



Permainan Tradisional Kalari untuk Melatih Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini

Mita Sari^{1*}, Esperansa Mile², Nabila Nggai³, Nurwila Ye'ete⁴, Safira Darmayanti⁵,
Fitiyawati Ladiku⁶

¹⁻⁶ Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

Alamat: Jalan Sudirman Kelurahan Dulalowo Timur, Kecamatan kota Tengah, Kota Gorontalo

*Korespondensi: mita_sari@ung.ac.id

Abstrack: *Traditional games are an integral part of children's lives, providing not only pleasure but also serving as an educational tool that supports physical development, particularly in gross motor skills. This study aims to determine the effect of the traditional Kalari game on the development of gross motor skills in early childhood. The research method used is quantitative descriptive with observation techniques through checklist instruments in 9 children aged 4-5 years at Kiddi Care Kindergarten, Gorontalo City. The results showed that most children showed good gross motor development, where 10 children had met all motor indicators, such as the ability to jump, run zigzag, and maintain balance, 6 children met some of the indicators, and 2 children still showed limitations. Activities in the Kalari game provide opportunities for children to actively move, coordinate, and work together in a team, so that they can stimulate gross motor skills in a fun way. In addition, this game also instills character values such as discipline, sportsmanship, and togetherness. Thus, the traditional Kalari game is very effective and worthy of being used as a learning medium to develop gross motor skills while strengthening children's character from an early age.*

Keywords: *Early childhood, Kalari Game, Gross Motor*

Abstrak: Permainan tradisional merupakan bagian penting dari kehidupan anak-anak yang tidak hanya memberikan kesenangan, tetapi juga berfungsi sebagai sarana edukatif dalam mendukung perkembangan fisik, khususnya keterampilan motorik kasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Kalari terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan teknik observasi melalui instrumen ceklis pada 9 anak usia 4–5 tahun di TK Kiddi Care Kota Gorontalo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak menunjukkan perkembangan motorik kasar yang baik, di mana 10 anak telah memenuhi seluruh indikator motorik seperti kemampuan melompat, berlari zigzag, dan menjaga keseimbangan, 6 anak memenuhi sebagian indikator, dan 2 anak masih menunjukkan keterbatasan. Aktivitas dalam permainan Kalari memberikan kesempatan bagi anak untuk aktif bergerak, berkoordinasi, dan bekerja sama dalam tim, sehingga mampu menstimulasi kemampuan motorik kasar secara menyenangkan. Selain itu, permainan ini juga menanamkan nilai-nilai karakter seperti disiplin, sportivitas, dan kebersamaan. Dengan demikian, permainan tradisional Kalari sangat efektif dan layak digunakan sebagai media pembelajaran untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar sekaligus memperkuat karakter anak sejak usia dini.

Kata kunci: Anak usia dini, Permainan Kalari, Motorik Kasar

1. LATAR BELAKANG

Permainan tradisional adalah permainan yang diwariskan secara turun temurun baik secara lisan, tulisan atau tindakan, dan menggunakan alat sederhana dalam memainkannya dengan tujuan hiburan atau menyenangkan hati dan mengandung nilai-nilai positif di dalamnya. Banyak jenis-jenis permainan tradisional yang dilakukan bersama-sama bahkan hampir semua permainan tradisional mengajarkan arti kebersamaan dilihat dari cara bermainnya (H.Tumaloto, 2022). Permainan tradisional tidak lain merupakan kegiatan yang diatur oleh suatu peraturan yang dilakukan oleh masyarakat sesuai budaya yang

dihasilkan pada daerah masing-masing dengan tujuan mendapatkan kegembiraan untuk masyarakat terutama anak-anak. Permainan tradisional ini bisa dikategorikan dalam tiga golongan yaitu permainan untuk bermain (rekreatif), permainan untuk bertanding (kompetitif) dan permainan bersifat pendidikan (edukatif). Permainan tradisional bisa digolongkan dalam permainan modern karena cara menggunakannya sama tapi yang membedakan permainan tersebut adalah alat serta metodenya, begitupun cara memahaminya untuk permainan tradisional sangat mudah untuk dipahami oleh kalangan anak-anak masa zaman dulu sampaisekarang. (Sau et al., 2022). Terdapat sejumlah prinsip dalam permainan yang berkaitan dengan perilaku anak, antara lain: permainan diartikan sebagai suatu aktivitas yang menyenangkan dan berada di luar rutinitas sehari-hari. Permainan berfungsi sebagai wadah untuk bereksperimen dengan berbagai aspek, bersifat terbuka tanpa batas (Mudzakir, 2020). Permainan bersifat aktif dan dinamis, bukanlah sesuatu yang statis sehingga tidak terikat oleh ruang dan waktu. Selain itu, permainan relevan bagi setiap anak di sepanjang masa, mencakup konteks hubungan sosial dan berlangsung secara spontan. Bermain juga berfungsi sebagai media komunikasi dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar. Ketika anak berpartisipasi dalam aktivitas bermain, aspek fisik motorik (motorik kasar) mereka terlibat dalam kegiatan yang dapat merangsang perkembangan motorik kasar (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Anak juga mengembangkan sistem keseimbangan, contohnya saat mereka melompat atau berayun. Selain itu, anak diberi kesempatan untuk melihat dari jarak jauh, yang melibatkan koordinasi antara tangan dan mata. Aktivitas bermain juga berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri, keamanan, dan keyakinan fisik anak. (Raya & Crossover, 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di TK Kiddi Care bahwa masih terdapat anak yang mengalami kesulitan dalam motorik kasarnya seperti anak berlompat satu kaki, berlari zigzag atau bermain lempar bola. Hal ini mengakibatkan anak kurang bermain di outdoor sehingga alat mainnya tidak begitu tertarik bagi anak. Padahal permainan ini sangat membantu anak mengembangkan motorik kasarnya dan otot-otot anak bisa lentur, luwes dan kuat. Perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Gerakan ini secara jelas dibedakan menjadi gerak kasar dan halus. Keadaan sekitar sangat berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan motorik anak, terutama lingkungan keluarga. Selain itu motorik juga berarti perkembangan gerak pengendalian jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot-otot yang terkoordinasi. Menurut pandangan Hurlock bahwa perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf,

gerakan urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian tersebut berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan masa yang ada pada waktu lahir. Sepanjang 4 atau 5 tahun pertama kehidupan pasca anak lahir, anak dapat mengendalikan gerakan yang kasar (motorik kasar). Gerakan tersebut melibatkan bagian badan yang digunakan dalam berjalan, berlari, melompat, berenang dan sebagainya. Pasca usia 5 tahun terjadi perkembangan yang lebih besar dalam mengendalikan koordinasi yang lebih baik yang melibatkan kelompok motorik yang lebih kecil yang digunakan untuk menganyam, melempar, menangkap bola, menulis dan menggunakan alat-alat. Perkembangan fisik motorik kasar adalah salah satu dimensi yang sangat penting dalam perkembangan individu secara komprehensif, karena pertumbuhan dan perkembangan fisik terjadi dari bayi sampai dewasa. Aktifitas keseharian anak dipengaruhi oleh perkembangan fisik motorik kasar pada anak. Bila perkembangan fisik motorik kasar anak berkembang dengan baik, perkembangan yang lain-pun akan berkembang dengan baik juga. Perkembangan fisik merupakan perkembangan semua bagian tubuh dan fungsinya. Hurlock, dalam Rinasari (2013:11). Novan Ardy Wiyani, dalam Roftah (2019:20) fisik dapat diartikan sebagai jasmani, badan, dan tubuh. Sedangkan motorik diartikan dengan penggerak. Perubahan yang terjadi pada tubuh atau jasmani seseorang dapat mempengaruhi keterampilan gerak tubuhnya. Jadi perkembangan fisik motorik kasar anak usia dini dapat diartikan sebagai perubahan bentuk tubuh pada anak yang berpengaruh terhadap keterampilan gerak tubuhnya.(Kaoci et al., 2021)

2. KAJIAN TEORITIS

Kajian teoritis tentang permainan tradisional Kalari dapat didekati dari beberapa perspektif. Pertama, dari perspektif historis dan budaya, keberadaan Kalari dapat dikaji melalui pendekatan antropologi budaya, yang meneliti bagaimana permainan tersebut merefleksikan nilai-nilai, kepercayaan, dan praktik sosial masyarakat. Munculnya Kalari sebagai bentuk hiburan, sarana menjaga kebugaran, dan penguat ikatan sosial menunjukkan fungsi adaptasi budaya terhadap kebutuhan masyarakat. Simbol-simbol dan filosofi yang terkandung di dalamnya dapat dianalisis menggunakan semiotika untuk mengungkap makna tersirat.

Kedua, perspektif pendidikan memungkinkan analisis Kalari melalui berbagai teori pembelajaran. Manfaatnya dalam pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik dapat dijelaskan menggunakan teori perkembangan kognitif Piaget atau teori belajar sosial Bandura. Penggunaan Kalari sebagai metode experiential learning sesuai dengan teori-

teori konstruktivisme yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam proses pembelajaran.

Ketiga, dari perspektif sosial, peran Kalari dapat dikaji melalui teori-teori sosiologi. Teori interaksionisme simbolik menjelaskan bagaimana permainan menjadi media bagi individu untuk memahami peran dan identitas sosialnya. Sementara itu, teori sosialisasi menjelaskan bagaimana Kalari mentransfer nilai-nilai dan norma sosial kepada generasi muda melalui proses bermain. Peran Kalari dalam membangun hubungan sosial yang harmonis dan solidaritas komunitas dapat dianalisis melalui teori-teori tentang modal sosial dan integrasi sosial. Terakhir, perspektif kesehatan menunjukkan manfaat Kalari bagi kesehatan fisik dan mental yang dapat dikaji melalui teori tentang aktivitas fisik dan kesejahteraan. Pengaruhnya terhadap kesehatan sosial dapat dianalisis melalui teori tentang dukungan sosial dan rasa kebersamaan. Secara keseluruhan, kajian teoritis tentang Kalari membutuhkan pendekatan interdisipliner, menggabungkan perspektif antropologi, pendidikan, sosiologi, dan kesehatan untuk memahami secara komprehensif peran dan signifikansi permainan tradisional ini dalam konteks budaya, pendidikan, sosial, dan kesehatan masyarakat.

3. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan yaitu metode Penelitian Kuantitatif deskriptif. Data penelitian diperoleh bahwa Permainan kalari ini memberikan kesempatan kepada anak untuk aktif berkoordinasi dengan rekan satu tim untuk memperoleh kemenangan. Oleh karena itu permainan Kalari ini sangat efektif untuk peningkatan belajar gerak, karena secara tidak langsung pemain akan aktif untuk berlari, dan berfikir dalam melakukan strategi supaya mendapatkan nilai tanpa merasa capek karena terlena dengan permainan ini. Penelitian ini adalah anak usia dini kelas A1 usia 4-5 tahun di Kiddi Care yang berjumlah 18 anak. Teknik pengumpulan data ini berupa metode observasi menggunakan instrumen ceklis. Rata-rata merupakan acuan bagi peneliti untuk menentukan kriteria kategorisasi.

Kategorisasi terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Selain menggunakan rata-rata, untuk menentukan kriteria kategorisasi, peneliti juga menggunakan skor minimum, maksimum, rentang, dan simpangan baku. Dalam penelitian ini, skor minimum adalah 0, skor maksimum adalah 4 rentang adalah x , dan simpangan baku adalah y . Berdasarkan hal tersebut, diperoleh kriteria kategorisasi yang ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kriteria Kategori

KATEGORI	RUMUS
Rendah	$X < 2.82$
Sedang	$2.82 \leq X < 4$
Tinggi	$X \geq 4$

4. HASIL

Rekapitulasi data skor nilai kepercayaan diri yang dimiliki 18 anak usia dini di TK Negeri Pembina Kecamatan Kota Utara Kota Gorontalo dinyatakan seperti pada Tabel 2

Tabel 2. Skor Motorik Kasar

SUBJEK	SKOR	RATA-RATA	KRITERIA
A	2	0,222	Rendah
B	3		
C	4		
D	4		
E	3		
F	4		
G	4		
H	4		
I	3		
J	4		
K	4		
L	4		
M	2		
N	3		
O	4		
P	4		
R	3		
S	3		

Dari analisis atas terdapat 9 anak, diantaranya 10 anak sudah memenuhi seluruh standar indikator kesempurnaan yaitu melompat dengan dua kali, berlari zigzag, dan berj. Terdapat 6 anak hanya memenuhi 3 standar indikator yaitu cinta diri, tanggung jawab, dan berjalan mengangkat kedua tangannya. Sedangkan dalam indikator luwes anak belum mampu untuk berlari sesuai dengan pola yg disediakan dalam kegiatan pembelajaran. Terdapat 2 anak hanya mampu dalam 2 standar indikator diantaranya berjalan sambil berjinjit sedangkan mereka tidak menunjukkan indikator jalan zigzag anak belum mampu untuk dalam kegiatan belajar.

5. PEMBAHASAN

Pemain pemula secara tidak langsung harus terlatih lebih giat untuk bekerja sama dan berkoordinasi dengan rekannya. Jika tidak, pemain akan hilang fokus dan tersentuh lawan dan berakibat bisa kalah. Permainan Kalari terbagi menjadi dua kelompok yang berbeda, dan masing-masing tim terdiri dari 3 atau 5 orang atau bahkan lebih (Supiani, 2018). Inti dari permainan Kalari sendiri adalah persaingan antar tim untuk saling menghadang lawan secara bergantian sehingga tim lawan tidak bisa melewati garis pemisah sampai bolak-balik. Tujuan dari permainan Kalari ini dari setiap tim untuk memenangkan pertandingan dengan melewati garis lawan secara bolak-balik dan untuk tidak tertangkap atau tersentuh lawan, dan semua lawan harus bertahan dalam proses bolak-balik di area garis yang telah ditentukan. dan permainan Kalari juga dapat membantu untuk melatih fisik motorik anak usia dini. Hasil Penelitian juga menunjukkan bahwa motorik kasar anak menunjukkan bahwa motorik kasar anak telah berkembang dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari kelihaihan anak dalam memainkan permainan kalari tersebut bersama teman-temannya yang sesuai dengan peraturan permainan yang ada. Dengan fakta bahwa permainan tradisional Kalari tersebut dapat memberikan stimulus gerakan-gerakan anak dan melatih koordinasi tubuh, dan secara langsung mengembangkan kemampuan motorik kasar yang dapat bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari. kegiatan permainan tradisional Kalari merupakan permainan yang dapat menarik anak agar dapat memotivasi anak, melatih kesabaran, ketelitian, dan kedisiplinan dalam bersikap. Motorik kasar yang dilihat atau dikembangkan dalam permainan tersebut, yaitu aspek keseimbangan, kelincahan, dan kecepatan (Syofian & Gazali, 2021)

Permainan Kalari adalah sebuah permainan tradisional yang di mainkan secara berkelompok atau secara tim di masing-masing tim terdiri dari tiga sampai lima orang inti dari bolak-balik. Permainan ini biasanya dimainkan di tanah lapang atau lapangan terbuka, untuk membuat area atau lapangan permainan biasanya menggunakan kapur atau garis seadanya dengan membentuk persegi panjang yang terbagi menjadi enam bagian dan disetiap garis di jaga oleh masing-masing anggota dari tim yang bertugas untuk menghadang. (Probo Ismoko, 2023). Menurut Irwanto (2003:73) permainan tradisional kalari adalah permainan olahraga tradisional yang tidak mempergunakan alat apapun sebagaimana permainan tradisional sebelumnya. Olahraga tradisional kalari dimainkan secara beregu, baik putra maupun putri. Jumlah anggota regu sebanyak 8 orang dari 5 orang sebagai pemain inti dan 3 orang selebihnya sebagai pemain cadangan. Permainan tradisional kalari bertujuan untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani

seseorang untuk memperoleh hasil yang maksimal dalam permainan tradisional kalari. Rendahnya minat siswa akibat rasa bosan yang muncul tersebut dapat diatasi dengan melakukan pengembangan terhadap permainan tradisional (kalari), pengembangan tersebut diharapkan mampu memberikan daya tarik tersendiri bagi siswa untuk memainkannya kembali dan bahkan dapat menjadikan permainan tradisional (kalari) tersebut menjadi permainan yang digemari oleh siswa dan dimainkan secara terus menerus.

Permainan tradisional kalari atau dalam bahasa Daerah Gorontalo di sebut (Kalari) merupakan olahraga tradisional sebagai aset budaya bangsa yang memiliki unsur olah fisik tradisional. Permainan tradisional kalari yang saat ini sudah sangat jarang dimainkan oleh anak-anak memiliki kontribusi positif dalam meningkatkan kebugaran jasmani seseorang. Permainan rakyat yang berkembang cukup lama ini perlu dilestarikan, karena selain sebagai olahraga hiburan dan kebutuhan interaksi sosial, olahraga ini juga mempunyai potensi untuk meningkatkan kualitas atau kebugaran jasmani bagi pelakunya. Hadjarati & Haryanto, (2021) menyatakan bahwa permainan kalari dapat membentuk karakter siswa yakni unsur kooperatif yang meliputi kerja sama tim, strategi bermain, dan koordinasi antar anggota tim. Selain itu, permainan kalari banyak memiliki nilai positif yang di antaranya adalah kebersamaan dalam bentuk kerja sama yang kompak antara satu penjaga dengan penjaga lain agar lawan tidak lolos. Di sisi lain, pada regu yang sedang memainkan permainan ini dituntut kecepatan untuk berpikir saat akan melewati pintu-pintu yang dihalangi bisa lolos dari penjagaan senada dengan itu (Sau et al., 2022).

6. KESIMPULAN DAN SARAN

Permainan tradisional kalari tidak hanya sekadar permainan yang mengandung kesenangan semata. Namun permainan tradisional dapat melatih kemampuan motorik kasar anak, sikap anak, dan juga keterampilan anak, serta dapat membentuk karakter anak yang luhur. Permainan tradisional seperti ini harus tetap kita lestarikan, apalagi saat ini minat anak-anak masih cukup kurang dengan permainan tradisional. Sehingga anak-anak bisa mengenali permainan tradisional yang ada. Karena permainan tradisional ini juga menyehatkan dan memiliki manfaat terhadap pembentukan karakter anak. Dalam penerapannya pembentukan karakter anak menggunakan unsur pokok yaitu pemberian pengetahuan tentang nilai-nilai kebaikan melalui permainan tradisional, pemberian motivasi untuk melakukan nilai-nilai kebaikan melalui permainan tradisional, pemberian arahan untuk melakukan nilai-nilai kebaikan melalui permainan tradisional.

Permainan tradisional Kalari terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini, karena melalui aktivitas fisik yang menyenangkan seperti berlari, melompat, dan berkoordinasi, anak mampu mengembangkan keterampilan gerak yang penting bagi tumbuh kembang mereka. Selain aspek fisik, Kalari juga membentuk karakter anak melalui nilai-nilai kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab yang muncul selama bermain. Permainan ini tidak hanya menjadi bagian dari warisan budaya yang kaya, tetapi juga merupakan metode pembelajaran yang potensial untuk diintegrasikan dalam kegiatan pendidikan anak usia dini. Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan orang tua untuk melestarikan dan memanfaatkan permainan tradisional sebagai media edukatif yang menyeluruh dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Identifikasi permainan dan olahraga tradisional Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(3). <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIKOR> (jika tersedia)
- Hadjarati, H., Dai, A., & Haryanto, A. I. (2021). Permainan tradisional daerah Bolaang Mongondow Selatan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(1), 46–54.
- Herlina, & Suherman, M. (2020). Potensi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di tengah pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 di sekolah dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(1). <https://jurnal.untad.ac.id/index.php/TJSSPE> (jika tersedia)
- Ismoko, P. (2023). Meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui permainan hadang anak kelompok B TK Dharma Wanita Demangan. *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)*, 6(1), 41–49.
- Kadir, S. S., Haryanto, A. I., Ramadan, G., Fataha, I., Samin, G., & Gani, A. A. (2021). Peran permainan tradisional untuk melestarikan kearifan lokal. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(2). <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/sibermas> (jika tersedia)
- Kaoci, A., Wibowo, B., & dkk. (2021). Meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui permainan hadang pada anak kelompok B di TK Aba Banjarharjo II Kalibawang Kulon Progo [Skripsi, Universitas Negeri Jakarta].
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan model latihan keterampilan motorik melalui olahraga tradisional untuk siswa sekolah dasar. *Sport Science and Education Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.33365/v1i1.622>
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh permainan olahraga tradisional terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 10(1), 44–49.
- Roftah, D. (2019). Pengembangan motorik kasar anak melalui permainan hadang pada

kelompok B di TK Hikmah Tazkia Salatiga [Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Salatiga].

Sau, S., Yulianti, L., & Rahmawati, D. (2022). Jenis dan manfaat permainan tradisional. Jakarta: Rineka Cipta.

Syofian, & Gazali. (2021). Analisis unsur fisik dominan pada olahraga tradisional. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 40(2), 132617. <https://doi.org/10.21831/jk.v40i2.495>

Tumaloto. (2022). Pengaruh permainan tradisional hadang terhadap sikap sosial siswa kelas III SDN 01 Manguharjo Kota Madiun. *Gulawentah: Jurnal Studi Sosial*, 3(2), 108–112.

Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 183–193.