

## Meningkatkan Keterampilan Motorik Melalui Permainan Gobak Sodor dan Congklak pada Peserta Didik Kelas III SD Negeri 1 Sukosono

Siti Khumaidah<sup>1</sup>, Nelly Ainun Muna<sup>2</sup>, Syailin Nichla Choirin Attalina<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Nahdlatul Ulama Jepara, Indonesia

Email Corresponding Author: [221330000956@unisnu.ac.id](mailto:221330000956@unisnu.ac.id).

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik kelas III melalui penerapan permainan tradisional Gobak Sodor dan Congklak. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa keterampilan motorik peserta didik masih tergolong rendah, baik dalam aspek kasar maupun halus. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 31 peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dengan instrumen penilaian keterampilan motorik halus dan kasar. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan motorik yang signifikan. Rata-rata nilai keterampilan motorik halus meningkat dari 78,42 menjadi 89,42, sementara motorik kasar meningkat dari 77,55 menjadi 88,39. Selain peningkatan secara fisik, peserta didik juga menunjukkan perkembangan dalam hal kepercayaan diri, konsentrasi, dan partisipasi aktif. Lebih dari 75% peserta didik mencapai kategori “baik” pada kedua aspek keterampilan. Pembelajaran melalui permainan tradisional terbukti selaras dengan pendekatan pembelajaran aktif dalam Kurikulum Merdeka karena memberikan pengalaman belajar yang konkret, menyenangkan, dan bermakna bagi anak. Strategi ini sangat layak diterapkan sebagai alternatif pembelajaran kontekstual yang efektif di sekolah dasar.

Kata Kunci: *Keterampilan Motorik, Pembelajaran Aktif, Permainan Tradisional.*

### ABSTRACT

*This study aims to improve the motor skills of third-grade students through the application of traditional games, Gobak Sodor and Congklak. Initial observations revealed that the students' motor skills were still in the low category, both in gross and fine motor aspects. This research employed a Classroom Action Research (CAR) design carried out in two cycles, each consisting of planning, implementation, observation, and reflection stages. The subjects were 31 students of class III at SD Negeri 1 Sukosono. Data were collected through*

*observation using motor skill assessment instruments for both fine and gross motor abilities. The results showed a significant improvement in students' motor skills. The average fine motor skill score increased from 78.42 to 89.42, while gross motor skills rose from 77.55 to 88.39. In addition to physical progress, students also showed improved confidence, concentration, and active participation. More than 75% of students reached the "good" category in both aspects. The implementation of traditional games proved to be in line with the active learning approach promoted in the Merdeka Curriculum, providing meaningful and enjoyable experiences for young learners. This strategy is highly suitable for elementary education as it supports contextual, engaging, and effective learning.*

*Keywords: Motor Skills, Active Learning, Traditional Games.*

## **PENDAHULUAN**

Keterampilan motorik merupakan aspek penting dalam perkembangan anak usia sekolah dasar, terutama dalam mendukung kesiapan belajar dan kemandirian (Andhika, Prayoga, & Darumoyo, 2022). Keterampilan ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu motorik kasar yang berkaitan dengan gerakan tubuh besar seperti berlari dan melompat, serta motorik halus yang melibatkan koordinasi tangan dan jari dalam aktivitas seperti menulis dan memindahkan benda kecil. Pengembangan keterampilan motorik sangat berperan dalam membentuk dasar kemampuan anak untuk mengikuti kegiatan belajar secara optimal.

Pengembangan keterampilan motorik pada anak usia sekolah dasar tidak hanya berpengaruh pada aspek fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif dan sosial-emosional (Satriawan, Pratama, Yuliawan, & Kurniawan, 2024). Keterampilan motorik kasar, misalnya, dapat meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan, yang penting untuk aktivitas sehari-hari dan partisipasi dalam olahraga. Selain itu, aktivitas fisik yang melibatkan keterampilan motorik kasar dapat membantu anak-anak mengembangkan rasa percaya diri dan kemampuan bekerja sama dengan teman sebaya.

Berdasarkan hal tersebut, keterampilan motorik halus sangat penting dalam mendukung kemampuan akademis anak. Keterampilan ini berperan dalam aktivitas seperti menulis, menggambar, dan menggunakan alat-alat sekolah. Anak yang memiliki keterampilan motorik halus yang baik cenderung lebih mudah dalam belajar menulis dan menyelesaikan tugas-tugas yang memerlukan ketelitian (Pratiwi, 2021). Selain itu, pengembangan keterampilan motorik halus juga dapat meningkatkan kemampuan kognitif, seperti konsentrasi dan memori.

Pada kenyataannya, pengembangan keterampilan motorik di sekolah sering kali belum mendapat perhatian yang memadai. Proses pembelajaran, khususnya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), cenderung lebih banyak diisi dengan penjelasan teori dibandingkan aktivitas praktik. Kegiatan fisik yang seharusnya menjadi inti dari pembelajaran PJOK

kurang dimaksimalkan, sehingga peserta didik tidak memperoleh cukup rangsangan untuk mengembangkan kemampuan motoriknya.

Berdasarkan hasil observasi awal di kelas III SD Negeri 1 Sukosono, terlihat bahwa beberapa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam aktivitas yang membutuhkan koordinasi gerak tubuh, baik dalam aspek motorik kasar maupun motorik halus. Mereka tampak kurang aktif bergerak saat pembelajaran berlangsung dan menunjukkan keterbatasan dalam kegiatan yang menuntut kelincahan atau ketepatan gerakan. Kondisi ini menunjukkan perlunya pendekatan pembelajaran yang mampu mendorong aktivitas fisik secara menyenangkan dan terarah.

Salah satu alternatif strategi yang dapat digunakan adalah mengintegrasikan permainan tradisional dalam kegiatan pembelajaran. Permainan Gobak Sodor dan Congklak dipilih karena keduanya memiliki unsur gerak yang dapat melatih motorik peserta didik secara alami (Sunanto, Jariono, Sistiasih, & Subekti, 2025). Gobak Sodor melibatkan gerakan berlari, menghindar, dan kerja sama tim yang mendukung pengembangan motorik kasar. Sementara itu, Congklak melatih koordinasi tangan dan jari serta konsentrasi, yang berkontribusi pada pengembangan motorik halus.

Integrasi permainan tradisional seperti Gobak Sodor dan Congklak dalam pembelajaran memberikan manfaat holistik bagi perkembangan peserta didik. Gobak Sodor melatih motorik kasar melalui gerakan lari dan menghindar, sekaligus mengasah kerja tim, strategi, dan nilai-nilai sportivitas, sementara Congklak mengembangkan motorik halus lewat koordinasi tangan-mata, konsentrasi, serta kemampuan berpikir logis dan perencanaan strategis (Permatasari & Wulansuci, 2025). Selain aspek fisik dan kognitif, kedua permainan ini juga memperkuat keterampilan sosial melalui interaksi dengan teman sebaya serta menumbuhkan kesadaran budaya dengan melestarikan warisan tradisional. Pendekatan ini menciptakan pembelajaran yang menyenangkan, kontekstual, dan bermakna, sekaligus mendukung pembentukan karakter siswa yang seimbang antara kemampuan akademik, fisik, sosial, dan apresiasi terhadap nilai-nilai lokal.

Melalui penerapan permainan tradisional tersebut dalam pembelajaran, diharapkan peserta didik tidak hanya lebih aktif bergerak, tetapi juga mengalami peningkatan keterampilan motorik secara menyeluruh. Untuk membuktikan efektivitas pendekatan ini, penelitian tindakan kelas dilakukan guna merancang dan mengimplementasikan pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna melalui permainan Gobak Sodor dan Congklak (Febriansyah, Muhtarom, & Agustan, 2024). Di sisi lain, keterampilan motorik halus yang diasah melalui kegiatan kreatif, seperti menggambar atau merakit, dapat memberikan anak-anak kesempatan untuk mengekspresikan diri dan meningkatkan rasa pencapaian.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Sukosono, Kecamatan Kedung, Kabupaten Jepara, pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Lokasi dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan rendahnya keterampilan motorik peserta didik akibat minimnya praktik dalam pembelajaran olahraga. Subjek penelitian adalah 31 peserta didik kelas III, yang terdiri dari 19 laki-laki dan 12 perempuan.

Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus mencakup empat tahapan: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Permainan Gobak Sodor dan Congklak digunakan sebagai media pembelajaran yang dirancang untuk melatih motorik kasar dan halus peserta didik. Perbaikan dilakukan di siklus II berdasarkan hasil refleksi dari siklus I.

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk melihat perkembangan keterampilan motorik, wawancara dengan guru dilakukan untuk mengetahui pandangan terhadap perubahan peserta didik, dan dokumentasi mendukung data visual serta catatan proses. Seluruh data dianalisis secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif untuk melihat peningkatan keterampilan motorik dari pra siklus hingga siklus II.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Hasil*

### *Implementasi Permainan Gobak Sodor dan Congklak untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Peserta Didik*

Penerapan permainan gobak sodor dan congklak dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono. Permainan gobak sodor difokuskan untuk mengembangkan motorik kasar, karena melibatkan gerakan fisik seperti berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Sementara permainan congklak digunakan untuk melatih motorik halus, melalui gerakan jari saat memindahkan biji dengan ketelitian dan koordinasi tangan-mata.

Kedua permainan ini dilaksanakan dalam dua siklus pembelajaran, masing-masing melalui empat tahap: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Sebelum tindakan dilakukan, terlebih dahulu dilaksanakan observasi pra siklus untuk mengetahui kondisi awal keterampilan motorik peserta didik. Data tersebut menjadi dasar dalam menyusun tindakan yang tepat dan terukur pada setiap siklus. Berikut adalah uraian pelaksanaan dan hasil dari pra siklus hingga siklus II secara bertahap.

## 1. Pra Siklus

Sebelum tindakan pembelajaran diberikan, peneliti melakukan observasi awal terhadap keterampilan motorik peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono. Observasi dilakukan menggunakan instrumen berupa lembar pengamatan keterampilan motorik halus dan kasar yang terdiri atas tiga indikator untuk masing-masing jenis keterampilan. Motorik halus diamati melalui indikator ketepatan, koordinasi jari, dan konsentrasi, sementara motorik kasar diamati melalui keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi gerak tubuh besar. Berdasarkan hasil tersebut terlihat bahwa kemampuan motorik peserta didik berada dalam kategori rendah. Pada aspek motorik halus, peserta didik masih kurang mampu melakukan gerakan terkontrol dengan jari, seperti mengambil dan memindahkan benda kecil secara tepat. Fokus dan konsentrasi juga masih lemah selama aktivitas berlangsung. Sementara pada aspek motorik kasar, peserta didik tampak belum seimbang saat melompat atau bergerak, serta kurang gesit dalam melakukan gerakan berpola seperti yang ada pada permainan tradisional.

Kondisi ini menunjukkan perlunya strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan gerak anak secara menyenangkan dan bermakna. Oleh karena itu, peneliti merancang tindakan melalui permainan congklak dan gobak sodor yang secara khusus menargetkan peningkatan keterampilan motorik halus dan kasar secara seimbang.

## 2. Siklus I

Setelah pelaksanaan observasi pra siklus, peneliti melanjutkan ke Siklus I sebagai tindakan awal untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik melalui penerapan permainan tradisional gobak sodor dan congklak. Siklus I dilaksanakan dalam dua kali pertemuan selama satu minggu, dan terdiri dari empat tahap sebagai berikut:

### *Tahap Perencanaan*

Pada tahap ini, peneliti dan guru kelas menyusun rancangan pembelajaran yang memadukan permainan tradisional dengan tujuan pengembangan keterampilan motorik. Perencanaan meliputi:

- Menyusun modul ajar berbasis permainan congklak dan gobak sodor
- Menyiapkan alat dan media: papan congklak, biji congklak, kapur lapangan, stopwatch
- Menyusun rubrik observasi untuk menilai keterampilan motorik halus dan kasar
- Menentukan waktu dan tempat pelaksanaan: congklak di ruang kelas, gobak sodor di halaman sekolah
- Menyiapkan strategi pengelompokan dan pemberian instruksi yang jelas kepada peserta didik

Tujuan utama dari siklus I adalah mengenalkan permainan, membiasakan peserta didik dengan aturan main, dan memberikan kesempatan eksplorasi gerakan sambil diamati perkembangan motoriknya.

#### *Tahap Pelaksanaan*

Pelaksanaan pembelajaran dilakukan dalam dua sesi. Sesi pertama difokuskan pada permainan congklak untuk mengembangkan motorik halus, dan sesi kedua menggunakan permainan gobak sodor untuk mengembangkan motorik kasar. Guru memberikan contoh cara bermain, menjelaskan aturan, dan membimbing peserta didik secara langsung. Dalam pelaksanaan, peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok kecil untuk bermain bergiliran. Mereka diberikan waktu cukup agar semua mendapatkan pengalaman bermain dan diamati secara menyeluruh. Selama kegiatan, guru memberikan motivasi, penguatan, serta memastikan semua peserta didik berpartisipasi aktif.

#### *Tahap Observasi*

Pada tahap ini, peneliti dan guru melakukan pengamatan terhadap perkembangan keterampilan motorik peserta didik berdasarkan lembar observasi yang telah disiapkan. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik mulai menunjukkan peningkatan koordinasi gerak, konsentrasi, serta partisipasi aktif dalam permainan. Analisis hasil akhir siklus 1 pada motorik halus, peserta didik mulai mampu memindahkan biji congklak dengan jari secara lebih tepat dan cepat. Pada motorik kasar, peserta didik tampak lebih lincah saat berlari, lebih seimbang saat bergerak maju-mundur, serta lebih mampu memahami pola gerak dalam tim. Beberapa peserta didik masih perlu bimbingan dalam mengikuti aturan main dan menjaga fokus.

#### *Tahap Refleksi*

Hasil siklus I menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan dibanding pra siklus. Namun, guru dan peneliti merefleksikan beberapa kekurangan yang perlu diperbaiki, antara lain:

- Kurangnya pemahaman aturan main oleh beberapa peserta didik, terutama pada gobak sodor
- Durasi permainan yang kurang proporsional menyebabkan sebagian peserta didik kurang waktu eksplorasi
- Antusiasme belum merata, masih terdapat peserta didik yang pasif dan malu untuk bergerak aktif

Oleh karena itu, untuk perbaikan pada siklus II, peneliti dan guru sepakat untuk:

- Memberikan demonstrasi permainan lebih jelas sebelum bermain

- Menambah sesi pemanasan dan *ice breaking* agar peserta didik lebih siap secara fisik dan psikologis
- Menyediakan alat permainan lebih banyak agar tidak menunggu lama
- Memberikan penguatan dan pujian verbal agar motivasi peserta didik meningkat

### 3. Siklus II

Setelah melakukan refleksi terhadap kekurangan pada siklus I, peneliti melanjutkan tindakan pembelajaran ke tahap Siklus II. Tujuan utama pada siklus ini adalah memperkuat hasil yang telah dicapai serta mengatasi hambatan-hambatan yang ditemukan sebelumnya. Siklus II juga dilaksanakan dalam dua kali pertemuan dan terdiri atas empat tahapan sebagai berikut:

#### *Tahap Perencanaan*

Tahap ini merupakan penyempurnaan dari rencana tindakan sebelumnya. Peneliti bersama guru kelas menyusun perbaikan rencana pembelajaran berdasarkan hasil refleksi siklus I. Adapun bentuk perencanaan yang dilakukan antara lain:

- Memberikan demonstrasi yang lebih jelas sebelum permainan dimulai
- Menyediakan alat permainan tambahan (papan congklak dan garis gobak sodor) agar waktu eksplorasi setiap peserta didik lebih optimal
- Menyiapkan *ice breaking* dan pemanasan ringan sebelum kegiatan fisik
- Menambahkan strategi pujian dan motivasi verbal untuk meningkatkan antusiasme dan kepercayaan diri peserta didik
- Menyusun kembali modul ajar, lembar observasi, dan skenario pembelajaran berbasis permainan

Tujuan pembelajaran tetap sama, yakni meningkatkan keterampilan motorik halus dan kasar peserta didik secara menyenangkan melalui permainan tradisional yang terarah dan terstruktur.

#### *Tahap Pelaksanaan*

Kegiatan pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disempurnakan. Pada pertemuan pertama, peserta didik bermain congklak untuk mengembangkan motorik halus, sementara pada pertemuan kedua mereka memainkan gobak sodor guna mengembangkan motorik kasar. Sebelum permainan dimulai, guru memberikan contoh teknik bermain dan menjelaskan ulang aturan permainan. Peserta didik terlihat lebih antusias dan percaya diri. Mereka bermain secara bergiliran dalam kelompok kecil, dan seluruh peserta didik memperoleh giliran bermain secara adil.

*Tahap Observasi*

Penilaian dilakukan oleh guru dan peneliti menggunakan lembar observasi yang sama seperti pada siklus sebelumnya. Hasilnya menunjukkan bahwa hampir seluruh peserta didik menunjukkan peningkatan signifikan dalam aspek keterampilan motorik. Analisis hasil akhir siklus 2 pada aspek motorik halus, hampir seluruh peserta didik mampu melakukan gerakan jari secara cepat, tepat, dan fokus saat bermain congklak. Pada aspek motorik kasar, peserta didik mampu bergerak secara terarah, menunjukkan kelincahan, dan mampu menjaga keseimbangan tubuh saat berlari, mengecoh, dan menghindar dalam permainan gobak sodor. Antusiasme peserta didik juga meningkat, suasana pembelajaran menjadi lebih hidup dan menyenangkan.

*Tahap Refleksi*

Hasil siklus II menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan berhasil meningkatkan keterampilan motorik peserta didik secara optimal. Seluruh tujuan pembelajaran telah tercapai. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta didik tidak hanya mengalami peningkatan dalam aspek fisik, tetapi juga secara emosional menjadi lebih percaya diri, berani tampil, dan aktif berpartisipasi.

***Peningkatan Keterampilan Motorik Peserta Didik Kelas III SD Negeri 1 Sukosono***  
**1. Pra Siklus**

Efektivitas tindakan pembelajaran dapat dilihat melalui perbandingan rata-rata skor keterampilan motorik peserta didik dari tahap pra siklus hingga siklus II. Penilaian dilakukan terhadap dua aspek utama, yaitu motorik halus dan motorik kasar, menggunakan instrumen observasi yang sama pada setiap tahapan. Tabel berikut menyajikan rekapitulasi skor aktual dan persentase capaian keterampilan motorik peserta didik:

Tabel 1. Nilai Pra Siklus Keterampilan Motorik Peserta Didik

Nilai	Frekuensi Motorik Kasar	Frekuensi Motorik Halus
68	3	2
72	5	4
76	7	6
80	6	5
84	5	6
88	3	5
92	2	3
Jumlah	31	31

Nilai Minimal	68	68
Nilai Maksimal	92	92
Mean	77,55	78,42
Median	76	80
Modus	76	84

Berdasarkan hasil observasi pada tahap pra siklus, diketahui bahwa keterampilan motorik kasar peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono masih tergolong rendah. Rata-rata nilai motorik kasar yang diperoleh peserta didik sebesar 77,55, dengan nilai minimal 68 dan nilai maksimal 92. Sebagian besar peserta didik memperoleh nilai di bawah angka 80, menunjukkan bahwa mereka belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Kesenjangan juga terlihat dari rentang nilai yang cukup lebar, mengindikasikan adanya perbedaan kemampuan motorik kasar antar individu. Banyak peserta didik tampak belum mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi, seperti berlari cepat, melompat, atau menjaga keseimbangan saat mengikuti instruksi dalam kegiatan pembelajaran jasmani. Kondisi ini diperparah dengan minimnya aktivitas fisik yang terstruktur selama pembelajaran sebelumnya, sehingga peserta didik kurang mendapatkan stimulasi gerakan yang sesuai dengan tahap perkembangan usianya.

Selain itu, hasil pengamatan juga menunjukkan bahwa keterampilan motorik halus peserta didik masih berada pada kategori cukup. Rata-rata nilai motorik halus sebesar 78,42, dengan nilai minimal yang sama, yakni 68, dan nilai maksimal 92. Sebagian besar peserta didik menunjukkan kesulitan dalam melakukan aktivitas yang membutuhkan ketelitian gerakan tangan dan jari, seperti memegang benda kecil, menulis rapi, atau menyusun benda dengan presisi. Mereka cenderung terburu-buru atau kurang fokus saat melakukan aktivitas tersebut. Kelemahan ini disebabkan karena pembelajaran sebelumnya lebih banyak menekankan pada aktivitas pasif dan kognitif, sementara kegiatan yang melibatkan koordinasi tangan hampir tidak pernah diberikan secara rutin.

Secara keseluruhan, kondisi pra siklus menunjukkan bahwa peserta didik membutuhkan model pembelajaran yang mampu memberikan pengalaman nyata melalui aktivitas fisik dan manipulatif secara seimbang. Oleh karena itu, penerapan permainan tradisional seperti Gobak Sodor untuk meningkatkan motorik kasar, dan Congklak untuk meningkatkan motorik halus, menjadi alternatif strategis yang relevan. Permainan ini tidak hanya melatih keterampilan gerak anak, tetapi juga membangkitkan motivasi belajar, kerja sama, serta menciptakan suasana kelas yang aktif, menyenangkan, dan sesuai tahap perkembangan anak usia sekolah dasar.

## 2. Siklus I

Hasil observasi keterampilan motorik kasar dan halus setelah penerapan tindakan pada siklus I disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 2.** Nilai Siklus I Keterampilan Motorik Peserta Didik

Nilai	Frekuensi Motorik Kasar	Frekuensi Motorik Halus
76	3	4
80	11	6
84	10	7
88	5	8
92	2	6
Jumlah	31	31
Nilai Minimal	76	76
Nilai Maksimal	92	92
Mean	82,97	84,39
Median	84	84
Modus	80	88

Setelah dilakukan tindakan pada siklus I melalui permainan Gobak Sodor, terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada keterampilan motorik kasar peserta didik. Rata-rata nilai motorik kasar meningkat menjadi 83,00 dari sebelumnya 77,55 pada tahap pra siklus. Nilai minimal pun naik menjadi 76, dan nilai maksimal tetap berada di angka 92. Sebagian besar peserta didik menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengoordinasikan gerakan tubuh, seperti berlari, menghindar, dan menjaga keseimbangan selama permainan berlangsung. Mereka terlihat lebih aktif dan terlibat, meskipun masih ada beberapa peserta didik yang ragu-ragu atau kurang percaya diri dalam bergerak. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan permainan Gobak Sodor mulai memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar, meski belum merata sepenuhnya.

Sementara itu, pada aspek motorik halus yang dilatihkan melalui permainan Congklak, juga terjadi peningkatan yang berarti. Rata-rata nilai motorik halus pada siklus I mencapai 84,39, naik dari sebelumnya 78,42 pada tahap pra siklus. Nilai minimal meningkat menjadi 76, dan nilai maksimal tetap di angka 92. Mayoritas peserta didik menunjukkan ketelitian yang lebih baik saat memindahkan biji congklak ke lubang-lubang permainan. Koordinasi gerakan jari terlihat lebih terarah, dan kecepatan gerak juga mulai stabil. Peserta didik juga mulai lebih fokus dalam menyelesaikan permainan secara mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa

permainan Congklak mampu merangsang keterampilan tangan anak secara efektif melalui pola gerakan berulang dan menyenangkan.

Meskipun terjadi peningkatan pada kedua aspek keterampilan motorik, namun hasil pada siklus I masih menunjukkan bahwa belum semua peserta didik mencapai tingkat keterampilan optimal. Beberapa peserta masih memerlukan waktu adaptasi dan bimbingan lebih lanjut, terutama yang cenderung pasif atau kurang percaya diri. Oleh karena itu, pada siklus berikutnya perlu dilakukan penyempurnaan dalam pelaksanaan kegiatan, seperti pemberian instruksi yang lebih jelas, penguatan motivasi, pendampingan secara individual, serta pengaturan waktu dan strategi bermain agar lebih efektif dan inklusif. Upaya ini diharapkan dapat membantu peserta didik mengembangkan kemampuan motorik mereka secara lebih merata dan maksimal.

### 3. Siklus II

Hasil observasi keterampilan motorik kasar dan halus setelah penerapan tindakan pada siklus II disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Nilai Siklus II Keterampilan Motorik Peserta Didik

Nilai	Frekuensi Motorik Kasar	Frekuensi Motorik Halus
84	8	3
88	12	18
92	11	10
Jumlah	31	31
Nilai Minimal	84	84
Nilai Maksimal	92	92
Mean	88,39	89,42
Median	88	88
Modus	88	88

Setelah dilakukan perbaikan dan penguatan tindakan pada siklus II, keterampilan motorik kasar peserta didik menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dan merata. Rata-rata nilai meningkat menjadi 88,39, dengan nilai minimal 84 dan nilai maksimal 92. Sebagian besar peserta didik (74%) memperoleh nilai antara 88–92, dan tidak ada lagi peserta yang memperoleh nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal. Peserta didik tampak lebih aktif, percaya diri, dan mampu mengikuti gerakan permainan Gobak Sodor dengan lebih terkoordinasi. Mereka sudah terbiasa bergerak cepat, mengatur strategi, serta mampu bekerja

sama dalam kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik berbasis permainan tradisional berhasil membangun kemampuan koordinasi tubuh dan kecepatan respons peserta didik secara efektif.

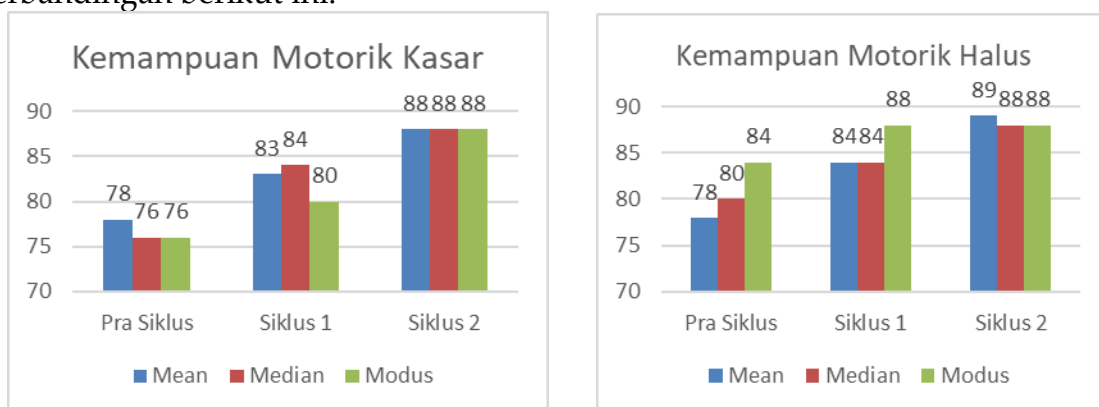
Peningkatan ini tidak lepas dari beberapa perbaikan yang dilakukan, seperti instruksi yang lebih jelas, pembagian peran yang merata, serta pendekatan guru yang lebih membimbing dan memberi motivasi. Selain itu, pengaturan ruang dan waktu kegiatan juga dioptimalkan agar semua peserta mendapatkan kesempatan bermain secara adil dan maksimal. Perubahan suasana kelas yang lebih terbuka, dinamis, dan menyenangkan berkontribusi besar terhadap meningkatnya partisipasi peserta didik.

Pada aspek motorik halus, perkembangan yang dicapai juga sangat baik. Rata-rata nilai peserta didik mencapai 89,42, dengan nilai terendah 84 dan nilai tertinggi 92. Tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori kurang. Aktivitas permainan Congklak telah membantu peserta didik melatih ketelitian, konsentrasi, dan koordinasi jari secara optimal. Sebagian besar peserta menunjukkan kemampuan yang stabil dalam memindahkan biji secara cepat dan akurat, serta memahami alur permainan secara mandiri. Selain aspek fisik, kegiatan ini juga menumbuhkan nilai-nilai positif seperti kesabaran, ketekunan, dan sportivitas.

Peningkatan pada siklus II ini menandakan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan tradisional benar-benar memberikan dampak positif terhadap keterampilan motorik peserta didik. Kedua jenis motorik baik kasar maupun halus mengalami peningkatan yang signifikan dan menyeluruh. Seluruh peserta didik telah mencapai atau bahkan melampaui standar yang ditetapkan, yang berarti tujuan tindakan tercapai secara optimal. Dengan demikian, permainan Gobak Sodor dan Congklak dapat dijadikan sebagai alternatif pembelajaran yang efektif dalam mendukung perkembangan motorik anak usia sekolah dasar secara menyeluruh dan menyenangkan.

### ***Perbandingan Hasil Kemampuan Motorik Peserta Didik***

Berdasarkan data pra siklus sampai dengan siklus II diperoleh hasil perbandingan berikut ini:



Gambar 1. Grafik Perbandingan Hasil Kemampuan Motorik Peserta Didik

Berdasarkan data hasil observasi dari pra siklus hingga siklus II, terjadi peningkatan yang jelas dan terukur pada keterampilan motorik peserta didik, baik pada aspek motorik halus maupun motorik kasar. Rata-rata nilai motorik halus meningkat dari 78,42 pada pra siklus menjadi 84,39 pada siklus I, kemudian naik lagi menjadi 89,42 pada siklus II. Sementara itu, rata-rata nilai motorik kasar meningkat dari 77,55 pada pra siklus, menjadi 82,97 pada siklus I, dan mencapai 88,39 pada siklus II.

Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa tindakan yang diberikan melalui permainan Gobak Sodor dan Congklak mampu memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan motorik peserta didik secara menyeluruh. Kenaikan nilai terjadi secara konsisten pada setiap tahapan, yang menandakan bahwa proses pembelajaran berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang efektif.

Selain peningkatan rata-rata nilai, penyebaran skor juga mengalami perbaikan. Pada siklus II, tidak ada lagi peserta didik yang memperoleh nilai di bawah batas ketuntasan. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh peserta didik mampu mengikuti pembelajaran dengan baik dan memperoleh manfaat dari kegiatan yang dilakukan. Perbaikan tidak hanya terjadi pada hasil individu, tetapi juga secara kelompok, karena capaian keterampilan menjadi lebih merata.

Dengan demikian, hasil perbandingan ini membuktikan bahwa strategi pembelajaran yang diterapkan telah berhasil meningkatkan keterampilan motorik peserta didik secara bertahap dan terstruktur. Permainan tradisional yang digunakan terbukti mampu menstimulus perkembangan gerak dan koordinasi peserta didik, serta menciptakan suasana pembelajaran yang aktif dan menyenangkan.

## **PEMBAHASAN**

Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan keterampilan motorik peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono setelah diterapkannya pembelajaran melalui permainan tradisional Gobak Sodor dan Congklak. Pada tahap pra siklus, kemampuan motorik halus peserta didik tergolong rendah dengan rata-rata nilai 78,42. Peserta didik terlihat kurang terampil dalam memindahkan benda kecil seperti biji congklak dan kurang fokus selama kegiatan berlangsung. Setelah tindakan pembelajaran pada siklus I, nilai meningkat menjadi 84,39 dan naik lagi menjadi 89,42 pada siklus II. Hampir seluruh peserta didik menunjukkan koordinasi jari dan konsentrasi yang baik saat bermain congklak.

Peningkatan tersebut membuktikan bahwa permainan Congklak efektif dalam menstimulasi motorik halus anak. Aktivitas memindahkan biji melatih ketelitian, fokus, dan keterampilan tangan secara alami dan menyenangkan. Hal ini sesuai dengan teori Hurlock (1991) yang menyatakan bahwa perkembangan motorik halus dipengaruhi oleh aktivitas manipulatif yang dilakukan secara terarah

dan berulang (Jalal et al., 2022). Penelitian (Aisyah & Nuraeni, 2024) juga menyatakan bahwa congklak dapat meningkatkan koordinasi visual-motorik dan konsentrasi anak secara signifikan. Oleh karena itu, Congklak sangat relevan dijadikan sebagai media pembelajaran di jenjang sekolah dasar.

Pada aspek motorik kasar, hasil pra siklus menunjukkan rata-rata nilai sebesar 77,55, dengan peserta didik belum mampu menjaga keseimbangan tubuh atau bergerak dengan lincah. Permainan Gobak Sodor mulai diterapkan pada siklus I dan berhasil meningkatkan rata-rata nilai menjadi 82,97. Setelah dilakukan penyempurnaan pada siklus II, nilai kembali meningkat menjadi 88,39 dengan seluruh peserta menunjukkan peningkatan kelincahan, koordinasi, dan kerja sama tim. Peserta didik tampak mampu mengikuti instruksi permainan dengan lebih aktif dan percaya diri. Aktivitas fisik ini melibatkan otot besar dan respons cepat tubuh, yang sangat penting dalam perkembangan motorik kasar.

Peningkatan keterampilan ini sesuai dengan teori Gallahue yang menyebutkan bahwa perkembangan motorik kasar terjadi optimal melalui aktivitas gerak menyeluruh dan terpola (Aria Kusuma Yuda Rianto, Dhika Bayu Mahardhika, & Tedi Purbangkara, 2023). Gobak Sodor melatih peserta didik dalam merespons cepat, menjaga keseimbangan, dan bergerak strategis dalam tim. Penelitian (Salim, Utomo, & Darisman, 2025) juga memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa permainan Gobak Sodor efektif meningkatkan kecepatan gerak dan kerja sama. Observasi siklus II membuktikan bahwa lebih dari 87% peserta didik menunjukkan keterampilan motorik kasar dalam kategori baik. Hal ini menandakan keberhasilan strategi pembelajaran berbasis permainan tradisional dalam meningkatkan aspek fisik secara nyata.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional Gobak Sodor dan Congklak efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik peserta didik kelas III SD Negeri 1 Sukosono. Peningkatan terlihat dari nilai rata-rata keterampilan motorik halus yang meningkat dari 78,42 pada pra siklus menjadi 84,39 di siklus I, dan meningkat lagi menjadi 89,42 di siklus II. Sedangkan rata-rata nilai keterampilan motorik kasar meningkat dari 77,55 pada pra siklus menjadi 82,97 di siklus I, dan mencapai 88,39 di siklus II.

Permainan Congklak terbukti mampu meningkatkan keterampilan motorik halus seperti ketelitian, koordinasi jari, dan konsentrasi peserta didik. Sementara itu, permainan Gobak Sodor secara signifikan meningkatkan keterampilan motorik kasar, seperti keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh. Lebih dari 86% peserta didik menunjukkan keterampilan motorik dalam kategori baik pada akhir siklus II, yang berarti tindakan yang dilakukan berhasil sesuai indikator keberhasilan penelitian.

Dengan demikian, pembelajaran berbasis permainan tradisional memberikan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak usia sekolah dasar. Strategi ini juga sejalan dengan prinsip Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran kontekstual dan berbasis pengalaman nyata. Oleh karena itu, permainan Gobak Sodor dan Congklak dapat dijadikan sebagai alternatif model pembelajaran yang layak untuk diterapkan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari, khususnya dalam mengembangkan keterampilan motorik peserta didik

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Ai, & Nuraeni, Lenny. (2024). Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini melalui Pengembangan Permainan Modifikasi Congklak. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 7(5), 522–534.
- Andhika, Dwi Agung, Prayoga, Aba Sandi, & Darumoyo, Kuncoro. (2022). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Sederhana. *Jurnal Porkes*, 5(1), 57–65.
- Aria Kusuma Yuda Rianto, S. P. M. P., Dhika Bayu Mahardhika, S. P. M. P., & Tedi Purbangkara, S. P. M. P. A. (2023). *TEORI BELAJAR MOTORIK*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=E-y1EAAAQBAJ>
- Febriansyah, Helmy, Muhtarom, Didi, & Agustan, Boby. (2024). Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor terhadap Peningkatan Motorik Kasar pada Siswa Kelas IV SDN 1 Cipedes. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(4), 344–354.
- Jalal, N. M., Safiah, I., Dhiu, K. D., Sanjayanti, N. P. A. H., Akbar, A., Rame, T., Meka, M., & Tabroni, I. (2022). *Teori Perkembangan Peserta Didik*. Retrieved from

- <https://books.google.co.id/books?id=UiduEAAAQBAJ>  
Permatasari, Resmia, & Wulansuci, Ghina. (2025). Congklak: Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 8(1).
- Pratiwi, E. (2021). *Buku ajar strategi pembelajaran pendidikan jasmani :: pedoman guru dalam mengajar penjas*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=CnweEAAAQBAJ>
- Salim, Muhammad Imron, Utomo, Gatot Marsigal, & Darisman, Eka Kurnia Darisman. (2025). Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SDN Banjarkemuning Sedati Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Adiraga: Jurnal Penelitian Olahraga*, 11(1), 22–33.
- Satriawan, Farhan Rida, Pratama, Budiman Agung, Yuliawan, Dhedhy, & Kurniawan, Wing Prasetya. (2024). Hubungan aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani dan keterampilan motorik peserta didik sekolah dasar. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 6(1), 45–52.
- Sunanto, Rachmad, Jariono, Gatot, Sistiasih, Vera Septi, & Subekti, Nur. (2025). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor pada Siswa Kelas V SDN Laban 02 Kec. Mojolaban. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(01), 538–548.