

PERKEMBANGAN FISIK DAN MOTORIK ANAK

(Child Physical and Motoric Development)



Ardhana Reswari | Selfi Lailiyatul Iftitah
Anik Lestaringrum | Ratna Pangastuti

**PERKEMBANGAN
FISIK DAN MOTORIK ANAK**
(Child Physical and Motoric Development)

UU No. 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan Sifat Hak Cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan fonogram yang telah dilakukan pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

**PERKEMBANGAN
FISIK DAN MOTORIK ANAK**
(Child Physical and Motoric Development)

Penulis:
Ardhana Reswari, M.Pd
Dr. Anik Lestaringrum, S.Pd., M.Pd
Selfi Lailiyatul Iftitah, M.Pd.
Ratna Pangastuti, M.Pd.I



PENERBIT CV. AZKA PUSTAKA

Judul Buku:

**PERKEMBANGAN
FISIK DAN MOTORIK ANAK**
(Child Physical and Motoric Development)

Penulis:

Ardhana Reswari, M.Pd
Dr. Anik Lestaringrum, S.Pd., M.Pd
Selfi Lailiyatul Iftitah, M.Pd.
Ratna Pangastuti, M.Pd.I

Editor:

Syofrianisda, S.Th.I., MA

ISBN:

978-623-5364-97-1

Design Cover

Zainur Rijal

Layout:

Moh Suardi

Ukuran Buku : 14.8 x 21

PENERBIT. CV. AZKA PUSTAKA

Jl. Jendral Sudirman Nagari Lingkuang Aua Kec. Pasaman,
Kab. Pasaman Barat, Sumatera Barat 26566

Email : penerbitazkapustaka@gmail.com

Website: www.penerbitazkapustaka.co.id

Tlp: 07537461079

HP/Wa: 081372363617/083182501876

Cetakan Pertama: Oktober 2022

ANGGOTA IKAPI : 031/SBA/21

Hak Cipta dilindungi oleh Undang-Undang.
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam
bentuk apapun tanpa izin penerbit

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas segala berkah, rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat memperoleh kesempatan serta kesehatan untuk dapat menyelesaikan buku ini yang berjudul “PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK”, semoga dapat dibaca dan ditelaah oleh para pembaca.

Sebagai manusia sederhana yang penuh kekurangan, sebab kesalahan adalah milik hamba dan yang benar datang dari ALLAH dan hanya milik-Nya maka penulis menyadari bahwa tulisan yang tersaji dalam buku ini, masih jauh dari kesempurnaan, karena tak ada laut yang tak bergelombang, tak ada gading yang tak retak dan tak ada manusia yang tak luput dari kesalahan, oleh karena itu, saran dan kritik sangat penulis harapkan demi penyempurnaan penulisan ini, semoga kedepan bisa menjadi lebih baik lagi, serta bimbingan dan masukan yang diberikan dari berbagai pihak menjadi amal pahala dari ALLAH SWT. Aamiin!

Semoga buku ini bermanfaat.

Pasaman Barat, Oktober 2022

Editor

DAFTAR ISI

BAB I

KONSEP DASAR PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Ardhana Reswari, M.Pd----- 1

BAB: II

TEORI PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK

Dr. Anik Lestaringrum, S.Pd., M.Pd----- 33

BAB: III

METODE PEMBELAJARAN YANG MENDUKUNG PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Selfi Lailiyatul Iftitah, M.Pd.----- 59

BAB: IV

KESULITAN ANAK DALAM PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Ratna Pangastuti, M.Pd.I-----84

BAB I

KONSEP DASAR PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Ardhana Reswari

IAIN Madura

ardhana.reswari@iainmadura.ac.id

A. Hakikat Perkembangan Fisik Motorik

Masa usia dini ialah masa *golden period* yang dapat diamati dengan perubahan secara signifikan dan cepat dalam aspek perkembangan fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, nilai agama moral, seni, *self concept*, disiplin dan mandiri. Masa ini begitu *urgent* dan sangat penting dalam menstimulasi aspek- aspek perkembangan anak tersebut agar dapat tumbuh dan kembang secara seimbang dan optimal. Berdasarkan hal tersebut, agar anak usia dini mampu untuk melewati masa- masa tersebut dengan baik, maka diperlukan upaya dalam dalam hal pendidikan dan stimulasi yang tepat dan sesuai dengan karakteristik dan usia anak sejak dini. Aspek perkembangan pada anak ini dimulai sejak dalam kandungan. Salah satu aspek perkembangan pada anak usia dini yang penting dikembangkan ialah perkembangan fisik motorik.

Perkembangan fisik motorik ialah dua bagian yang tidak bisa terpisahkan dan saling berkaitan satu sama lain. Kemampuan motorik pada manusia sangat ditentukan oleh pertumbuhan dan perkembangan fisiknya. Artinya, semakin baik dan terarah kemampuan fisik manusia, maka akan berbanding lurus dengan semakin baik juga

perkembangan untuk menguasai berbagai bentuk keterampilan motorik.

Pertumbuhan dan perkembangan fisik mengikuti prinsip *sefalokaudal* dan *proximodistal*.¹ Menurut prinsip *sefalokaudal*, pertumbuhan terjadi dari atas ke bawah, dikarenakan otak tumbuh dengan cepat sebelum lahir, kepala bayi yang baru lahir ialah disproporsi besar. Sedangkan prinsip *proximodistal* mengungkapkan bahwa pertumbuhan dan perkembangan motorik dari pusat tubuh ke luar. Anggota badan tumbuh dengan pesat dibandingkan tangan dan kaki pada anak usia dini. Senada dengan hal tersebut, Hurlock (1978: 151) mengemukakan bahwa perkembangan motorik ialah perkembangan pada proses mengendalikan pada gerakan- gerakan jasmani melalui kegiatan pusat saraf dan otot- otot yang terkoordinasi.² Sebelum perkembangan terjadi anak usia dini tidak berdaya. Namun pada usia 4-5 tahun pertamanya, perkembangannya akan semakin pesat. Anak mampu menguasai gerakan- gerakan kasar yang melibatkan anggota badan, misal berjalan, melompat, berlari, berjinjit dan meloncat.

Selanjutnya, pada usia anak memasuki umur 5 tahun terjadi perkembangan dengan laju yang sangat pesat dalam pengendalian koordinasi yang lebih baik dengan melibatkan bagian otot yang lebih kecil diperlukan dalam hal mengenggam, melempar, menangkap bola, dan menulis. Perkembangan fisik motorik pada anak usia dini mampu ditandai dengan mengobservasi pada pertumbuhan fisiknya yang meliputi, peningkatan berat badan, tinggi badan,

¹ Papalia, D. E. *Menyelami Perkembangan Manusia*. (Jakarta: Salemba Humanika, 2014), hlm. 125.

² Elizabeth B. Hurlock. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 151.

lingkar kepala dan tonus otot. Kurang berkembangnya secara optimal pada pertumbuhan fisiknya dapat menjadi tanda bahwa ada hal yang terjadi dalam diri anak tersebut. Tubuh, tangan, kaki anak akan tumbuh semakin panjang, pada usia memasuki 3 tahun. Kepala masih relatif besar, tubuh bagian lainnya berkembang seiring dengan semakin samanya bagian anggota tubuh anak dengan anggota tubuh orang dewasa.³

B. Definisi Pertumbuhan Dan Perkembangan

1. Pertumbuhan

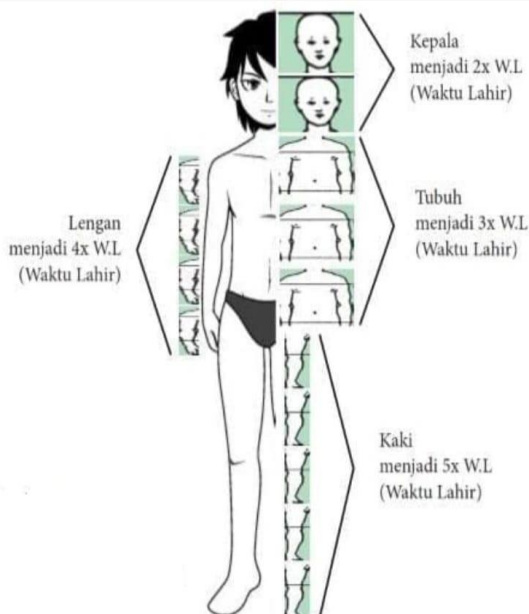
Pertumbuhan ialah proses yang terjadi pada diri seseorang yang sifatnya kuantitatif dengan kata lain peningkatannya mampu diobservasi dalam hal ukuran. Misal, peningkatan pada hal ukuran tinggi atau ukuran dalam hal berat badan. Hal tersebut juga senada dengan Rohendi & Seba (2017:2) yang mengemukakan bahwa pertumbuhan berkaitan dengan perubahan kuantitatif yaitu peningkatan ukuran dan struktur.⁴

Pertumbuhan (*growth*) berkaitan dalam hal besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ atau individu, yang dapat diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilogram), ukuran panjang (centimeter, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolik. Helmawati (2015:10) mengemukakan bahwa pertumbuhan ialah perubahan kuantitatif pada material sesuatu sebagai akibat dari pengaruh lingkungan (*environment*).

³ Morrison, G.S. *Dasar- Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Jakarta:Indeks, 2012), hlm. 221.

⁴ Aep Rohendi & Laurens Seba. *Perkembangan Motorik*. (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 2.

Pertumbuhan tinggi badan dihasilkan dari semakin memanjangnya tulang yang membentuk tinggi badan. Tulang- tulang kaki, ruas- ruas tulang belakang dan leher, serta tulang tengkorak juga menjadi semakin panjang. Berikut ini disajikan gambar 1.1 perubahan proporsi tubuh manusia dari lahir sampai dewasa.



Gambar 1.1 Perubahan Proporsi Tubuh Manusia

Sumber: Corbin (1980:12) *Textbook of Motor Development*

Berdasarkan pendapat dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan ialah mengacu pada perubahan secara kuantitatif dan mengarah pada perubahan fisik secara pasti, akurat, yakni dari kecil menjadi besar dan yang paling penting terdapatnya proses pematangan fisik yang ditandai dengan semakin

kompleksnya sistem jaringan otot, syaraf, maupun fungsi organ tubuh.

2. Perkembangan

Perkembangan ialah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ- organ tubuh ke arah keadaan yang makin terorganisasi. Perkembangan ialah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan mampu untuk diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan.

Perkembangan berkaitan dengan perubahan secara kualitatif dan kuantitatif. Perkembangan ialah perubahan yang progresif dan berkesinambungan dalam diri individu dari mulai lahir sampai mati.⁵ Senada dengan hal tersebut, Ahmadi & Sholeh (2005:1) juga mengemukakan bahwa perkembangan ialah suatu proses yang menuju ke depan dan tidak dapat diulang kembali. Pada perkembangan manusia, terjadi perubahan- perubahan yang bersifat tetap dan tidak dapat terulang kembali.⁶

Menurut Islam, arti perkembangan juga terkandung dalam surah Al- Mu'minun:12-14 sebagai berikut:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ۖ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ
نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ۖ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا

⁵ Syamsu Yusuf LN. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. (Bandung: Rosda, 2000), hlm.3.

⁶ Abu Ahmadi & Munawar Sholeh. *Psikologi Perkembangan*. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hlm. 1

الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ
لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

Artinya: “Dan sungguh, Kami telah menciptakan manusia dari saripati tanah (12). Kemudian Kami menjadikannya air mani (yang tersimpan) dalam tempat yang kukuh (rahim) (13). Kemudian, air mani itu Kami jadikan sesuatu yang melekat, lalu dari yang melekat itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang-belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian, Kami menjadikannya makhluk yang berbentuk lain. Maha Suci Allah, Pencipta yang paling baik.” (Surah Al-Mu’minun Ayat 12 -14).

Berdasarkan ayat di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan ialah masa yang progresif dan berkesinambungan dalam diri individu dimulai dari sejak lahir sampai individu tersebut dewasa dan perkembangan tersebut sebagai akibat dari perubahan kematangan serta kesiapan fisik yang mempunyai potensi untuk melakukan suatu kegiatan.

C. Prinsip- Prinsip Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik ialah perkembangan dalam mengendalikan gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi.⁷ Pengendalian berasal dari perkembangan refleksi dan aktivitas massa pada waktu lahir.

⁷ Elizabeth B. Hurlock. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 158

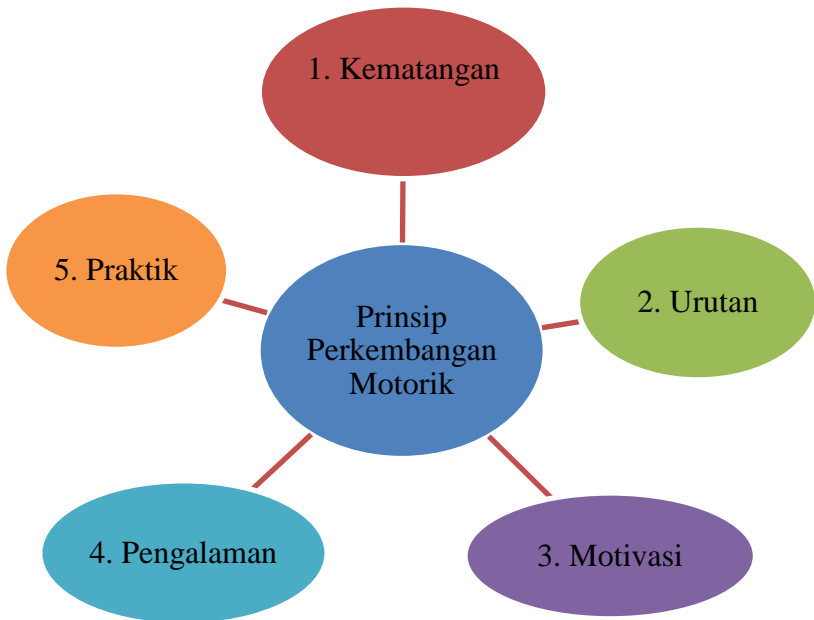
Perkembangan pada tubuh individu akan terus berlanjut dari hari ke hari sesuai dengan perkembangan usianya, semakin tubuh individu tersebut berkembang, maka semakin berkembang pula lah motorik yang ada pada individu tersebut. Khadijah & Amelia (2020:6) mengemukakan bahwa terdapat beberapa prinsip- prinsip perkembangan, sebagai berikut:⁸

1. Perkembangan ialah proses yang tidak pernah berhenti secara terus menerus dan berkesinambungan yang dipengaruhi oleh pengalaman.
2. Semua aspek perkembangan saling mempengaruhi satu sama lain, baik fisik, emosi, kecerdasan maupun sosial emosional.
3. Perkembangan mengikuti pola atau arah tertentu dan terjadi secara teratur, sehingga hasil dari perkembangan dari tahap sebelumnya merupakan prasyarat bagi perkembangan selanjutnya.
4. Perkembangan fisik dan mencapai kematangannya pada waktu tempo yang berbeda (ada yang cepat dan ada yang lambat).
5. Setiap fase perkembangan mempunyai ciri yang unik, misal: anak usia 2 tahun, akan memusatkan pikirannya dalam mengenal lingkungan di sekitarnya. Sedangkan anak usia 3 sampai 6 tahun, perkembangan diorientasikan untuk menjadi manusia sosial (berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain).
6. Setiap individu yang normal akan mengalami fase perkembangan.

Berdasarkan prinsip perkembangan yang telah dipaparkan diatas, ada beberapa prinsip- prinsip

⁸ Khadijah & Nurul Amelia. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini: Teori & Praktik*. (Jakarta: Kencana, 2020), hlm. 6.

penting dalam perkembangan motorik yang dapat disajikan dalam bagan 1.2 dibawah ini.



Bagan 1.2 Prinsip Perkembangan Motorik

1. Anak yang memiliki kematangan syaraf yang baik, akan menghasilkan sebuah gerakan- gerakan yang baik pula
2. Pada perkembangan motorik, komponen urutan gerakan menjadi poin penting untuk diperhatikan. Contoh, anak melakukan aktivitas dengan gerakan yang masih belum terarah dengan baik hingga

gerakan- gerakan yang kompleks yang mampu dikuasai oleh anak.

3. Peran motivasi begitu besar dalam mengembangkan perkembangan motorik anak usia dini. Pemberian motivasi yang kuat dari dalam diri individu, orang tua maupun lingkungan di sekitar anak. Pengaruh motivasi mampu memberikan kepercayaan diri yang kuat anak lebih optimis dengan gerakan- gerakan yang dilakukan.
4. Pengalaman juga memberikan kontribusi besar dalam meningkatkan perkembangan motorik anak. Pemberian latihan- latihan yang terprogram akan menimbulkan rasa gembira dalam mengerjakan gerakan- gerakan tersebut.
5. Apapun gerakan- gerakan yang dilakukan oleh anak harus dipraktikkan secara langsung dan diobservasi oleh guru atau orang tua agar mampu mengarahkan dalam melakukan gerakan secara benar dan tepat.⁹

Senada dengan hal tersebut, Sukamti (2018:38) mengemukakan bahwa prinsip- prinsip perkembangan motorik salah satunya ialah Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf.¹⁰ Perkembangan bentuk kegiatan motorik yang berbeda sejalan dengan perkembangan daerah sistem syaraf yang berbeda, karena perkembangan pusat syaraf yang lebih rendah, yang bertempat dalam urat tulang syaraf belakang, yang pada waktu lahir berkembangnya lebih

⁹ Bambang Sujiono. *Metode Pengembangan Fisik*. (Jakarta: Universitas Terbuka, 2005), hlm. 56.

¹⁰ Endang Rini Sukamti. *Perkembangan Motorik*. (Yogyakarta: UNY Press, 2018), hlm. 38.

baik daripada pusat syaraf yang lebih tinggi yang letaknya ada di dalam otak. Oleh karena itu, gerak refleks pada waktu lahir lebih baik dikembangkan dengan terprogram daripada dibiarkan berkembang sendiri. Tahapan perkembangan gerak refleks yang terjadi pada usia balita, antara lain:

a. Gerak Refleks Telapak Tangan (*Palmar Grasp Reflex*)

Gerak refleks telapak tangan ialah salah satu yang paling awal muncul pada diri bayi dan termasuk salah satu refleks bayi yang paling dikenal. Gerak dasar ini ialah respon terhadap stimulasi yang paling halus pada telapak tangan bayi. Misalnya, apabila telapak tangan diberikan rangsangan atau stimulasi, secara otomatis keempat jari tangan akan menutup, walaupun ibu jari tidak memberikan respons terhadap rangsangan ini.

b. Gerak Refleks Menghisap (*Sucking Reflex*)

Sentuhan susu ibu pada bibir bayi akan membuat bayi secara langsung untuk melakukan gerakan menghisap. Sebenarnya, rangsangan ini menimbulkan dua respons yang berkaitan dengan gerakan menghisap ini, yakni 1) terbentuk tekanan negatif di dalam oral, sehingga muncul gerakan menghisap, 2) lidah akan menimbulkan tekanan positif, lidah akan menekan ke arah atas dan sedikit ke arah ke depan dengan setiap aksi menghisap. Artinya, setelah diberikan stimulasi atau rangsangan yang sesuai akan otomatis terjadi serangkaian gerakan menghisap. Hal ini terjadi karena adanya tekanan positif dan negatif secara bersamaan.

c. Gerak Refleks Pencarian (*Search Reflex*)

Gerakan refleks pencarian menolong bayi untuk memperoleh sumber makanan dan selanjutnya refleks menghisap sehingga bayi mampu mencerna makanan. Refleks ini muncul karena terjadinya sentuhan lembut pada area mulut atau bibir bayi.

d. Gerak Refleks Moro (*Moro Reflex*)

Gerak ini berfungsi untuk mendiagnosis kematangan pada neurologis bayi. Gerakan ini sering terjadi pada saat lahir dan berakhir pada saat bayi usia 4-6 bulan. Stimulasi yang mampu dilakukan untuk melakukan gerak refleks moro ini ialah dengan cara bayi ditelentangkan di atas kasur. Stimulasi ini akan membuat bayi pada lengan, jari-jari dan kakinya meregang.

e. Gerak Refleks Tidak Simetrik Leher (*Asymmetrical Tonic Neck Reflex*)

Pada umumnya, gerak refleks tidak simetrik leher dapat dijumpai pada bayi yang lahir secara prematur. Gerakan ini dapat muncul ketika bayi diletakkan secara telungkup. Gerakan refleks ini bertahan hingga bayi usia 2-3 bulan dan selanjutnya menghilang. Jika kepala bayi ditolehkan ke salah satu sisi, maka anggota tubuh yang searah dengan arah tolehan tersebut akan membuka, sedangkan anggota tubuh pada arah berlawanan akan menutup.

f. Gerak Refleks Simetrik Leher (*Symmetrical Tonic Nect Reflex*)

Gerakan refleks simetrik leher ialah respons yang sama dengan anggota tubuhnya. Respons ini dapat dilakukan dengan menempatkan bayi dalam posisi duduk yang ditumpu dengan dipegang oleh orang dewasa. Jika bayi

dimiringkan cukup jauh ke arah belakang, maka leher bayi akan memanjang. Sesuai dengan refleks membuka tangan dan menutup kaki. Namun, apabila dimiringkan ke depan akan menimbulkan refleks yang sebaliknya.

g. Gerak Refleks Telapak Kaki (*Plantar Grasp Reflex*)

Gerakan refleks telapak kaki, dapat dijumpai mulai dari sejak lahir sampai tahun pertama usia bayi tersebut. Refleks ini dapat diberikan stimulasi dengan sedikit tekanan pada bagian ujung jari, tumit kaki, yang membuat seluruh jari akan menutup. Refleks menutup ini merupakan bentuk usaha untuk memperoleh stimulasi. Refleks ini harus lebih dahulu dilalui sebelum anak dapat berdiri dengan tegak dan berdiri sendiri serta berjalan.

h. Gerak Refleks Kedua Telapak Tangan (*Palmar Mandibular Reflex*)

Gerak refleks kedua telapak tangan dapat terjadi ketika diberikan tekanan secara bersamaan terhadap telapak kaki dari masing-masing telapak tangan. Pada akhirnya akan memunculkan gerakan refleks pada mulut terbuka, mata tertutup dan leher menekuk. Refleks ini akan hilang ketika bayi usia 3 bulan.

i. Gerak Refleks Berjalan Kaki (*Stepping Reflex*)

Gerakan refleks berjalan kaki ialah gerakan yang paling penting dilakukan secara sadar, yakni berjalan kaki. Gerakan dapat dilakukan dengan mengangkat bayi pada posisi tegak dengan kaki menyentuh lantai. Tekanan

pada telapak kaki akan membuat kaki mengangkat dan menurunkan. Respon kaki ini muncul dengan bergantian.

j. Gerak Refleks Berenang (*Swimming Reflex*)

Gerak refleks berenang seperti pada orang berenang dengan gaya dada. Pada umumnya, gerakan ini dilakukan dengan secara tidak sadar. Gerakan ini dapat distimulasi dengan menempatkan bayi dipegang dalam posisi telungkup seperti di atas sebuah permukaan atas meja di atas air. Respons terhadap stimulasi ini ialah bayi akan menggerakkan tangan dan kaki seperti berenang yang terkoordinasi dengan sangat baik. Gerakan ini dapat dijumpai pada minggu ke 2 setelah lahir dan bertahan sampai usia bayi 5 bulan.

D. Ciri- Ciri Perkembangan Anak Usia Dini

Khadijah & Amelia (2020: 8) menjelaskan bahwa terdapat ciri- ciri perkembangan anak usia dini secara umum, antara lain:

1. Terjadinya perubahan dalam aspek fisik (perubahan tinggi dan berat badan serta organ- organ tubuh lainnya) dan aspek psikis (semakin bertambahnya kosa kata dan kematangan dalam hal kognitif, mengingat dan imajinasinya).
2. Perubahan pada proporsi aspek fisik (proporsi tubuh anak berubah sesuai dengan fase perkembangan dan pada usia remaja tubuh anak mendekati proporsi tubuh usia remaja) dan pada aspek psikis (perubahan imajinasi ke realistik dan perubahan perhatian dari

yang egosentris perlahan- lahan kepada kelompok teman sebaya).

3. Hilangnya tanda- tanda pada aspek fisik (hilangnya kelenjar *thymus* yang ada pada bagian dada, kelenjar *pineal* pada bagian bawah otak, rambut- rambut halus dan gigi susu). Sedangkan pada aspek psikis (hilangnya masa- masa mengoceh, merangkak, dan perilaku impulsive yaitu dorongan untuk bertindak sebelum berpikir).
4. Didapatkannya tanda- tanda baru pada aspek fisik yakni pergantian gigi dan ciri- ciri seks pada usia remaja baik primer (menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada lelaki) dan sekunder (perubahan pada anggota tubuh pinggul dan buah dada pada wanita sedangkan tumbuh kumis, jakun dan suara pada laki- laki). Tanda- tanda baru pada aspek psikis meliputi keingintahuan yang besar yang berkaitan dengan seks, ilmu pengetahuan, dan nilai agama moral.

Selain ciri- ciri perkembangan anak usia dini yang telah dipaparkan diatas, juga terdapat klasifikasi perkembangan usia mulai dari dalam kandungan hingga dewasa yang dapat disajikan dalam tabel 1.1 di bawah ini.

Tabel 1.1 Klasifikasi Perkembangan Berdasarkan

Usia

No.	Periode	Usia Rata- Rata
1.	Pranatal	Dimulai dari pembuahan sampai lahir
	a. Zygote	
	b. Embrio	a. Pembuahan- 1 minggu
	c. Fetal (Janin)	b. 2 minggu- 8 minggu
		c. 8 minggu- lahir

2.	Bayi a. Neonatal b. Bayi Awal c. Bayi Akhir	Lahir sampai usia 24 bulan a. Lahir- 1 bulan b. 1 bulan- 12 bulan c. 12 bulan- 24 bulan
3.	Kanak- Kanak a. Anak baru belajar berjalan b. Masa kanak-kanak awal c. Masa kanak-kanak akhir	Usia 2 tahun sampai 10 tahun a. 24 bulan- 36 bulan b. 3 tahun- 5 tahun c. 6 tahun- 10 tahun
4.	Remaja a. Remaja awal b. Remaja akhir	Usia 10 tahun sampai 20 tahun a. 10 tahun- 12 tahun (perempuan dan laki-laki) b. 12 tahun- 20 tahun (perempuan dan laki-laki)
5.	Dewasa Awal a. Memasuki masa dewasa b. Masa kematangan	Usia 20 tahun sampai 40 tahun a. 20 tahun- 30 tahun b. 30 tahun sampai 40 tahun
6.	Dewasa Pertengahan a. Masa transisi dalam hidup b. Setengah	Usia 40 tahun sampai 60 tahun a. 40 tahun – 45 tahun b. 45 tahun- 60 tahun

	baya	
7.	Lanjut Usia	Usia 60 tahun ke atas
	a. Awal memasuki lanjut usia	a. 60 tahun- 70 tahun
	b. Lanjut usia tahap menengah	b. 70 tahun- 80 tahun
	c. Lanjut usia tahap akhir	c. 80 tahun ke atas

Sumber: (Sukamti, 2018)

E. Hakikat Perkembangan Motorik Anak

1. Pengertian Perkembangan Motorik

Motorik ialah semua gerakan tubuh, meliputi gerak internal yang tidak terlihat (*motor*) yakni penangkapan stimulus oleh indera penyampaian stimulus oleh susunan syaraf sensorik ke otak, kemudian pemrosesan dan pembuatan keputusan oleh otak serta terakhir penyampaian keputusan oleh syaraf motorik ke otot, dan gerak eksternal (mampu dilihat yakni *movement*).¹¹ *Motor ability* ialah kegiatan dalam melakukan kemampuan suatu gerakan. Sedangkan motorik ialah awal terjadinya suatu gerakan yang dilakukan.¹² Hurlock (1978: 151) juga mengemukakan bahwa perkembangan motorik ialah perkembangan pada proses mengendalikan pada gerakan- gerakan

¹¹ Aep Rohendi & Laurens Seba. *Perkembangan Motorik*. (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 20.

¹² Fajar Sriwahyuniati. *Belajar Motorik*. (Yogyakarta: UNY Press, 2017), hlm. 36.

jasmani melalui kegiatan pusat saraf dan otot-otot yang terkoordinasi.¹³

Perkembangan gerak (*motor development*) ialah suatu proses yang sejalan dengan pertambahan usia secara bertahap dan berkesinambungan dalam gerakan individu yang semakin meningkat. Selama proses berlangsungnya perkembangan motorik, usia 4 tahun sampai 5 tahun pasca kelahiran, anak akan tetap mampu mengendalikan gerakan-gerakan yang kasar, misal berjalan, berlari, melompat, meloncat, dan berenang. Namun, setelah usia 5 tahun, terjadi perkembangan yang pesat dalam proses pengendalian gerakan yang lebih baik dan terarah dengan melibatkan otot-otot yang lebih kecil dipergunakan dalam hal menggenggam, melempar, menangkap bola dan menulis.

Senada dengan hal tersebut, Sukandiyanto (2005:58) menjelaskan bahwa keterampilan motorik merupakan suatu kemampuan individu yang mampu menghasilkan suatu gerakan-gerakan dasar sampai ke gerakan-gerakan yang lebih kompleks.¹⁴ Komponen keterampilan motorik, yakni otomatis, akurat dan cepat yang pada setiap gerakannya ialah serangkaian yang terkoordinasi dengan matang oleh ratusan otot-otot yang sangat kompleks dengan ciri mempunyai isyarat gerakan yang saling terkoneksi antar masing-masing gerakan. Keterampilan yang melibatkan motorik halus pun juga harus berkaitan dengan otot-otot kecil yang saling berkesinambungan.

¹³ Elizabeth B. Hurlock. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 151.

¹⁴ Sukandiyanto. *Pengantar dan Metodologi Fisik*. (Bandung: Lubuk Agung, 2005), hlm. 58.

Keterampilan dalam melakukan gerakan motorik ini merupakan hasil dari unsur kematangan individu dalam mengendalikan suatu gerakan tubuhnya dan melibatkan otak sebagai pusat pengendalian geraknya. Gerakan ini dibedakan menjadi dua macam, yaitu gerakan yang menggunakan otot besar (kasar) dan gerak yang menggunakan otot kecil (halus). Peranan lingkungan sangat memberikan pengaruh signifikan dalam mengembangkan keterampilan motorik anak usia dini.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar yang melibatkan otot-otot besar dan perkembangan motorik halus yang melibatkan otot-otot kecil dalam menghasilkan suatu gerakan-gerakan akrobat dari proses kematangan dalam diri individu melalui kegiatan pusat saraf dan otot-otot yang terkoordinasi.

2. Perkembangan Motorik Kasar

Perkembangan motorik kasar ialah gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar atau keseluruhan dari anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan individu tersebut. Selain itu motorik kasar identik dengan aktivitas fisik yang membutuhkan koordinasi dalam jenis olahraga atau tugas-tugas sederhana seperti melompat, meloncat dan berlari. Hal tersebut juga diperjelas oleh Decaprio (2013: 18) yang mengemukakan bahwa motorik kasar ialah suatu gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh

anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri.¹⁵

Gerakan motorik kasar terbentuk pada saat anak mempunyai koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa. Gerakan motorik kasar memerlukan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak yang dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.¹⁶ Gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar, tentunya memerlukan banyak energi. Namun, kegiatan atau gerakan-gerakan ini mampu memberikan kesenangan bagi anak. Memberikan stimulasi atau rangsangan dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar dapat dilakukan dengan melatih anak untuk melompat, meloncat, memanjat, berjinjit, berdiri dengan satu kaki, berjalan di atas papan titian dan berlari. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat dikemas melalui kegiatan bermain aktif.

Bermain memberikan ruang bebas terhadap anak, sehingga anak mampu mengembangkan kemampuan motoriknya dengan seimbang dan optimal.¹⁷ Pada saat bermain, anak berlatih dengan menyesuaikan antara pikiran dan gerakan yang akan dilakukan menjadi suatu keseimbangan. Anak terlahir dengan kemampuan memiliki gerak refleks dan anak berlatih untuk menggabungkan dua atau lebih suatu gerakan refleks, yang pada akhirnya anak mampu

¹⁵ Richard Decapri. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. (Yogyakarta: Diva Press, 2013), hlm. 18.

¹⁶ Bambang Sujiono. *Metode Pengembangan Fisik*. (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2017), hlm. 1.13.

¹⁷ Slamet Suyanto. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2005), hlm. 119.

mengendalikan gerakannya menjadi gerak yang terkoordinasi dan berkesinambungan.

Santrock (2011: 12) pun juga mengemukakan bahwa keterampilan motorik kasar pada anak usia 3 tahun, anak akan menikmati gerakan- gerakan sederhana misal, melompat, meloncat, dan berlari bolak- balik.¹⁸ Setelah memasuki usia 4 tahun, anak menjadi lebih senang untuk bereksplor dan berpetualang, anak akan melakukan gerakan naik turun tangga dan menjejakkan kaki pada setiap anak tangga. Pada usia 5 tahun, anak akan semakin aktif untuk berlari cepat dengan satu sama lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar pada dasarnya ialah gerakan- gerakan fisik yang memerlukan keseimbangan dan koordinasi antar anggota tubuh dengan melibatkan otot- otot besar, sebagian atau seluruh anggota tubuh yang merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikendalikan oleh otak.

3. Perkembangan Motorik Halus

Perkembangan motorik halus ialah mengacu pada suatu kemampuan anak dalam melakukan aktivitas dengan melibatkan otot- otot kecil, misal menulis, meremas, menggenggam, menggambar, menyusun balok, dan menggunting. Perkembangan motorik halus merupakan perkembangan gerakan tubuh yang menggunakan otot- otot kecil (*fine*

¹⁸ John W. Santrock. *Perkembangan Anak*. (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hlm. 12.

muscle).¹⁹ Gerakan motorik halus ini berkaitan dengan aktivitas dalam meletakkan atau memegang suatu objek dengan menggunakan jari atau tangan.

Senada dengan hal tersebut, Khadijah & Amelia (2020: 16) juga menjelaskan bahwa motorik halus ialah gerakan yang membutuhkan kontrol mata dan tangan sebagai tumpuannya dan otak sebagai pusat kendali dalam aktivitas tersebut.²⁰ Kegiatan- kegiatan dalam mengembangkan motorik halus dapat dilakukan dengan bermain, misal kegiatan dalam menggunting, menggambar, meronce, dan kegiatan lainnya yang berkaitan dengan koordinasi antara mata dan tangan.

Pada anak usia 4 tahun, koordinasi gerakan motorik halus anak berkembang dengan pesat dan hampir sempurna. Namun, pada umumnya pada anak usia ini masih menemukan hambatan dalam kegiatan menyusun balok menjadi suatu bangunan. Selanjutnya, pada anak memasuki usia 5-6 tahun, anak telah mampu mengkoordinasikan gerakan mata dan tangan, lengan dan tubuh secara serentak pada waktu anak menulis atau kegiatan menggambar.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan motorik halus ialah dengan cara melakukan latihan dan praktik secara terus menerus dan berkesinambungan, sehingga kemampuan motorik halus dapat berkembang dengan terarah dan optimal.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik

¹⁹ Aep Rohendi & Laurens Seba. *Perkembangan Motorik*. (Bandung: Alfabeta, 2017), hlm. 119.

²⁰ Khadijah & Nurul Amelia. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini: Teori & Praktik*. (Jakarta: Kencana, 2020), hlm. 16

halus ialah suatu kemampuan dalam melakukan gerakan yang melibatkan otot-otot kecil dan membutuhkan koordinasi antara mata dan tangan serta otak sebagai pusat kendali dalam melakukan kegiatan tersebut. Selain itu kemampuan motorik halus ini sangat dipengaruhi oleh kesempatan dalam belajar, berlatih dan melakukan praktik secara langsung dan berkesinambungan.

F. Kemampuan Gerak Dasar

Kemampuan gerak dasar ialah kemampuan yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup. Perkembangan penguasaan gerak ini sejalan dengan pertumbuhan fisik, pada masa awal dan membentuk pola gerak dasar. Komponen gerak dasar meliputi, melompat, meloncat, berjalan dan berlari. Kemampuan gerak dasar (*fundamental movement*) terdiri dari tiga kategori, antara lain:

1. Lokomotor

Kemampuan gerakan lokomotor ini merupakan kemampuan dalam hal memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain. Misal, melompat, meloncat, berjalan, berlari, *skipping*, dan meluncur. Gerakan lokomotor ini ialah kemampuan tubuh untuk berpindah tempat dari satu tempat ke tempat lain atau mengangkat tubuh.²¹ Hal tersebut juga diperkuat oleh Mahendra (2007: 32) yang mengemukakan bahwa gerak lokomotor merupakan gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, baik secara horizontal maupun vertikal. Gerak lokomotor ini membantu dalam meningkatkan kesadaran anak akan tubuhnya di

²¹ Endang Rini Sukanti. *Diktat Perkembangan Motorik*. (Yogyakarta: UNY, 2007), hlm. 56.

dalam ruang. Kesadaran yang dimaksud ialah kesadaran persepsi motorik yang terdiri dari sadar akan tubuh sendiri, waktu, hubungan ruang, konsep arah, visual dan pendengaran.²² Gerakan- gerakan ini dapat dilakukan oleh anak ketika anak meniru dari orang tua atau gurunya. Berikut disajikan tabel 1.2 Contoh Gerakan dan Variasi Gerakan Lokomotor di bawah ini.

Tabel 1.2 Contoh Gerakan dan Variasi Gerakan Lokomotor

No.	Contoh Gerakan	Variasi Gerakan
1.	Berjalan	<p>Pola Variasi Gerak</p> <ol style="list-style-type: none"> Tubuh bagian atas dibungkuknya ke depan, belakang atau samping. Mengubah daerah tumpuan (lebar atau sempit). Mengubah jarak melangkah (pendek atau panjang). Berjalan dengan tumit, ujung telapak kaki, bagian telapak kaki digeser. Mengubah posisi lengan. Kedua tangan di lutut, menepuk ke belakang leher atau badan. <p>Arah atau Jalur</p> <ol style="list-style-type: none"> Ditempat Ke depan Ke belakang

²² Ahmad Rudiyanto. *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. (Lampung: Darussalam Press Lampung, 2016), hlm. 4.

		<ul style="list-style-type: none"> d. Jinjit e. Di atas f. Di bawah g. Zig Zag
		<p>Variasi Gerak Tambahan</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Berjalan berdasarkan kreasi anak b. Berjalan seperti hewan c. Berjalan dalam barisan berdua, bertiga d. Berjalan dalam rintangan ke depan/ belakang e. Berjalan sambil berputar, memutar anggota tubuh
2.	Berlari	<p>Pola Variasi Gerak</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mengubah daerah tumpuan (sempit dan lebar) b. Langkah dalam berlari pendek, menengah dan panjang c. Seluruh badan ditegakkan d. Kedua lengan diluruskan ke samping, ke depan atas
		<p>Berdasarkan Waktu</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Lambat ke cepat b. <i>Jogging</i> c. Berlari dengan tepuk tangan
		<p>Variasi Gerakan Tambahan</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Berlari sambil menari meniru gerakan hewan b. Berlari sambil melempar dan menangkap bola c. Berlari membentuk angka, huruf atau gambar

3.	Melompat	Gerakan mengangkat tubuh dari satu titik ke titik lain yang lebih jauh dengan lari cepat atau lambat menggunakan tumpuan satu kaki dan mendarat pada kaki lainnya dengan keseimbangan yang baik. Misal: Lompat Jauh.
4.	Meloncat	Gerakan mengangkat tubuh dari satu titik ke titik lain yang lebih jauh dari cepat/lambat dengan tumpuan dua kaki dan mendarat pada kaki lainnya dengan keseimbangan yang baik. Misal: Loncat tinggi, loncat jangkit.

2. Non Lokomotor

Kemampuan gerakan non lokomotor ialah gerakan yang dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Gerakan non lokomotor ini meliputi, menekuk, meregang, mendorong, menarik, mengangkat, menurunkan, melipat, memutar, melingkar dan melambungkan. Kemampuan non lokomotor ini dilakukan di tempat tanpa ada ruang gerak yang memadai.²³ Kemampuan gerakan non lokomotor ini sering dikaitkan dengan keseimbangan (*balance*) atau kestabilan tubuh. Berikut disajikan tabel 1.3 contoh gerakan non lokomotor di bawah ini.

Tabel 1.3 Contoh Gerakan Non Lokomotor

No. Contoh Gerakan Non Lokomotor

²³ Ahmad Rudiyanto. *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. (Lampung: Darussalam Press Lampung, 2016), hlm. 6.

1.	<i>Dodging</i> (mengelak/ menghindari)
2.	<i>Stretching</i> dan <i>Bending</i> (merenggangkan dan membungkuk)
3.	<i>Twisting</i> dan <i>Turning</i> (membelok dan menyusun)
4.	<i>Swinging</i> dan <i>Swaying</i> (mengikuti arus dan mengayun)
5.	<i>Pushing</i> dan <i>Pulling</i> (mendorong dan menarik)

3. Manipulatif

Kemampuan gerakan manipulatif dikembangkan ketika anak telah menguasai macam- macam objek. Gerakan ini lebih banyak melibatkan tangan dan kaki. Namun, bagian lain dari tubuh kita juga mampu digunakan. Bentuk- bentuk kemampuan manipulatif meliputi:

- a) Gerakan mendorong (melempar, menendang, memukul)
- b) Gerakan menerima (menangkap) objek seperti menggunakan media bola
- c) Gerakan memantulkan bola atau menggiring bola

Bertambahnya usia anak akan berkembang secara baik pula keterampilan- keterampilan baru yang terjadi pada tubuh anak tersebut. Perkembangan gerak manipulatif ini berkaitan dengan suatu keterampilan memanipulasi objek sambil bergerak. Kemampuan dalam melibatkan otot- otot besar bagi anak tergolong pada kemampuan gerak dasar yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas

hidupnya.²⁴ Gerakan manipulatif ini menggunakan alat bantu seperti bola dalam melakukan gerakan melempar, menangkap dan menyepak. Berikut disajikan tabel 1.4 contoh gerakan manipulatif di bawah ini.

Tabel 1.4 Contoh Gerakan Manipulatif

No.	Gerakan	Definisi
1.	Menggelingkan bola (<i>Rolling</i>)	Pengarahannya gaya terhadap suatu objek yang mempertahankan kontakannya dengan permukaan tempat benda tersebut bergerak.
2.	Melempar	Menggunakan satu atau dua tangan untuk melontarkan objek menjauhi badan ke udara. Lemparan dapat dilakukan di bawah tangan, atas kepala, di atas lengan atau di samping.
3.	Menangkap	Gerakan untuk menghentikan suatu objek yang terkendali oleh satu atau kedua tangan. Koordinasi antara mata tangan akan membuat mudah dalam menangkap objek yang melayang di depannya.

²⁴ Sumantri. *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Taman Kanak- Kanak*. (Jakarta: Depdiknas, 2005), hlm. 99.

4.	<i>Pushing</i> (mendorong) dan <i>Puliing</i> (tarikan)	Gerakan <i>pushing</i> dilakukan dengan kekuatan dalam melawan suatu objek. Sedangkan <i>pulling</i> dilakukan dengan pengerahan tenaga yang berakibat objek bergerak mendekati badan.
----	---	--

Perencanaan dalam pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar (*fundamental motor skills*) baik mengembangkan kemampuan gerakan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif perlu dijadikan landasan dasar dalam membuat rencana kegiatan pembelajaran yang tentunya disesuaikan dengan karakteristik dan usia anak. Selain itu, pemilihan kegiatan yang tepat dengan dikemas melalui kegiatan bermain aktif yang menyenangkan akan membuat anak semakin tertarik dalam melakukan aktifitas jasmani. Sehingga kemampuan atau keterampilan- keterampilan fisik motorik anak mampu berkembang dengan seimbang dan optimal. Peran orang tua pun juga sangat berpengaruh dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar anak. Oleh karena itu, perlu adanya kerjasama antara pihak sekolah dan keluarga di rumah dalam mengoptimalkan secara bersama- sama kemampuan fisik motorik anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Rudiyanto. 2016. *Perkembangan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. Laampung: Darussalam Press Lampung.
- Ahmadi & Sholeh. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Decaprio, Richard. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik Di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Helmawati. 2015. *Mengenal Dan Memahami PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Khadijah & Amelia, Nurul. 2020. *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini: Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana.
- Mahendra, Agus. 2007. *Teori Belajar Motorik*. Bandung: FPOK UPI.
- Rohendi & Seba. 2017. *Perkembangan Motorik*. Bandung: Alfabeta.
- Santrock, John W. 2011. *Perkembangan Anak*. Jakarta: salemba Humanika.
- Sujiono, Bambang. *Metode Pengembangan Fisik*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Sukamti, Endang. 2018. *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukandiyanto. 2005. *Pengantar Teori Dan Metodologi Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.

Sumantri. 2005. *Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Taman Kanak- Kanak*. Jakarta: Depdiknas.

BIOGRAFI PENULIS



Ardhana Reswari, M. Pd. Lahir di Malang pada tanggal 4 Agustus 1991. Sarjana Pendidikan diselesaikan di Universitas Negeri Malang dengan memilih Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini tahun 2010. Menjadi lulusan *Cumlaude* dengan penghargaan sebagai Mahasiswa yang mendapatkan IPK Terbaik dan Tertinggi di Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Kependidikan Sekolah Dasar dan Prasekolah Prodi

PGPAUD Universitas Negeri Malang Tahun 2013/2014. Kemudian melanjutkan Magister Pendidikan di Universitas Negeri Surabaya pada Program Pendidikan Dasar Konsentrasi Pendidikan Anak Usia Dini tahun 2014.

Sejak tahun 2008 sampai 2012 menjabat sebagai Kepala Sekolah di PAUD dan mulai tahun 2020 bekerja menjadi Tutor PAUD di UPBJJ Universitas Terbuka Malang. Jabatan terakhir sekarang sebagai Dosen di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Madura pada Prodi PIAUD.

Mata kuliah yang pernah diampu ialah Metode Pengembangan Kognitif AUD, Metode Pengembangan Bahasa AUD, Metode Pengembangan Fisik AUD, Metode Pengembangan Perilaku dan Kemampuan Dasar AUD dan Pembelajaran Terpadu. Beberapa artikel yang pernah dipublikasikan pada *Education Journal* SINTA 2 dan 4 ialah *The Effectiveness of Basketball Modification of the Gross Motor Skill for Children Ages 5-6 Years, and The Effectiveness of STEAM Based Learning on Children's Critical Thinking Ability (HOTS) Ages 5-6 Years*. Buku yang pernah ditulis adalah *Tekstur Baru Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini, Teori dan Aplikasi Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Misi dalam dunia PAUD yaitu ingin terus berkarya untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas pembelajaran dan meningkatkan kualifikasi kompetensi pendidik dan tenaga

kependidikan tentang pentingnya PAUD. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kerjasama, kritik, dan saran dari pembaca melalui alamat email: ardhana.reswari@iainmadura.ac.id

Motto :

“Jika seorang anak tidak bisa belajar dengan cara kita mengajar, maka kita yang harus belajar memahami cara anak belajar”

BAB: II

TEORI PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK

Dr. Anik Lestaringrum, S.Pd., M.Pd

PG-PAUD-FKIP

Universitas Nusantara PGRI Kediri

aniklestariningrum@gmail.com

Perkembangan merupakan hasil dari berbagai proses yang saling berhubungan dimana proses tersebut adalah perwujudan kematangan, pertumbuhan dan juga proses belajar yang saling berkaitan erat dengan genetik/biologis dan juga adaptasi lingkungan. Perkembangan pada anak usia dini sangat penting diperhatikan dan dikembangkan, karena otak dan fisik sedang mengalami perkembangan yang sangat pesat, stimulasi seluruh aspek perkembangan memberikan pengaruh yang sangat signifikan terhadap perkembangan selanjutnya. Mengapa proses belajar sebagai bawaan dan juga adaptasi lingkungan kita ketahui bersama bahwa belajar merupakan sebuah perubahan perilaku dimana ada perubahan kecakapan yang potensial sebagai akibat dari latihan dan pengalaman masa lalu dalam menghadapi suatu tugas perkembangan berkaitan dengan faktor internal dan eksternal yaitu dalam diri sebagai potensi yang sudah dibawa dengan lingkungan yang memberikan dampak munculnya kecakapan yang dikuasai tersebut. Tidak jauh berbeda dengan nantinya ketika seorang anak akan belajar terkait motoriknya, akan terjadi respon yang secara umum berangkat dari kemampuan pengalaman dari potensi dirinya kemudian diekspresikan dalam gerakan

tubuh juga dipengaruhi dari seberapa besar kesempatan memberikan latihan kepada anak untuk mengembangkan keahlian kecapakan gerakannya. Menurut (Escolano-Pérez et al., 2020) menyatakan “*Motor development is an inseparable component of cognitive development. So, to develop the mind, it is necessary to work the body*” ini menegaskan bahwa Perkembangan motorik merupakan komponen yang tidak terpisahkan dari perkembangan kognitif. Jadi, untuk mengembangkan pikiran, diperlukan kerja tubuh dimana beragam teori perkembangan dan banyak penulis telah menyoroti hubungan yang ada antara motor dan perkembangan kognitif sebagai hal yang sangat berkaitan.

Usia dini dimana masa lima tahun pertama adalah pesatnya perkembangan motorik anak akan berkembang, dimana akan memunculkan seluruh gerakan yang memungkinkan dilakukan oleh bagian tubuh anak dimana keterkaitan faktor kematangan dan pengendalian tubuh serta selalu berkaitan dengan fungsi otak. Menurut (Sujiono et al., 2016) menegaskan bahwa keterampilan anak terkait motorik akan berkembang sejalan kematangan syaraf dan otot dimana berbagai bagian dan sistem dalam tubuh dikontrol oleh otak. Bersamaan dengan hal tersebut, otak akan secara terus menerus mengolah beragam informasi yang masuk sehingga anak akan memiliki ragam gerakan dan memunculkan perilaku yang cepat bereaksi dari beragam gerakan yang dilakukan. Meskipun sebenarnya ada faktor lain yaitu genetik, gizi, pola pengasuhan orang tua yang memiliki ragam budaya sebagai latar belakang sebagai beberapa hal yang memengaruhi perkembangan motorik anak bisa jadi menjadi penghambat tetapi stimulasi yang diberikan juga akan mempengaruhi capaian anak berbeda satu sama lain. Pergunakan masa keemasan anak dalam mengembangkan aspek atau potensi yang tersimpan

dari diri anak, khususnya dalam bab ini akan dibahas teori yang mendukung pengembangan aspek motorik kasar dan motorik halus pada anak usia dini (Suroso & Rustiana, 2013).

Perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh. Hakikat perkembangan fisik motorik pada anak usia dini sebagai perubahan bentuk tubuh yang akan berpengaruh terhadap keterampilan gerak tubuhnya mengutip pendapat Kuhlen dan Thomson, (Wiyani, 2014) mengemukakan perkembangan fisik individu meliputi 4 (empat) aspek yaitu:

1. Sistem syaraf, yang sangat berpengaruh pada aspek kognitif dan emosinya
2. Otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motoriknya
3. Kelenjar endogrin yang menyebabkan munculnya pola-pola perilaku baru
4. Struktur fisik/tubuh yang meliputi tinggi, berat dan proporsi.

Setelah kita mengetahui gambaran secara umum terkait perkembangan yang mempengaruhi keterampilan motorik anak semakin menguatkan pemahaman kita bahwa keterampilan motorik akan berkembang dipengaruhi perkembangan fisiknya, perkembangan motorik anak akan berlangsung dari yang sederhana kepada yang kompleks, keterampilan motoric kasar terlihat saat anak akan melakukan gerakan-gerakan badan secara kasar, keras yang membutuhkan koordinasi otot dan syaraf lebih dibandingkan nanti koordinasi motorik halus yang akan didominasi koordinasi mata, tangan karena gerakan yang lebih dominan pada gerakan tangannya. Perkembangan fisik dan motorik merupakan perubahan tingkah laku

motorik yang terjadi secara terus menerus sepanjang siklus kehidupan manusia yang dipengaruhi oleh tuntutan-tuntutan tugas baik individual maupun lingkungan sekitar anak yang menstimulasi terjadinya perubahan keterampilan tersebut. Meskipun dalam aspek yang lebih luas perkembangan motorik akan mengikuti pola yang serupa untuk semua orang, dalam rincian pola tersebut terjadiperbedaan individu dipengaruhi umur pada waktu perbedaan tersebut mencapai tahap yang berbeda.

Pendapat Fitts & Possner, dalam (Belakang, 2012) proses mempelajari keterampilan motorik dinyatakan sebagai proses belajar yang mengikuti tahapan pembelajaran yaitu:

1. Tahap kognitif (*Cognitive Phase*): anak akan berkonsentrasi pada melakukan suatu keterampilan, berfokus menemukan apa yang harus dilakukan, belajar mencoba berbagai cara dalam memecahkan masalah (*problem solving*)
2. Tahap asosiatif (*Associative Phase*): anak akan mendeteksi dan memperbaiki kesalahan penampilan atau kinerjanya dimana ada umpan balik dan instruksi yang lebih tepat agar berfokus pada aspek-aspek gerakan dalam rangka perbaikan
3. Tahap otomatisasi (*Autonomous Phase*); anak mencapai tahapan latihan intensif, berkonsentrasi pada keterampilan dan mampu melakukan meskipun kesalahan kecil kadang terjadi tetapi sudah bisa mendeteksi dan mengoreksi agar proses belajar mencapai keterampilan motorik optimal.

Dalam perkembangan fisik motorik, dibutuhkan pemberian stimulus untuk mengembangkannya, seperti dengan mengajak anak untuk melakukan kegiatan bermain, khususnya kegiatan bermain yang melibatkan gerak fisik

motorik anak dan tentunya dilakukan secara rutin dan berulang-ulang. Optimalnya perkembangan fisik motorik anak akan menjadi dasar untuk gerakan-gerakan selanjutnya (Damayanti & Nasrul, 2020). Salah satu dari tujuan belajar motorik selain untuk menguasai materi keterampilan yang dipelajari, juga agar keterampilan yang telah dikuasai tetap dapat dipertahankan. Karena keterbatasan kemampuan manusia maka diperlukan latihan untuk tetap mempertahankan hasil latihan yang telah diperoleh sebelumnya. Motorik dibedakan antara motorik halus dan motorik kasar. “ Perbedaan perilaku motorik dipengaruhi beberapa faktor meliputi ; individual, pengalaman, dan latihan, sehingga salah satu tugas perkembangan adalah mengembangkan motorik anak (motorik kasar maupun halus)

Perkembangan fisik-motorik anak usia 4-5 tahun telah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. Pada Bab III terkait “Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak”(Aghnaita, 2017) pada pasal 7 (tujuh), pasal 8 (delapan) dan pasal 10 (sepuluh) terkhusus pada pasal 10 ayat (1) ditegaskan:

- a. motorik kasar, mencakup kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan;
- b. motorik halus, mencakup kemampuan dan kelenturan menggunakan jari dan alat untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan diri dalam berbagai bentuk; dan
- c. kesehatan dan perilaku keselamatan, mencakup berat badan, tinggi badan, lingkaran kepala sesuai usia serta kemampuan berperilaku hidup bersih, sehat, dan peduli terhadap keselamatannya

A. Teori Perkembangan Fisik Motorik Kasar

Perkembangan gerak (*motor development*) adalah suatu proses sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan gerakan individu yang meningkat dari sederhana, tidak terorganisasi, tidak terampil, keterampilan gerak kompleks dan terorganisasi merupakan hal-hal yang akan dilalui anak. Perubahan berat badan dan tinggi badan anak akan mengalami perubahan fisik secara proporsional, dimana menuju proporsi tubuh yang lebih serasi walaupun tidak seluruh bagian tubuh dapat mencapai proporsi kematangan dalam waktu bersamaan. Hal ini karena melibatkan kelompok otot baik besar maupun lebih kecil ketika harus mengendalikan proses persyarafan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan anggota tubuhnya. Pola perubahan yang cenderung berbeda pada setiap anak menyebabkan pertumbuhan fisik dan gerakan motorik juga berbeda satu sama lainnya. gerakan yang banyak menggunakan otot-otot kasar disebutnya motorik kasar (*grossmotor*) yang digunakan untuk melakukan aktivitas gerakan yang membutuhkan kekuatan, kelincahan juga kematangan lebih dari diri anak (Sukamti, 2018). Motorik kasar memacu kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya seperti non lokomotor, lokomotor dan manipulatif.

Berikut adalah pendapat yang mengemukakan pengertian fisik motorik kasar pada anak usia dini:

Tabel 1: Pengertian Motorik Kasar

No	Nama	Definisi
1	Hurlock, (Conn, 1957)	Perkembangan motorik: perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir
2	George H. Sage, (MAHMUD, 2019)	Kemampuan motorik adalah kapasitas individu yang berhubungan dengan kinerja dalam melakukan berbagai keterampilan yang didapatkannya sejak masa kanak-kan
3	Bambang Sujiono, (Nuridayu et al., 2020)	Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki dan seluruh tubuh anak.
4	Gallahue dan Ozmun, (Macintyre, 2019)	Motorik kasar adalah penggunaan beberapa otot besar untuk melakukan sebuah gerakan, kemampuan lokomotor termasuk berlari, meloncat, melompat, mendorong,

No	Nama	Definisi
		keterampilan manipulatif termasuk menarik dengan kedua tangan, melambungkan bola, menangkap, menendang, melempar dengan ayunan
5	Santrock, (Lukmawati et al., 2019)	Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan menggunakan otot besar dengan melibatkan tangan, kaki, dan seluruh tubuh yang menjadi dasar bagi pengembangan keterampilan motorik yang lebih kompleks dan menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan
5	Sumiyati, (Sumiyati, 2018)	Motorik kasar adalah keterampilan yang melibatkan gerakan seluruh tubuh. Kegiatan yang membutuhkan otot inti seperti lengan dan kaki masuk dalam motorik kasar.
6	PUTRI, A. F. I., (Nugroho et al., 2022)	Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh, yang dipengaruhi oleh usia, berat badan dan perkembangan anak secara fisik.

No	Nama	Definisi
		Perkembangan motorik ini beriringan dengan proses kematangan fisik anak
7	Gallahue, (MAHMUD, 2019)	Kemampuan motorik kasar sangat berhubungan dengan kerja otot-otot besar pada tubuh manusia. Kemampuan ini biasanya digunakan oleh anak untuk melakukan aktivitas olahraga. Kemampuan ini berhubungan dengan kecakapan anak dalam melakukan berbagai gerakan
8	Fikriyati, (2013)	Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri.

No	Nama	Definisi
9	Sher, (Fitriani & Adawiyah, 2018)	<i>Gross motor activities requiring coordination, such as various types of sports, or even tasks, such as jumping forward.</i> Motorik kasar merupakan aktivitas fisik yang memerlukan koordinasi seperti berbagai jenis olah raga atau tugas-tugas sederhana seperti gerakan melompat.
10	Papalia & Olds, Feldman, (Syafiril et al., 2020)	Kemampuan motoric kasar (<i>gross motor skill</i>) merupakan kemampuan-kemampuan fisik yang melibatkan otot besar seperti berlari dan melompat

Beragam pendapat yang sudah dikemukakan pada tabel 1 menunjukkan bahwa aktivitas motorik merupakan pengendalian gerakan tubuh melalui beragam kegiatan yang diwujudkan dari aktivitas terkoordinasi antara susunan saraf, otot, otak dan urat saraf tulang belakang (*spinal coard*). Aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar meliputi kemampuan pola lokomotor (gerakan yang menyebabkan perpindahan tempat) seperti berjalan, berlari, menendang, melompat, meloncat, melempar, memantulkan bola, dll kemampuan non-lokomotor (dilakukan ditempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai) seperti menekuk dan meregang; mendorong dan menarik; mengangkat dan

menurunkan; melipat dan memutar; mengocok; melingkar dll, kemampuan manipulatif (pengembangan seteah anak menguasai macam-macam objek) seperti gerakan mendorong terdiri melempar-memukul dan menendang; gerakan memantulkan bola dan mengiring bola (Rahyubi, 2012).

Menurut Gallahue, (MAHMUD, 2019) kemampuan motorik kasar anak terdiri dari beberapa fase seperti dijabarkan sebagai berikut:

Tabel.2. Fase Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
1	<i>Reflexive Movement Phase</i>	Fase ini dimulai saat bayi pertama kali membuat gerakan refleks di dalam kandungan sampai usia 1 tahun. Pada fase ini bayi membuat gerakan refleks untuk mengetahui keadaan di sekitarnya. Biasanya bayi akan bereaksi pada stimulus yang berupa sentuhan, cahaya, atau pun suara-suara
2	<i>Rudimentary Movement Phase</i>	Fase ini dimulai saat anak berusia 1 – 2 tahun. Kemampuan anak di usia ini berbedabeda tergantung dari stimulus yang didapatkannya dari lingkungannya. Anak juga mulai belajar untuk menjaga keseimbangannya, misalnya

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
		anak mulai belajar mengontrol gerakan kepala, leher, dan batang otot serta melakukan gerakan lokomotor (merayap, merangkak, dan berjalan).
3	<i>Fundamental Movement Phase</i>	Fase ini dimulai sejak anak berusia 2 – 7 tahun. Fase ini merupakan kelanjutan dari fase perkembangan gerak sebelumnya. Pada fase ini anak sudah mulai belajar mengeksplor tubuhnya dalam melakukan gerakan. Anak juga sudah banyak melakukan gerakan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Contoh gerak lokomotor yang banyak dilakukan oleh anak adalah berlari dan melompat, gerak non-lokomotor seperti berdiri dengan satu kaki, serta gerak manipulatif seperti melempar dan menangkap. Perkembangan gerak anak pada fase ini sangat dipengaruhi oleh faktor kesempatan untuk mempraktekkan secara langsung, dorongan, dan arahan saat melakukan permainan-permainan yang bisa mengembangkan kemampuan geraknya.
4	<i>Specialized</i>	Fase ini dimulai sejak anak

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
	<i>Movement Phase</i>	berusia 7 tahun dan berlanjut hingga anak dewasa. Fase ini merupakan kelanjutan dari fase perkembangan sebelumnya. Pada fase ini anak sudah mulai bisa melakukan gerakan kombinasi antara lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, khususnya pada kegiatan olahraga. Anak juga mulai belajar untuk menyempurnakan gerakannya tanpa bantuan orang dewasa di sekitarnya. Namun, pemberian stimulus dan kesempatan kepada anak untuk melakukan praktek harus tetap diberikan.

Dari berbagai teori yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kecakapan dalam melakukan berbagai gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan, baik gerak sebagian maupun seluruh anggota tubuh yang terdiri dari gerak lokomotorik, non-lokomotorik, dan manipulatif. Orang tua maupun guru harus memberikan kesempatan kepada anak untuk melatih kemampuan motorik kasarnya karena tahapan yang berbeda terkait gerakan yang dilakukan juga dipengaruhi lingkungan, saat anak sudah memiliki kesadaran motorik kasarnya anak akan memanfaatkan inderanya, keseimbangan mengenali ruang gerak, memahami bagian-bagian tubuh yang digerakan yang dipengaruhi kekuatan otot-otot besar yang dimilikinya. Stimulasi dapat dilakukan dengan mencoba, meniru, latihan

sesuai kesulitan gerakan berdasarkan usia tahapan yang sesuai.

Ditegaskan (Dwi Haryanti, 2021). kemampuan motorik kasar mendeskripsikan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot kasar atau besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi kematangan anak itu sendiri. Pada kemampuan motorik kasar, anak usia dini dapat melakukan gerakan badan secara kasar atau keras seperti merangkak, berjalan, berlari, melompat, melempar dan berjongkok.

B. Teori Perkembangan Fisik Motorik Halus

Gerakan motorik halus mempunyai peranan yang penting dalam tahapan capaian pengembangan anak seperti aspek lainnya. Keterampilan motorik halus (*fine motor skill*) merupakan keterampilan motorik halus yang merupakan keterampilan yang memerlukan control dari otot kecil dari tubuh untuk mencapai tujuan dari keterampilan. Keterampilan motorik halus lebih lama pencapaiannya dari pada keterampilan motorik kasar karena keterampilan motorik halus membutuhkan kemampuan yang lebih sulit misalnya konsentrasi, kontrol, kehati-hatian dan koordinasi otot tubuh yang satu dengan yang lain. Keterampilan gerak halus lebih menunjukkan kepada kualitas gerak yang lembut. Pada gerak ini aktivitas tubuh lebih terbatas pada ketelitian respons dari berbagai stimulus (Belakang, 2012).

Berikut pendapat ahli tentang pengertian fisik motorik halus:

Tabel 3: Pengertian Motorik Halus

No	Nama	Definisi
1	Bambang Sujiono, (Sujiono et al., 2016)	Motorik halus adalah gerakan yang hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan

No	Nama	Definisi
		dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti jari jemari tangan dan gerakan pergelangan tangan yang tepat.
2	Elizabeth B. Hurlock, (Conn, 1957)	Proses motorik adalah gerakan yang langsung melibatkan otot untuk bergerak dan proses persyarafan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan anggota tubuhnya (tangan, kaki, dan anggota tubuhnya)
3	Papilia, Olds, Feldman, (Meriyati et al., 2020)	motorik halus dalam perkembangannya yaitu suatu keahlian fisik motorik dengan mengikutsertakan otot yang halus serta koordinasi antara mata serta bagian tangan
4	Yuningsih & Hasanah, (Meriyati et al., 2020)	Motorik halus pada anak dikatakan sudah berkembang apabila telah menguasai keahlian-keahlian anak ketika memperlihatkan dan telah mampu melakukan gerak pada otot yang bagus dalam konsep koordinasi,

No	Nama	Definisi
		kecekatan serta ketangkasan pada penggunaan bagian tangan serta jari-jari tangan
5	Andang Ismail, (Desi, 2021)	Motorik halus (<i>fine motor skill</i>) adalah untuk melatih agar terampil dan cermat menggunakan jari-jemarinya dalam kehidupan sehari-hari
6	Susanto, (Putra & Pintari, 2019)	Motorik halus merupakan suatu kemampuan dasar dalam menggerakkan otot-otot halus yang melibatkan gerakan fisik ditubuh anak, dan hampir seluruh anak autis mengalami keterlambatan dalam pengembangan motorik halusnya, di mana semua gerakan anak tersebut sangat kaku dan kasar, anak autis umumnya kesulitan untuk memegang pensil, sulit ketika menyendok makanan dan gerakan lainnya

No	Nama	Definisi
7	Laura E. Berk, (Setiani, 2013)	Keterampilan motorik halus dengan membandingkannya dengan keterampilan motorik kasar lebih lama motoric halus dalam pencapaiannya. Ia menyatakan bahwa pada usia dini telah terjadi perubahan besar " <i>giant</i> " pada gerakan motoriknya. perkembangan motorik halus adalah meningkatnya pengkoordinasian gerak tubuh yang melibatkan oto dan syaraf yang jauh lebih kecil atau detail.
8	Khadijah,(Sitorus, 2016)	Kemampuan motorik halus merupakan gerakan yang dilakukan hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, tidak memerlukan tenaga besar, tetapi membutuhkan kordinasi yang cermat seperti kordinbasi mata, tangan, dan telinga

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan beragam pendapat pengertian motorik halus yaitu gerakan motorik

halus apabila gerakan hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti keterampilan menggunakan jari jemari tangan dan gerakan pergelangan tangan yang tepat. Oleh karena itu, gerakan ini tidak terlalu membutuhkan tenaga, namun gerakan ini membutuhkan koordinasi mata dan tangan yang cermat. Keterampilan yang dipelajari dengan baik akan berkembang menjadi kebiasaan, keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja, tapi juga harus dipelajari. Kunci keberhasilan keterampilan motorik halus ini salah satunya ditentukan oleh koordinasi *neuromuscular*, terutama untuk gerak-gerak yang berhubungan dengan ketepatan dan sering bertautan dengan koordinasi mata tangan. Keterampilan motorik halus ini ada kalanya murni terjadi berbentuk keterampilan motorik halus seperti main gitar, mengetik dan sebagainya (Siregar, 2018).

Menurut Mansur, (Sitorus, 2016) perkembangan motorik halus pada anak mengikuti 6 (enam) pola umum seperti tabel dibawah ini:

Tabel.4. Fase Perkembangan Kemampuan Motorik Halus

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
1	<i>Continuity</i> (bersifat kontinyu)	Dimulai dari yang sederhana ke yang lebih kompleks. Sejalan dengan bertambahnya usia anak.
2	<i>Uniform sequence</i> (memiliki tahapan yang sama)	Memiliki pola tahapan yang sama untruk semua anak, meskipun kecepatan tiap anak untuk mencapai tahapan tersebut berbeda

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
3	<i>Maturity</i> (kematangan)	Dipengaruhi oleh perkembangan sel syaraf. Umum ke khusus, yaitu dimulai dari gerak yang bersifat umum ke gerak yang bersifat khusus. Dimulai dari gerak reflex bawaan ke arah gerak yang terkoordinasi
4	<i>Chepalo-couudaldirection</i>	Bahwa bagian yang mendekati kepala berkembang lebih dulu dari bagian yang mendekati ekor
5	<i>Proximo-distal</i>	Bagian yang mendekati sumbu tubuh (tulang belakang) berkembang lebih dulu dari yang lebih jauh.
6	<i>Koordinasi bilateral menuju crosslater,</i>	Koordinasi organ yang sama berkembang lebih dulu sebelum bias melakukan koordinasi organ bersilang. Dapat dikatakan bahwa kompetensi dan hasil belajar yang ingin dicapai pada aspek pengembangan fisik adalah kemampuan mengelola dan keterampilan tubuh termasuk gerakan-gerakan yang mengontrol gerakan tubuh, gerakan halus, dan gerakan kasar serta menerima rangsangan

No	Tahapan/Fase	Penjelasan
		dari pancaindr

Idealnya, perkembangan motorik halus pada anak mengikuti pola perkembangan yang sebagaimana terjadi pada umumnya bagi anak. Pola ini merupakan berbagai tugas dan bentuk perkembangan dari satu tahapan ke tahapan berikutnya yang membentuk sebuah desain perkembangan motorik halus. Perkembangan motorik halus anak dari tahun ke tahun awal perkembangan anak. Terlihat bahwa kematangan yang ada pada anak sangat berperan besar dalam hal keterampilan motorik anak. Menurut Beaty, (Sitorus, 2016) untuk belajar termasuk mengembangkan motorik halus, sehingga kembali kepada lingkungan termasuk juga guru atau orang tua untuk siap mengembangkan keterampilan anaknya. Terakhir dari rangkaian perkembangan motorik halus adalah ketangkasan dan dominasi tangan. Ketangkasan merupakan gerakan cepat dan tepat yang dilakukannya oleh anak.

Ditegaskan oleh Rismayanthi, dalam (Putra & Pintari, 2019) keterampilan motorik halus menyangkut koordinasi gerakan jari-jari tangan dalam melakukan berbagai aktivitas, di antaranya adalah dapat menggunakan gunting untuk memotong kertas; dapat memasang dan membuka kancing dan resleting; dapat menahan kertas dengan satu tangan, sementara tangan yang lain digunakan untuk menggambar, menulis atau kegiatan lainnya; dapat memasukkan benang ke dalam jarum; dapat meronce manikmanik; dapat membentuk dengan plastisin/was; dan dapat melipat kertas untuk dijadikan suatu bentuk. Jadi, perkembangan motorik halus pada anak usia dini itu sudah bisa dikembangkan dengan menggunakan berbagai metode.

Banyak metode perkembangan yang akan membantu perkembangan motorik halus anak selain metode menggambar, terdapat kegiatan meronce, *finger painting* dan lainnya, haruslah perkembangan motorik anak usia dini dikembangkan sejak kecil agar tidak terjadi kekakuan atau kerusakan pada saat dewasa nantinya.

Selain itu Suryana, dalam (Wandi & Mayar, 2020) mendeskripsikan perkembangan motorik anak khususnya motorik halus usia 4-5 adalah sebagai berikut 1) Menggambar sesuatu yang berarti bagi anak; 2) Menggunakan gerakan jemari selama permainan jari; 3) Menjiplak gambar kotak; 4) Mewarnai dengan garis-garis; 5) Memotong bentuk-bentuk sederhana seperti geometri. Perkembangan motorik halus pada anak usia ini akan dapat berpengaruh pada kreativitas anak tersebut. Perkembangan motorik halus pada anak usia dini dapat dilakukan melalui kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan otot-kecil. Pada umumnya penggunaan kegiatan dalam proses pembelajaran menjadi hal yang menarik untuk anak, karena dapat melihat dan dapat terlibat secara langsung. Kegiatan perkembangan motorik halus yang dilakukan dengan bermain merupakan hal yang menyenangkan untuk anak (Sutini, 2018).

Perkembangan fisik motorik memiliki peranan sama penting dengan aspek perkembangan yang lain, perkembangan motorik dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang anak. Perkembangan fisik pada masa anak-anak ditandai dengan berkembangnya keterampilan motoriknya, baik kasar maupun halus. Kemampuan motorik bukan suatu kemampuan yang berkembang begitu saja, melainkan melalui sebuah proses belajar dan latihan. Perkembangan motorik mempunyai prinsip dalam perkembangannya

sehingga ada konsekuensi logis dari pengembangan keterampilan tersebut karena perkembangan motorik pada masa kanak-kanak memiliki kategori fungsi dan bahaya dalam perkembangannya yang dapat mengakibatkan kerugian fisik maupun psikologis. Perkembangan motorik khususnya pada anak usia dini akan lebih optimal jika lingkungan tempat tumbuh kembang anak mendukung anak untuk bergerak bebas. Perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar melibatkan otot-otot besar dan motorik halus melibatkan otot-otot kecil.

Perkembangan motorik merupakan perpaduan antara unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang kedua-duanya sangat bergantung pada kematangan sistem saraf dan otot. Adanya kemampuan/keterampilan motorik anak juga akan menumbuhkan kreativitas dan imajinasi anak yang merupakan bagian dari perkembangan mental anak. Tujuan pendidikan anak usia dini adalah untuk membantu meletakkan dasar untuk mengembangkan sikap, perilaku, pengakuan, keterampilan dan kreativitas yang nantinya akan diperlukan anak untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Cara yang digunakan anak untuk mempelajari suatu keterampilan motorik penting untuk memperoleh kualitas keterampilan yang dipelajari. Meskipun setiap cara, pada saatnya nanti, memungkinkan anak mampu mengembangkan suatu keterampilan, sebagian cara jauh lebih efisien dan kualitas hasilnya jauh lebih baik ketimbang dengan cara lain. Pemberian kegiatan-kegiatan yang melibatkan kemampuan ini akan berdampak baik bagi motorik halus apabila pihak sekolah terutama guru dapat menerapkan pembelajaran yang menarik. Karena salah satu sifat anak usia dini adalah cepat merasa bosan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghnaita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 219–234. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Belakang, L. (2012). *Teori Belajar Motorik*. 1–11.
- Conn, J. H. (1957). Child Development. Elizabeth B. Hurlock . *The Quarterly Review of Biology*, 32(2), 212–212. <https://doi.org/10.1086/401862>
- Damayanti, E., & Nasrul, M. A. (2020). Capaian Perkembangan Fisik Motorik Dan Stimulasinya Pada Anak Usia 3-4 Tahun. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 67–80. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/view/2699>
- Desi, K. (2021). Peningkatan Motorik Halus Anak Usia Dini Di Era Revolusi Industri 4.0. *Kumara Asih Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 1–9.
- Dwi Haryanti, A. F. (2021). PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL GASING AMBUNG KELAPA (Studi Kasus di PAUD Islam Terpadu Biruni Kec. Sungailiat Kab. Bangka). *Jurnal Madaniyah*, 11, 63–78.
- Escolano-Pérez, E., Herrero-Nivela, M. L., & Losada, J. L. (2020). Association Between Preschoolers' Specific Fine (But Not Gross) Motor Skills and Later Academic Competencies: Educational Implications. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01044>
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Lukmawati, L., Sriyanto, M. I., & Syamsuddin, M. M. (2019). Pengaruh Perceptual Motor Training (Pmt) Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Kumara Cendekia*, 7(2), 175. <https://doi.org/10.20961/kc.v7i2.36386>

- Macintyre, C. (2019). Understanding motor development. In *Understanding Children's Development in the Early Years* (pp. 75–94). <https://doi.org/10.4324/9781315776347-5>
- MAHMUD, B. (2019). Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini. *DIDAKTIKA: Jurnal Kependidikan*, 12(1), 76–87. <https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>
- Meriyati, M., Kuswanto, C. W., Pratiwi, D. D., & Apriyanti, E. (2020). Kegiatan Menganyam dengan Bahan Alam untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Halus Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 729. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.667>
- Nugroho, I. H., Sukmana, A. A., Lestarinigrum, A., & Ismail, N. (2022). Efektifitas Pengembangan Model Permainan Bola Keranjang Aspek Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun. 6(3), 2127–2137. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1974>
- Nuridayu, N., Kiya, A., & Wahyuni, I. W. (2020). Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Gerakan Binatang. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 107–120. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/view/2701>
- Putra, A., & Pintari, E. D. (2019). Fine Motor Development in Early Childhood. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 7(4), 464–468.
- Rahyubi. H. (2012). Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik: Deskripsi dan Tinjauan Kritis. Bandung: Penerbit Nusa Media
- Setiani, R. E. (2013). Memahami Pola Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini. *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 18(3), 455–470. <https://doi.org/10.24090/insania.v18i3.1472>
- Siregar, A. E. P. (2018). Pembelajaran Motorik. *Universita Negeri Medan*.
- Sitorus, A. S. (2016). Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Usia Dini. *RAUDAH*, 4(2), 2338–2163.
- Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2016).

- Hakikat Perkembangan Motorik Anak. *Modul Metode Pengembangan Fisik*, 1–21.
- Sukamti, E. (2018). Perkembangan Motorik. In *UNY Press*.
- Sumiyati, S. (2018). METODE PENGEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 78.
<https://doi.org/10.24235/awlady.v4i1.2509>
- Suroso, A., & Rustiana, E. R. (2013). Pengaruh Model Pembelajaran Dan Motorik Dasar Sekolah Dasar Kelas Awal. *Journal Of Physical Education And Sports*, 2(1), 186–192.
- Sutini, A. (2018). MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK ANAK USIA DINI MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2).
<https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>
- Syafril, S., Kuswanto, C. W., Farida, & Muriyan, O. (2020). Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Melalui Gerakan-Gerakan Senam. *Jurnal Pelita PAUD*, 5(1), 104–113.
<http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/pelitapaud> 104
- Wandi, Z. N., & Mayar, F. (2020). Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Analisis Kemampuan Motorik Halus dan Kreativitas pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Kolase Abstrak. *Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 351–358.
- Wiyani, Novan. A. (2014). Psikologi perkembangan anak usia dini. Cetakan ke-1, Yogyakarta: Penerbit Gava Media



Dr. Anik Lestarinigrum, S.Pd., M.Pd., lahir di Magetan, 8 Februari 1978. Lulus pendidikan tinggi : S1 Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Negeri Surabaya lulus tahun 2010, Menyelesaikan S-2 Program Magister Pendidikan Dasar Konsentrasi PAUD Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya lulus tahun 2013. Pendidikan Doktor (S-3) Jurusan Teknologi Pendidikan Konsentrasi PAUD Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta lulus tahun 2017. Sejak tahun 1999 menjadi guru di TK Pengawas I Surabaya sampai 2010. Kemudian 2010 menjadi Dosen Tetap Di Prodi PG-PAUD FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri. Beragam karya ilmiah dan buku sudah dihasilkan dan salah satunya prestasi mendapat hibah Penelitian Doktorat dari Ristekdikti tahun 2017. Aktif dalam organisasi dosen PG-PAUD/ APG-PAUD Indonesia dan menjadi Asesor BAN PAUD dan PNF Sejak 2015 sampai sekarang, menjadi Pelatih Ahli Program Sekolah Penggerak mulai tahun 2021. Berperan sebagai unit penjamin mutu Prodi PG-PAUD FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri dan Editor In Chief Jurnal Efektor sejak 2020 sampai sekarang.

BAB: III METODE PEMBELAJARAN YANG MENDUKUNG PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Selfi Lailiyatul Iftitah, M.Pd.

IAIN Madura

siftitah@iainmadura.ac.id

A. Pengertian Metode Pembelajaran

Metode adalah cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun tercapai secara optimal.²⁵ berarti untuk merealisasikan proses belajar mengajar yang telah ditetapkan digunakan sebuah metode. Menurut Abdurrahman Ginting, metode pembelajaran dapat diartikan cara atau pola khas dalam memanfaatkan berbagai prinsip dasar pendidikan serta berbagai teknik dan sumberdaya terkait lainnya agar terjadi proses pembelajaran pada diri pembelajar.²⁶ Dengan kata lain metode pembelajaran adalah teknik penyajian yang dikuasai oleh seorang guru untuk menyajikan materi pelajaran kepada murid di dalam kelas baik secara individual atau secara kelompok agar materi pelajaran

²⁵ Wina, Sanjaya. *Strategi Pembelajaran Berbasis Orientasi Standar Proses Pendidikan*, (Jakarta:Kencana, 2008), hlm. 147

²⁶ Ginting, Abdurrahman. *Esensi Praktis Belajar dan Pembelajaran*, (Bandung:Humaniora, 2008), hlm.42

dapat diserap, dipahami, dan dimanfaatkan oleh murid dengan baik.²⁷

Selanjutnya, Agung mengemukakan bahwa metode adalah jalan atau cara yang harus dilalui untuk mencapai suatu tujuan.²⁸ Kemudian Sujiono menambahkan bahwa metode adalah cara menyampaikan atau mentransfer ilmu yang tepat sesuai dengan anak usia TK sehingga menghasilkan pemahaman yang maksimal bagi anak didik.²⁹

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran adalah cara yang digunakan oleh guru dalam mengelola pembelajaran untuk mencapai tujuan yang ditetapkan sehingga peranan metode pembelajaran sangat penting agar hasil belajar yang optimal. Dengan demikian, metode dalam kegiatan pembelajaran memegang peran yang sangat penting karena keberhasilan pembelajaran sangat tergantung pada cara guru dalam menggunakan metode pembelajaran.

B. Ciri-ciri metode pembelajaran yang baik

Guru dapat memilih dari banyak metode dalam kegiatan belajar mengajar. Oleh karena itu, setiap guru ketika akan mengajar harus memilih metode yang baik. . Karena suatu metode akan digunakan atau tidak dalam proses belajar mengajar tergantung pada ketepatan memilih metode yang sesuai dengan kebutuhan proses pembelajaran. adapun ciri-ciri metode yang baik untuk proses belajar mengajar adalah bersifat fleksibel, memiliki

²⁷ Ahmadi, Abu dan Tri Prastya Joko. *Strategi Belajar Mengajar*, (Bandung:CV Pustaka Setia, 2005), hlm 52

²⁸ Agung, A.A. Gede. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Singaraja:FIP Undiksha, 2012), hlm.1

²⁹ Sujiono, Nurani Yuliani. *Metode Pengembangan Kognitif*, (Jakarta:Universitas Terbuka, 2005), hlm.,7.3

kemampuan sesuai dengan kepribadian anak, materi yang diajarkan sesuai, berfungsi menggabungkan teori dengan praktik, mengembangkan materi, memberikan kebebasan pada anak untuk mengutarakan pendapat.

C. Prinsip-prinsip Penentuan Metode Pembelajaran

Adapun prinsip-prinsip penentuan metode dalam proses belajar mengajar adalah sebagai berikut :

1. Prinsip motivasi dan tujuan belajar
Motivasi memiliki kekuatan yang sangat dahsyat dalam proses belajar mengajar. Belajar tanpa motivasi seperti badan tanpa jiwa. Demikian juga tujuan, proses belajar mengajar yang tidak mempunyai tujuan yang jelas akan tidak terarah
2. Prinsip kematangan dan perbedaan individual
Semua perkembangan pada anak memiliki tempo yang berbeda-beda. Karena itu, setiap guru memperhatikan waktu dan irama perkembangan anak, motif, intelegensi, dan emosi kecepatan menangkap pelajaran serta pembawaan dan faktor lingkungan
3. Prinsip penyediaan peluang dan pengalaman praktis.
Belajar dengan memperhatikan peluang sebesar-besarnya bagi partisipasi anak didik dan pengalaman langsung akan lebih memiliki makna daripada verbalistik
4. Integrasi pemahaman dan pengalaman
Penyatuan pemahaman dan pengalaman menghendaki suatu proses pembelajaran yang mampu menerapkan pengalaman nyata dalam suatu proses belajar mengajar
5. Prinsip fungsional
Belajar merupakan proses pengalaman hidup yang bermanfaat bagi kehidupan berikutnya. Setiap belajar nampaknya tidak bisa lepas dari nilai manfaat,

sekalipun bisa berupa nilai manfaat teoritis atau praktis bagi kehidupan sehari-hari

6. Prinsip pengembiraan .

Belajar merupakan proses yang terus berlanjut tanpa henti, tentu seiring kebutuhan dan tuntutan yang terus berkembang. Berkaitan dengan kepentingan belajar yang terus menerus, maka metode mengajar jangan sampai memberi kesan memberatkan sehingga kesadaran pada anak untuk belajar cepat berakhir.³⁰

Jadi, ada beberapa prinsip-prinsip dalam menentukan metode pembelajaran di antaranya adalah mengarah pada tujuan pembelajaran, perbedaan individual, aktivitas peserta didik, dan mengarah pada integritas.

D. Metode pembelajaran yang mendukung perkembangan fisik motorik

Pengembangan fisik anak dapat dikembangkan melalui metode-metode yang dapat menjamin anak tidak mengalami cedera. Oleh karena itu, guru perlu menciptakan lingkungan yang aman dan menantang (Gordon & Browne, 1985). Bahan dan alat yang digunakan dalam keadaan baik tidak menimbulkan perasaan takut dan cemas dalam menggunakannya. Berbagai bahan dan alat yang dupergunakan juga menantang untuk melakukan berbagai aktivitas motorik.³¹ Selain itu juga menyesuaikan dengan karakteristik anak. Hal yang perlu diperhatikan adalah tempat kegiatan dan keterampilan apa yang dikembangkan melalui kegiatan. Guru perlu menentukan dan merencanakan tujuan, tema, metode, tempat, peralatan

³⁰ Tahar Yusuf & Saiful Anwar, *Metodologi Pengajaran Agama dan Bahasa Arab*, (Jakarta:PT. RajaGrafindo Persada, 1997), hlm.56-59

³¹ Ibid. hlm.7.4

dan bahan yang digunakan, langkah-langkah kegiatan yang nantinya akan dilakukan oleh guru dan anak didiknya untuk menentukan metode yang sesuai untuk pengembangan motorik anak.

Terkait penerapan perkembangan fisik motorik anak, guru dapat menggunakan metode yang tepat untuk melaksanakan program bermain selama kegiatan belajar anak. Setiap guru menggunakan metode berdasarkan tujuan yang ingin dicapainya. Oleh karena itu, pemilihan metode harus disesuaikan dengan mempertimbangkan tujuan pembelajaran yang dicapai dan karakteristik anak. Karena gerak dan bermain merupakan unsur penting bagi perkembangan fisik motorik anak, maka ada beberapa metode yang mendukung perkembangan fisik motorik anak agar dapat bergerak dan bermain. Berikut beberapa metode yang mendukung perkembangan fisik motorik anak, antara lain:

1. Metode Karya Wisata

- a. Pengertian dan Manfaat Metode Karya Wisata

Karya wisata adalah salah satu metode pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada anak untuk mengamati dunia dan memperoleh informasi secara langsung. Misalnya tanaman, hewan dan benda-benda lainnya yang ada di lingkungan sekitar anak. Pengamatan ini diperoleh dengan menggunakan panca indera mereka, metode karya wisata sering diidentikkan dengan kegiatan rekreasi yang hanya dilaksanakan pada akhir tahun. Metode karya wisata adalah metode dimana pendidik mengajak anak mengunjungi tempat-tempat tertentu untuk belajar lebih mendalam dan membantu anak memahami kehidupan nyata di lingkungan sekitar. Menurut

Moeslichatoen mengemukakan bahwa anak TK dengan menggunakan kelima inderanya untuk mengamati dunia secara langsung dalam kegiatan karya wisata dapat mengembangkan pengetahuan dan memperluas wawasan.³²Benda yang dapat dilihat, dibau, didengar, dirasakan, diraba. Karya wisata memberi kesempatan anak untuk melihat, mendengar, mambau, mengecap, dan meraba tentang benda-benda di sekitarnya. Manfaat dari metode karya wisata bagi anak dapat dipergunakan merangsang minat mereka terhadap sesuatu, meperluas informasi yang telah diperoleh di kelas, memberikan pengalaman mengenai kenyataan yang ada dan dapat menambah wawasan

Selain itu, Anak mendapat kesempatan untuk menumbuhkan minat tentang suatu hal yang dapat pula menjadi pilihan untuk melakukan kegiatan yang lain melalui karya wisata. Anak memperoleh informasi di dunia nyata dimana informasi yang diperoleh tersebut dapat memperkaya kegiatan belajar anak di kelas. Misalnya menggambar. Hal ini dapat meningkatkan perkembangan motorik anak terutama motorik halus Dengan kegiatan tersebut, anak dapat mengaitkannya dengan pengalaman yang diperolehnya melalui karya wisata. konsep yang baru diperolehnya dapat membuat anak tertarik dan antusias.. Hal ini sesuai dengan pendapat Froebel yang menyatakan bahwa apa yang ingin ditampilkan dan dilakukan oleh anak

³² R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004), hlm.70

berangkat dari pemahamannya tentang sesuatu yang diamati Hal ini sesuai dengan pandangan Froebel bahwa apa yang ingin ditunjukkan dan dilakukan oleh anak berasal dari pemahaman tentang apa yang diamati oleh mereka. Kegiatan karya wisata juga dapat meningkatkan perkembangan motorik anak terutama motorik kasar yang meliputi berjalan, berlari, melompat dan berenang.

b. Rancangan Karya Wisata

Moeslichatoen mengemukakan secara umum persiapan guru untuk melakukan karya wisata adalah menetapkan sasaran yang diprioritaskan sesuai dengan tema kegiatan yang dipilih, mengadakan hubungan dan pengenalan medan sasaran karya wisata , merumuskan program kegiatan melalui karya wisata, menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan, menetapkan tatatertib, permintaan izin dan partisipasi orang tua siswa, dan persiapan guru di kelas. ³³

Ada beberapa yang harus dipersiapkan oleh guru dalam melakukan karya wisata diantaranya adalah menentukan sasaran dan lokasi sesuai dengan tema, mengobservasi lokasi dan berkoordinasi dengan pengelola lokasi, merumuskan program kegiatan, menyiapkan bahan dan peralatan, merumuskan tata tertib kegiatan dan meminta izin dan partisipasi orang tua

³³ R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004), hlm.70

- c. Pelaksanaan Karya wisata
- 1) Semua bahan dan peralatan dipersiapkan. hendaknya bahan dan peralatan dalam kondisi siap pakai. Selain itu, menyiapkan kendaraan sebagai sarana transportasi ke lokasi yang dituju. Keamanan dan kenyamanan juga diperhatikan dalam menyiapkan kendaraan
 - 2) Menentukan kelompok-kelompok anak dengan pembimbingnya. Memberikan pengarahan dan panduan kepada pembimbing kemudian dengan bantuan pembimbing kelompok-kelompok anak memasuki kendaraan yang sudah ditetapkan. Selanjutnya Tata tertib dikomunikasikan oleh guru atau wakilnya. Tata tertib tersebut harus dipatuhi oleh peserta karya wisata.
 - 3) Membaca doa sebelum berangkat menuju sasaran karya wisata. dalam perjalanan anak-anak diajak bernyanyi sesuai dengan tema karya wisata dengan tujuan memotivasi belajar anak dan membuat anak merasa senang dan tidak bosan dalam perjalanan

2. Metode Bermain

a. Pengertian Metode Bermain

Metode bermain juga digunakan sebagai metode pembelajaran. Kegiatan bermain sangat disukai oleh anak-anak.. Karena pada hakikatnya masa usia dini adala bermain. Piaget mengemukakan bahwa kegiatan bermain ini dimulai pada sensorimotor, khususnya pada usia 4 bulan dimana gerakan anak anak sudah terkoordinir menuju aktivitas bertujuan yang diulang-ulang oleh anak. dan disebut sebagai functional pleasure (practice play), mendekati akhir

periode ini kegiatan eksplorasi muncul dan pada akhir periode ini simbolisme sederhana sudah mulai dikuasai anak sehingga memungkinkan mereka melakukan permainan pura-pura. Selanjutnya pada periode praoperasional aktivitas bermain anak masih banyak bersifat symbolic play, disini asimilasinya banyak berhubungan dengan konsolidasi pengalaman emosional. Hal yang penting dialami oleh anak akan diulangi dalam bermain, namun dalam bentuk terdistorsi karena tidak ada usaha melakukan . adaptasi realitas yang dihadapi /dimainkan. Semua pendapat ahli tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Liberman, bermain aktif yang terjadi di Taman Kanak-kanak secara signifikan berhubungan dengan tingginya skor dalam divergen thinking (kemampuan berfikir berbeda) anak tersebut. Bruner mengemukakan bahwa bermain mendorong anak melakukan berbagai kegiatan dalam memecahkan berbagai masalah melalui penemuan . dengan demikian, bermain memperkuat kemampuan dan keterampilan anak dalam memecahkan masalah.³⁴

Perkembangan fisik motorik anak dapat dikembangkan melalui metode bermain.baik motorik kasar maupun motorik halus. Dalam perkembangan motorik kasar anak, anak-anak lebih mudah belajar jika dirinya merasa senang. Dengan keadaan tersebut, maka apapun yang diajarkan oleh guru kepada anak bisa diterima

³⁴ Jamaris, Martini. *Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak-kanak*:Pedoman bagi Orang tua dan Guru (Jakarta: Grasindo), hlm.115

dengan baik dan anak tidak mudah bosan. Kegiatan bermain menuntut gerakan fisik sehingga hal ini sangat bagus untuk kesehatan, keseimbangan dan perkembangan otak anak. Dalam perkembangan motorik halus anak dapat dikembangkan melalui metode bermain dengan cara menekankan pada kemampuan mengambil benda dengan jari, memindahkan benda dari tangan yang satu ke tangan yang lain. Dengan tekun berlatih, anak dapat mengembangkan motorik halus sesuai dengan perkembangan usianya. Pemberian latihan yang sistematis haruslah didorong dengan kegiatan pengembangan motorik halus yang menarik. Contohnya menempel potongan-potongan kertas hingga menjadi sebuah gambar, memilah biji-bijian, menyusun balok hingga menjadi bangunan.

3. Bahan dan Peralatan Bermain bagi Pengembangan Dimensi Perkembangan Motorik Anak

Anak-anak prasekolah selalu bergerak aktif. Oleh karena itu, sebagian besar palat permainan dirancang untuk mengembangkan fisik motorik. Sekolah harus memiliki tempat atau ruang khusus untuk kegiatan tersebut. Peralatan ini diperlukan untuk memberikan kesempatan pada anak untuk mengembangkan fisik motorik anak.

Penyediaan permainan untuk kegiatan bermain di dalam ruangan sangat bergantung pada jumlah ruang yang tersedia. Permainan ini diperlukan untuk melatih gerakan otot besar seperti menaiki tangga, meluncur dengan kecepatan dan tenaga, gerakan akrobatik, memanjat, berayun dan sebagainya.. selain itu permainan diperlukan

juga untuk melatih motorik halus anak. Misalnya peralatan meronce, lego, puzzle dan lain-lain

Permainan lainnya adalah kendaraan beroda seperti becak, mobil, dan truk. Meskipun mainan beroda ini sangat populer di kalangan anak-anak, permainan ini cenderung mendorong anak-anak untuk bermain secara individu, yang memiliki beberapa efek pada sikap sosial. Untuk mengurangi dampak dari sikap sosialnya, alat permainan tersebut harus digunakan sebagai bagian dari kegiatan permainan kelompok. Saat menyediakan permainan ini, harus memilih sesuatu yang mengembangkan hubungan sosial, seperti pistol air, mobil, lego dan lain-lain. Selain itu, penggunaan tempat bermain untuk anak-anak TK harus dipisah. Anak-anak yang usianya lebih muda harus dipisahkan dari yang lebih tua.

4. Rancangan Kegiatan Bermain

1) Menentukan tujuan dan tema kegiatan bermain

Tujuan kegiatan bermain bagi anak prasekolah adalah untuk mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak. Apabila kegiatan direncanakan secara matang maka hasil yang diperoleh ketika bermain akan optimal. Jadi yang pertama kali dilakukan dalam kegiatan bermain, adalah mengkomunikasikan kepada anak dan mengutarakan apa yang akan diperoleh dari kegiatan bermain. Oleh karena itu, setelah guru menentukan apa yang menjadi tujuan kegiatan maka kegiatan itu perlu dikaitkan dengan tema yang sesuai

2) Menentukan macam kegiatan bermain

Setelah ditentukan tujuan dan tema bermain, selanjutnya menentukan macam kegiatan bermain yang cocok dengan tujuan dan tema tersebut

- 3) Menentukan tempat dan ruang bermain
Tempat dan ruang bermain dapat dilakukan di dalam dan di luar ruang.
- 4) Menentukan bahan dan peralatan bermain
Sebelum melakukan kegiatan bermain, persiapan terlebih dahulu bahan dan peralatan secara lengkap yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. agar kegiatan bermain berlangsung tanpa hambatan selama kegiatan bermain berlangsung
- 5) Menentukan urutan langkah bermain
Sebelum menentukan urutan langkah bermain yang sudah ditetapkan. Yang perlu diperhatikan adalah perancangan kegiatan bermain yang sudah disusun sebelumnya karena hal ini akan berdampak pada kualitas pelaksanaan kegiatan bermain. Hasil pelaksanaan kegiatan bermain merupakan masukan bagi guru untuk melakukan perbaikan dan mengembangkan rancangan bermain yang telah disusun.

5. Pelaksanaan Kegiatan Bermain

Langkah-langkah kegiatan bermain melalui urutan sebagai berikut:

- 1) Kegiatan prabermian
Ada dua macam persiapan dan kegiatan pra bermain yaitu kegiatan penyiapan siswa dalam melaksanakan kegiatan bermain dan kegiatan

penyiapan bahan dan peralatan untuk digunakan

2) Kegiatan bermain

Kegiatan bermain itu sendiri terdiri dari anak menuju tempat bermain yang telah disediakan, anak melakukan tugasnya masing-masing dengan bimbingan guru, anak mengembalikan bahan dan peralatan bermain yang telah digunakan ke tempat semula setelah kegiatan bermain selesai

3) Kegiatan penutup

Dalam kegiatan ini, kegiatan bermain itu guru dapat melakukan hal-hal sebagai berikut menarik perhatian anak serta memotivasi anak, pengalaman bermain yang baru saja dilakukan oleh anak dihubungkan dengan pengalaman anak, menekankan pentingnya saling bekerja sama kepada anak

6. Metode Demonstrasi

a. Pengertian Metode Demonstrasi'

Metode Demonstrasi menurut Halimah ialah suatu cara penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada peserta didik suatu proses, prosedur dan atau pembuktian suatu materi pelajaran. Yang sedang dipelajari dengan cara menunjukkan benda sebenarnya atau benda tiruan sebagai sumber belajar.³⁵Sedangkan Samana mengemukakan bahwa metode demonstrasi adalah pengajaran yang menunjukkan fungsi setiap unsur dan

³⁵ R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004), hlm.76-77

pengorganisasian yang mengarah pencapaian tujuan pengajaran yang telah ditetapkan terlebih dahulu.³⁶ Tujuan pengajaran berupa keterampilan melakukan suatu gerakan dan karya mesti dicapai lewat penggunaan metode demonstrasi. Lebih lanjut, Muhibbin syah mengemukakan bahwa metode demonstrasi merupakan metode mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan atau materi yang sedang disajikan.³⁷ Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi ialah metode yang menekankan pada cara melakukan sesuatu dengan memberikan penjelasan, petunjuk dan memperagakan secara langsung.

b. Karakteristik dan manfaat metode demonstrasi

Adapun karakteristik yang dimiliki oleh metode demonstrasi ialah 1) berkaitan langsung dengan kehidupan sehari-hari, 2) anak didorong untuk menemukan suatu cara, 3) anak berperan aktif dalam proses pembelajaran. Sedangkan manfaat dari metode demonstrasi ialah 1) metode dapat digunakan untuk memberikan contoh untuk memperjelas informasi kepada anak, bagaimana sesuatu peristiwa berlangsung agar lebih menarik dan merangsang perhatian, serta lebih menantang.

³⁶ Samana. *System Pengajaran*(Yogyakarta:Kanisius, 1992), hlm.24

³⁷ Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru* (Bandung:Remaja Rosdakarya, 2008), hlm.205.

2) metode ini dapat membantu meningkatkan daya pikir anak dalam memperoleh pengalaman belajar.

Metode demonstrasi merupakan salah satu metode yang dapat digunakan oleh guru untuk mengembangkan kemampuan motorik anak. Karena anak dapat melakukan langsung kegiatan pembelajaran yang melibatkan kemampuan motorik anak. Baik itu motorik halus maupun motorik kasar. Misalnya praktik sholat. proses penerapan metode demonstrasi yaitu dengan mempraktikkan gerakan sholat , gerakan wudhu dengan cara guru memberikan penjelasan tentang materi sholat kemudian memberikan contoh gerakan sholat dan wudhu. Setelah itu, anak-anak dapat mempraktikkan gerakan sholat dan wudhu menirukan contoh yang diberikan guru dan dibantu dengan melihat media gambar. Dengan demikian, secara perlahan motorik anak terus meningkat dengan adanya rangsangan praktik gerakan sholat yang mereka lakukan.

c. Rancangan kegiatan demonstrasi

- 1) Menetapkan rancangan tujuan dan tema kegiatan demonstrasi. Dalam menetapkan tujuan, Guru menetapkan kegiatan-kegiatan apa yang akan dilakukan anak sedangkan dalam menetapkan tema, guru perlu memperhatikan hal-hal berikut yaitu tema tersebut harus dekat dalam kehidupan anak, menarik dan menantang aktivitas belajar anak.
- 2) Menetapkan bentuk demonstrasi yang dipilih: Setiap anak mendapatkan kesempatan untuk memperhatikan apa yang ditunjukkan, dikerjakan dan dijelaskan oleh guru agar

memperoleh pemahaman yang lebih tepat dan jelas tentang sesuatu yang dicontohkan oleh guru

- 3) Menetapkan rancangan bahan dan alat yang diperlukan untuk demonstrasi. Ada dua macam rancangan bahan dan alat yang diperlukan. Pertama, bahan dan alat yang diperlukan untuk demonstrasi oleh guru. Kedua, bahan dan alat yang diperlukan untuk menirukan contoh yang dibuat oleh guru.
 - 4) Menetapkan rancangan langkah kegiatan demonstrasi. Guru harus menyiapkan rancangan langkah-langkah kegiatan demonstrasi agar kegiatan yang dilaksanakan secara terarah.
 - 5) Menetapkan rancangan penilaian kegiatan demonstrasi: tujuan demonstrasi yang dipilih dapat dirancang dengan menggunakan teknik penilaian melalui observasi. Adapun hal yang diobservasi adalah proses langkah-langkah menirukan sesuatu yang didemonstrasikan. Oleh karena itu, penilaian diarahkan pada keberhasilan yang dicapai oleh anak dalam mengikuti langkah-langkah demonstrasi dengan cermat, teliti dan tepat dalam menirukan sesuatu yang dicontohkan oleh guru
- d. Pelaksanaan kegiatan demonstrasi
- 1) Kegiatan prapengembangan
Kegiatan ini merupakan persiapan yang harus dilakukan oleh guru sebelum memulai kegiatan demonstrasi. Kegiatan tersebut terdiri dari :a) kegiatan menyiapkan alat dan bahan yang digunakan untuk menunjukkan,

mengerjakan, menjelaskan secara sesuatu sesuai dengan tujuan dan tema yang sudah ditetapkan dan juga sesuai dengan urutan langkah-langkah demonstrasi yang sudah ditetapkan. b) kegiatan penyiapan bahan dan alat untuk menirukan pekerjaan seperti yang dicontohkan oleh guru dalam demonstrasi. c) kegiatan penyiapan anak dalam mengikuti kegiatan demonstrasi dan diikuti peniruan contoh sesudah demonstrasi. Terlebih dahulu, guru mengkomunikasikan tujuan kegiatan demonstrasi yang dilakukan oleh guru dan kegiatan menirukan yang harus dilakukan oleh anak

2) Kegiatan pengembangan

Guru mengajak anak untuk memperhatikan apa yang dilakukan guru dengan mengajukan pertanyaan kepada anak. setelah guru mendemonstrasikan langkah-langkah, guru membimbing dan mengarahkan anak untuk menirukan seperti yang dilakukan guru

3) Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, Guru memotivasi kepada anak yang berhasil maupun kepada anak yang kurang berhasil melakukan sesuai yang didemonstrasikan oleh guru

7. Metode Proyek

a. Pengertian Metode Proyek

Metode proyek adalah salah satu metode dengan memberikan pengalaman belajar dengan menghadapkan anak dalam persoalan sehari-hari yang harus diselesaikan secara berkelompok. Menurut Moeslichatoen, Metode proyek berasal dari

gagasan John Dewey tentang konsep “learning by doing” yakni proses hasil belajar dengan mengerjakan tindakan-tindakan tertentu sesuai dengan tujuannya, terutama proses penguasaan tentang bagaimana melakukan sesuatu pekerjaan yang terdiri atas serangkaian tingkah laku untuk mencapai tujuan misalnya naik tangga, melipat kertas, memasang tali sepatu, menganyam, membentuk model binatang atau bangunan dan sebagainya³⁸

b. Manfaat Metode Proyek

Melalui metode proyek, anak diberikan kesempatan untuk menyelesaikan kegiatan. Ada berbagai kegiatan yang digunakan melalui metode proyek diantaranya adalah kegiatan membentuk, membangun, menata, mengatur, menggambar, menganyam dan sebagainya.

Penerapan metode proyek dalam kegiatan pembelajaran dapat dilakukan dengan melibatkan anak langsung untuk menyelesaikan tugas. Melalui kegiatan dengan metode proyek secara tidak sadar dapat melatih perkembangan motorik halus anak, terutama koordinasi mata dan tangan, serta anak mendapatkan pengalaman secara langsung untuk menyelesaikan kegiatan proyek bagi secara kelompok maupun individu.

c. Rancangan Kegiatan Proyek

- 1) Menentukan tujuan dan tema kegiatan pengajaran dengan menggunakan metode proyek

³⁸ R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004), hlm.137

- 2) Menetapkan rancangan bahan dan alat yang diperlukan dalam kegiatan proyek
 - 3) Menetapkan rancangan pengelompokan anak untuk melaksanakan kegiatan proyek
 - 4) Menetapkan rancangan langkah-langkah kegiatan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai
 - 5) Menetapkan rancangan penilaian kegiatan pengajaran dengan metode proyek
- d. Pelaksanaan Kegiatan Proyek
- Dalam melaksanakan kegiatan proyek bagi anak ada 3 tahap yang harus dilakukan oleh guru yaitu
- 1) Kegiatan prapengembangan
Kegiatan prapengembangan merupakan persiapan yang harus dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan proyek. Guru membentuk anak dalam kelompok dan menjelaskan tugas kepada anak setiap kelompok.
 - 2) Kegiatan Pengembangan
Tiap anak melakukan tugas sesuai dengan pembagian. Guru mencatat membimbing dan mengarahkan kelompok-kelompok untuk berkreasi. Misalnya membuat hiasan dinding dari kertas; melipat kertas secara rapi dan tepat. Anak menyampaikan apa yang mereka temukan. pemilihan topic hendaknya disesuaikan dengan minat anak dan yang dekat dengan kehidupan anak. Setelah selesai, setiap kelompok menyampaikan hasil pengamatannya
 - 3) Kegiatan penutup

Setelah kegiatan proyek selesai, kegiatan diakhiri dengan mengembalikan bahan dan alat yang dipergunakan pada tempat semula, membersihkan dan merapikan tempat kerja dan member motivasi kepada anak

8. Metode Pemberian Tugas

a. Pengertian dan Manfaat Metode Pemberian Tugas

Menurut Moeslichatoen, Metode pemberian tugas adalah tugas atau pekerjaan yang sengaja diberikan kepada anak TK yang harus dilaksanakan dengan baik. Tugas itu diberikan kepada anak TK untuk memberikan kesempatan kepada mereka untuk menyelesaikan tugas yang didasarkan petunjuk langsung dari guru yang sudah dipersiapkan sehingga anak dapat menjalani secara nyata dan melaksanakan dari awal sampai tuntas³⁹. jadi, Metode pemberian tugas adalah salah satu metode yang memberikan kesempatan kepada anak melaksanakan tugas berdasarkan petunjuk langsung dari guru tentang apa yang harus dikerjakan oleh anak sehingga anak dapat memahami tugasnya. Metode pemberian tugas dimaksudkan agar memberi kesempatan kepada anak untuk belajar lebih banyak, memupuk rasa tanggung jawab pada anak, memperkuat motivasi merupakan salah satu tanggung jawab yang harus diselesaikan oleh anak.

. Metode pemberian tugas sangat berguna bagi perkembangan fisik motorik anak. Hal ini dikarenakan melalui kegiatan pemberian tugas,

³⁹ R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004), hlm.181

membuat anak didik secara otomatis akan melaksanakan apa yang diperintahkan oleh guru untuk segera dikerjakan. Misalnya melalui kegiatan seperti berjalan mengelilingi garis, melompat, menendang. Hal ini dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak. Selain itu, kegiatan seperti menggunting, menggambar, mewarnai dan lain-lain dapat meningkatkan perkembangan motorik halus anak. Pembiasaan menggunakan metode pemberian tugas dalam proses pembelajaran di kelas dapat meningkatkan perkembangan fisik motorik anak yang berakhir pada peningkatan hasil belajar anak.

- b. Rancangan kegiatan pemberian tugas
 - 1) Menetapkan tujuan dan tema yang dipilih: tujuan pembelajaran melalui pemberian tugas yaitu agar dapat menguasai materi. tujuan pembelajaran dikaitkan dengan tema yang sesuai dan sesuai dengan dimensi perkembangan anak
 - 2) Menetapkan rancangan bahan dan alat yang diperlukan untuk kegiatan pemberian tugas: Dalam menetapkan bahan dan alat yang disediakan, harus sesuai dengan rancangan tujuan dan dan tema yang telah ditetapkan.
 - 3) Menetapkan rancangan langkah-langkah kegiatan pemberian tugas dalam menetapkan rancangan pemberian tugas ada beberapa langkah yang harus dilakukan guru yaitu: pertama, mengkomunikasikan tujuan dan tema pemberian tugas. Kedua, membagikan buku tugas kepada masing-masing untuk mengerjakan tugas tersebut dengan

- menggunakan pensil. ketiga:menjelaskan cara mengerjakan tugas. Terakhir, membimbing anak dalam mengerjakan tugas agar bias mengerjakan tugas dengan lebih teliti dan rapi
- 4) Menetapkan rancangan penilaian kegiatan pemberian tugas: Rancangan pelaksanaan pemberian tugas yang telah ditetapkan mempengaruhi kualitas keberhasilan dalam pemberian tugas. Dengan demikian rancangan penilaian yang ditetapkan harus menjadi tolak ukur kelancaran dan keberhasilan pelaksanaan dalam pemberian tugas
- c. Pelaksanaan pengajaran dengan metode pemberian tugas
- 1) Kegiatan prapengembangan
Persiapan guru dalam metode pemberian tugas harus dilaksanakan secara cermat agar tujuan dan tema yang ditetapkan yang dilaksanakan dalam pemberian tugas tercapai dan memuaskan.
 - 2) Kegiatan Pengembangan
Dalam kegiatan pemberian tugas, guru mengkomunikasikan tujuan kegiatan pemberian tugas yang dimulai dengan kegiatan bercakap-cakap,. demikian seterusnya, Guru membimbing anak dalam mengerjakan tugasnya agar dapat menyelesaikan tugasnya
 - 3) Kegiatan Penutup
Setelah kegiatan pemberian tugas dilaksanakan sesuai dengan tujuan, maka guru dapat menutup kegiatan ini dengan menarik perhatian dan membangkitkan minat anak. pada akhir pembelajaran dengan menggunakan

metode pemberian tugas, guru menutup kegiatan itu dengan menunjukkan kaitannya dengan materi pelajaran yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A.A. Gede. *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Singaraja:FIP Undiksha, 2012)
- Ahmadi, Abu dan Tri Prastya Joko. *Strategi Belajar Mengajar*, (Bandung:CV Pustaka Setia, 2005),
- Ginting, Abdurrahman. *Esensi Praktis Belajar dan Pembelajaran*, (Bandung:Humaniora, 2008)
- R. Moeslichatoen. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-kanak*(Jakarta:Rineka Cipta, 2004)
- Samana. *System Pengajaran*(Yogyakarta:Kanisius, 1992)
- Sujiono, Nurani Yuliani. *Metode Pengembangan Kognitif*, (Jakarta:Universitas Terbuka, 2005)
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru* (Bandung:Remaja Rosdakarya, 2008)
- Tahar Yusuf & Saiful Anwar, *Metodologi Pengajaran Agama dan Bahasa Arab*, (Jakarta:PT. RajaGrafindo Persada, 1997)
- Wina, Sanjaya. *Strategi Pembelajaran Berbasis Orientasi Standar Proses Pendidikan*, (Jakarta:Kencana, 2008)

PROFIL PENULIS



Selfi Lailiyatul Iftitah, M.Pd lahir di Pamekasan, 25 Mei 1992, penulis merupakan Dosen IAIN Madura dalam bidang Pendidikan Anak Usia Dini, Penulis menyelesaikan gelar Sarjana Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini di Universitas Negeri Surabaya (2014), sedangkan gelar Magister Pendidikan diselesaikan di Universitas Negeri Surabaya Program Studi Pendidikan Dasar Konsentrasi Pendidikan Anak Usia Dini (2016)

BAB: IV
KESULITAN ANAK DALAM
PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Ratna Pangastuti, M.Pd.I

Fisik motorik merupakan salah satu aspek dasar manusia yang harus dikembangkan sejak usia dini disamping enam aspek lainnya yaitu aspek nilai agama dan moral, aspek sosial emosional, aspek kognitif, aspek bahasa, aspek seni. Aspek fisik motorik masih berupa potensi dasar dalam diri anak usia dini yang menyangkut kemampuan gerak, aktivitas otot kasar dan halus, kreativitas yang berkaitan dengan terampil olah tangan, dan harus dikembangkan secara holistik integratif dengan lima aspek dasar lainnya.

Perkembangan fisik motorik anak usia dini secara eksplisit berdasarkan standar minimal untuk tingkat perkembangan anak usia dini Indonesia telah diatur dalam lampiran Permendikbud nomor 146 tahun 2014 tentang Kurikulum Pendidikan Anak Usia Dini. Dimana dalam lampiran I tersebut memuat standar minimum capaian fisik motorik anak sejak usia 0 tahun (baru lahir) hingga usia 6 tahun. Anak usia dini Indonesia yang perkembangannya berada dibawah standar tersebut dapat diwaspadai dan dikatakan berkebutuhan khusus, anak yang perkembangannya sesuai dengan matrik tersebut diartikan sehat dan berkembang sesuai harapan, sedangkan anak usia dini yang perkembangannya melebihi dari matrik

tersebut dapat dikatakan gifted dan tentunya memerlukan juga perhatian dan kebutuhan khusus.

Perkembangan fisik manusia merupakan sistem organ yang kompleks, sempurna, dan mengagumkan sebagai ciptaan Tuhan. Kuhlen dan Thompson mengemukakan bahwa ada empat aspek perkembangan fisik manusia, yaitu:

1. Sistem saraf yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi.
2. Otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik.
3. Kelenjar endokrin yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru, seperti pada usia remaja berkembang perasaan senang untuk aktif dalam suatu kegiatan yang sebagian anggotanya terdiri dari lawan jenis.
4. Struktur fisik/tubuh yang meliputi tinggi berat dan proporsi.

Secara ideal anak harus tumbuh dan berkembang sesuai garis perkembangan yang telah ditentukan baik dari bidang medis maupun pendidikan berdasarkan standar nasional Indonesia maupun dunia (WHO). Namun kenyataannya, tidak semua perkembangan anak usia dini sesuai dengan standar atau sempurna, selalu ada kasus penyimpangan yang terjadi di kehidupan dan itu merupakan ujian dari Allah SWT bagi manusia lainnya. ada dua faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik dan motorik anak usia dini yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Sebagian besar faktor internal terjadi karena pembawaan sejak masa ibu hamil, faktor genetik, atau sakit yang diderita anak. Adapun faktor eksternal lebih dipengaruhi

faktor luar yang tidak terduga, misalnya: kecelakaan, radiasi sinar berbahaya, lingkungan.

Kuhlen dan Thompson yang dikutip oleh Novan Ardy Wiyani tahun 2014 menjelaskan bahwa perkembangan fisik pada anak usia dini meliputi empat hal, yaitu:

1. Sistem syaraf yang mempengaruhi aspek perkembangan kognitif dan emosi.
2. Otot – otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik.
3. Kelenjar endokrin yang menyebabkan munculnya pola-pola perilaku baru.
4. Struktur fisik/tubuh yang meliputi tinggi badan, berat badan, lingkaran kepala, serta pertumbuhan fisik lainnya secara proporsional.

Selanjutnya Yudrik Yahya dalam bukunya *“Psikologi Perkembangan”* tahun 2011 membagi perkembangan fisik anak menjadi 2 (dua) yaitu perkembangan anatomis dan perkembangan fisiologis. Aspek perkembangan motorik terutama pada anak usia dini menjadi bagian terpenting dalam masa tumbuh kembang yang harus mendapatkan perhatian serius guna menunjang terbentuknya generasi yang unggul, berkualitas, dan tangguh secara jasmani. Dalam menuju kesempurnaan gerak pada anak usia dini, ditentukan oleh urutan atau irama perkembangan masing-masing anak. Secara umum urutan atau tahap perkembangan diawali dengan terjadinya suatu proses perkembangan tiga aspek yaitu anatomis, fisiologis, dan motoris.

Aspek perkembangan anatomis biasa atau seringkali ditunjukkan adanya suatu perubahan kuantitas pada pertumbuhan struktur tulang belulang, otot, dan

proporsi tinggi badan. Aspek perkembangan jenis ini lebih tepat mengarah kepada pertumbuhan fisik badan manusia dengan ditandai bertambahnya tinggi badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan atas, lebar bahu, berat badan, pinggul, dada dan bagian tubuh lain dimana semua itu akan terus tumbuh sesuai masanya masing-masing seiring bertambahnya usia anak. Kendala yang mungkin dialami anak pada aspek pertumbuhan anatomis ini dikarenakan faktor gizi, kesehatan, dan lingkungan. Kondisi-kondisi ini seringkali menjadi faktor penyebab terhambatnya manusia untuk tumbuh dan berkembang secara maksimal dalam masa hidupnya. Konsekuensi yang terjadi adalah proporsi struktur tubuh menjadi tidak seimbang dengan usia anak yang tentunya hal itu dapat berpengaruh buruk juga pada aspek perkembangan dasar anak yang lain.

Aspek perkembangan fisiologis merupakan proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan organ-organ tubuh, sehingga secara fisiologis dapat ditandai dengan adanya perubahan secara kuantitatif, kualitatif, dan fungsional dari sistem organ makhluk hidup. Pada anak-anak usia dini, otot-otot tubuh berfungsi sebagai pengontrol dari gerakan tubuh dan denyut jantung yang frekuensi detaknya kurang lebih 140 denyut per second. Sejalan dengan bertambahnya usia anak-anak maka fungsi organ makin tumbuh kuat dan matang. Organ-organ tersebut akan semakin dapat berfungsi maksimal sesuai fungsi masing-masing. Perubahan yang terjadi masih bersifat kuantitatif karena masih dapat diukur secara standar ukur, dan beberapa hal berkembang secara kualitatif terutafa fungsi kerja karena tidak dapat diukur dengan ukuran dan hitungan angka, namun lebih pada pengamatan rangkaian fakta proses perkembangan manusia seiring bertambah

usianya. Proses pertumbuhan dan perkembangan ini terjadi secara alamiah dan bukan karena stimulasi dari proses latihan fisik. Secara alamiah manusia akan tumbuh dan berkembang terus seiring bertambahnya usia, namun demikian alangkah lebih baik lagi jika tumbuh kembang dalam periode emas anak usia dini yang hanya muncul sekali seumur hidup ini, proses perubahan tumbuh kembangnya di stimulasi dan pelatihan secara periodik dan optimal sehingga perkembangannya akan lebih maksimal dan proporsional.

Aspek perkembangan perilaku gerak dapat dibagi dalam tiga bagian yaitu, (1) kontrol gerak, (2) pembelajaran gerak, dan (3) perkembangan gerak. **Kontrol gerak** adalah kajian-kajian yang terkait dengan faktor sistem syaraf atau neurologis manusia yang berpengaruh terhadap gerakan tubuh manusia. Kajian neurophysiological mengacu pada fungsi tubuh secara khusus yang terkait dengan sistem syaraf tubuh. Neurofisiologis ini merupakan ilmu fisiologi yang mempelajari tentang fungsi sistem saraf dan berkaitan erat dengan neurobiologi, etologi, neurofisiologi klinik, elektrofisiologi, neurologi, psikologi, neuroanatomi, ilmu kognitif, dan cabang ilmu otak lainnya. Kita ketahui bersama bahwa sistem saraf merupakan diantara sistem koordinasi gerak tubuh yang berfungsi menyampaikan rangsangan dari reseptor untuk di deteksi dan di reposn tubuh. Sistem saraf sangat penting dalam memproduksi gerakan manusia, karena sel-sel saraf menstimulasi serta-serta otot untuk memproduksi gerakan yang diinstruksikan oleh otak. Dengan adanya sistem saraf ini memungkinkan manusia tanggap dan reaktif terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan luar maupun dalam. **Pembelajaran gerak** mempelajari tentang proses dalam

mendapatkan dan menyempurnakan keterampilan gerak. Keterampilan gerak ini diartikan sebagai gerakan-gerakan yang tergantung pada latihan dan pengalaman gerak, dimana pembelajaran gerak dipengaruhi oleh situasi latihan, pengalaman, dan atau pembelajaran yang bersumber dari berbagai perilaku gerak manusia. Perkembangan gerak dapat diartikan pula sebagai perubahan perilaku gerak yang mencerminkan interaksi antar manusia yang telah matang dengan lingkungan alam sekitarnya. Sehingga perilaku gerak memerlukan adanya koordinasi fungsional antara persarafan dan otot, fungsi kognitif, afektif, dan konatif. Secara umum, ada dua perilaku gerak utama yang harus dikuasai oleh manusia, yaitu (1) berjalan dan memegang benda (merupakan jenis ketrampilan gerak dasar), (2) bermain dan bekerja (merupakan ketrampilan gerak penunjang). Terdapat dua sasaran dari proses perkembangan motorik manusia yang ingin dicapai yaitu, pengayaan gerak dan kesadaran gerak. Secara alamiah, pengayaan gerak ini harus dimiliki dan dikuasai oleh setiap manusia, karena sangat berguna bagi proses perkembangan dan pertumbuhannya. Selanjutnya jenis gerak yang melibatkan fungsi kerja otot manusia secara umum dibagi menjadi dua yaitu **pertama, gerak kasar** yang melibatkan penggunaan otot-otot besar manusia dalam hal ini anak usia dini, kedua gerak halus yang melibatkan fungsi dan kerja otot-otot kecil manusia. Keterampilan gerak dasar otot besar berdasarkan fungsinya dibagi menjadi tiga keterampilan yaitu keterampilan lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. **Lokomotor** diartikan sebagai suatu kemampuan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya atau mengangkat tubuh dari bawah ke atas. Contoh gerakan lokomotor yaitu lompat, loncat, berjalan, berlari, melompat, meluncur, dan

berjingkat. Keterampilan lokomotor ini sangat menunjang aktivitas keseharian manusia, jika terjadi gangguan pada keterampilan lokomotor ini maka aktivitas mobilitas manusia akan terhambat dan hasilnya tidak optimal. **Keterampilan non lokomotor** merupakan keterampilan gerak yang tidak mengharuskan manusia dalam kajian ini anak usia dini untuk memindahkan posisi tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Aktivitas yang dilakukan dapat ditempat dan tidak memerlukan ruang gerak yang memadai. Contoh keterampilan non lokomotor adalah menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, melingkar, memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lain, dan lain sebagainya. Jika keterampilan non lokomotor ini pun terganggu maka kesempurnaan gerak manusia juga akan terhambat dan hasilnya tidak optimal. **Keterampilan manipulatif** yaitu kemampuan manusia melakukan aktivitas atau gerak dengan merekayasa benda. Keterampilan jenis ini diperlukan ketika manusia tengah menguasai macam-macam obyek, dimana keterampilan ini lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, namun bagian lain dari tubuh juga dapat digunakan. Bentuk-bentuk keterampilan manipulasi terdiri dari gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang), gerakan menerima (menangkap), gerakan memantul-mantulkan bola, menggiring bola, dan sebagainya. Tanpa adanya keterampilan manipulasi yang memadai maka gerak kesempurnaan manusia tidak akan berkembang dan tumbuh secara optimal. Jadi, pada hakekatnya tujuan perkembangan gerak motorik kasar adalah kemampuan meningkatkan keterampilan gerak, kebugaran jasmani, menanamkan sikap percaya diri, mampu bekerjasama, dan mampu berperilaku jujur, disiplin, dan sportif. **Kedua gerak**

halus merupakan kemampuan gerak individu yang beraktivitas menggunakan otot-otot halus atau kecilnya, walaupun hanya otot kecil atau halus namun perannya sangat utama diperlukan dalam berbagai aktivitas manusia. Contoh gerak halus yang menggunakan otot kecil adalah menulis, memasang kancing baju, meremas, menggenggam, menggambar, menyusun balok, memasukkan bola dalam keranjang, menggunting, menjahit dengan tangan, mewarnai, dan lain sebagainya. Sehingga tujuan perkembangan gerak halus adalah mampu memfungsikan otot-otot kecil, seperti gerakan jari tangan, mampu mengkoordinasikan kecepatan tangan dengan mata, dan mampu mengendalikan emosi.

Kesadaran gerak merupakan kemampuan manusia dalam mengendalikan aktivitas otot-otot dan saraf yang ada pada tubuhnya. Manusia harus mampu memanfaatkan indera, mengontrol keseimbangan, mengenali ruang geraknya, memahami bagian-bagian tubuh yang dapat digerakkan. Dalam bergerak dan beraktivitas, manusia harus mampu menyadari keberadaannya dengan kondisi lingkungannya. Bagian tubuh yang digunakan untuk mengenali lingkungan sekitarnya hingga dapat berinteraksi dengan baik adalah panca indera. Unsur keseimbangan diperlukan untuk menyeimbangkan antara tenaga yang berlawanan dengan menajga pusat berat badan, sedangkan ruang memberikan peran bagi manusia untuk mampu memahami ruang eksternal sekitar dan memfungsikannya melalui ruang tersebut, seperti lingkaran, segi tiga, segi empat dan lain sebagainya. Unsur tubuh, berfungsi untuk mengetahui dan memahami nama dan fungsi macam-acam bagian tubuh yang melekat pada rida misalnya kaki, tangan, mata, telinga, dan sebagainya.

Unsur waktu merupakan kemampuan manusia untuk menduga waktu kedatangan didasarkan pada ciri-ciri kecepatan jalannya bola, berat, dan jarak bola. Dengan kata lain kemampuan manusia mengantisipasi sesuatu benda yang datang padanya. Unsur arah yaitu kemampuan manusia memahami dan menerapkan konsep arah, misalnya atas, bawah, depan, belakang, kanan, dan kiri, dan sebagainya. Jadi unsur-unsur kesadaran gerak memiliki fungsi untuk mengoptimalkan tubuh dalam beraktivitas, sehingga seluruh alat gerak tubuh dapat berfungsi optimal.

WHO pada tahun 2014 menyatakan bahwa 5-10% anak mengalami keterlambatan perkembangan. Sekitar 1-3% di Indonesia, diperkirakan terjadi khusus anak usia dibawah 5 tahun. Di tahun 2013 Departemen Kesehatan RI melakukan kegiatan skrining perkembangan di 30 provinsi di Indonesia dengan laporan hasil terdapat 45,12% bayi mengalami gangguan perkembangan. Terdapat hampir 30% anak di Jawa Barat mengalami keterlambatan perkembangan dan sekitar 80% diantaranya disebabkan kurang stimulasi. Jika di padukan data yang diperoleh dari SDIDTK anak balita pada tahun 2012 didapat gangguan perkembangan motorik kasar sebesar 20,3% dan gangguan perkembangan motorik halus sebesar 14,7%. Selanjutnya di tahun 2013 diperoleh informasi bahwa gangguan perkembangan kasar sebesar 19,7% dan gangguan perkembangan motorik hals sebesar 16,2%.

Menurut dokter spesialis anak,ada empat jenis gangguan perkembangan anak, salah satu diantaranya adalah gangguan aspek fisik sosial. Keterlambatan perkembangan terjadi ketika anak mengalami tumbuh kembang fisik, emosional, sosial, dan kemampuan komunikasi yang lebih lambat dari perkembangan yang

diharapkan. Situasi dan kondisi ini menyebabkan anak membutuhkan waktu lebih lama dari teman seusia dan sebayanya untuk mengembangkan keterampilan baru. Data riset yang dikutip oleh Indonesian Pediatric Society atau Asosiasi Dokter Anak Indonesia (IDAI), dalam Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 disebutkan bahwa angka kejadian anak pendek atau cebol akibat permasalahan kurang gizi, yang di Indonesia mencapai angka 37,2% dan tentunya gangguan ini akan berdampak luas kepada pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Keterlambatan perkembangan disebabkan banyak faktor diantaranya faktor genetik contohnya down syndrom, komplikasi selama mengandung dan melahirkan, kelahiran prematur, dan banyak kasus lain yang belum diketahui penyebabnya. Spesialis anak Hassenfeld Children's Hospital di NYULangone mengelompokkan beberapa jenis keterlambatan perkembangan yang terjadi pada anak diantaranya fisik, sosial, kognitif, emosional, komunikasi, dan sebagainya.

Keterlambatan gerak motorik akan mengganggu kemampuan anak untuk mengendalikan otot di daerah lengan, kaki, dan tangan. Bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik akan sulit untuk berguling, merangkak, duduk dan seterusnya. Sementara anak yang sudah besar akan merasa susah melakukan pekerjaan dasar misalnya memegang benda, dan sebagainya. Keterlambatan motorik pada anak dapat disebabkan oleh achondroplasia yaitu kondisi genetik yang menyebabkan anggota gerak lebih pendek dari ukuran normal sehingga mempengaruhi kerja dan fungsi otot. Contohnya anak dengan gangguan cerebral palsy atau distrofi otot.

Tulisan dr.Retno Savitri,Sp.KFR yang diposting oleh RS Hermina Serpong pada tanggal 11 September 2020 menjelaskan bahwa ada banyak faktor yang memengaruhi perkembangan motorik anak usia dini diantaranya kematangan saraf, kondisi otot tulang dan sendi, kemampuan indera sensori (penglihatan, pendengaran, sensasi raba taktil, vestibler) dan kecerdasan anak serta stimulasi dari lingkungan sekitar. Diantara tanda-tanda keterlambatan perkembangan motorik kasar anak usia dini adalah sebagai berikut:

1. Posisi anak yang terlihat asimetris antara kanan dan kiri ketika berbaring atau tertelungkup.
2. gerakan lengan dan tungkai yang terlihat asimetris antara kanan dan kiri
3. Otot tubuh anak terlihat kaku
4. Jika diangkat dan diberdirikan, kedua tungkai anak menyilang.
5. Belum dapat berguling setelah anak berusia delapan bulan.
6. Setelah usia delapan bulan anak belum mampu duduk tanpa ditopang
7. setelah usia satu setengah tahun anak belum mampu berjalan tanpa bantuan

Menurut B. Suhartini, dosen Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, FIK UNY dalam artikel jurnalnya tahun 2005 yang berjudul "*Deteksi Dini Keterlambatan Perkembangan Motorik Kasar pada Anak*" menjelaskan bahwa beberapa gejala yang merupakan pertanda terjadinya gangguan perkembangan motorik kasar pada anak, antara lain sebagai berikut:

1. Otot anak yang terlalu kaku atau lemah.

2. Ukuran bayi abnormal
3. Anak pernah mengalami kejang
4. Anak terlihat sering melakukan gerakan aneh, misalnya bayi menunjukkan gerakan seperti berputar-putar sendiri tanpa koordinasi atau tujuan yang jelas.
5. Mengalami keterlambatan bicara, misalnya bayi telah berusia satu tahun masih mampu mengucapkan ah,,,...atau oh....atau hanya berceloteh.
6. Ketika proses persalinan tidak mulus.

Sedangkan tanda-tanda untuk anak yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik halus adalah sebagai berikut:

1. Posisi kedua tangan menggenggam walaupun sudah diberikan stimulasi untuk membuka (misalnya diberikan mainan) setelah berusia tiga bulan.
2. Cenderung kedua tangan dan lengan berada di samping tubuh
3. Cenderung gerakan salah satu tangan yang aktif
4. Anak merasa kesulitan ketika meraih dan menggenggam benda
5. Anak tidak dapat mengarahkan kedua tangannya ke tengah tubuh (misalnya tepuk tangan) setelah berusia delapan bulan.
6. Anak tidak mampu menggenggam benda dengan kedua tangan
7. Anak kesulitan dalam melepas benda yang sedang di genggam setelah berusia satu setengah tahun.
8. Anak jarang menatap kearah tangan terutama ketika sedang meraih atau menggenggam benda.

Pada dasarnya anak memiliki kecepatan irama perkembangan yang berbeda-beda, sehingga kemungkinan

anak yang terlambat berjalan terkadang lebih cepat dalam perkembangan bahasa atau bicaranya. Yang terpenting adalah terus memantau perkembangan motorik anak apakah mengalami keterlambatan atau tumbuh kembang secara normal. Keterlambatan aspek motor pada anak usia dini yang terjadi bisa bersifat fungsional yang tidak berbahaya, tanda adanya kerusakan pada susunan saraf misalnya cerebral palsy atau gangguan sistem motorik yang disebabkan oleh kerusakan bagian fungsi otak yang mengatur kemampuan gerak otot-otot tubuh, terjadi pendarahan otak, afiksia atau bayi tidak langsung menangis ketika lahir, pernah terjadi benturan atau trauma kepala yang berat, serta adanya kelainan sumsum tulang belakang dan gangguan saraf tepi atau poliomyelitis yang menyebabkan kelumpuhan serta penyakit otot atau distrofia muskulerum.

Tidak semua anak usia dini mengalami perkembangan motorik yang optimal sesuai dengan pertumbuhannya usia. Ada beberapa yang menjadi masalah dalam perkembangan motorik, antara lain:

- a. Masalah dalam keterampilan motorik kasar
Permasalahan keterampilan motorik kasar pada anak terkait dengan ketidakmampuan anak mengatur keseimbangan dan reaksi kurang cepat serta koordinasi kurang baik. Permasalahan keseimbangan pengaturan tubuh pada dasarnya berhubungan dengan sistem vestibuler sebagai pengatur keseimbangan dalam tubuh manusia. Jika permasalahan ini tidak cepat ditangani akan memiliki dampak pada kesulitan dalam membaca dan menulis ketika anak memasuki jenjang pendidikan sekolah dasar. Selain itu, kemampuan bereaksi dan koordinasi juga sebagai penentu keterampilan motorik

kasar anak, dan masih banyak anak lambat dalam bereaksi dan kacau dalam sistem koordinasi gerakannya. Semua ini terjadi karena anak kurang diberikan kesempatan untuk berlatih atau ada kemungkinan anak memiliki gangguan permasalahan dalam saraf motoriknya.

b. Masalah dalam keterampilan motorik halus

Permasalahan keterampilan motorik halus yang terjadi pada anak usia dini terkait dengan kemampuan yang kurang dalam menggambar bentuk bermakna dan belum bisa mewarnai dengan rapi. Usia 4 tahun anak mulai dapat menggambar bentuk yang memiliki makna meskipun belum sempurna. Jika anak usia 4 s.d 6 tahun belum dapat menggambar beberapa bentuk yang tergabung dengan baik menjadi suatu bentuk yang lebih bermakna perlu perhatian khusus untuk diwaspadai. Orangtua atau guru perlu meninjau kemampuan anak dalam mempersepsikan apa yang ada di lingkungan sekitarnya. Anak usia empat tahun biasa juga memiliki kemampuan yang makin membaik dalam aktivitas mewarnai gambar. Sehingga jika menjelang usia masuk Sekolah Dasar anak belum memiliki kemampuan mewarnai gambar dengan baik, misalnya coretan warna keluar dari bingkai gambar, perlu diwaspadai kemungkinan anak mempunyai masalah dalam koordinasi mata dan tangannya. sehingga perlu dilakukan observasi dan skrining lanjutan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan perkembangan fisik motorik anak usia dini, diantaranya sebagai berikut:

1. Adanya kelainan tonus otot atau penyakit neuromuskular, misalnya muscular distrofi ditandai

dengan memperlihatkan keterlambatan dalam kemampuan berjalan. Namun demikian, tidak selamanya gangguan perkembangan motorik selalu disebabkan oleh penyakit itu.

2. Gangguan sistem saraf pusat misalnya cerebral palsy juga dapat mengalami keterbatasan perkembangan motorik.
3. Kelainan sumsum tulang belakang, misalnya spina bifida juga disinyalir dapat menyebabkan gangguan pada perkembangan motorik.
4. Faktor lingkungan serta kepribadian anak juga dapat mengakibatkan gangguan dalam perkembangan motorik anak. Anak tidak memiliki kesempatan untuk belajar untuk bergerak karena sering digendong dan diletakkan di baby walker, sehingga otot menjadi malas dan kemampuan gerak menurun atau statis
5. Kelainan bawaan ketika bayi masih dalam kandungan dapat pula menyebabkan gangguan pada proses tumbuh kembang fisik motoriknya. Semisal terinfeksi virus TORCH (toksoplasmosis, rubela, cytomegalovirus, dan herpes), serta adanya gangguan plasenta yang mengakibatkan janin tidak berkembang optimal karena suplai makanan tidak terpenuhi.
6. Proses persalinan yang mengalami kesulitan, semisal hiperbilirubina kadar bilirubin dalam darah diatas ambang normal dan hipoksi kekurangan oksigen dapat pula menyebabkan terjadinya gangguan perkembangan motorik anak.

Ibu sebagai pengasuh utama dan terdekat dengan anak lebih banyak mengetahui proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta faktor-faktor yang mempengaruhi proses keterlambatan itu. Pengetahuan ibu

tentang perkembangan anak sangatlah penting karena dapat membantu mengarahkan sikap ibu untuk lebih berinteraksi dengan anak sehingga secara tidak langsung akan berpengaruh pada perkembangan anak itu sendiri. Sedangkan ibu yang memiliki pengetahuan tentang perkembangan anak cenderung akan menciptakan suasana lingkungan yang sesuai untuk munculkan kemampuan anak secara kondusif.

Segala hal yang menghambat perkembangan motorik kasar pada anak, misalnya kelahiran sulit, terlebih bila disertai trauma di kepala, anak yang memiliki intelegensi rendah, lingkungan dengan orangtua yang over protective sehingga menghambat kebebasan anak untuk melatih keterampilan motorik kasarnya. Kelahiran prematur atau kelahiran dini dapat menjadi faktor penghambat perkembangan motorik kasar dan halus juga. Perkembangan lain juga disebabkan cacat fisik, misalnya anak mengalami kebutaan, adanya kejadian perbedaan pola asuh yang berkaitan dengan jenis kelamin, anak perempuan lebih dikekang daripada anak laki-laki, dan sebagainya.

FISIOTERAPI

Langkah-langkah dan teknik penanganan dari permasalahan fisik atau motorik kasar anak adalah dapat dilakukan dengan DDTK (Deteksi Dini Tumbuh Kembang) anak, yaitu dapat berupa tes dan non tes. Tes merupakan salah satu alat bantu yang dapat dipergunakan untuk mengidentifikasi permasalahan anak yang sifatnya baku dan sudah terstandar. Bentuk tes ini dapat berupa pertanyaan-pertanyaan atau tugas-tugas yang harus dijawab atau dikerjakan anak dan dibatasi oleh waktu. Dari beragam jenis tes yang banyak dipergunakan, di antaranya

adalah ts bakat, intelegensi, prestasi, diagnostik, dan lain-lain, kemudian Teknik non tes biasanya dipergunakan untuk mengidentifikasi permasalahan anak dengan cara mengamati penampilan serta perilaku anak dalam aktivitas kesehatannya sehingga cenderung lebih fleksibel bila dibandingkan dengan teknis tes. Selain itu dipergunakan untuk kumpulan hasil karya dan pekerjaan anak selama periode waktu tertentu.

Penanganan masalah anak dapat dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut: (1) identifikasi kasus yaitu upaya untuk menandai subyek (anak) yang diperkirakan mengalami masalah, (2) identifikasi masalah yaitu upaya mengetahui inti permasalahan yang dihadapi anak, (3) Diagnosis merupakan langkah untuk mengidentifikasi karakteristik serta faktor penyebab masalah yang dialami anak, (4) Prognosis, merupakan langkah untuk merumuskan alternatif upaya bantuan sesuai dengan karakteristik permasalahan yang dialami, (5) Treatment, merupakan upaya pemberian bantuan itu sendiri, (6) Tindak lanjut, dilakukan sebagai bentuk evaluasi terhadap upaya pemberian bantuan yang telah dilakukan serta kemungkinan penggunaan langkah-langkah berikutnya.

Selain hal tersebut diatas dapat pula dilakukan penanganan gangguan fisik motorik pada anak terhadap gangguan perkembangan dan pertumbuhannya meliputi:

1. Pengukuran berat badan secara teratur untuk memantau pertumbuhan dan keadaan gizi balita. Mencatat setiap bulan pertumbuhan balita dalam KMS (Kartu Menuju Sehat) sehingga dari pola grafik yang terrekam dapat di

- deteksi dan dilakukan intervensi jika terjadi gejala penyimpangan dari garis normal.
2. Pengukuran tinggi badan anak secara rutin hingga usia 2 tahun dengan cara anak berbaring, sedangkan ketika anak berumur diatas 2 tahun dilakukan pengukuran secara rutin juga dengan anak berdiri. Sebagaimana berat badan, hasil pengukuran tinggi badan ditulis di KMS untuk memantau pertumbuhan dan perkembangannya secara normal.
 3. Pengukuran lingkar kepala anak (PLKA) biasa dipakai untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan otak anak, sehingga jika ada hambatan atau gangguan pada pertumbuhan tengkorak maka perkembangan otak juga akan terhambat. Pengukuran ini dilakukan pada diameter occipitofrontal dengan mengambil rerata tiga kali pengukuran sebagai standar.

Stimulus yang diberikan pada anak untuk perkembangan motorik kasar dalam bentuk koordinasi gerakan tubuh, misalnya berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar, dan menangkap bola serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar anak. Untuk anak usia 4 tahun, mereka sangat menyukai kegiatan fisik yang mengandung petualang misalnya melompat dari tempat tinggi, bergelantung seperti kera, menggelayutkan kepala ke bawah, dan sebagainya. Sedangkan untuk usia 5 s.d 6 tahun keinginan untuk melakukan kegiatan berbahaya makin bertambah. Pada masa ini anak menyenangi kegiatan perlombaan, misalnya balapan sepeda, balapan lari atau kegiatan kompetitif lainnya. Agar motorik anak dapat berkembang dengan baik dan sempurna perlu dilakukan stimulasi yang terarah dan

terpadu. Berikut ini adalah beberapa stimulasi yang dapat diberikan kepada anak usia dini, yaitu:

1. Jalan. Untuk menstimulasi anak agar jalan, pastikan anak telah melalui proses duduk, merangkak, dan berdiri. Anak harus distimulasi untuk kemampuan beridir, berjalan kedepan, berjalan ke belakang, berjalan berjingkat, melompat, meloncat, berlari, berdiri satu kaki, menendang bola, dan sebagainya. Jika perkembangan jalan tidak dikembangkan dengan baik, anak akan mengalami gangguan keseimbangan.

Stimulasi : orangtua berdiri berjarak dengan anak sambil memegang mainan yang menarik. Gelar karpet atau alas lantai bergambar karakter binatang, angka, huruf, buah, atau lainnya yang menarik bagi anak. Selanjutnya minta anak untuk mencari gambar yang diucapkan orangtua, misalnya “ayo nak, cari dan injak gambar kucing!”. Selain itu juga dapat dengan cara bermain mobil-mobilan atau troli yang bisa di dorong-dorong untuk membantu anak belajar jalan.

2. Lari. Aktivitas lari berpengaruh pada perkembangan kemampuan lompat dan lempar serta kemampuan konsentrasi anak kelak. Pada perkembangan lari ini, dibutuhkan keseimbangan tubuh, kecepatan gerakan kaki, ketepatan empat pola kakiheel strike bertumpu pada tumit, toe off telapak kaki mengangkat kemudian kaki bertumpu pada ujung-ujung jari kaki, swing kaki berayun dan landing setelah mengayun kaki menapak pada alas dan motor planning perencanaan gerak. Jika perkembangan lari mengalami gangguan, maka dimungkinkan anak akan mengalami masalah dalam keseimbangannya, misalnya mudah capek dalam aktivitas fisik, sulit berkonsentrasi.

Stimulasi: stimulasi lari bisa dimulai ketika anak berada pada fase jalan, sekitar usia 12 bulan keatas. Aktivitasnya dapat dalam bentuk menendang bola, main sepeda mulai roda empat sampai bertahap ke roda tiga dan selanjutnya roda dua serta anak mampu naik turun tangga.

3. Lompat. Lompat merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki anak adalah keseimbangan yang baik, kemampuan koordinasi motorik dan motor planning perencanaan gerak. Contoh, saat anak ingin melompati sebuah tali, anak harus sudah memiliki rencana apakah akan mendarat dengan satu kaki atau dua kaki. Jika menggunakan satu kaki, maka kaki mana yang akan digunakan. Jika anak tidak mampu untuk melakukan gerakan melompat maka dapat dimungkinkan akan mengalami kesulitan dalam sebuah perencanaan tugas yang terorganisasi tugas-tugas yang membutuhkan kemampuan motor planning.

Stimulasi: lompat di tempat atau menggunakan trampolin. Tidak dianjurkan lompat-lompat di tempat tidur karena meski melatih motorik namun “mengacaukan” kognitif. Artinya, mengajarkan perilaku atau mindset yang tidak baik pada anak. Sebab seharusnya tempat tidur bukan tempat untuk melompat atau bermain. Lompatan berjarak gambarlah lingkaran-lingkaran dari kapur atau menggunakan lingkaran hulahop yang diatur sedemikian rupa letaknya. Anak diminta untuk melompati lingkaran-lingkaran tersebut, gradasikan tingkat kesulitan dengan memperlebar jarak dan menggunakan kaki dua kemudian satu secara bergantian.

4. Lempar. Pada fase ini yang mempunyai peran adalah sensori keseimbangan, rasa sendi proprioseptif, serta visual. Peran yang paling utama adalah proprioseptif,

bagaimana sendiri merasakan suatu gerakan atau aktivitas. Contohnya saat anak melempar bola, seberapa kuat atau lemah lemparannya, agar bola masuk ke dalam keranjang atau sasaran yang dituju. Jika kemampuan melempar tidak berkembang dengan baik maka anak akan mengalami permasalahan dalam aktivitas yang melibatkan gerak ekstrimitas atas bahu, lengan bawah, tangan dan jari-jari tangan. Misalnya aktivitas menulis. Aktivitas motorik halus lainnya juga akan terganggu, contohnya memakai kancing baju, menalikan sepatu, makan sendiri, meronce, main puzzle, menyisir rambut, melempat sasaran, dan sebagainya.

Stimulasi : anak diajak lempar tangkap bola gradasikan tingkat kesulitasnya yaitu posisi, besar bola, berat bola, dan jenis lambungan. Pada posisi ini dapat dilakukan sambil duduk kaki lurus, duduk kaki bersila, duduk kaki seperti huruf W ke belakang, jongkok, dan bahkan berdiri. Pada jenis

Sebelum menentukan jenis terapi yang paling tepat untuk mengatasi permasalahan keterlambatan perkembangan motor anak khususnya motor kasar, maka alangkah bijaknya langkah pertama kali adalah menelusuri sumber penyebabnya. Jika sumber permasalahan itu berasal dari lingkungan sebagai contoh sikap over protection orangtua terhadap anak, maka solusinya adalah orangtua harus mengubah pola asuhnya. Mereka harus membiarkan anak-anak bebas bergerak sesuai nalurinya dan tumbuh alaminya. Kebebasan gerak yang diberikan kepada anak-anak dapat menstimulasi sikap mandiri dalam bergerak dan dengan cara ini anak merasa termotivasi untuk belajar menguasai semua tahapan perkembangan secara alami dan benar sesuai bertambahnya usia.

Namun jika penyebab permasalahan tersebut adalah adanya otot yang tidak berkembang secara optimal, anak kekurangan tenaga untuk beraktivitas, terjadi kerusakan susunan sistem saraf pusat, saraf tepi, serta kelainan sumsum tulang belakang, maka terlebih dahulu anak harus dibawa ke dokter spesialis anak untuk mengetahui secara pasti permasalahan kelainan yang d derita anak Kemudian, dokter akan mengarahkan untuk melakukan fisioterapi sesuai dengan kelainn yang alami anak. Selain kondisi lingkungan dan dan kesehatan anak, keterlambatan perkembangan motorik kasar anak juga disebabkan kurangnya gerak atau stimulasi sertamotivasi yang diberikan kepada anak. Pemberian fisioterapi lebih awal atau sejak dini dapat membantu mengembangkan kemampuan motorik kasar anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal dan optimal.

REFERENSI

- Ananda Prihatini, Destri. Jenis Keterlambatan Perkembangan Anak: Kognitif, Motorik, Emosional. <https://tirto.id/jenis-keterlambatan-perkembangan-anak-kognitif-motorik-emosional-ej7M> diakses tanggal 21 mei 2022 jam 08.47
- Eric Burhaein. Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesia Journal of Primary Education*. 2017. Volume 1 nomor 1
- Masganti. *Perkembangan Peserta Didik*. 2012. Medan: Perdana Publishing.
- Pengembangan Program Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 0 s.d <3 tahun. 2014. BPPAUDNI Regional II Surabaya.
- Suhartini, B. Deteksi Dini Keterlambatan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak. *Jurnal*. Volume 1 nomor 2, Oktober2005: 177-185
- Yusuf, S. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. 2014. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

PERKEMBANGAN FISIK DAN MOTORIK ANAK

(Child Physical and Motoric Development)

Perkembangan motorik kasar merupakan hal yang sangat penting penting, terutama pada anak usia dini 5-6 tahun, perkembangan pada anak-anak sedini mungkin perlu adanya bimbingan dari guru usia. semakin maju keterampilan motorik anak usia dini terabaikan, hal ini disebabkan karena mereka belum pemahaman mereka bahwa perkembangan motorik adalah bagian dari bagian integral dari kehidupan anak usia dini.

Perkembangan motorik berarti mengendalikan control gerakan fisik melalui aktivitas pusat syaraf, syaraf dan otot terkoordinasi. Perkembangan ini berasal dari perkembangan refleksi dan aktivitas massa yang ada sejak lahir. Sebelum perkembangan ini terjadi, anak akan menjadi tidak berdaya. Keadaan ketidakberdayaan berubah dengan cepat.

Perkembangan motorik adalah proses pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak anak. Pada dasarnya, perkembangan ini berkembang sesuai dengan kematangan saraf dan otot anak. Jadi, setiap gerakan, betapapun sederhananya, adalah hasilnya pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem di dalam tubuh dikendalikan oleh otak.



IKAPI



PENDIDIKAN

ISBN 9786 2353 6497 1



9 786235 364971