh belum dapat digeneralisasikan secara luas ke konteks PAUD yang berbeda. Selain itu, proses pengumpulan data yang sebagian besar dilakukan melalui observasi guru berpotensi mengandung unsur subjektivitas, meskipun telah dilakukan secara sistematis dan berulang. Keterbatasan lainnya adalah fokus penelitian yang hanya menitikberatkan pada permainan lempar bola sebagai bentuk stimulasi motorik kasar, sehingga belum menggambarkan pengaruh kombinasi berbagai jenis permainan gerak. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, menggunakan instrumen penilaian yang lebih bervariasi dan objektif, serta mengombinasikan permainan lempar bola dengan kegiatan motorik kasar lainnya. Upaya tersebut diharapkan dapat menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan memberikan kontribusi yang lebih luas bagi pengembangan pembelajaran motorik kasar anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan di KB Mambaul Ma'arif Belik, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan lempar bola terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4–5 tahun. Peningkatan tersebut terlihat secara bertahap dari kondisi awal hingga siklus II, baik pada indikator kekuatan maupun ketepatan melempar bola. Rata-rata capaian kemampuan motorik kasar anak meningkat dari 50,00% pada kondisi awal menjadi 71,30% pada refleksi I, dan mencapai 88,80% pada refleksi II. Jumlah anak yang mencapai kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) juga meningkat hingga memenuhi indikator keberhasilan penelitian.

Permainan lempar bola mampu memberikan stimulasi yang optimal terhadap otot besar anak, melatih koordinasi mata dan tangan, serta meningkatkan keseimbangan dan kepercayaan diri anak dalam melakukan aktivitas fisik. Selain itu, kegiatan ini dikemas dalam suasana bermain yang menyenangkan sehingga meningkatkan keterlibatan dan motivasi anak selama proses pembelajaran.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi praktis bagi guru PAUD sebagai alternatif strategi pembelajaran motorik kasar yang mudah diterapkan, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan permainan lempar bola dengan jenis permainan motorik kasar lainnya, melibatkan subjek yang lebih luas, serta menggunakan instrumen penilaian yang lebih bervariasi guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, S., & Rahmawati, E. (2022). Pengaruh Permainan Gerak terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 6*(3), 2121–2130.

Aminah, S., & Mauliyah, A. (2025). Stimulasi Kemampuan Metakognitif pada Anak Usia Dini melalui Aktivitas Reflektif Berbasis Bermain. *JOECES Journal of Early Childhood Education Studies, 5*(1), 120–132.

Arifin, Z., & Suryani, L. (2021). Pembelajaran Motorik Kasar Berbasis Permainan pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak, 10*(2), 134–143.

Dewi, N. K., & Handayani, R. (2020). Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini melalui Permainan Bola Besar. *Early Childhood Education Journal of Indonesia, 3*(2), 85–94.

Fadlillah, M., & Kurniawati, L. (2020). Implementasi Pembelajaran Berbasis Bermain untuk Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal CARE: Children Advisory Research and Education, 7*(2), 1–10.

Hasanah, S., Kurniawan, N., & Ali, A. Z. (2023). Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Permainan Lempar Tangkap Bola. *Jurnal Amal Pendidikan, 4*(2), 153–159.

Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan Permainan Anak Usia Dini. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, 4*(1), 52–64.

Herdini, H., & Darmayanti, N. (2024). Analisis Perkembangan Motorik Kasar melalui Permainan Menangkap dan Melempar Bola pada Anak Usia 5–6 Tahun. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies, 4*(1), 112–122.

Hidayati, N., & Nurhasanah, S. (2023). Permainan Aktif Sebagai Strategi Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia 4–5 Tahun. *Jurnal PAUD Agapedia, 7*(1), 55–66.

Ismail, A., & Lestari, D. (2021). Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini dalam Perspektif Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 17*(1), 45–54.

Karyadi, A. C., & Jannah, R. (2023). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4–5 Tahun melalui Permainan Dampu Bulan. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas, 1*(1), 53–56.

Khadijah, & Amelia, N. (2020). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. Kencana.

Mardianingsih, M., & Azizah, N. (2022). Karakteristik Perkembangan Anak Usia 5–6 Tahun dalam Aspek Kognitif melalui Permainan Balok. *Jurnal Caksana: Pendidikan Anak Usia Dini, 5*(1), 29–36.

Monicha, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar melalui Permainan Sirkuit. *Jurnal CIKAL Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, 1*(1), 15–26.

Multahada, A., Melaty, P., Apriyani, H., & Andriani, T. (2022). Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini melalui Permainan Kreatif. *PrimEarly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini, 5*(1), 11–21.

Nugraha, B., & Sari, R. P. (2022). Efektivitas Permainan Lempar Tangkap Bola terhadap Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini, 5*(2), 98–107.

Putri, A. D., & Wahyuni, S. (2023). Pengembangan Motorik Kasar Anak melalui Aktivitas Bermain Luar Ruang. *Jurnal Golden Age, 7*(2), 201–210.

Sari, M., & Yuliani, N. (2021). Permainan Edukatif Sebagai Sarana Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Holistik Integratif, 4*(1), 23–33.

Sopiah, S. (2018). Upaya Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar melalui Aktivitas Melempar Bola pada Anak Usia 4–5 Tahun. *Jurnal Inovasi Pendidikan MH Thamrin, 2*(2), 55–60.

Suhartini, T., & Mulyani, E. (2020). Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran PAUD. *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini, 5*(2), 67–76.

Suryadin, A., & Wahyuningsih, E. T. (2023). Perkembangan Motorik Anak Usia Dini. *SALIHA: Jurnal Pendidikan Islam, 6*(1), 44–60.

Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. *Early Childhood Islamic Education Journal, 1*(1), 93–101.

Utami, D. R., & Pratiwi, W. (2022). Aktivitas Fisik dan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru PAUD, 3*(1), 41–50.