IBTIDA'IY : Jurnal Prodi PGMI
http://journal.ummat.ac.id/index.php/ibtidaiy
p- ISSN 2502 - 504X | e- ISSN 2615 - 1332
DOI: 10.31764 | Vol. 11, No. 2, Oktober 2026

Deskripsi Keterampilan Motorik Kasar Siswa melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit

Salma Abela Rudiyaputri, Efi Tri Astuti
[1,2]Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia
abelasalma69@gmail.com[1] , efi.astuti@uin-suka.ac.id [2]

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 19-06-2026
Disetujui: 20-10-2026

Kata Kunci:

Ekstrakurikuler,
Keterampilan Motorik Kasar,
Pencak Silat,
Siswa Sekolah Dasa,
Tapak Suci.

Keywords:

Extracurricular Activities,
Gross Motor Skills,
Pencak Silat,
Elementary School Students,
Tapak Suci.

ABSTRAK

Abstrak: Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan gerak yang melibatkan otot-otot besar dan berperan penting dalam aktivitas fisik anak. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan keterampilan motorik kasar siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek SA, seorang siswa kelas VI berusia 13 tahun yang telah mengikuti Tapak Suci sejak kelas III. Informan penelitian terdiri atas ibu subjek dan pelatih Tapak Suci. Data dikumpulkan melalui wawancara dan dokumentasi pendukung, kemudian dianalisis secara deskriptif dengan triangulasi sumber untuk membandingkan informasi kedua informan. Hasil penelitian mengidentifikasi lima kelompok kegiatan, yaitu kuda-kuda, pukulan dan tendangan, pola langkah dan perpindahan arah, lari dan peregangan, serta tangkisan dan praktik jurus. Kegiatan tersebut berkaitan dengan aspek keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta gerak lokomotor dan nonlokomotor. Berdasarkan keterangan pelatih, SA mulai memahami gerakan kuda-kuda dan mampu mempraktikkan pukulan serta tendangan sesuai arahan, meskipun beberapa gerakan masih memerlukan perbaikan. Secara keseluruhan, temuan penelitian memberikan gambaran mengenai keterampilan motorik kasar SA melalui berbagai aktivitas fisik dan teknik dasar bela diri yang dilaksanakan dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci.

Abstract: *Gross motor skills involve movements of large muscle groups and play an important role in children's physical activities. This study aims to describe a student's gross motor skills through the Tapak Suci extracurricular program at MI Muhammadiyah Kecepit. The study employed a descriptive qualitative approach involving SA, a 13-year-old sixth-grade student who had participated in Tapak Suci since the third grade. The informants were the student's mother and Tapak Suci instructor. Data were collected through interviews and supporting documentation and analyzed descriptively using source triangulation to compare information provided by the two informants. The findings identified five groups of activities, including stances, punches and kicks, stepping patterns and changes of direction, running and stretching, and blocking techniques and martial arts forms. These activities were associated with balance, coordination, agility, and locomotor and non-locomotor movements. According to the instructor, SA had begun to understand basic stances and was able to perform punches and kicks as instructed, although some movements still required improvement. Overall, the findings provide a description of SA's gross motor skills through various physical activities and basic martial arts techniques practiced in the Tapak Suci extracurricular program.*

A. LATAR BELAKANG

Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan melakukan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar serta koordinasi anggota tubuh dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. Keterampilan tersebut mencakup gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan anggota tubuh. Pada jenjang sekolah dasar, keterampilan motorik kasar memiliki peran penting karena berkaitan dengan kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan mengikuti kegiatan jasmani. Penguasaan keterampilan gerak dasar yang mencakup koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan menjadi salah satu komponen penting dalam kemampuan motorik siswa. Penelitian mengenai keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani pada siswa sekolah dasar menunjukkan pentingnya keterampilan gerak dalam

mendukung aktivitas fisik anak (Slamet et al., 2025). Oleh karena itu, keterampilan motorik kasar perlu memperoleh perhatian dalam proses pendidikan dan pengembangan kemampuan fisik siswa.

Keterampilan motorik kasar dapat didukung melalui aktivitas fisik yang memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan berbagai gerakan secara terarah dan berulang. Aktivitas fisik yang sesuai dengan karakteristik anak dapat memberikan pengalaman gerak serta mendukung penguasaan keterampilan motorik. Olahraga merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang berkaitan dengan kemampuan motorik kasar anak usia sekolah dasar dan dapat menjadi bagian dari upaya pengembangan kemampuan gerak anak (Uli et al., 2024). Kajian sistematis mengenai intervensi aktivitas fisik pada anak sekolah dasar menunjukkan bahwa program aktivitas fisik yang terstruktur memiliki potensi dalam mendukung peningkatan kompetensi motorik anak (Moon et al., 2024). Selain itu, kegiatan yang melibatkan gerakan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dapat menjadi sarana pengembangan keterampilan gerak dasar siswa (Dichandra et al., 2024). Hal ini menunjukkan pentingnya penyediaan aktivitas fisik yang bervariasi dan terarah bagi siswa sekolah dasar untuk mendukung keterampilan motorik kasar.

Di lingkungan pendidikan, aktivitas fisik tidak hanya dapat dilakukan melalui pembelajaran pendidikan jasmani, tetapi juga melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu wadah yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan minat, bakat, dan keterampilan di luar pembelajaran formal. Ekstrakurikuler olahraga memiliki keterkaitan dengan pengembangan keterampilan motorik kasar karena melibatkan berbagai aktivitas gerak tubuh. Penelitian terhadap 120 siswa sekolah dasar di Kota Bandung menunjukkan adanya perbedaan keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan nonolahraga, dengan kelompok ekstrakurikuler olahraga memperoleh skor rata-rata yang lebih tinggi (Slamet et al., 2025). Temuan tersebut memperlihatkan relevansi kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai salah satu lingkungan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan keterampilan fisik.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar adalah Tapak Suci. Tapak Suci merupakan perguruan seni bela diri pencak silat yang memadukan aktivitas latihan fisik dengan pembinaan mental dan karakter. Kegiatan tersebut melibatkan berbagai bentuk gerakan, seperti kuda-kuda, pukulan, tendangan, tangkisan, serta latihan keseimbangan. Gerakan-gerakan tersebut berkaitan dengan keterampilan motorik kasar karena melibatkan koordinasi anggota tubuh, kekuatan otot, kelincahan, dan kemampuan menjaga keseimbangan. Aktivitas seperti berlari, melompat, dan melakukan langkah maju mundur termasuk keterampilan lokomotor, sedangkan gerakan menekuk, meregangkan, serta memutar tubuh merupakan bentuk keterampilan nonlokomotor. Keterkaitan kegiatan Tapak Suci dengan aspek motorik kasar juga telah menjadi fokus penelitian pada anak usia dini (Azizah & Dheasari, 2023). Dengan demikian, aktivitas dalam ekstrakurikuler Tapak Suci memiliki karakteristik gerakan yang relevan untuk dikaji dalam konteks keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar.

Penelitian mengenai kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci telah dilakukan dengan berbagai fokus kajian. (Afifuddin et al., 2024) mengkaji pengaruh ekstrakurikuler pencak silat Tapak Suci terhadap karakter disiplin siswa di SD Muhammadiyah Sugio Lamongan. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dan menunjukkan adanya hubungan positif antara keikutsertaan dalam kegiatan Tapak Suci dan pembinaan karakter disiplin siswa. Sementara itu, (Robbani & Fihayati, 2025) mengkaji pembentukan karakter anak usia sekolah dasar melalui kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di SD Muhammadiyah 1 Krembung. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dan menggambarkan pembinaan nilai kedisiplinan, tanggung jawab, kerja sama, serta keberanian dalam kegiatan Tapak Suci. Kedua penelitian tersebut memberikan gambaran mengenai peran ekstrakurikuler Tapak Suci dalam konteks pendidikan karakter siswa sekolah dasar.

Selain aspek karakter, penelitian mengenai keterampilan motorik kasar dalam kegiatan Tapak Suci dan pencak silat juga telah dilakukan. (Azizah & Dheasari, 2023) meneliti pengaruh kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK ABA 2

Pendil menggunakan pendekatan eksperimen. Penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh kegiatan Tapak Suci terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penelitian lain dilakukan oleh (Raynata & Wijaya, 2025) yang menganalisis keterampilan motorik kasar siswa ekstrakurikuler pencak silat di SDN Manguharjo Kota Madiun menggunakan desain *cross-sectional* dengan instrumen *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2). Penelitian terhadap 35 siswa tersebut menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar peserta ekstrakurikuler pencak silat berada pada kategori rata-rata. Sementara itu, (Slamet et al., 2025) mengkaji keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar melalui perbandingan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan nonolahraga. Penelitian-penelitian tersebut memperlihatkan bahwa keterampilan motorik kasar telah dikaji melalui pengujian pengaruh, pengukuran kemampuan gerak, serta perbandingan keterampilan motorik siswa.

Penelitian terdahulu yang telah ditelaah menunjukkan adanya perbedaan fokus, karakteristik subjek, dan pendekatan penelitian yang digunakan. Kajian (Azizah & Dheasari, 2023) berfokus pada pengujian pengaruh kegiatan Tapak Suci terhadap motorik kasar anak usia dini, sedangkan (Raynata & Wijaya, 2025) serta (Slamet et al., 2025) menekankan pengukuran dan analisis tingkat keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar melalui instrumen tes. Kajian-kajian tersebut memberikan informasi mengenai keterampilan motorik kasar melalui pendekatan kuantitatif, tetapi belum secara khusus menguraikan keterampilan motorik kasar seorang siswa Madrasah Ibtidaiyah melalui pengalaman dan keterangan orang tua serta pelatih Tapak Suci. Penelitian ini diarahkan untuk melengkapi kajian sebelumnya melalui pendekatan kualitatif deskriptif yang berfokus pada aktivitas latihan dan keterampilan motorik kasar seorang siswa yang aktif mengikuti ekstrakurikuler Tapak Suci. Pendekatan tersebut memungkinkan peneliti menggambarkan keterampilan gerak subjek melalui informasi dari pihak yang terlibat dalam kegiatan latihan dan keseharian siswa, disertai dokumentasi pendukung. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif deskriptif individual mengenai keterampilan motorik kasar siswa dalam konteks ekstrakurikuler Tapak Suci.

MI Muhammadiyah Kecepit yang terletak di Kabupaten Banjarnegara dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci yang aktif mengikutsertakan siswa dalam berbagai perlombaan dan telah memperoleh sejumlah prestasi berupa medali kejuaraan. Keaktifan dan prestasi tersebut menjadi salah satu pertimbangan dalam pemilihan lokasi karena menunjukkan adanya kegiatan pembinaan bela diri yang berlangsung di madrasah tersebut. Kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci melibatkan berbagai aktivitas fisik yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar, sehingga menjadi konteks yang relevan untuk mengkaji keterampilan gerak siswa melalui aktivitas bela diri.

Subjek penelitian ini adalah SA, seorang siswa berusia 13 tahun yang duduk di kelas VI MI Muhammadiyah Kecepit, Kabupaten Banjarnegara. Selain mengikuti kegiatan pembelajaran di madrasah, SA juga aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci sejak duduk di kelas III. Selama mengikuti kegiatan tersebut, SA telah berpartisipasi dalam berbagai perlombaan di beberapa kota dan berhasil memperoleh sejumlah prestasi dalam bidang seni bela diri Tapak Suci. Keaktifan SA dalam mengikuti latihan rutin serta pengalamannya dalam berbagai perlombaan menjadi pertimbangan dalam pemilihan subjek penelitian. Keterlibatan tersebut memberikan konteks untuk menggamb arkan aktivitas latihan yang berkaitan dengan koordinasi gerak, kekuatan, keseimbangan, dan kelincahan tubuh. Pemilihan SA sebagai subjek penelitian juga didukung oleh ketersediaan informasi dari ibu subjek dan pelatih serta dokumentasi kegiatan latihan dan sertifikat kejuaraan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan keterampilan motorik kasar siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit. Fokus penelitian diarahkan pada penggambaran aktivitas latihan yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar, meliputi koordinasi gerak, kekuatan, keseimbangan, kelincahan, serta keterampilan lokomotor dan nonlokomotor. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui wawancara dengan ibu subjek dan pelatih Tapak Suci serta dokumentasi kegiatan latihan dan sertifikat

kejuaraan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kontekstual mengenai keterampilan motorik kasar seorang siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci melalui informasi informan dan dokumentasi pendukung.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan keterampilan motorik kasar siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit, Kabupaten Banjarnegara. Pendekatan kualitatif deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai suatu fenomena melalui pengalaman, pandangan, dan informasi yang disampaikan oleh informan sesuai dengan konteks yang diteliti (Villamin et al., 2025). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pendeskripsian aktivitas latihan dan keterampilan motorik kasar seorang siswa tanpa melakukan pengukuran kemampuan motorik secara langsung maupun memberikan perlakuan eksperimental. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 12 April sampai 20 Mei 2026 di Kabupaten Banjarnegara.

Subjek penelitian ini adalah seorang siswa berinisial SA yang berusia 13 tahun dan duduk di kelas VI MI Muhammadiyah Kecepit. Pemilihan subjek mempertimbangkan karakteristik yang relevan dengan fokus penelitian. Pemilihan partisipan dalam penelitian kualitatif perlu mempertimbangkan kesesuaian karakteristik dan pengalaman individu dengan tujuan penelitian agar informasi yang diperoleh relevan dengan fenomena yang dikaji (Dahal et al., 2024). Informan penelitian terdiri atas ibu subjek dan pelatih Tapak Suci. Ibu subjek dipilih karena mengetahui keterlibatan SA dalam kegiatan ekstrakurikuler, sedangkan pelatih dipilih karena memiliki pengetahuan mengenai bentuk latihan dan keterampilan gerak yang ditunjukkan subjek selama mengikuti kegiatan Tapak Suci.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan dokumentasi. Wawancara memungkinkan peneliti memperoleh informasi mengenai pengalaman dan pengetahuan informan, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi informasi melalui bukti tertulis maupun visual yang berkaitan dengan fokus penelitian (Sari et al., 2025). Wawancara dilakukan dengan ibu subjek dan pelatih Tapak Suci menggunakan daftar pertanyaan untuk menggali informasi mengenai keterlibatan SA dalam kegiatan ekstrakurikuler, bentuk latihan yang dilakukan, serta keterampilan motorik kasar yang ditunjukkan selama mengikuti latihan. Selama wawancara, peneliti mencatat secara langsung jawaban informan tanpa melakukan perekaman audio. Dokumentasi yang digunakan berupa foto kegiatan latihan dan sertifikat kejuaraan subjek. Dokumentasi tersebut digunakan sebagai data pendukung untuk menggambarkan keterlibatan dan pengalaman SA dalam kegiatan Tapak Suci, bukan sebagai instrumen pengukuran kemampuan motorik kasar.

Analisis data menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif melalui tahapan penyiapan catatan wawancara, reduksi data, pengkodean dan kategorisasi, penyajian data, pemeriksaan keabsahan data, serta penarikan kesimpulan. Analisis kualitatif deskriptif dilakukan untuk menghasilkan uraian yang tetap dekat dengan informasi dan pengalaman yang disampaikan informan (Villamin et al., 2025). Pada tahap penyiapan data, catatan hasil wawancara disusun dalam bentuk tanya jawab sesuai dengan informasi yang disampaikan informan. Peneliti tidak melakukan transkripsi verbatim dari rekaman audio karena proses wawancara dilakukan melalui pencatatan langsung. Tahap reduksi data dilakukan dengan memilih informasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu keterlibatan subjek dalam kegiatan ekstrakurikuler, bentuk latihan Tapak Suci, serta keterampilan motorik kasar yang dijelaskan oleh pelatih.

Tahap pengkodean dilakukan dengan memberikan penanda pada informasi yang berkaitan dengan aspek keterampilan motorik kasar, kemudian mengelompokkannya ke dalam kategori koordinasi gerak, keseimbangan, kekuatan, kelincahan, serta keterampilan lokomotor dan

nonlokomotor. Informasi mengenai kemampuan SA melakukan kuda-kuda dan tendangan dikaitkan dengan kategori keseimbangan dan koordinasi gerak, sedangkan keterangan mengenai pola langkah dan perpindahan arah dikelompokkan ke dalam kategori kelincahan serta keterampilan lokomotor. Informasi mengenai rangkaian latihan juga dikelompokkan untuk menggambarkan aktivitas fisik yang diikuti subjek. Pengelompokan tersebut digunakan untuk mengorganisasikan data secara deskriptif, bukan untuk memberikan skor atau menentukan tingkat kemampuan motorik. Data selanjutnya disajikan dalam bentuk uraian naratif dan tabel yang memuat aktivitas Tapak Suci, indikator keterampilan motorik kasar, bukti empiris, dan sumber data.

Pemeriksaan keabsahan data dilakukan melalui perbandingan informasi dari kedua informan sesuai dengan cakupan pengetahuan masing-masing serta penelaahan dokumentasi pendukung. Triangulasi sumber diterapkan secara terbatas pada informasi mengenai keterlibatan SA dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci. Ibu subjek memberikan informasi bahwa SA mengikuti kegiatan Tapak Suci sejak kelas III dan masih aktif hingga penelitian dilakukan, sedangkan pelatih memberikan informasi mengenai kegiatan latihan yang diikuti SA. Kedua keterangan tersebut saling melengkapi dalam menggambarkan keterlibatan subjek, tetapi tidak memberikan konfirmasi independen atas seluruh rincian kegiatan. Informasi mengenai keterampilan motorik kasar, seperti kemampuan melakukan kuda-kuda, pukulan, tendangan, keseimbangan, dan kelincahan, diperoleh terutama dari pelatih sehingga disajikan sebagai penilaian informan utama. Dokumentasi foto dan sertifikat kejuaraan digunakan sebagai bahan pendukung sesuai dengan informasi yang dapat dibuktikan melalui dokumen tersebut. Dengan demikian, pemeriksaan keabsahan data mempertimbangkan kesesuaian informasi sekaligus keterbatasan setiap sumber penelitian.

Tahap akhir analisis dilakukan melalui penarikan kesimpulan dengan menelaah kembali kesesuaian antara informasi hasil wawancara, kategori keterampilan motorik kasar, dan dokumentasi pendukung. Kesimpulan disusun untuk memberikan gambaran mengenai keterampilan motorik kasar SA melalui kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci, khususnya koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, serta aktivitas lokomotor dan nonlokomotor yang dijelaskan dalam hasil penelitian. Penarikan kesimpulan dibatasi pada informasi yang diperoleh dari informan dan dokumentasi sehingga tidak digunakan untuk menyatakan adanya peningkatan kemampuan motorik atau efektivitas latihan yang tidak diukur secara langsung.

B. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini berfokus pada keterampilan motorik kasar SA, seorang siswa berusia 13 tahun yang duduk di kelas VI MI Muhammadiyah Kecepit, Kabupaten Banjarnegara. Hasil wawancara dengan ibu subjek menunjukkan bahwa SA telah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci sejak kelas III dan masih aktif hingga penelitian dilaksanakan. Ibu subjek menyampaikan, "SA mulai ikut Tapak Suci sejak kelas III di MI Muhammadiyah Kecepit. Sampai sekarang anak saya masih mengikuti kegiatan Tapak Suci." Keterangan tersebut menunjukkan bahwa SA memiliki pengalaman mengikuti kegiatan bela diri selama beberapa tahun. Keikutsertaan ini menjadi konteks penting dalam mendeskripsikan keterampilan motorik kasar SA melalui berbagai bentuk aktivitas yang terdapat dalam latihan Tapak Suci.

Keikutsertaan SA dalam kegiatan Tapak Suci juga memperoleh dukungan dari keluarga. Ibu subjek menyampaikan, "Saya mendukung karena kegiatannya positif untuk anak. Selain belajar bela diri, SA juga bisa berolahraga dan mengikuti kegiatan yang bermanfaat." Dukungan tersebut memperlihatkan adanya pandangan positif orang tua terhadap kegiatan olahraga yang diikuti anak. Keterlibatan orang tua memiliki peranan dalam membentuk motivasi dan pengalaman anak ketika mengikuti kegiatan olahraga. Dukungan keluarga yang positif, hubungan orang tua dan anak yang baik, serta keterlibatan yang sesuai dengan kebutuhan anak berkaitan dengan motivasi atlet usia muda dalam menjalani

aktivitas olahraga (Gao et al., 2024). Hal ini sejalan dengan kondisi SA yang memperoleh dukungan dari ibunya untuk terus mengikuti kegiatan Tapak Suci dan mengembangkan keterampilan yang dimilikinya.

Kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit memiliki jadwal latihan rutin dari hari Selasa hingga Ahad. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari ibu subjek, setiap hari Ahad juga terdapat kegiatan lari sebagai bagian dari aktivitas fisik peserta Tapak Suci. Informasi mengenai jadwal latihan dan kegiatan lainnya disampaikan oleh pelatih melalui grup WhatsApp yang menghubungkan pelatih dengan orang tua siswa. Ibu subjek menjelaskan, "Kalau ada jadwal latihan atau kegiatan lainnya, biasanya informasi disampaikan melalui grup komunikasi orang tua." Kegiatan lari termasuk gerakan lokomotor karena melibatkan perpindahan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Kegiatan fisik yang dilaksanakan secara terstruktur dapat mendukung penguasaan keterampilan gerak dasar anak melalui kesempatan melakukan latihan secara terarah dan berulang (Yin et al., 2025). Dengan demikian, keberadaan kegiatan lari setiap Ahad melengkapi variasi aktivitas fisik yang diselenggarakan dalam ekstrakurikuler Tapak Suci.

Pelatih menjelaskan bahwa kegiatan Tapak Suci biasanya diawali dengan pemanasan, dilanjutkan dengan latihan fisik dan teknik bela diri, kemudian diakhiri dengan pendinginan serta evaluasi gerakan. Latihan tersebut melibatkan berbagai aktivitas yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar. Keikutsertaan dalam ekstrakurikuler olahraga memiliki keterkaitan dengan keterampilan motorik kasar dan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar, sebagaimana ditunjukkan melalui perbedaan kemampuan antara kelompok ekstrakurikuler olahraga dan nonolahraga (Slamet et al., 2025). Dalam penelitian ini, bentuk kegiatan Tapak Suci dikelompokkan menjadi lima aktivitas utama untuk menggambarkan keterkaitannya dengan keterampilan motorik kasar SA.

Gerakan kuda-kuda merupakan salah satu teknik dasar Tapak Suci yang berkaitan dengan keseimbangan dan stabilitas tubuh. Gerakan tersebut melibatkan pengaturan posisi kaki, penekukan lutut, dan penyesuaian posisi tubuh untuk mempertahankan tumpuan ketika melakukan teknik bela diri. Ketika menjelaskan kemampuan SA, pelatih menyampaikan, "Kemampuan SA dalam menjaga keseimbangan dan kelincahan dapat dilihat ketika melakukan gerakan kuda-kuda, berpindah posisi, serta mengombinasikan gerakan tangan dan kaki." Keseimbangan menjadi aspek penting dalam pelaksanaan kuda-kuda karena tubuh perlu mempertahankan posisi yang stabil sebelum melakukan gerakan lanjutan. Penguasaan teknik dasar pencak silat memerlukan proses pembelajaran motorik secara bertahap, mulai dari pemahaman gerakan, latihan dengan koreksi, hingga pelaksanaan gerakan yang semakin lancar (Harvi et al., 2025). Hal tersebut berkaitan dengan kondisi SA yang mulai memahami teknik kuda-kuda sesuai arahan pelatih. Pelatih juga menjelaskan bahwa kemampuan keseimbangan SA terlihat ketika melakukan gerakan kuda-kuda dan berpindah posisi. Dengan demikian, latihan kuda-kuda memberikan gambaran mengenai keterlibatan keterampilan keseimbangan SA dalam aktivitas Tapak Suci.

Selain kuda-kuda, gerakan pukulan dan tendangan berkaitan dengan koordinasi anggota tubuh. Pukulan melibatkan pengaturan posisi tubuh dan gerakan lengan, sedangkan tendangan memerlukan koordinasi gerakan tungkai serta kemampuan mempertahankan keseimbangan ketika salah satu kaki diangkat. Koordinasi menjadi aspek penting karena teknik serangan dalam pencak silat membutuhkan keterpaduan gerakan anggota tubuh agar dapat dilakukan secara tepat. Penelitian terhadap pesilat pra-remaja Tapak Suci menunjukkan bahwa kemampuan koordinasi pukulan dan tendangan merupakan salah satu aspek keterampilan teknik serangan yang memiliki tingkat penguasaan berbeda pada setiap peserta latihan (Sugiarto et al., 2024). Dalam penelitian ini, SA telah mampu mempraktikkan pukulan dan tendangan sesuai arahan pelatih. Namun, pelatih menyampaikan bahwa beberapa gerakan masih memerlukan latihan agar lebih tepat, terarah, dan terkoordinasi. Keterangan tersebut menggambarkan keterampilan koordinasi SA dalam melakukan teknik dasar Tapak Suci

sekaligus menunjukkan bagian gerakan yang masih perlu disempurnakan.

Adapun kegiatan latihan pola langkah dan perpindahan arah yang berkaitan dengan kelincahan. Pola langkah melibatkan pengaturan posisi kaki, perpindahan tubuh, dan penyesuaian arah gerakan sesuai instruksi. Pelatih menyampaikan, "Kelincahan juga terlihat ketika SA melakukan pola langkah dan berpindah arah mengikuti instruksi pelatih." Pembelajaran pola langkah dalam pencak silat memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempraktikkan perpindahan posisi tubuh melalui gerakan yang terarah (Nikmah et al., 2025). Sementara itu, latihan kelincahan berkaitan dengan kemampuan melakukan perubahan arah secara cepat dan terkendali dalam aktivitas pencak silat (Effendi et al., 2025). Kedua aspek tersebut tampak dalam bentuk aktivitas SA ketika mengikuti pola langkah dan menyesuaikan arah gerakan berdasarkan arahan pelatih.

Lari dan peregangan merupakan bentuk aktivitas fisik lain yang terdapat dalam latihan Tapak Suci. Berdasarkan informasi dari ibu subjek, terdapat kegiatan lari yang dilaksanakan setiap hari Ahad. Pelatih juga menyebutkan lari ringan dan peregangan sebagai bagian dari rangkaian latihan. Aktivitas berlari termasuk gerakan lokomotor karena melibatkan perpindahan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, sedangkan peregangan merupakan contoh gerakan nonlokomotor yang dilakukan tanpa perpindahan tempat. Gerakan lokomotor dan nonlokomotor merupakan bagian dari keterampilan gerak dasar yang berperan dalam aktivitas jasmani siswa sekolah dasar (Marsya et al., 2024). Keberadaan kedua aktivitas tersebut menunjukkan bahwa kegiatan Tapak Suci tidak hanya berisi latihan teknik bela diri, tetapi juga mencakup latihan fisik dengan karakteristik gerak yang beragam.

Dalam Tapak Suci juga ada latihan tangkisan dan praktik jurus. Tangkisan melibatkan gerakan anggota tubuh untuk menahan atau mengalihkan serangan, sedangkan praktik jurus merupakan rangkaian gerakan bela diri yang dilakukan secara berurutan. Kedua aktivitas tersebut berkaitan dengan koordinasi gerak karena melibatkan penyesuaian posisi tubuh, gerakan tangan dan kaki, serta kemampuan mengikuti urutan teknik. Pelatih menyebutkan tangkisan dan praktik jurus sebagai bagian dari kegiatan latihan Tapak Suci. Selain itu, evaluasi pada akhir latihan digunakan untuk memberikan arahan mengenai gerakan yang sudah dipelajari dan bagian yang masih memerlukan perbaikan.

Keabsahan data dalam penelitian ini ditelaah melalui triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari ibu SA dan pelatih Tapak Suci. Ibu subjek memberikan informasi mengenai riwayat keikutsertaan SA, dukungan keluarga, jadwal latihan yang disampaikan melalui grup WhatsApp, serta kegiatan lari setiap Ahad. Sementara itu, pelatih menjelaskan bentuk latihan yang biasa dilakukan, seperti lari ringan, kuda-kuda, pukulan, tendangan, pola langkah, tangkisan, dan praktik jurus. Informasi kedua narasumber saling melengkapi dalam menjelaskan kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti SA. Keterangan ibu mengenai kegiatan lari setiap Ahad juga berhubungan dengan penjelasan pelatih bahwa lari ringan merupakan bagian dari latihan, meskipun pelatih tidak menyebutkan hari pelaksanaannya. Adapun penjelasan mengenai keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan perubahan kemampuan gerak SA berasal dari pelatih karena ibu subjek tidak memberikan informasi khusus mengenai pelaksanaan teknik bela diri tersebut. Dengan demikian, perbandingan kedua sumber membantu memperjelas konteks kegiatan Tapak Suci sekaligus menunjukkan bagian temuan yang bersumber khusus dari keterangan pelatih.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih dan ibu subjek, kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci mencakup berbagai aktivitas fisik yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar. Keterangan pelatih memberikan gambaran mengenai kemampuan SA dalam melakukan gerakan dasar, sedangkan informasi dari ibu subjek melengkapi penjelasan mengenai kegiatan lari yang dilaksanakan setiap Ahad. Hubungan antara bentuk kegiatan Tapak Suci, indikator keterampilan motorik kasar, dan bukti empiris yang diperoleh disajikan pada Tabel 1.

Aktivitas	Indikator	Bukti	Sumber

Tapak Suci	Motorik	Empiris	Data
Kuda-kuda	Keseimbangan dan stabilitas tubuh	SA memahami teknik kuda-kuda yang benar. Pelatih juga mengidentifikasi keseimbangan SA ketika melakukan kuda-kuda dan berpindah posisi.	Wawancara pelatih
Pukulan dan tendangan	Koordinasi anggota tubuh dan keseimbangan	SA mampu mempraktikkan kedua teknik sesuai arahan, meskipun ketepatan dan koordinasi beberapa gerakan masih perlu diperbaiki.	Wawancara pelatih
Pola langkah dan perpindahan arah	Kelincahan dan lokomotor	Kelincahan SA terlihat ketika melakukan pola langkah dan berpindah arah mengikuti instruksi pelatih.	Wawancara pelatih
Lari dan peregangan	Lokomotor dan nonlokomotor	Ibu SA menyampaikan adanya kegiatan lari setiap Ahad. Pelatih juga menyebutkan lari ringan dan peregangan sebagai bagian dari latiha	Wawancara ibu SA dan pelatih
Tangkisan dan praktik jurus	Koordinasi dan rangkaian gerak	Pelatih menyebutkan tangkisan dan praktik jurus sebagai bagian dari kegiatan latihan Tapak Suci.	Wawancara pelatih

Tabel 1 menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci melibatkan berbagai aktivitas yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar, meliputi keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta gerakan lokomotor dan nonlokomotor. Berdasarkan keterangan pelatih, SA mulai memahami gerakan kuda-kuda serta mampu mempraktikkan pukulan, tendangan, dan pola langkah sesuai arahan, meskipun beberapa gerakan masih memerlukan penyempurnaan. Sementara itu, kegiatan lari setiap Ahad yang disampaikan oleh ibu SA, serta latihan peregangan, tangkisan, dan praktik jurus yang dijelaskan pelatih, memperlihatkan keberagaman aktivitas fisik dalam kegiatan Tapak Suci. Pelatih juga menyampaikan bahwa selama mengikuti latihan, SA menunjukkan perubahan dalam koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan kemampuan mengikuti instruksi. Temuan tersebut memberikan gambaran mengenai keterampilan motorik kasar SA yang berkaitan dengan berbagai aktivitas latihan Tapak Suci.

C. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci di MI Muhammadiyah Kecepit melibatkan lima kelompok aktivitas yang berkaitan dengan keterampilan motorik kasar SA, yaitu kuda-kuda, pukulan dan tendangan, pola langkah dan perpindahan arah, lari dan peregangan, serta tangkisan dan praktik jurus. Kegiatan tersebut mencakup aspek keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta keterampilan gerak lokomotor dan nonlokomotor. Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih, SA mulai memahami gerakan kuda-kuda serta mampu mempraktikkan pukulan dan tendangan sesuai arahan, meskipun

beberapa gerakan masih memerlukan penyempurnaan. Pelatih juga menyampaikan adanya perubahan dalam koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan kemampuan mengikuti instruksi selama SA mengikuti latihan. Sementara itu, keterangan ibu subjek memberikan informasi mengenai riwayat keikutsertaan, dukungan keluarga, dan kegiatan latihan yang diikuti SA. Perbandingan informasi kedua narasumber melengkapi gambaran mengenai pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci.

Penelitian ini terbatas pada satu subjek dengan informasi keterampilan motorik kasar yang terutama diperoleh melalui wawancara pelatih tanpa pengukuran gerak secara langsung. Oleh karena itu, hasil penelitian memberikan gambaran deskriptif mengenai keterampilan motorik kasar SA dan tidak dimaksudkan untuk menentukan tingkat kemampuan maupun membuktikan peningkatan keterampilan secara terukur. Penelitian selanjutnya dapat melibatkan lebih banyak subjek dan menggunakan pengamatan langsung atau instrumen penilaian motorik untuk memperoleh gambaran keterampilan gerak yang lebih mendalam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan berharga sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak-pihak yang telah bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini, khususnya ibu subjek penelitian yang dengan penuh kesediaan meluangkan waktu untuk diwawancarai serta memberikan informasi yang diperlukan. Dukungan dan kerja sama dari semua pihak sangat membantu dalam kelancaran proses penelitian ini. Semoga segala bantuan yang diberikan mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT.

DAFTAR RUJUKAN

Afifuddin, M., Nurdiana, R., & Machsunah, Y. C. (2024). Pengaruh Ekstrakurikuler Pencak Silat Tapak Suci Terhadap Peningkatan Karakter Disiplin Siswa Di SD Muhammadiyah Sugio Lamongan. *Journal MISSY (Management and Business Strategy)*, *5*(2), 60–66.

Azizah, I. S. N., & Dheasari, A. E. (2023). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Tapak Suci Terhadap Kemampuan Motorik Kasar pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA 2 Pendil. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *5*(1), 330–346. https://doi.org/https://doi.org/10.36088/assabiqun.v5i1.2828

Dahal, N., Neupane, B. P., & Pant, B. P. (2024). Participant selection procedures in qualitative research : experiences and some points for consideration. *Research Metrics and Analytics*, *9*, 1–11. https://doi.org/10.3389/frma.2024.1512747

Dichandra, S., Kusumarani, yohana yustitia, Nugraha, wildan hernanda agung, Indahwati, N., & marsudianto. (2024). Meningkatkan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, Dan Manipulatif Melalui Aktivitas Bermain. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *9*(2), 6409–6418. https://doi.org/https://doi.org/10.23969/jp.v9i2.14563

Effendi, R., Welis, W., Ihsan, N., & Effendi, H. (2025). Agility Training in Adolescent Pencak Silat Athletes : A Randomized Controlled Experimental Study Entrenamiento de agilidad en atletas adolescentes de Pencak Silat : un estudio experimental controlado y aleatorizado Authors How to cite in APA Introduction. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, *63*, 156–164. https://doi.org/10.47197/retos.v63.108123

Gao, Z., Chee, C. S., Norjali Wazir, M. R. W., Wang, J., Zheng, X., & Wang, T. (2024). The role of parents in the motivation of young athletes: a systematic review. *Frontiers in Psychology*, *14*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1291711

Harvi, N. P., Yuanda, D. M., Ritonga, A. S., Habibi, M. H. D. R., Dewi, R., & Barus, J. B. N. (2025). Improving Basic Pencak Silat Movement Skills Through a Motor Learning Approach for Beginners at High School Level. *Nasional Holistic Science*, *5*(2), 290–294. https://doi.org/10.56495/hs.v5i2.1138

Marsya, P., Ningsih, P. H., Zahra, N. A., S, N. R. N., Saragih, O. N. P., & Siregar, F. S. (2024). Gerak Dasar (Lokomotor dan Nonlokomotor) di SD Negeri 060939. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, *8*(6), 46–54.

Moon, J., Webster, C. A., Stodden, D. F., Brian, A., Mulvey, K. L., Beets, M., Egan, C. A., Irene, L., Mcintosh, F., Merica, C. B., & Russ, L. (2024). Systematic review and meta-analysis of physical activity interventions to increase elementary children ' s motor competence : a comprehensive school physical activity program perspective. *BMC Public Health*, *24*, 1–16. https://doi.org/doi.org/10.1186/s12889-

024-18145-1

Nikmah, S., Sudrazat, A., & Alif, M. N. (2025). Application of The Project Based Learning Model to The Basic Movement Ability of Pencak Silat Step Patterns in Elementary Schools. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, *14*(2), 290–300. https://doi.org/10.15294/active.v13i1.76367

Raynata, C. G., & Wijaya, A. (2025). Analisis Tingkat Keterampilan Motorik Kasar Pada Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat Di Sekolah Dasar. *JURNAL SPORTA SAINTIKA*, *10*(1), 47–57. https://doi.org/doi.org/10.24036/Sporta Saintika/vol10-iss1/424

Robbani, S., & Fihayati, Z. (2025). Pengaruh Program Ekstrakurikuler Tapak Suci terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah 1 Krembung. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *8*(7), 7236–7242. https://doi.org/10.54371/jiip.v8i7.8496

Sari, A. S., Aprisilia, N., & Fitriani, Y. (2025). Teknik Pengumpulan Data dalam Penelitian Kualitatif : *Indonesian Research Journal on Education*, *5*(4), 539–545.

Slamet, S., Rohman, A., Sumarno, G., & Andrianto, S. D. (2025). Analisis keterampilan motorik kasar dan tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar di kota Bandung berdasarkan ekstrakulikuler. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *21*(1), 87–100. https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpji. v21i1.84114 This

Sugiarto, A., Putri, A. M., & Rahman, R. T. F. (2024). Analisis Kemampuan Koordinasi Tendangan dan Pukulan Pesilat Pra-Remaja Tapak Suci Putera Muhammadiyah (TSPM) Kota Samarinda Tahun 2025. *CENDIKIA : Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, *8*(1), 77–89. https://doi.org/https://doi.org/10.65708/cen dekia.v8i1.290

Uli, A., Gultom, A., Sri, D., Surbakti, K., Nazwa, N., Syarafina, D., Siddik, F., Jl, A., & Iskandar, W. (2024). *Pengaruh Olahraga Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Universitas Negeri Medan negara , dan tidak ada aspek kehidupan yang dapat terlepas dari peran pendidikan . kemampuan motorik kasar anak usia sekolah dasar . Aktivitas fisik yang t*. *2*(3), 205–214.

Villamin, P., Lopez, V., Thapa, D. K., & Cleary, M. (2025). A Worked Example of Qualitative Descriptive Design : A Step Guide for Novice and Early Career Researchers. *Journal of Advanced Nursing*, *81*(1), 5181–5195. https://doi.org/10.1111/jan.16481

Yin, X., Zhang, D., Shen, Y., Wang, Y., Wang, Z., & Liu, Y. (2025). Effectiveness of school-based interventions on fundamental movement skills in children: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, *25*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-025-22696-2