



Efektivitas Latihan Motorik Kasar terhadap Permasalahan Sensori Integrasi pada Anak Sekolah Dasar

Mutiara Insani Anisykurli¹, Sayidah Aulia Ul Haque²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

Email Korespondensi: tiranisykurli@gmail.com¹, sayidahaulia@untag-sby.ac.id²

Article received: 07 November 2025, Review process: 15 November 2025

Article Accepted: 03 Desember 2025, Article published: 17 Desember 2025

ABSTRACT

This case study examines a seven-year-old boy who consistently exhibits toe-walking behavior, indicating gross motor delays and difficulties in sensory integration, particularly in balance, proprioception, and movement coordination. The aim of this study is to identify factors contributing to these developmental challenges and to design an intervention that enhances the child's sensory integration and gross motor functioning. Using a comprehensive assessment approach including interviews, classroom observations, the Bender Gestalt Visual-Motor Test, and an informal motor checklist the findings show that the child possesses adequate visual-motor and cognitive abilities but demonstrates challenges in processing bodily sensory input and regulating movement adaptively. Toe-walking occurred across various situations and increased during emotional tension or sensory overstimulation. The intervention implemented gross motor activities based on sensory integration principles, such as walking on a balance beam, jumping exercises, balancing on a therapy ball, and coordinated ball games. These activities were designed to stimulate the vestibular and proprioceptive systems to promote more stable and organized motor patterns. Results showed significant improvements in balance, coordination, and a decrease in toe-walking frequency. The findings suggest that structured motor training combined with consistent emotional support is effective in enhancing sensory integration and gross motor development in elementary school-aged children.

Keywords: Sensory Integration, Gross Motor Development, Toe-Walking, Motor Skills, Emotional Regulation, Sensory-Motor Intervention.

ABSTRAK

Penelitian studi kasus ini mengkaji seorang anak laki-laki berusia 7 tahun yang menunjukkan perilaku berjalan jinjit secara konsisten, yang mengindikasikan adanya hambatan motorik kasar serta permasalahan dalam proses sensori integrasi, khususnya pada aspek keseimbangan, proprioepsi, dan koordinasi gerak. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi hambatan tersebut serta merancang intervensi motorik yang mampu meningkatkan kemampuan integrasi sensori dan fungsi motorik anak. Melalui asesmen komprehensif meliputi wawancara, observasi kelas, tes psikologi Bender Gestalt, dan checklist motorik informal ditemukan bahwa subjek memiliki kemampuan visual-motorik dan kognitif yang baik, namun menunjukkan kesulitan dalam mengolah input sensorik tubuh dan mengontrol gerakan secara adaptif. Perilaku jinjit muncul dalam berbagai situasi dan lebih sering terjadi ketika anak mengalami ketegangan

emosional atau overstimulasi sensorik. Intervensi diberikan melalui latihan motorik kasar berbasis sensori integrasi, seperti berjalan di papan titian, melompat, menyeimbangkan tubuh di atas bola besar, dan permainan koordinatif lempar-tangkap. Latihan ini dirancang untuk menstimulasi sistem vestibular dan proprioseptif agar anak mampu menghasilkan pola gerak yang lebih stabil. Hasil intervensi menunjukkan peningkatan signifikan pada kemampuan keseimbangan, koordinasi, serta penurunan frekuensi jalan jinjit. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi latihan motorik terstruktur dan dukungan emosional yang konsisten efektif dalam meningkatkan integrasi sensori dan perkembangan motorik kasar pada anak usia sekolah dasar.

Kata Kunci: *Sensori Integrasi, Motorik Kasar, Jalan Jinjit, Perkembangan Motorik, Regulasi Emosi, Intervensi Sensori-Motorik.*

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan penting yang menuntut kematangan fungsi motorik kasar, emosi, sosial, serta kemampuan integrasi sensori. Kemampuan berjalan, berlari, melompat, serta menjaga keseimbangan menjadi indikator utama perkembangan motorik yang sehat, yang seluruhnya bergantung pada proses integrasi sensori yang optimal. Integrasi sensori – terutama yang melibatkan sistem vestibular, proprioseptif, dan taktil – memungkinkan anak memproses rangsangan dari lingkungan dan tubuhnya sendiri untuk menghasilkan respons motorik yang terarah dan efisien. Ketika proses ini mengalami hambatan, anak dapat memperlihatkan pola gerak yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya, seperti kesulitan menjaga keseimbangan, respon motorik yang tidak terkoordinasi, atau pola berjalan yang tidak lazim. Salah satu bentuk hambatan tersebut adalah perilaku berjalan jinjit yang berlangsung secara menetap sejak masa awal berjalan. Kondisi ini seringkali tidak disadari sebagai masalah perkembangan, padahal dapat menjadi indikator adanya kesulitan dalam pemrosesan sensori yang berpengaruh pada koordinasi, kontrol postur, maupun regulasi emosional anak. Oleh karena itu, perilaku jinjit perlu dipahami secara komprehensif sebagai bagian dari permasalahan sensori integrasi yang lebih luas.

Subjek dalam penelitian ini adalah anak laki-laki berusia tujuh tahun yang duduk di kelas satu sekolah dasar dan menunjukkan kebiasaan berjalan jinjit secara konsisten. Berdasarkan informasi dari guru Bimbingan Konseling (BK) serta orang tua, perilaku ini terjadi hampir setiap hari, baik di rumah maupun di sekolah. Selain itu, subjek mengalami kesulitan mempertahankan fokus, mudah tersulut emosi, dan menunjukkan kecenderungan untuk mendominasi teman sebaya. Walaupun demikian, kemampuan akademik dan sosialnya tergolong baik dan sesuai dengan usia perkembangan. Riwayat masa kecil menunjukkan bahwa subjek sempat mengalami speech delay hingga usia empat tahun, yang kemudian berdampak pada regulasi emosi dan kemampuan komunikasi. Orang tua pernah mengaitkan perilaku jinjit dengan pengalaman jatuh saat batita, namun tidak ditemukan gangguan struktural pada kaki. Hal ini mengindikasikan bahwa penyebab perilaku jinjit lebih terkait pada hambatan integrasi sensori dan pola

motorik yang terbentuk sejak dini. Dalam konteks sensori integrasi, perilaku berjalan jinjit dapat mencerminkan adanya ketidakseimbangan pada sistem vestibular dan proprioseptif. Anak yang kesulitan merasakan posisi tubuhnya di ruang (propriosepsi) atau menyesuaikan keseimbangan (vestibular) sering kali mengadopsi pola gerak tertentu untuk mendapatkan “rasa stabil” yang diinginkan. Berjalan jinjit dapat memberikan sensasi tekanan yang berbeda pada otot-otot tungkai serta input proprioseptif tambahan, sehingga memberi anak perasaan kontrol tubuh yang lebih besar. Pola ini bisa saja terbentuk sejak awal belajar berjalan dan kemudian menguat menjadi kebiasaan ketika tidak ada koreksi atau stimulasi sensori yang memadai. Hambatan integrasi sensori ini juga dapat menjelaskan kesulitan subjek dalam mengelola emosi dan mempertahankan fokus, karena sistem sensori yang kurang matang sering berdampak pada respons emosi dan perilaku.

Perilaku berjalan jinjit pada anak ini juga dapat dijelaskan melalui teori teori classical conditioning yang dikemukakan oleh Pavlov (1927). Pada fase awal belajar berjalan, kebiasaan menggunakan ujung kaki mungkin memberikan rasa stabilitas dan kenyamanan tertentu. Seiring waktu, perilaku ini menjadi respons otomatis yang muncul terutama ketika anak mengalami ketegangan emosional. Guru sering kali menegur perilaku ini tanpa memberikan alternatif perilaku yang lebih adaptif, sehingga teguran berulang justru memperkuat asosiasi negatif terhadap situasi sosial atau akademik. Akibatnya, jalan jinjit berkembang bukan semata-mata sebagai masalah fisik, tetapi juga respons terhadap kondisi psikologis tertentu.

Dari perspektif teori psikodinamik Freud (1933), perilaku berjalan jinjit dapat dipahami sebagai mekanisme pertahanan ego berupa regresi, di mana anak kembali pada pola gerak awal untuk mencari rasa aman saat menghadapi ketegangan emosional. Hambatan komunikasi verbal seperti speech delay membuat anak menyalurkan emosi melalui aktivitas fisik, menjadikan jalan jinjit sebagai simbol kebutuhan perlindungan dan kenyamanan yang tidak dapat diungkapkan secara verbal. Respons ini bersifat instingtif dan menunjukkan keterbatasan anak dalam mengenali serta mengendalikan emosinya. Sementara itu, menurut teori psikososial Erikson (1963), pada tahap industry versus inferiority, hambatan motorik yang mencolok dapat menurunkan rasa percaya diri dan menimbulkan perasaan rendah diri. Jalan jinjit menjadi strategi koping untuk mengatasi kecemasan sosial dan mempertahankan kontrol diri di tengah tekanan lingkungan. Kurangnya dukungan dari guru dan keluarga, serta pola asuh permisif yang menormalisasi kebiasaan ini, memperkuat perilaku jinjit sebagai pola yang menetap. Akibatnya, anak tidak memperoleh stimulus korektif yang dapat membantu pembentukan keterampilan motorik dan emosional yang lebih adaptif.

Dalam teori perkembangan kognitif menurut Piaget (1952), anak usia tujuh tahun seharusnya berada pada tahap operasional konkret, dengan kemampuan berpikir logis dan mengoordinasikan gerak tubuh secara lebih terarah. Namun, perilaku jinjit yang menetap menunjukkan adanya hambatan integrasi sensori

yang menyebabkan informasi vestibular dan proprioseptif tidak terolah dengan baik. Hasil tes Bender Gestalt menunjukkan kemampuan visual-motorik yang cukup baik, tetapi belum selaras dengan kemampuan motorik kasar, mengindikasikan ketimpangan antara kesiapan akademik dan keterampilan fisik. Dengan mempertimbangkan berbagai aspek ini, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi permasalahan sensori integrasi pada anak sekolah dasar dan mengevaluasi efektivitas latihan motorik kasar dalam meningkatkan keseimbangan, koordinasi gerak, serta pola motorik yang lebih adaptif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami kondisi serta faktor-faktor yang memengaruhi hambatan perkembangan motorik kasar dan permasalahan sensori integrasi pada anak usia sekolah dasar melalui asesmen psikologis yang komprehensif di lingkungan pendidikan. Asesmen dilakukan terhadap satu subjek anak berusia tujuh tahun dengan empat metode utama, yaitu wawancara mendalam, observasi langsung, tes psikologi formal, dan tes informal perkembangan motorik. Wawancara dilakukan dengan guru Bimbingan Konseling dan orang tua untuk menggali riwayat perkembangan, perilaku sehari-hari, pola regulasi emosi, serta kebiasaan motorik anak. Observasi dilakukan di ruang kelas dan area bermain untuk menilai perilaku motorik, pola fokus, interaksi sosial, serta frekuensi munculnya perilaku berjalan jinjit dalam konteks alami. Tes formal menggunakan Bender Gestalt Visual-Motor Test untuk mengukur kemampuan visual-motorik dan kesiapan belajar, sedangkan tes informal berupa checklist perkembangan fisik-motorik digunakan untuk menilai aspek keseimbangan, koordinasi gerak, kekuatan otot, dan keterampilan motorik kasar sesuai usia anak. Selain asesmen, penelitian ini juga menyertakan intervensi berbasis sensori integrasi melalui aktivitas motorik kasar yang dirancang untuk meningkatkan kontrol postur, keseimbangan, dan koordinasi gerak. Intervensi dilakukan sebanyak tujuh sesi dan mencakup berbagai aktivitas stimulasi sensori-motorik seperti berjalan di papan titian, melompat dengan berbagai variasi, menyeimbangkan tubuh di atas bola besar (gym ball), berjalan dengan pola tertentu di garis lurus, serta permainan koordinatif yang menuntut integrasi antara sistem vestibular, proprioseptif, dan visual. Aktivitas tersebut bertujuan membantu anak memperoleh pengalaman sensori yang terstruktur sehingga dapat membentuk pola gerak yang lebih adaptif. Seluruh asesmen dan intervensi dilaksanakan secara luring di sekolah dalam beberapa sesi antara September hingga Oktober 2024, sehingga data yang diperoleh mencerminkan kondisi perkembangan anak secara natural dalam konteks pendidikan. Data dianalisis secara tematik berdasarkan empat domain utama perilaku, emosi, sosial, dan kognitif guna memperoleh gambaran menyeluruh mengenai hambatan motorik kasar, permasalahan sensori integrasi, serta arah intervensi yang paling sesuai bagi perkembangan anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian Pelaksanaan Asesmen

Hasil penelitian ini menyajikan data hasil asesmen yang dijelaskan sebagai berikut.

a. *Wawancara Orang Tua*

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 September 2024

Tempat : Ruang BK Sekolah

Durasi : 60 Menit

Interpretasi Hasil :

Subjek merupakan anak laki-laki bungsu dari tiga bersaudara dengan dua kakak kembar, di mana salah satu kakaknya memiliki disleksia dan ADHD. Ia lahir cukup bulan tanpa komplikasi dan memiliki riwayat kesehatan fisik yang baik tanpa adanya penyakit kronis maupun gangguan neurologis. Namun, sejak usia dua tahun, subjek mengalami speech delay yang baru tertangani secara intensif pada usia empat tahun melalui terapi bicara selama satu tahun dengan hasil perkembangan yang signifikan. Saat ini, ia sudah mampu berbicara dengan jelas meskipun masih cenderung menghilangkan huruf saat berbicara cepat atau dalam kondisi emosional. Dalam hal kemandirian, subjek mampu mengurus barang pribadi, membantu pekerjaan rumah ringan, serta menunjukkan inisiatif dan kreativitas tinggi dalam bermain. Ia juga menunjukkan kemampuan kognitif yang baik dengan dapat menyelesaikan tugas sekolah, mengikuti instruksi guru, serta memperoleh nilai yang memuaskan. Meskipun demikian, terkadang ia membutuhkan pengulangan instruksi ketika lingkungan belajar kurang kondusif atau saat fokusnya menurun.

Hari/ Tanggal : Kamis, 10 Oktober 2024

Tempat : Ruang BK Sekolah

Durasi : 60 Menit

Interpretasi Hasil :

Dalam wawancara lanjutan, ibu menjelaskan bahwa subjek memiliki kecenderungan untuk mengontrol orang di sekitarnya dan mudah marah ketika keinginannya tidak terpenuhi. Ia sering mengekspresikan emosi dengan menangis, membanting barang, atau menarik diri dari interaksi sosial, terutama saat merasa diperlakukan tidak adil. Subjek juga kesulitan mengekspresikan emosi secara verbal dan cenderung menyalurkannya melalui tindakan fisik seperti berteriak atau berjalan bolak-balik. Salah satu kebiasaan yang menonjol adalah perilaku berjalan jinjit yang telah muncul sejak usia batita dan masih bertahan hingga kini tanpa adanya kelainan fisik yang terdeteksi. Ibu berharap anaknya mendapat bimbingan lanjutan untuk mengurangi kebiasaan jinjit, meningkatkan regulasi emosi, dan membantu penyesuaian sosialnya di sekolah.

Guru

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 September 2024

Tempat : Ruang BK Sekolah

Durasi : 60 Menit

Interpretasi Hasil :

Wawancara dengan guru kelas mengungkapkan bahwa subjek memiliki kemampuan akademik yang sesuai dengan usianya dan mampu mengikuti pembelajaran dengan baik. Ia dapat membaca, menulis, dan memahami instruksi guru meskipun terkadang membutuhkan pengulangan agar lebih fokus. Nilai akademiknya tergolong stabil dan memuaskan, mencerminkan kemampuan kognitif yang cukup baik. Namun, dalam aspek perilaku, subjek menunjukkan kesulitan mempertahankan fokus dalam waktu lama dan mudah terdistraksi oleh benda-benda di sekitarnya. Ia juga sering termenung, mengemut pensil, atau menghindari kontak mata saat diberi teguran, yang menandakan adanya tantangan dalam pengelolaan emosi dan perhatian. Secara sosial, subjek dapat berinteraksi dengan teman sebaya, tetapi cenderung memilih bermain dengan satu atau dua teman dekat saja. Guru juga mencatat perilaku impulsif seperti menancapkan pensil pada temannya dan melempar cokelat ke makanan teman, yang menunjukkan kurangnya pemahaman terhadap batasan sosial dan konsekuensi perilaku.

Hari/ Tanggal : Senin, 23 September 2024

Tempat : Ruang BK Sekolah

Durasi : 60 Menit

Interpretasi Hasil :

Guru menjelaskan bahwa subjek masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, terutama ketika keinginannya tidak terpenuhi atau saat merasa diabaikan oleh teman. Ia sering bereaksi secara impulsif dengan menangis, marah, atau merajuk, dan membutuhkan bantuan guru untuk menenangkan diri. Subjek juga cenderung memaksakan kehendak terhadap teman, menunjukkan bahwa ia belum sepenuhnya memahami empati dan peran sosial. Selain itu, guru mengamati bahwa perilaku berjalan jinjit muncul tidak hanya saat bergerak, tetapi juga ketika subjek merasa cemas atau gugup, bahkan menyebabkan kaus kakinya cepat rusak. Menurut guru, kebiasaan ini merupakan respons otomatis yang memberi rasa aman, sehingga dibutuhkan penanganan psikologis untuk membantu regulasi emosi dan mengurangi perilaku tersebut.

b. Observasi

Hari/ Tanggal : Selasa, 17 September 2024

Tempat : Ruang kelas

Interpretasi Hasil :

Pengamatan hari ini difokuskan pada respon sosial dan regulasi emosi subjek di kelas. Saat guru sedang menjelaskan, subjek beberapa kali terlihat berteriak tanpa alasan yang jelas dan memukul-mukul meja dengan tangannya. Selain itu, ia juga menunjukkan perilaku mengulang-ulang pertanyaan kepada guru apabila jawaban yang diberikan tidak sesuai dengan keinginannya. Dalam interaksi dengan teman sebaya, subjek kerap mengganggu atau mengusili teman, seperti mengomentari suara teman yang dianggap berisik dan menyebutnya tidak

jas, sambil menunjukkan gestur jempol ke bawah (cemen). Namun, saat ia sendiri menjadi sasaran usil teman, subjek akan marah, berteriak, dan menangis, menunjukkan adanya kesulitan dalam mengelola emosi negatif dan menerima konsekuensi dari interaksinya sendiri.

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 September 2024

Tempat : Area luar kelas

Interpretasi Hasil :

Pada hari ini, observasi diarahkan pada interaksi subjek di luar kelas dan perilaku sosial saat transisi kegiatan. Subjek terlihat dapat bermain dan bercakap-cakap dengan teman-temannya, meskipun tampak lebih sering bersama satu atau dua teman dekatnya. Saat kegiatan senam pagi dan baris sebelum masuk kelas, subjek mau bekerja sama dalam barisan, namun memilih berada dekat dengan teman yang ia sukai. Subjek juga mengikuti kegiatan sholat bersama dengan cukup baik. Meski demikian, perilaku berjalan jinjit sangat menonjol saat berada di luar kelas, terutama ketika ia menuju tempat wudhu, ruang guru, atau ke ruang mengaji. Ia bahkan sempat terlihat lari dalam posisi jinjit saat jam istirahat ketika bermain kejar-kejaran, menunjukkan bahwa pola gerak ini cukup mengakar dalam kesehariannya, bahkan dalam situasi bermain.

Hari/ Tanggal : Kamis, 19 September 2024

Tempat : Ruang kelas

Interpretasi Hasil :

Pada hari ini, fokus observasi kembali diarahkan ke aktivitas kelas dan pola respons fisik subjek dalam situasi instruksional. Subjek menunjukkan kemampuan mengikuti instruksi guru secara umum dengan baik. Ia dapat mengerjakan tugas yang diberikan dan menunjukkan ketertarikan saat materi pelajaran disampaikan dengan pendekatan yang interaktif. Namun, subjek masih menunjukkan kebiasaan berjalan jinjit saat berpindah tempat di dalam kelas, seperti ketika dipanggil guru untuk maju ke depan, mengambil buku di rak belakang, atau menempelkan stiker bintang pada papan keberhasilan. Hal ini mengindikasikan bahwa perilaku jalan jinjit dilakukan secara otomatis dalam aktivitas rutin, bukan hanya saat emosional, melainkan juga dalam situasi yang menyenangkan atau netral.

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 September 2024

Tempat : Area luar kelas dan ruang kelas

Interpretasi Hasil :

Observasi hari terakhir dilakukan secara menyeluruh, baik di dalam maupun di luar kelas, dengan fokus pada konsistensi perilaku jinjit dan fleksibilitas sosial. Subjek masih menunjukkan pola jalan jinjit yang kuat, baik ketika berpindah ruangan maupun saat bermain dengan teman. Ia terlihat menikmati permainan dan bisa tertawa bersama teman, tetapi tetap berlari dengan posisi jinjit. Guru sempat menegur subjek dan memintanya berjalan normal,

namun subjek hanya tertawa dan tetap melanjutkan kebiasaannya. Dari sisi sosial, subjek terlihat cukup adaptif dalam berinteraksi, meskipun lebih memilih teman tertentu dan jarang bergabung dengan kelompok besar. Perilaku jinjit tampak menjadi bagian dari kebiasaan sehari-hari yang berlangsung tidak hanya saat cemas, tetapi juga saat gembira, menunjukkan bahwa pola ini telah menjadi respons fisik bawaan terhadap berbagai situasi.

Hari/ Tanggal : Senin, 23 September 2024

Tempat : Ruang kelas

Interpretasi Hasil :

Observasi tambahan difokuskan pada konsistensi perilaku subjek selama kegiatan belajar serta responnya terhadap aturan dan instruksi guru. Pada awal pembelajaran, subjek tampak tenang, namun kesulitan mempertahankan fokus dengan menunjukkan perilaku seperti mengetuk pensil, membuka kotak pensil berulang, dan memperhatikan teman alih-alih guru. Saat dipanggil atau diberi instruksi langsung, ia dapat merespons dengan cepat dan menyelesaikan tugas dengan benar, menunjukkan bahwa ia masih mampu berfungsi baik dengan arahan konkret. Subjek juga aktif bertanya, tetapi cenderung mengulang pertanyaannya dengan suara keras bila tidak segera ditanggapi, menandakan kebutuhan tinggi akan validasi dan perhatian. Kebiasaan berjalan jinjit masih tampak jelas, terutama ketika bergerak di dalam kelas, meskipun telah diingatkan berkali-kali oleh guru. Dalam interaksi sosial, ia kadang berkomentar spontan yang menggoda teman, namun segera menunjukkan penyesalan setelah ditegur dengan menunduk dan menggigit pensilnya. Secara umum, observasi menunjukkan pola perilaku yang konsisten dengan kesulitan regulasi diri dan kontrol motorik, sehingga subjek memerlukan dukungan berkelanjutan untuk meningkatkan body awareness, pengendalian impuls, serta kemampuan menyesuaikan diri dalam konteks akademik.

Hari/ Tanggal : Senin, 30 September 2024

Tempat : Ruang BK Sekolah

Interpretasi Hasil :

Selama pelaksanaan tes Bender Gestalt, subjek tampak antusias dan menunjukkan sikap positif sejak awal kegiatan. Ia memahami instruksi dengan baik, fokus pada stimulus, serta menggambar dengan percaya diri tanpa keraguan. Ketika ruang pada kertas pertama habis, subjek meminta tambahan kertas dan menunjukkan kemampuan adaptasi spasial dengan membuat pola lebih kecil dan rapat. Meskipun sesekali teralihihkan oleh percakapan ringan mengenai kegiatan sehari-harinya, subjek tetap mampu menyelesaikan tugas dengan baik. Secara keseluruhan, pelaksanaan tes berlangsung kondusif dan mencerminkan kemampuan visual-motorik serta kesiapan belajar yang sesuai dengan usianya.

Hari/ Tanggal : Senin, 7 Oktober 2024

Tempat : Halaman Sekolah

Interpretasi Hasil :

Pada pelaksanaan tes informal berupa checklist perkembangan fisik-motorik, subjek awalnya tampak bingung namun segera memahami instruksi setelah diberi penjelasan tambahan. Ia mampu mengikuti sebagian besar arahan dengan baik, seperti berjalan, melompat, meniru postur, dan menggunakan alat bantu sederhana meskipun gerakannya masih tampak kaku dan kurang seimbang. Selama proses tes, subjek menunjukkan sikap kooperatif dan berusaha menyelesaikan setiap tugas yang diberikan dengan konsisten. Sesekali ia mengalihkan perhatian dengan berbicara di luar konteks, tetapi tetap kembali fokus saat diarahkan. Hasil observasi menunjukkan bahwa subjek memiliki potensi visual-motorik yang baik namun masih memerlukan latihan berkelanjutan untuk memperkuat keseimbangan dan kontrol motorik kasarnya.

c. Bender Gestalt

Hasil Developmental Score menunjukkan bahwa subjek memperoleh total skor 4 dengan Age Equivalent antara 8 tahun 0 bulan hingga 8 tahun 3 bulan, menandakan kematangan visual-motorik yang sesuai dengan usianya. Kemampuan ini mendukung kesiapan belajar subjek, terutama dalam aktivitas yang memerlukan koordinasi mata dan tangan seperti menulis dan menggambar. Skor tinggi pada kategori 3 dan 7 mengindikasikan bahwa beberapa area visual-motorik masih perlu dikembangkan, sedangkan skor nol pada kategori lain menunjukkan kematangan yang baik di sebagian besar aspek. Berdasarkan Emotional Indicator, subjek menunjukkan skor 1 pada indikator Increasing Size, Large Size, dan Expansion, yang mencerminkan rendahnya toleransi terhadap frustrasi serta kecenderungan impulsif dan acting out. Namun, skor nol pada sebagian besar indikator lain menunjukkan bahwa subjek telah mampu mengelola emosi dengan stabil dan tidak memiliki masalah emosional signifikan. Secara umum, hasil tes menunjukkan kesiapan akademik dan kontrol visual-motorik yang baik. Meskipun demikian, aspek pengendalian impuls dan toleransi frustrasi masih memerlukan perhatian untuk mendukung perkembangan emosional yang lebih seimbang.

d. Tes Informal Checklist Perkembangan Usia 5-6 Tahun

Berdasarkan hasil asesmen menggunakan checklist indikator perkembangan anak usia 5-6 tahun dari Depdiknas (2007), diperoleh gambaran bahwa perkembangan motorik subjek menunjukkan kemajuan yang cukup baik namun belum merata di semua aspek. Pada area motorik kasar, subjek mampu melakukan sebagian besar gerakan dasar seperti meliukkan tubuh, melompat, berlari, dan bergelantung, namun masih kesulitan dalam menjaga keseimbangan saat berjalan di garis lurus, berdiri dengan satu kaki, atau meloncat dari ketinggian. Pola jalan jinjit masih tampak dominan sehingga memengaruhi kestabilan tubuh dan koordinasi gerak. Pada aspek motorik halus, kemampuan

koordinasi mata-tangan sudah berkembang dengan baik, seperti dalam aktivitas menggunting, melipat, meronce, dan menyusun balok, meskipun masih ada kendala dalam membuat bentuk geometris dan menjahit sederhana. Subjek juga menunjukkan kemampuan fisik yang cukup aktif serta mampu mengurus dirinya sendiri dengan baik tanpa bantuan orang lain. Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan bahwa subjek memiliki potensi motorik yang baik namun memerlukan latihan tambahan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh, kelenturan otot, dan koordinasi gerak dalam aktivitas motorik kasar.

Subjek menunjukkan kesulitan fokus dan kebiasaan berjalan jinjit yang muncul konsisten dalam berbagai situasi, terutama saat mengalami tekanan emosional seperti cemas atau ditegur guru. Perilaku ini berfungsi sebagai mekanisme penenang diri yang memberi rasa aman, meskipun belum mengalami perubahan berarti meski sudah mendapat teguran. Di sisi lain, subjek menunjukkan kemandirian yang baik dan kemampuan akademik sesuai usia, menandakan potensi kognitif yang memadai. Namun, ia masih kesulitan mengelola frustrasi, cenderung impulsif, dan kurang memahami batas sosial, sehingga sering menampilkan perilaku spontan yang tidak sesuai konteks. Hambatan utama terletak pada koordinasi tubuh dan keseimbangan yang kurang optimal akibat kebiasaan jinjit yang telah terbentuk sejak dini. Ketimpangan ini juga berkaitan dengan aspek emosional dan pengalaman masa awal perkembangan, seperti speech delay dan peristiwa jatuh di usia dini. Dengan intervensi terstruktur serta dukungan dari keluarga dan sekolah, subjek berpotensi mengalami peningkatan signifikan dalam kontrol motorik, regulasi emosi, dan penyesuaian sosialnya.

Intervensi

Intervensi dirancang untuk mengurangi perilaku berjalan jinjit yang masih sering ditunjukkan oleh subjek berusia tujuh tahun serta meningkatkan kemampuan motorik kasarnya, khususnya pada aspek keseimbangan, koordinasi tubuh, dan respons sensori-motorik. Tujuan utama program ini adalah membantu anak menampilkan pola berjalan yang sesuai tahap perkembangan melalui latihan fisik berbasis permainan yang menyenangkan. Intervensi mengintegrasikan prinsip sensory integration, yaitu pemberian stimulasi terstruktur pada sistem vestibular, proprioseptif, dan visual agar tubuh mampu memproses informasi sensori secara lebih optimal.

Metode yang digunakan mencakup berbagai aktivitas motorik kasar yang dirancang untuk menstimulasi ketiga sistem sensori tersebut, seperti berjalan di atas papan titian, berjalan di garis lurus, melompat dengan berbagai variasi, menyeimbangkan tubuh di atas bola besar (gym ball), serta permainan koordinatif seperti lempar tangkap bola dan permainan ritmik yang terbukti efektif dalam meningkatkan keseimbangan dan koordinasi menurut penelitian sebelumnya (Firman, 2020). Latihan dilakukan selama tujuh sesi berdurasi 45–60 menit dengan pendekatan individual, dibimbing fasilitator, serta melibatkan dukungan orang tua. Intervensi disusun secara bertahap—mulai dari aktivitas dengan tuntutan

stabilitas rendah hingga tuntutan keseimbangan yang lebih tinggi – agar anak dapat beradaptasi dengan pola gerak baru secara alami dan nyaman.

Pelaksanaan intervensi dilakukan selama enam sesi antara 14–22 Oktober 2024 dengan pendekatan sensory-motor training di lingkungan rumah dan sekolah. Hasil intervensi menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek keseimbangan dan koordinasi tubuh, ditandai dengan berkurangnya frekuensi jalan jinjit dan meningkatnya kontrol postur saat aktivitas fisik. Anak mulai mampu menapak penuh saat berjalan di papan titian, menunjukkan kemampuan melompat dengan lebih seimbang, serta memperlihatkan koordinasi visual-motorik yang lebih baik saat bermain lempar tangkap bola. Selain itu, kemampuan menjaga postur duduk dan mempertahankan keseimbangan di atas bola besar meningkat, mengindikasikan penguatan otot inti serta meningkatnya respons proprioseptif. Secara keseluruhan, intervensi berbasis integrasi sensori dan motorik kasar ini terbukti efektif dalam menurunkan kebiasaan berjalan jinjit serta meningkatkan stabilitas fisik anak. Meski demikian, latihan lanjutan tetap diperlukan agar perubahan perilaku dapat bertahan dalam jangka panjang serta mendukung perkembangan motorik kasar secara lebih menyeluruh.

Evaluasi

Program intervensi berbasis latihan sensori-motorik dan prinsip sensori integrasi berhasil dilaksanakan sesuai rancangan, mencakup metode, lokasi, jumlah sesi, serta durasi yang telah direncanakan. Tujuan utama untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar – khususnya keseimbangan, koordinasi tubuh, serta kemampuan mengintegrasikan input sensorik – sebagian besar tercapai. Selama tujuh sesi, subjek menunjukkan kemajuan signifikan pada kemampuan mengoordinasikan gerak tubuh berdasarkan rangsangan visual, vestibular, dan proprioseptif. Anak tampak semakin stabil saat melakukan aktivitas seperti berjalan di papan titian, menapak penuh di garis lurus, melompat, menyeimbangkan tubuh di bola besar, serta bermain lempar tangkap bola. Peningkatan ini mencerminkan membaiknya proses integrasi sensorik, khususnya kemampuan tubuh untuk menafsirkan dan merespons informasi keseimbangan serta posisi tubuh secara lebih adaptif.

Meskipun demikian, perilaku jinjit masih sesekali muncul ketika anak mengalami ketegangan emosional atau berada dalam situasi yang menuntut kontrol diri lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pola berjalan jinjit bukan hanya dipengaruhi oleh faktor motorik, tetapi juga berkaitan dengan sistem sensorik-emosional yang belum sepenuhnya stabil. Dengan demikian, intervensi motorik kasar dan integrasi sensori perlu dilengkapi dengan strategi regulasi emosi agar perubahan perilaku dapat bertahan konsisten dalam semua situasi. Faktor pendukung keberhasilan meliputi kesiapan kognitif dan visual-motorik yang baik, meningkatnya kemampuan memproses rangsangan vestibular, dukungan lingkungan sekolah, serta pendekatan bermain yang menyenangkan. Sementara itu, hambatan utama berasal dari durasi program yang relatif singkat serta kurangnya integrasi latihan sensori-emosional yang lebih komprehensif.

Tindak lanjut tiga bulan setelah intervensi menunjukkan hasil yang positif dan berkelanjutan. Guru BK melaporkan bahwa perilaku jalan jinjit sudah tidak tampak lagi dalam aktivitas sehari-hari di sekolah, dan anak memperlihatkan peningkatan stabil dalam kemampuan menyeimbangkan tubuh serta merespons input sensorik secara lebih adaptif. Perbaikan ini turut diperkuat oleh keberlanjutan program latihan sensori integrasi yang diterapkan sekolah, seperti permainan keseimbangan, aktivitas motorik kasar, serta stimulasi vestibular sederhana dalam rutinitas harian. Integrasi berkelanjutan ini berperan penting dalam mempertahankan efek intervensi awal. Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kolaborasi antara tenaga profesional, sekolah, dan keluarga merupakan kunci dalam mendukung konsistensi perkembangan sensori-motorik anak. Dengan dukungan yang berkesinambungan, peningkatan kemampuan motorik kasar, integrasi sensori, serta regulasi emosi anak dapat terpelihara secara optimal dalam jangka panjang.

Pembahasan

Perilaku berjalan jinjit yang ditunjukkan oleh subjek berusia tujuh tahun dapat dipahami sebagai hasil interaksi kompleks antara faktor motorik, emosional, dan pembiasaan perilaku. Berdasarkan hasil asesmen, tidak ditemukan kelainan neurologis maupun struktural yang menyebabkan pola jalan tersebut, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyebabnya lebih bersifat psikologis dan fungsional.

Temuan ini sejalan dengan teori classical conditioning Pavlov (1927), di mana perilaku yang memberikan rasa nyaman atau stabilitas pada masa awal perkembangan dapat terbentuk menjadi respons otomatis. Dalam konteks ini, kebiasaan jinjit muncul ketika anak sedang belajar berjalan dan merasa lebih seimbang dengan posisi ujung kaki, sehingga perilaku tersebut bertahan sebagai pola gerak yang memberikan rasa aman. Pola ini diperkuat oleh reinforcement, karena setiap kali jinjit membuat anak merasa nyaman, perilaku tersebut semakin terkondisi.

Observasi juga menunjukkan bahwa perilaku ini sering muncul saat anak mengalami ketegangan emosional atau tekanan sosial di sekolah, menandakan bahwa jalan jinjit tidak hanya berkaitan dengan koordinasi motorik, tetapi juga berfungsi sebagai strategi regulasi diri yang bersifat otomatis. Dari sudut pandang psikodinamik, perilaku jalan jinjit dapat dimaknai sebagai mekanisme pertahanan ego berupa regresi terhadap fase perkembangan awal.

Subjek memiliki riwayat speech delay yang membuatnya kesulitan mengekspresikan kebutuhan emosional secara verbal, sehingga ketegangan tersebut disalurkan melalui perilaku fisik. Menurut teori Freud (1933), perilaku regresif sering muncul sebagai bentuk pelarian dari ketegangan internal dan kebutuhan akan rasa aman. Dalam kasus ini, jalan jinjit berfungsi sebagai simbol perlindungan diri saat anak merasa cemas, ditegur guru, atau dihadapkan pada tuntutan sosial yang menekan. Hasil observasi guru menunjukkan bahwa perilaku tersebut muncul ketika anak tidak nyaman secara emosional, sehingga memperkuat dugaan bahwa jinjit menjadi bentuk self-soothing behavior.

Kurangnya dukungan lingkungan yang memahami makna psikologis perilaku ini juga menyebabkan pola tersebut semakin menetap. Oleh karena itu, intervensi yang hanya berfokus pada latihan fisik tanpa menyentuh faktor emosional belum cukup untuk mengubah perilaku secara menyeluruh.

Di samping itu, perilaku jinjit pada subjek berkaitan erat dengan aspek sensory integration, yaitu kemampuan sistem saraf untuk mengolah informasi dari indera tubuh seperti proprioseptif, vestibular, dan taktil menjadi respons motorik yang terarah dan adaptif. Menurut teori Sensory Integration yang dikembangkan oleh A. Jean Ayres (1972, 1979), anak dapat menunjukkan pola gerak yang tidak sesuai tahapan usia apabila otak tidak mampu mengintegrasikan informasi sensorik secara efisien. Dalam konteks ini, kebiasaan jinjit subjek mengindikasikan adanya kecenderungan untuk mencari tambahan sensasi proprioseptif melalui ujung kaki atau menghindari stimulasi tertentu pada telapak kaki. Ketidakefektifan pemrosesan sensorik tersebut menyebabkan tubuh memilih pola jalan yang memberikan rasa stabil dan dapat diprediksi, meskipun tidak sesuai dengan fase perkembangan motorik yang seharusnya. Temuan asesmen yang menunjukkan kesenjangan antara kemampuan visual-motorik dan motorik kasar semakin memperkuat dugaan adanya hambatan dalam integrasi sensorik. Dengan demikian, perilaku jinjit tidak hanya merupakan kebiasaan atau respons emosional, tetapi juga bentuk kompensasi tubuh terhadap kebutuhan sensori yang belum terpenuhi sesuai teori integrasi sensori Ayres.

Dalam teori psikososial Erikson (1963) dan perkembangan kognitif Piaget (1952), perilaku jinjit juga mencerminkan ketidakseimbangan antara perkembangan fisik dan psikologis anak. Pada tahap *industry versus inferiority*, hambatan motorik seperti jalan jinjit dapat memengaruhi rasa kompetensi anak, terutama ketika ia menyadari perbedaan geraknya dibandingkan teman sebaya. Sementara itu, pada tahap operasional konkret, anak seharusnya mampu mengoordinasikan gerakan secara logis dan adaptif, namun subjek memperlihatkan integrasi sensorik yang belum matang sehingga koordinasi motorik kasarnya terpengaruh. Hasil tes Bender Gestalt mendukung hal ini, di mana kemampuan visual-motorik tergolong baik tetapi belum sejalan dengan koordinasi motorik kasar. Intervensi berbasis latihan sensori-motor yang diberikan terbukti membantu anak meningkatkan keseimbangan dan koordinasi tubuh, sekaligus mengurangi frekuensi jalan jinjit secara signifikan. Keberhasilan intervensi semakin optimal ketika disertai pendampingan emosional dan dukungan lingkungan yang konsisten. Oleh karena itu, kombinasi antara latihan fisik terstruktur, stimulasi sensori integrasi, penguatan regulasi emosi, serta dukungan sosial merupakan strategi yang efektif untuk mengoreksi perilaku jalan jinjit pada anak usia sekolah dasar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa latihan motorik kasar berbasis sensori-motorik efektif dalam mengurangi perilaku berjalan jinjit serta meningkatkan kemampuan keseimbangan, koordinasi tubuh, dan integrasi

sensori pada anak usia sekolah dasar. Intervensi yang diberikan terbukti membantu anak memproses informasi sensorik (vestibular, proprioseptif, dan taktil) secara lebih optimal, sehingga tubuh mampu menghasilkan pola gerak yang lebih adaptif, termasuk kemampuan menapak penuh saat berjalan. Oleh karena itu, orang tua disarankan untuk melanjutkan stimulasi sensori integrasi di rumah melalui aktivitas yang menyertakan gerakan motorik kasar, seperti berjalan di papan titian, melompat, bermain bola, atau aktivitas fisik yang melibatkan keseimbangan. Penguatan positif perlu diberikan setiap kali anak menunjukkan pola berjalan normal agar terbentuk pembiasaan baru yang konsisten.

Guru diharapkan mendukung proses ini dengan memberikan arahan yang jelas, konsisten, serta menggunakan pujian verbal untuk memperkuat respons motorik yang tepat di kelas. Sekolah juga disarankan mengintegrasikan kegiatan yang merangsang sistem sensori dan motorik dalam rutinitas harian, serta membangun kolaborasi dengan tenaga profesional untuk pemantauan perkembangan anak secara berkelanjutan. Selain itu, dukungan emosional dari lingkungan sekitar sangat penting agar anak merasa aman, termotivasi, dan tidak mengalami tekanan yang dapat memicu kembali perilaku jinjit sebagai mekanisme regulasi diri. Peneliti atau praktikan selanjutnya diharapkan memperpanjang durasi intervensi serta menambahkan pendekatan yang mencakup aspek regulasi emosi guna menghasilkan perubahan yang lebih menyeluruh dan stabil. Dengan kolaborasi antara orang tua, guru, sekolah, dan praktikan, diharapkan perkembangan motorik kasar, integrasi sensori, dan keseimbangan emosional anak dapat berkembang secara optimal. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penelitian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada responden yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Terakhir, penulis menyampaikan apresiasi kepada Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum atas kesempatan untuk mempublikasikan hasil penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Ayres, A. J. (1972). *Sensory Integration and Learning Disorders*. Los Angeles, CA: Western Psychological Services.
- Djunda, D., & Adipura, B. (2020). *Permainan edukatif untuk anak usia dini*. Bandung: Pustaka Belajar.
- Firman, A., Mangkubumi, S., & Wulandari, L. (2021). *Latihan keseimbangan tubuh untuk anak sekolah dasar*. Jakarta: Prenada Media.
- Kurniati, E., & Sopiha. (2021). *Pengembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui permainan*. Surabaya: Unesa Press.
- Putra, A. E., Roza, Y., & Fitriani, E. (2021). Pengembangan keterampilan koordinasi motorik melalui permainan lompat tali. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 89-97.
- Roza, Y., Putra, A. E., & Fitriani, E. (2020). Permainan lompat tali untuk melatih motorik anak usia dini. *Jurnal PAUD Kreatif*, 6(1), 55-63.

- Sakdiyah, L., Wibowo, H., & Suryani, D. (2022). Aktivitas bola besar untuk melatih keseimbangan anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(3), 123-130.
- Sugden, D. A., & Chambers, M. E. (2005). *Children with developmental coordination disorder*. London: Whurr Publishers.
- Coplan, R. J., Rubin, K. H., Fox, N. A., Calkins, S. D., & Stewart, S. L. (2004). Being alone, playing alone, and acting alone: Distinguishing among reticence and social withdrawal in early childhood. *Child Development*, 75(2), 606-620. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00696.x>
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Norton.
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex*. London: Oxford University Press.
- Piaget, J. (1977). *The development of thought: Equilibration of cognitive structures*. New York: Viking Press.
- Ulrich, D. A. (2000). *Test of gross motor development-Second edition (TGMD- 2)*. Austin, TX: PRO-ED.