

# DESCRIPTION OF GROSS MOTOR DEVELOPMENT CHILDREN AFTER TAEKWONDO TRAINING AT DOJANG BALAI GADANG

**SPEKTRUM**  
**Jurnal Pendidikan Luar Sekolah**  
<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/pnfi>  
Jurusan Pendidikan Luar Sekolah  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang  
Sumatera Barat, Indonesia

Volume 10, Nomor 4, November 2022  
DOI: 10.24036/spektrumpls.v10i4.118396

**Annisa Zukhrufa Isnani<sup>1,2</sup>, Setiawati<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Departemen Pendidikan Luar Sekolah Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

<sup>2</sup>annisazukhrufa95@gmail.com

## ABSTRACT

*This research is motivated by the low gross motoric skills of children, this is presumably due to the lack of children's gross motor movement exercises that are carried out at home. This study aims to see a description of the gross motor development of children aged 6 to 8 years after participating in taekwondo training at Dojang Balai Gadang, Balai Gadang Village, Koto Tengah District, Padang City. The type of research approach is quantitative with descriptive method. The population of the study was children aged 6 to 8 years training in taekwondo at Dojang Balai Gadang, Balai Gadang Village, Koto Tengah District, Padang City as many as 50 people. The sample of this study was taken as many as 15 children aged 6 to 8 years who took part in taekwondo training at Dojang Balai Gadang, Balai Gadang Village, Koto Tengah District, Padang City with purposive techniques. The technique of collecting data is purposive sampling using observation. The instrument used is an observation sheet. Gross motor skills which include indicators of agility, strength, endurance and speed. The data analysis technique used is quantitative analysis in the form of percentages. From the results of data management, it can be concluded that there was an increase in coordination, agility, endurance and gross motor strength of children at the seventh meeting from undeveloped to very well developed. Factors that influence children's gross motor development are age, gender, parental support, nutrition and training. It is recommended to parents, to be able to improve children's gross motor skills.*

**Keywords:** Gross motor skills, Taekwondo, Training

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah kegiatan universal manusia untuk membudayakan dan memuliakan manusia. Pendidikan merupakan proses perubahan perilaku dan perbuatan individu dalam upaya mendewasakan diri dengan aktivitas pendidikan dan pengajaran. Pendidikan bukan hanya sekedar proses penambahan dan pemberian pengetahuan semata, akan tetapi juga mempunyai orientasi dan tujuan agar individu belajar dan memperbaiki perilakunya sesuai dengan tahap perkembangannya.

Pendidikan non formal merupakan suatu kegiatan yang dilaksanakan diluar pendidikan formal dengan tujuan mengganti atau melengkapi pendidikan di jalur formal (Sudjana, 2004). Menurut pasal 26 ayat 2, menyatakan mengembangkan potensi individu merupakan suatu tujuan dari pendidikan nonformal dengan menitikberatkan pada pembentukan kepribadian, keterampilan, pengembangan sikap dan penguasaan pengetahuan fungsional. Pendidikan non formal mencakup pusat kegiatan belajar masyarakat, pendidikan kesetaraan, pelatihan kerja, keterampilan, keaksaraan, pemberdayaan perempuan, kepemudaan, pendidikan anak usia dini, dan kecakapan hidup serta pendidikan lainnya yang ditujukan untuk pengembangan diri peserta belajarnya. Pendidikan non formal terbagi menjadi tiga tipe, yaitu penyuluhan, pemberdayaan masyarakat dan pelatihan.

Pelatihan merupakan suatu program yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Pelatihan merupakan proses pembelajaran yang dilakukan oleh suatu kelompok, lembaga atau instansi yang lebih banyak praktek dari pada teori yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan, keterampilan, sikap serta perilaku yang dilatih sehingga bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari baik dalam jangka waktu lama maupun pendek.

Olahraga taekwondo termasuk salah satu pendidikan non formal. Taekwondo merupakan suatu pelatihan yang bertujuan untuk mengembangkan motorik kasar anak dan mempertahankan diri baik dalam teknik maupun keterampilan. Taekwondo merupakan olahraga tradisional yang berasal dari Korea. Sejak tahun 1970 taekwondo sudah berkembang di Indonesia. Taekwondo termasuk salah satu olahraga yang mulai diminati oleh masyarakat. Tidak hanya remaja, taekwondo juga diminati berbagai kalangan usia, mulai dari usia dini, anak-anak dan dewasa. Banyak orang tua yang mendaftarkan anaknya ke pelatihan taekwondo agar anak bisa mengembangkan diri dan melindungi diri dari kejahatan.

Orang tua beranggapan, jika anak dilatih sedari dini maka anak akan lebih mudah memahami dan juga memiliki skill yang lebih bagus. Salah satu manfaat yang di dapat dari pelatihan taekwondo yaitu menjadikan anak-anak memiliki waktu yang lebih produktif dibanding bermain handphone.

Taekwondo merupakan salah satu olahraga yang bisa membuat perkembangan motorik kasar anak semakin berkembang. Selain itu, taekwondo juga memiliki nilai lebih jika anak ingin mendaftar menjadi seorang angkatan seperti Polri atau TNI karena sudah memiliki ilmu beladiri yang lebih mumpuni dibanding anak yang tidak ikut pelatihan beladiri.

Prof Marjory Ebbeck merupakan seorang yang berasal dari Australia, di mana dia ialah seorang pakar tentang anak usia dini, beliau mengungkapkan bahwa PAUD ialah pelayanan pendidikan yang diberikan pada anak, ketika anak tersebut dilahirkan sampai anak tersebut berusia delapan tahun (Dian Pertiwi, Syafrudin, & Drupadi, 2021).

Anak pada umur 6 sampai 8 tahun merupakan tahap anak yang perkembangannya tengah berjalan dengan cepat. Tugas seorang pendidik adalah untuk membantu perkembangan anak secara optimal. Perkembangan merupakan suatu rangkaian perubahan kemampuan dari kerja berbagai organ dan kapasitas fungsional tubuh menuju pada situasi yang semakin terspesialisasi dan terorganisir. Terorganisasi ialah suatu organ tubuh yang bisa terkontrol sejalan dengan apa yang dihendaki. Terspesialisasi ialah suatu organ yang ada di tubuh, di mana organ tersebut mempunyai fungsi yang sejalan dengan fungsinya. Secara universal perkembangan berdasarkan pada kemunduran serta kemajuan di akhir hayat. Perkembangan ialah aspek yang struktural dalam proses perkembangan tersebut.

Perkembangan motorik adalah proses yang beriringan dengan umur yang bertambah tahap demi tahap serta berkelanjutan gerakan seseorang yang meningkat dari situasi yang sederhana, tidak di atur dalam kesatuan dan juga tidak muncul menuju penampilan keterampilan yang lingkungan tersusun secara baik, di mana simpulannya bahwa terbentuk proses menua yang menyesuaikan keterampilan seseorang (Sumantri, 2005). Satu di antara terbentuknya motorik kasar anak ialah latihan Taekwondo. Pada tahap pelatihan anak akan dilihat bagaimana perkembangan motorik kasar dalam melaksanakan pelatihan taekwondo.

Pertumbuhan motorik kasar ialah perkembangan anak memakai segala anggota tubuh( otot-otot besar) guna melaksanakan suatu. Pada masa anak- anak pertumbuhan fisik terjalin pada seluruh bagian badan dan peranannya. Semacam perkembangan kemampuan motoriknya, spesialnya motorik kasarnya yang berupa kemampuan mengubah bermacam- macam posisi badan dengan memakai otot-otot besar (Septiani, Purnama, & Sumitra, 2019).

Menurut Toho dan Gusril (2004), mengatakan bahwa unsur-unsur dalam motorik kasar yaitu kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan dan kelincahan(Damanik & Nurmaniah, 2017). Kemampuan motorik kasar pada anak sangat diperlukan sejak usia dini.

Berdasarkan penelitian (Raudhah & Undefined, 2016) faktor yang mempengaruhi motorik kasar anak adalah kematangan, gizi, obesitas, jenis kelamin, motivasi, latihan, pengalaman, dan urutan perkembangan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan orang tua, alasan mereka memasukkan anak ke dalam pelatihan taekwondo ini adalah orang tua menduga anaknya dengan adanya pelatihan taekwondo dapat membantu perkembangan motorik kasar anak. Selain itu orang tua juga mengatakan bahwa dengan adanya taekwondo ini orang berharap anak melindungi dirinya dari musuh.

Dengan fenomena diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perkembangan motorik kasar anak dalam aspek kekuatan, koordinasi, ketahanan, dan kelincahan sesuai dengan perkembangan anak melalui pelatihan taekwondo.

Berikut ini adalah beberapa manfaat dalam penelitian ini yaitu untuk : (1) teoritis Sebagai masukan ilmiah dalam pengembangan ilmu PLS khususnya dalam pengembangan anak usia dini dalam keluarga, (2) praktis : (a) bagi orang tua Memberikan informasi pada orang tua bagaimana motorik kasar anak yang sesuai dengan perkembangan melalui pelatihan taekwondo (b) Agar dapat menjadi bahan evaluasi anak agar dapat memantau dan meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode penelitian deskriptif merupakan penelitian yang secara sistematis, terencana, dan terstruktur yang mengumpulkan informasi mengenai gejala keadaan yang ada di lapangan (Sandu Siyoto, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 6 sampai 8 tahun yaitu sebanyak 15 orang yang mengikuti pelatihan taekwondo di Dojang balai gadang. Penelitian ini menggunakan metode purposive sampling sehingga sampel yang ada akan diteliti semua. Teknik analisis data menggunakan metode analisis deskriptif kuantitatif.

## PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Tabel 1. Jumlah Frekuensi Koordinasi Motorik Kasar Anak Mengikuti Pelatihan Taekwondo.**

Aspek	Pertemuan	Aspek Penilaian							
		BB		MB		BSH		BSB	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1 Koordinasi	1	14	93,3	1	6,7	0	0	0	0
	2	12	80,0	3	20,0	0	0	0	0
	3	5	33,3	10	66,7	0	0	0	0
	4	0	0	12	80,0	3	20,0	0	0
	5	0	0	5	33,3	10	66,7	0	0
	6	0	0	0	0	13	86,7	2	13,3
	7	0	0	0	0	4	26,7	11	73,3

Disimpulkan bahwasanya pada perkembangan motorik kasar koordinasi setiap pertemuan anak semakin meningkat pada pertama belum berkembang 93,3 orang sehingga pada pertemuan ke tujuh anak berkembang sangat baik sebanyak 73,3 orang anak.

**Tabel 2. Jumlah Frekuensi Kelincahan Pada Anak Pelatihan Taekwondo**

No	Aspek	pertemuan	Aspek Penilaian							
			Bb		mb		bsh		Bsb	
			f	%	f	%	f	%	F	%
Kelincahan	1	13	86,7	2	13,3	0	0	0	0	
	2	13	86,7	2	13,3	0	0	0	0	
	3	5	33,3	8	53,3	0	0	0	0	
	4	0	0	12	80,0	3	20,0	0	0	
	5	0	0	5	33,3	10	66,7	0	0	
	6	0	0	0	0	12	80,0	3	20,0	
	7	0	0	0	0	3	20,0	12	80,0	

Disimpulkan bahwasanya perkembangan motorik kasar kelincahan pada setiap pertemuan

anak semakin meningkat, pertemuan pertama belum berkembang 86,7 orang sehingga pada pertemuan ke tujuh anak berkembang sangat baik sebanyak 80,0 orang.

**Tabel 3. Jumlah Frekuensi Ketahanan Pada Anak Setelah Mengikuti Pelatihan Taekwondo**

No	Aspek	pertemuan	Aspek PENILAIAN							
			bb		mb		bsh		Bsb	
			F	%	f	%	f	%	f	%
1	Ketahanan	1	14	93.3	1	6.7	0	0	0	0
		2	12	80.0	3	20.0	0	0	0	0
		3	4	26.7	10	66.7	0	0	0	0
		4	0	0	12	80.0	3	20.0	0	0
		5	0	0	5	33.3	10	66.7	0	0
		6	0	0	0	0	8	53.3	7	46.7
		7	0	0	0	0	2	13.3	13	86.7

Disimpulkan bahwasanya perkembangan motorik kasar kelincahan pada setiap pertemuan anak semakin meningkat, pada pertama belum berkembang 93,3 orang sehingga pada pertemuan ke tujuh anak berkembang sangat baik sebanyak 86,7 orang anak.

**Tabel 4. Jumlah Frekuensi Kekuatan Pada Anak Setelah Mengikuti Pelatihan Taekwondo**

No	Aspek	pertemuan	Aspek PENILAIAN							
			Bb		mb		bsh		Bsb	
			F	%	f	%	f	%	f	%
1	Kekuatan	1	14	93.3	1	6.7	0	0	0	0
		2	9	60.0	6	40.0	0	0	0	0
		3	4	26.7	11	73.3	0	0	0	0
		4	1	6.7	12	80.0	2	13.3	0	0
		5	0	0	2	13.3	13	86.7	0	0
		6	0	0	0	0	7	46.7	8	53.3
		7	0	0	0	0	2	13.3	13	86.7

Disimpulkan bahwasanya perkembangan motorik kasar kelincahan pada setiap pertemuan anak semakin meningkat, intensitas perkembangan motorik kasar kekuatan anak pada setiap pertemuan semakin berkembang pada pertama belum berkembang 93,3 orang sehingga pada pertemuan ketujuh anak berkembang sangat baik sebanyak 86,7 orang anak.

## Pembahasan

### Perkembangan Motorik Kasar Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan otot upaya untuk dapat mengontrol gerakan otot sehingga mencapai tugas fisik. melakukan koordinasi yang baik otot terlebih dahulu menerima rangsangan dari system saraf kemudian disampaikan ke otot untuk melakukan suatu gerakan. Koordinasi merupakan suatu kegiatan yang dapat mengatur gerakan anggota tubuh seperti gerakan kaki, tangan dan organ tubuh lainnya sesuai dengan yang diinginkan.

Dilihat dari hasil penelitian terlihat bahwa ada peningkatan perkembangan koordinasi anak. Pada pertemuan pertama, anak yang mengikuti pelatihan taekwondo perkembangan motorik koordinasi dan belum berkembang, sehingga pada pertemuan yang ke tujuh motorik anak sudah meningkat anak berkembang sangat baik sebanyak. Pada pertemuan pertama latihan perkembangan motorik kasar koordinasi terlihat anak masih banyak yang belum berkembang. Salah satu faktor yang menyebabkan belum berkembangnya motorik kasar koordinasi anak adalah peranan orang tua dalam mendukung kegiatan anak (Verawati, 2017). Sering kita lihat bahwa jarang sekali orang tua yang mau datang untuk memberi dukungan serta semangat kepada anak saat berlatih. Sebagian orang tua hanya berfokus pada prestasi yang diperoleh anak tanpa tau proses yang harus dilalui oleh si anak dalam mencapai prestasi. Akibatnya si anak lebih mudah malas dalam mengikuti latihan, sehingga perkembangan koordinasi motorik kasar anak menurun karna merasa tidak diperhatikan oleh orang

tuanya.

### **Perkembangan Motorik Kasar Kelincahan**

Kelincahan ialah suatu motorik kasar seorang anak yang berkembang, di mana hal ini bisa mengontrol pergerakan dari badannya. Anak bisa mengontrol pergerakan badan tanpa anak tersebut tersungkur pada motorik kelincahan meliputi berbagai unsur berupa koordinasi, keseimbangan, kekuatan dan kecepatan (Yulianti & Fithroni, 2019).

Pada hasil observasi pada setiap pertemuan, kelincahan motorik kasar pada anak setelah mengikuti pelatihan terlihat bahwa setiap hari anak mengalami pertumbuhan yang semakin meningkat. Pada pertemuan pertama kelincahan motorik kasar anak yang belum berkembang. Pada pertemuan ketujuh sudah sangat meningkat anak yang berkembang sangat baik sebanyak 80%. Terlihat dari hasil penelitian bahwa setelah anak mengikuti pelatihan taekwondo selama tujuh kali pertemuan, terjadi peningkatan perkembangan kelincahan motorik anak.

### **Perkembangan Motorik Kasar Ketahanan**

Ketahanan merupakan kemampuan anak dalam menggunakan suatu sistem mulai dari paru-paru, peredaran darah, dan jantung secara baik dan efektif untuk menjalankan kegiatan sehari-hari. Daya tahan anak akan menjadi lebih kuat apabila sering melakukan latihan. Bagian yang memiliki kekuatan paling besar yaitu pada tubuh bagian kaki karena sering menjadi tumpuan dalam menjalankan aktivitas. Oleh karena itu, untuk menjadikan kaki jadi kuat perlu melakukan olahraga, latihan yang teratur dan makan-makanan yang bergizi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada perkembangan ketahanan anak, terlihat bahwa pada pertemuan pertama terlihat masih banyak anak belum, sehingga pada pertemuan ketujuh anak sudah meningkat berkembang sangat baik. Lambatnya perkembangan motorik ketahanan anak disebabkan oleh beberapa faktor. Dalam penelitian (Melati, Setiawati, & Solfema, 2018), bahwa orang tua menggambarkan pembelajaran natural untuk anak. Kepedulian orang tua terhadap anaknya sangat dibutuhkan guna masa depannya nanti, sebab orang tua merupakan madrasah awal untuk anaknya. Menurut Penelitian (Ismaniar, Jamaris, & Wisroni, 2018), apabila pada lingkungan keluarga mendukung sehingga segala aspek dari perkembangan serta ketahanan hendak menunjang secara maksimal. Kemampuan perkembangan anak akan meningkat jika keluarga mampu memahami bagaimana kemampuan dasar anak. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa peran orang tua sangat penting dalam perkembangan motorik ketahanan anak.

### **Perkembangan Motorik Kasar Kekuatan**

Menurut (Scheunemann, T., Matias Ibo, 2014) , kekuatan adalah kemampuan pada sistem neuromuskular dalam menghasilkan suatu gaya atau kekuatan untuk melawan atau pertahanan dari luar. Perkembangan motorik kekuatan sangat diperlukan pada pelatihan taekwondo. Karena kekuatan merupakan komponen dasar biomotor yang sangat diperlukan pada setiap olahraga.

Berdasarkan dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa tiap pertemuan perkembangan kekuatan anak semakin meningkat. Pada pertemuan pertama anak masih banyak yang belum berkembang. Sehingga pada pertemuan yang ke tujuh anak sudah banyak yang berkembang sangat baik. Pertumbuhan yang lambat pula diakibatkan oleh aspek keletihan, umur, gizi, serta jenis kelamin.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian perkembangan motorik kasar anak setelah mengikuti pelatihan taekwondo di Dojang balai gadang perkembangan motorik kasar anak semakin meningkat. Pelatihan taekwondo berpengaruh dan membantu anak meningkatkan perkembangan motorik kasar anak. Hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut (1) Terlihat pada pertemuan pertama bahwa perkembangan koordinasi anak banyak yang belum berkembang , sehingga pada pertemuan yang ke tujuh perkembangan motorik kasar koordinasi anak sudah meningkat setelah mengikuti pelatihan taekwondo orang yang berkembang sangat baik (2) Terlihat pada pertemuan pertama bahwa

perkembangan motorik kasar kelincuhan banyak anak belum berkembang , sehingga pada pertemuan ke tujuh perkembangan motorik kasar kelincuhan anak meningkat setelah mengikuti pelatihan taekwondo orang yang berkembang sangat baik. (3) Terlihat pada pertemuan pertama bahwa perkembangan motorik kasar ketahanan anak masih banyak yang belum berkembang, sehingga pada pertemuan ke tujuh perkembangan motorik kasar ketahanan anak sudah meningkat setelah mengikuti pelatihan taekwondo yang berkembang sangat baik. (4) Terlihat pada pertemuan pertama bahwa perkembangan motorik kasar kekuatan anak masih banyak yang belum berkembang , sehingga pada pertemuan ke tujuh perkembangan motorik kasar kekuatan anak sudah meningkat setelah mengikuti pelatihan taekwondo yang berkembang sangat baik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Damanik, irfah aulaini, & Nurmaniah. (2017). Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik. *Jurnal Usia Dini*, 3(1), 12–21.
- Dian Pertiwi, Syafrudin, U., & Drupadi, R. (2021). Persepsi Orangtua terhadap Pentingnya CALISTUNG untuk Anak Usia 5-6 Tahun. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(02), 62–69. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.5875>
- Ismaniar, I., Jamaris, J., & Wisroni, W. (2018). Pentingnya Pemahaman Orang Tua tentang Karakteristik Pembelajaran AUD dalam Penerapan Model Environmental Print Berbasis Keluarga untuk Meningkatkan Kemampuan Membaca Awal Anak. *KOLOKIUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(2), 93–100. <https://doi.org/10.24036/kolokium-pls.v6i2.9>
- Melati, P., Setiawati, S., & Solfema, S. (2018). Hubungan Antara Perhatian yang Diberikan Orang Tua dengan Tingkat Perkembangan Moral Anak Usia Dini. *KOLOKIUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(1), 79–92. <https://doi.org/10.24036/kolokium-pls.v6i1.8>
- Raudhah, A. F.-J., & Undefined. (2016). Urgensi perkembangan motorik kasar pada perkembangan anak usia dini. *Jurnaltarbiyah.Uinsu.Ac.Id*, IV(2), 2338–2163.
- Sandu Siyoto, A. S. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In *Syria Studies* (Vol. 7). Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Scheunemann, T., Matias Ibo, H. S. (2014). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Jurnal Online Universitas Jambi*, (1), 1–8.
- Septiani, F. I., Purnama, W., & Sumitra, A. (2019). *Anak Usia Dini Melalui Kreatifitas Seni*. 2(3).
- Sudjana. (2004). Manajemen Program Pendidikan. In *Manajemen Program Pendidikan*. Bandung : Falah Production.
- Sumantri. (2005). Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini. In *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. JAKARTA: Padang : FIP UNP.
- Verawati, I. (2017). Dukungan sosial orangtua dalam mengikutsertakan anaknya berlatih di Krakatau Taekwondo Klub Medan. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(2), 22–28.
- Yulianti, E. N., & Fithroni, H. (2019). Pengaruh Modifikasi Latihan Fisik Terhadap Kelincuhan Pada Anak Usia 5 Sampai 6 Tahun. *Jurnal Kesehatan Olahraga Vol*, 07, 399–404.