

BAB II

KERANGKA DASAR TEORI

A. KERANGKA TEORI

1. Keterampilan Motorik Kasar

a. Pengertian Motorik Kasar

Bambang Sujiono berpendapat bahwa motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak gerakan motorik melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki dan seluruh tubuh anak.¹ Jadi dapat disimpulkan bahwa motorik kasar adalah suatu aktivitas yang melibatkan seluruh aktivitas gerakan yang dilakukan oleh otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki yang membutuhkan koordinasi gerakan yang melibatkan sebagian besar tubuh seperti koordinasi antara gerakan mata dan kaki dan tangan tangan dengan kepala.

Kemudian Aep Rohendi dan Laurens Seba menjelaskan bahwa motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar (*big muscle*) atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan, motorik kasar diperlukan agar anak dapat berjalan, berlari melompat naik turun tangan, melempar, menangkap, menendang, mendorong.² Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa motorik kasar merupakan suatu gerakan tubuh yang dilakukan oleh aktivitas gerakan otot-otot besar yang digunakan untuk keperluan untuk kegiatan aktivitas keperluan sehari-hari seperti kegiatan berjalan, berlari, melompat naik turun tangan dan melempar menangkap dan

¹ Bambang Sujiono, *Metode Pengembangan Fisik*, edisi revisi, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2007), hlm. 13

² Aep Rohedi dan Laurens Seba, *Perkembangan Motorik* (Bandung: Cv Alfabeta, 2017) hlm.119

menendang, kegiatan tersebut dilakukan di kehidupan sehari-hari yang dilakukan oleh otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki yang banyak digunakan.

John W Santrock menjelaskan bahwa keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan motorik yang melibatkan aktivitas otot besar.³ Jadi menurut pendapatnya John W Santrock dapat disimpulkan bahwa motorik kasar merupakan gerakan aktivitas yang gerakannya dilakukan oleh otot-otot yang besar di setiap gerakannya itu akan melibatkan gerakan-gerakan yang dilakukan oleh sebagian besar otot-otot besar.

Endang Rini Sukanti menjelaskan bahwa motorik kasar adalah kemampuan anak saat beraktivitas menggunakan otot-otot besar diantaranya 1). lokomotor adalah aktivitas gerakan yang memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke tempat lain 2). Non lokomotor adalah aktivitas gerak tanpa memindahkan tubuh ke tempat lain, 3). Manipulatif adalah aktivitas gerak yang lebih banyak melibatkan aktivitas tangan dan kaki.⁴ Jadi dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan anak saat melakukan aktivitas-aktivitas yang menggunakan gerakan yang melibatkan otot-otot besar di setiap gerakannya gerakan yang melibatkan otot-otot besar ini dibagi menjadi beberapa bagian diantaranya yaitu yang pertama gerakan lokomotor, gerakan lokomotor ini merupakan gerakan yang aktivitas gerakannya memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain,

³ John W Santrock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 210

⁴ Endang Rini Sukanti, *Perkembangan Motorik*, (Yogyakarta: UNY Press, 2018), hlm. 67

contoh pada kegiatan berjalan , kegiatan berlari, kegiatan melompat maju mundur ke kanan dan ke kiri dan lain sebagainya.

Sedangkan gerakan nonlokomotor yaitu suatu aktivitas gerakan yang yang dilakukan tanpa memindah tubuh ke tempat lain dapat diartikan bahwa gerakan diam di tempat tapi melakukan gerakan tanpa memindahkan tubuh, contohnya mengayunkan, mendorong dan lain sebagainya, kegiatan mengayunkan ini dapat dilakukan seperti melakukan gerakan ayunan tangan ayunan kaki yang tanpa memindahkan tubuh ke tempat lain, dan pada aktivitas gerakan manipulatif merupakan aktifitas yang banyak menggunakan tangan dan kaki gerakannya gabungan dari aktivitas lokomotor dan nonlokomotor gerakanya dilakukan secara bersamaan misalnya pada saat melakukan gerakan mendorong tangan sambil berjalan dan lain sebagainya, aktifitas tersebut yang dilakukan oleh otot-otot besar.

Keterampilan motorik ini juga tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini yang meliputi yaitu motorik kasar mencakup kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non lokomotor, dan mengikuti aturan. Tingkat pencapaian perkembangan anak usia 5-6 tahun lingkup perkembangan motorik kasar yaitu: melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Melakukan koordinasi gerakan mata-kaki tangan kepala dalam menirukan

tarian atau senam. Melakukan permainan fisik dengan aturan terampil menggunakan tangan kanan dan kiri. Melakukan kegiatan kebersihan diri.⁵

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar adalah gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar di antaranya gerak keterampilan lokomotor, non lokomotor dan manipulatif, gerakan tersebut dipengaruhi oleh kematangan, semakin besar dan kuatnya otot-otot badan keterampilan baru selalu bermunculan dan semakin bertambah kompleks, motorik kasar anak akan berkembang apabila diberikan kesempatan dan dirangsang dengan baik koordinasi gerak tubuhpun sangat dipengaruhi untuk menjaga keseimbangan tubuh anak agar tumbuh kembang anak berkembang dengan baik.

b. Hal-Hal Penting Dalam Mempelajari Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja melainkan keterampilan itu harus dipelajari.

Berikut delapan kondisi penting dalam mempelajari keterampilan motorik.

1) Kesiapan belajar

Apabila pembelajaran itu dikaitkan dengan kesiapan belajar, maka keterampilan yang dipelajari dengan waktu dan usaha yang sama oleh orang yang sudah siap, akan lebih unggul ketimbang oleh orang yang belum siap untuk belajar.

2) Kesempatan belajar

Banyak anak yang tidak berkesempatan untuk mempelajari keterampilan motorik karena hidup dalam lingkungan yang tidak

⁵ Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini

menyediakan kesempatan belajar atau karena orang tua takut hal yang demikian akan melukai anaknya.

3) Kesempatan berpraktik

Anak harus diberi waktu untuk berpraktik sebanyak yang diperlukan untuk menguasai suatu keterampilan. Meskipun demikian, kualitas praktik jauh lebih penting ketimbang kuantitasnya. Jika anak berpraktik dengan model sekali pukul hilang, maka akan berkembang kebiasaan kegiatan yang jelek dan gerakan yang tidak efisien.

4) Model yang baik

Karena dalam mempelajari keterampilan motorik, meniru suatu model memainkan peran yang penting, maka untuk mempelajari suatu keterampilan dengan baik anak harus dapat model contoh yang baik.

5) Bimbingan

Untuk dapat meniru suatu model dengan betul, anak membutuhkan bimbingan. Bimbingan juga membantu anak membetulkan sesuatu kesalahan sebelum kesalahan tersebut telanjur dipelajari dengan baik sehingga sulit dibetulkan kembali.

6) Motivasi

Motivasi belajar penting untuk mempertahankan minat dari ketertinggalan. Untuk mempelajari keterampilan, sumber motivasi umum adalah kepuasan pribadi yang diperoleh anak dari kegiatan tersebut, kemandirian dan gengsi yang diperoleh dari kelompok sebayanya, serta kompensasi terhadap perasaan kurang mampu dalam bidang lain khususnya dalam tugas sekolah.

7) Setiap keterampilan motorik harus dipelajari secara individu

Tidak ada hal-hal yang sifatnya umum perihal keterampilan tangan dan keterampilan kaki. Melainkan, setiap jenis keterampilan mempunyai perbedaan tertentu, sehingga setiap keterampilan harus dipelajari secara individu. Sebagai contoh, memegang sendok untuk makan berbeda dengan memegang crayon untuk mewarnai.

8) Keterampilan sebaiknya dipelajari satu demi satu

Dengan coba mempelajari berbagai macam keterampilan motorik secara serempak, khususnya apabila menggunakan kumpulan otot yang sama, akan membingungkan anak dan akan menghasilkan keterampilan yang jelek serta merupakan pemborosan waktu dan tenaga. Apabila suatu keterampilan sudah dikuasai, maka keterampilan lain dapat dipelajari tanpa menimbulkan kebingungan.

c. Cara Mempelajari Keterampilan Motorik

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. Cara umum mempelajari keterampilan motorik antara lain :

1) Belajar coba dan ralat (trial and error)

Tidak adanya bimbingan dan model untuk ditiru, menyebabkan anak melakukan tindakan yang berbeda secara acak. Cara tersebut biasanya menghasilkan keterampilan di bawah kemampuan anak.

2) Meniru

Belajar dengan meniru atau mengamati suatu model (orang tua atau anak tertua) lebih cepat ketimbang belajar dengan coba dan ralat tetapi dibatasi oleh kesalahan yang terdapat dalam model tersebut. Sebagai contoh, anak tidak dapat belajar berenang dengan baik, kalau yang ditirunya adalah perenang yang jelek. Bahkan anak tersebut tidak mungkin menjadi pengamat yang efisien meskipun modelnya baik.

3) Pelatihan

Belajar dengan bimbingan atau supervisi, pada waktu model memperlihatkan keterampilan dan memperhatikan bahwa anak menirunya dengan tepat sangat penting dalam tahap awal belajar. Gerakan yang salah dan kebiasaan yang jelek yang sudah tertanam akan sukar ditiadakan⁶.

d. Faktor Yang Mempengaruhi Pembelajaran Motorik

Terdapat beberapa hal yang mempengaruhi proses belajar motorik diantaranya yaitu :

1) Individu

Faktor individu dalam mempengaruhi belajar motorik berkaitan dengan potensi individu bakat, kemampuan dan kemauan seorang pembelajar.

2) Lingkungan

Lingkungan adalah soal kondusif atau tidaknya tempat dan lingkungan dimana seseorang melakukan proses pembelajaran motorik.

3) Peralatan

⁶ Endang rini sukamti , *Perkembangan Motorik*, (Yogyakarta: UNY Press,2018) hlm,49

Peralatan dan fasilitas menyangkut tersedianya alat atau sarana dan prasarana yang memadai untuk menunjang kelancaran proses pembelajaran motorik.

4) Guru (Pendidik)

Sejauh mana seorang pendidik atau pengajar maupun membimbing dan menciptakan suasana sehingga proses pembelajaran motorik dapat berjalan baik dan sukses.⁷

Dari beberapa faktor yang disebutkan di atas merupakan factor-faktor yang mempengaruhi pembelajaran motorik dimana keempat faktor tersebut saling mempengaruhi dan memiliki sebuah kaitan yang fungsinya untuk mewujudkan suatu proses kegiatan pembelajaran yang optimal guna untuk meningkatkan aspek motorik anak usia dini, di mana individu anak, lingkungan yang baik, peralatan yang mendukung dan juga guru harus bisa menciptakan suasana yang menarik untuk proses kegiatan pembelajaran motorik.

e. Karakteristik Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

Dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, lingkup perkembangan fisik-motorik dituangkan dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), di mana Standar tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun antara lain⁸: 1. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih keseimbangan dan kelincahan 2. Melakukan

⁷ Giri Wiranto, *Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*, (Yogyakarta: Laksitas, 2015), hlm.47

⁸ Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 137 Tahun 2014 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini

koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam melakukan tarian atau senam 3. Melakukan permainan fisik dengan teratur 4. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri dan 5. Melakukan kegiatan kebersihan diri

Sejalan dengan yang telah disebutkan di atas, Endang Rini Sukamti memaparkan gerakan dasar dan variasinya dalam kegiatan sehari-hari pada perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun adalah sebagai berikut:

1) Berjalan

Usia 5-6 tahun sudah mampu berjalan seperti gerakan berjalan yang dilakukan oleh orang dewasa. Perkembangan kemampuan gerak berjalan berhubungan dengan peningkatan kekuatan kaki, keseimbangan, dan koordinasi bagian-bagian tubuh yang mendukung mekanisme keseimbangan. Untuk menjaga keseimbangan pada saat memindahkan titik berat badan ke kaki depan yang melangkah, koordinasi antara kaki dengan anggota tubuh bagian atas terutama tangan sangat diperlukan.

2) Berlari

Gerakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan berjalan. Perbedaannya terletak pada irama ayunan langkah pada lari iramanya lebih cepat dan saat-saat kedua kaki tidak menginjak tanah. Pada usia 5-6 tahun, keterampilan motorik berlari pada umumnya sudah dikuasai oleh anak, sehingga anak mampu menggunakan keterampilan berlari itu secara efektif dalam bermain.

3) Mendaki

Bersamaan dengan saat anak belajar merangkak, ia juga belajar mengangkat tubuh. Hal ini terjadi sebelum anak dapat berjalan, namun

setelah dapat berjalan anak akan belajar mendaki dengan awalan dibantu orang tuanya. Anak usia 5-6 tahun sudah bisa mendaki tataran tangga rumah dengan gerakan seperti berjalan tanpa dibantu atau dipegangi orang tua. Gerakan kaki setiap kali melangkah saat menaiki anak tangga sudah menggunakan satu kaki secara bergantian.

4) Meloncat dan Berjengket

Gerakan meloncat mula-mula tampak seperti gerakan berjalan atau melangkah dari tempat yang agak tinggi ke tempat yang lebih rendah. Gerakan ini awalnya dikuasai hanya dengan bertumpu pada satu kaki, namun seiring dengan bertambahnya usia dan peningkatan kekuatan kaki serta keseimbangan maka anak dapat meloncat dengan bertumpu pada dua kaki. Berjengket adalah gerakan meloncat di mana loncatan dilakukan dengan tumpuan satu kaki dan mendarat dengan kaki yang sama. Anak usia 5-6 tahun memiliki kemampuan untuk melakukan gerakan meloncat dan berjengket.

5) Menyepak

Gerakan menyepak mulai bisa dilakukan oleh anak setelah mereka mampu mempertahankan keseimbangan tubuh dalam posisi berdiri pada satu kaki sementara satu kaki lain diangkat dan diayun. Kemampuan melakukan gerakan menyepak pada anak akan berkembang sejalan dengan meningkatnya kekuatan kaki, koordinasi tubuh, dan keseimbangan. Pada umumnya anak usia 5-6 tahun sudah bisa membentuk gerakan yang tepat. tahun sudah dapat melakukan gerakan menyepak yang dimulai dengan ayunan kaki ke belakang sebagai awalan

dan disertai dengan mengayunkannya ke depan hingga mengenai objek yang disepak.

6) Melempar

Melempar adalah gerakan mengarahkan satu benda yang dipegang dengan cara mengayun tangan ke arah tertentu. Kemampuan melempar anak usia 5-6 tahun sudah baik. Koordinasi gerak antara ayunan lengan, jari tangan,

7) Menangkap

Saat anak menangkap benda yang dilambungkan, pada mulanya anak menjulurkan tangannya ke depan dengan tangan terbuka menghempas ke atas. Kemampuan menangkap berkembang sejalan dengan kemampuan anak untuk menaksir kecepatan dan jarak benda yang akan ditangkap serta ketepatan reaksi gerak tangannya. Anak semakin mampu menyesuaikan posisi tubuh dan tangannya sesuai dengan benda yang akan ditangkap. Pada usia 5-6 tahun gerakan menangkap sudah semakin baik, tetapi untuk menguasai dengan baik baru dicapai pada usia lebih kurang 6 tahun.

8) Memantul-mantulkan

Gerakan memantul-mantulkan bola diawali dengan memantulkan bola menggunakan satu tangan anak, awalnya anak hanya memantulkan tanpa bisa menangkap kembali. Seiring dengan meningkatnya kematangan syaraf dan perkembangan anak, ia bisa memantulkan bola dan menangkapnya kembali dengan posisi badan yang benar. Kemudian akan meningkat lagi sehingga dapat memantulkan bola dan menangkapnya menggunakan dua tangan.

9) Memukul

Gerakan memukul mula-mula berusaha melalui gerakan megayunkan tangannya dengan lengan lurus ke arah depan atas dan selanjutnya gerakan akan berkembang dengan memukul dari samping ke arah depan kemudian berkembang lagi dengan dapat memukul bola yang berada di atas kepala. Gerakan memukul lebih baik saat anak berusia lebih dari tiga tahun. Anak mampu mengkoordinasikan gerakan kepala dan tangan saat memukul objek.⁹

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia 5-6 tahun memiliki beberapa karakteristik perkembangan motorik kasar yaitu: melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih keseimbangan dan kelincahan, melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam melakukan tarian atau senam, melakukan permainan fisik dengan teratur, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan melakukan kegiatan kebersihan diri. Sedangkan pada kegiatan sehari-hari anak mampu menunjukkan gerakan berjalan, berlari, mendaki, meloncat dan berjengket, menyepak, melempar, menangkap, memantul-mantulkan dan memukul.

f. Fungsi Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik yang berbeda memainkan peran yang berbeda pula dalam penyesuaian sosial dan pribadi anak. Sebagai contoh sebagian keterampilan berfungsi membantu anak untuk memperoleh kemandiriannya, sedangkan sebagian lainnya berfungsi untuk membantu mendapatkan

⁹ Novi Mulyani, *Perkembangan Dasar Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Gava Media, 2018), hlm. 25-30

penerimaan sosial. Karena tidak mungkin mempelajari keterampilan motorik secara serempak anak akan memusatkan perhatian untuk mempelajari keterampilan yang akan membantu mereka memperoleh bentuk penyesuaian yang paling penting. pada saat itu.

Sebagai contoh, apabila anak merasa sangat ingin mandiri, mereka akan memusatkan perhatian untuk menguasai keterampilan yang memungkinkan mereka dapat mandiri. Sebaliknya, apabila anak ingin mendapatkan penerimaan teman sebaya, maka mereka akan memusatkan perhatian untuk mempelajari keterampilan yang diperlukan oleh kelompoknya. Secara kasar, sesuai dengan fungsi yang dilayaninya dalam penyesuaian sosial dan pribadi anak, keterampilan motorik dapat dibagi kedalam 4 kategori¹⁰.

1) Keterampilan bantu diri (self-help)

Untuk mencapai kemandiriannya, anak harus mempelajari keterampilan motorik yang memungkinkan mereka mampu melakukan segala sesuatu bagi diri mereka sendiri. Keterampilan tersebut meliputi keterampilan makan, berpakaian, merawat diri, dan mandi. Pada waktu anak mencapai usia sekolah, penguasaan keterampilan tersebut harus dapat membuat anak mampu merawat diri sendiri dengan tingkat keterampilan dan kecepatan seperti orang dewasa.

2) Keterampilan bantu sosial

Untuk menjadi anggota kelompok sosial yang diterima di dalam keluarga, sekolah, dan tetangga, anak harus menjadi anggota yang kooperatif. Untuk mendapatkan penerimaan kelompok tersebut,

¹⁰ Endang rini sukanti , *Perkembangan Motorik*, (Yogyakarta: UNY Press,2018) hlm,64

diperlukan keterampilan tertentu, seperti membantu pekerjaan rumah atau pekerjaan sekolah.

3) Keterampilan bermain

Untuk dapat menikmati kegiatan kelompok sebaya atau untuk dapat menghibur diri di luar kelompok sebaya, anak harus mempelajari keterampilan bermain bola, menggambar, melukis, dan manipulasi alat bermain.

4) Keterampilan sekolah

Pada tahun permulaan sekolah, sebagian besar pekerjaan melibatkan keterampilan motorik seperti melukis, menulis, menggambar, membuat keramik, menari, dan bertukang kayu. Semakin banyak dan semakin baik keterampilan yang dimiliki, semakin baik pula penyesuaian sosial yang dilakukan dan semakin baik prestasi sekolahnya, baik dalam prestasi akademis maupun dalam prestasi yang bukan akademis.

Perlu diperhatikan bahwa sebagian besar keterampilan tersebut banyak melibatkan penggunaan kaki, tetapi lebih banyak melibatkan penggunaan tangan, sedangkan yang lainnya melibatkan penggunaan seluruh otot tubuh.

g. Faktor -Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik diantaranya adalah sebagai berikut:

1) Faktor Biologis

Faktor biologis yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah :

a) Faktor ukuran tubuh pada saat lahir

- b) Faktor keturunan (genetika)
 - c) Faktor jenis kelamin
 - d) Dasar kedewasaan
- 2) Faktor Lingkungan
- a) Faktor budaya
 - b) Faktor keadaan alam
 - c) Faktor kebiasaan keluarga
 - d) Faktor kesukuan
 - e) Faktor sosial.¹¹

Disamping beberapa faktor di atas dalam buku yang ditulis oleh Endang Rini Sukemti ada beberapa Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik diantaranya yaitu:

- 1) Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- 2) Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan,semangkin aktif janin semangkin cepat perkembangan motorik anak.
- 3) Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahir, ketimbang kondisi pralahir yang tidak menyenangkan.
- 4) Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.

¹¹ Giri Wiranto, *Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*, (Yogyakarta: Laksitas, 2015) ,hlm.48

- 5) Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik.
- 6) Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau di bawah normal.
- 7) Adanya rangsangan dorongan dan kesempatan untuk mengerakan semua bagian tubuh anak akan mempercepat perkembangan
- 8) Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- 9) Karena rangsangan dan dorongan yang lebih baik dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbangan motorik anak yang lahir kemudian.
- 10) Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktu.
- 11) Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik
- 12) Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

Semua faktor-faktor di atas dapat mempengaruhi perkembangan motorik, karena faktor-faktor perkembangan motorik anak sangat penting bila diberikan stimulus yang baik sesuai tahap perkembangan anak, namun

akan menjadi penghabat bagi perkembangan motorik anak jika tidak diberikan stimulus dengan baik dan teratur.

h. Masalah-Masalah Dalam Perkembangan Motorik

Tidak semua anak usia dini mengalami perkembangan motorik yang optimal sesuai dengan pertambahan usainya. Ada berbagai hal yang menjadi masalah dalam perkembangan motorik anak usia dini, masalah tersebut antara lain:¹²

1) Masalah dalam keterampilan motorik kasar.

Setidaknya ada dua hal yang menjadi masalah bagi anak usia dini terkait dengan ketrampilan motorik kasarnya, yaitu:

a. Ketidak mampuan mengatur keseimbangan.

Pengaturan keseimbangan tubuh sangat diperlukan oleh anak usia dini untuk melakukan berbagai kegiatan yang lebih sulit dan kompleks. Namun banyak anak yang memiliki gangguan perkembangan juga mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan tubuhnya. Selain itu, biasanya anak mengalami kesulitan dalam mengontrol gerakan tubuhnya sehingga saat ia melakukan sesuatu gerakan, ia terlihat ragu-ragu dan canggung untuk melakukannya. Masalah keseimbangan pengaturan tubuh ini pada dasarnya berhubungan dengan sistem *Vestibuler* yang merupakan suatu sistem yang mengatur keseimbangan di dalam tubuh individu.

¹² Novan Ardy Wiyani, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Gava Media, 2014), hlm: 50-54

b. Reaksi kurang cepat dan koordinasi kurang baik.

Anak mengalami lambat dalam bereaksi. Koordinasi gerakannya juga terlihat kacau sehingga sering disebut ceroboh dan menjadi bahan ejekan teman sepermainannya. Ada dua hal yang dapat menjadi penyebabnya, yaitu: Anak kurang diberi kesempatan untuk berlatih menajamkan kemampuannya untuk bereaksi dan melakukan koordinasi gerakan, dan ada kemungkinan anak memiliki masalah dalam syaraf motoriknya.

2. Senam Irama

a. Hakikat Senam Irama

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan, gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk menguasai program jasmani, gerakannya merangsang perkembangan komponen jasmani seperti: kekuatan, dan daya tahan tubuh otot dari seluruh tubuh di samping itu senam juga berpotensi mengembangkan gerak dasar sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga.

Senam berasal dari bahasa Yunani *Gymnastics* yang berarti telanjang. Kata *gymnastics* dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal tersebut bisa terjadi karena pada zaman dulu teknologi pembuatan bahan pakaian belum semaju sekarang. Senam adalah bentuk latihan tubuh yang disusun secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, dan

kontrol tubuh.¹³ Senam di Indonesia dibagi menjadi enam yaitu senam artistik, senam ritmik (senam irama), senam akrobatik, senam aerobik, senam trampolin, dan senam umum. Salah satu senam yang mudah dan menyenangkan untuk dilakukan bagi anak-anak adalah senam ritmik (senam irama).

Senam irama atau senam ritmik ialah bentuk-bentuk senam yang merupakan perpaduan antara berbagai bentuk gerakan dengan irama yang mengiringinya. Misalnya seperti irama tepukan, ketukan, nyanyian, dan musik. Prinsip dari senam irama adalah adanya kelentukan tubuh di dalam melakukan gerakan dan berkesinambungan antara gerakan yang satu dengan gerakan yang lainnya sesuai dengan irama. Melalui senam irama akan menciptakan variasi gerakan, keindahan- keindahan bentuk gerakan, dan membentuk gerakan melalui koordinasi anggota tubuh dengan irama.¹⁴ Jadi senam irama adalah berbagai bentuk gerakan yang diiringen dengan irama yang mengirinya seperti irama tepukan, ketukan, nyanyian dan musik yang akan menciptkan gerakan-gerakan yang indah melalui koordinasi organ tubuh dengan irama.

Menurut Muhajir Senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau suatu bentuk latihan bebas yang dilakukan secara berirama, aktivitas gerakan adalah irama (ritme), kelentukan tubuh serta

¹³Feri Kurniawan, *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*, (Jakarta: Laskar Aksara, 2012), hlm.79

¹⁴Sudrajat Wiradiharjda dan Syrifudin, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*, edisi revisi (Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembinaan Balitbang , Kemendikbud , 2017), hlm.143

kontinuitas gerakan.¹⁵ Jadi senam irama adalah senam yang diiringi dengan irama, dan gerakannya mengikuti irama bentuk latihan secara bebas yang dilakukan berirama dengan aktivitas gerakan kelentukan tubuh serta kontinuitas gerakan.

Sedangkan Sutisna, Pribadi E, Sudadi O, dkk. Mengemukakan bahwa senam irama adalah senam yang diiringi dengan irama dan gerakannya harus selalu mengikuti irama. Senam irama mengutamakan gerakan yang indah. Keindahan gerak tubuh dalam melakukan senam irama merupakan perpaduan gerakan harmonis dari koordinasi anggota tubuh¹⁶. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa senam irama adalah perpaduan gerakan senam yang menciptakan keindahan gerak sesuai dan selalu mengikuti irama yang mengiringinya .

b. Prinsip-prinsip Senam Irama

Senam irama memiliki beberapa prinsip yang penting dan harus diperhatikan. Prinsip-prinsip tersebut meliputi: irama, fleksibilitas, dan kontinuitas.

1) Irama

Senam irama dilaksanakan dengan memperhatikan hal yang mendasar yaitu mengenal dan merasakan irama yang berasal dari lagu-lagu. Setelah mengenal dan dapat merasakan irama, dengan sendirinya tubuh akan bergerak dengan mudah menyesuaikan ketukan irama pada lagu. Oleh karena itu, untuk dapat mengenal dan merasakan suatu irama

¹⁵ Muhajir , *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*, edisi revisi , (Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembukuan Balitbang , Kemendikbud , 2016) , hlm. 229

¹⁶ Sutisna, Pribadi, E., Sudadi, O., Dkk, *Pendidikan Jasmani Media Perolaraga dan Berprestasi*, (Jakarta: Laskar Aksara, 2012), hlm.79

dari lagu dengan bentuk gerak, maka diperlukan suatu latihan. Pembagian metodik senam dalam latihan adalah sebagai berikut.

Irama lagu yang ada dalam nyanyian dibedakan menjadi irama $2/4$, $4/4$, $3/4$, dan $6/8$. Penggunaan masing-masing irama lagu tersebut dalam kegiatan senam irama berbeda-beda, tergantung latihan-latihan yang sedang dilakukan. Irama lagu yang digunakan pada saat pemanasan akan berbeda dengan irama lagu yang digunakan pada saat latihan inti dan penenanga.

a) Pemanasan

Saat melakukan pemanasan, seorang guru harus mampu membawa badan anak kepada temperatur yang lebih tinggi dengan suasana yang menyenangkan dan mudah diikuti. Pemanasan dilakukan dengan durasi waktu yang tidak lama. Contoh lagu yang dapat dipilih untuk pemanasan adalah Potong bebek angsa, Gelang sepatu gelang, Naik-naik ke puncak gunung, Burung kakak tua, Naik delman, dan Kalau kau suka hati.

b) Latihan tubuh (tegak)

Latihan tubuh mengandung unsur-unsur normalisasi, maka latihan yang digunakan yaitu gerakan yang bersifat melemaskan dan dilakukan dengan gerakan yang benar. Melalui latihan tubuh pada saat senam mampu meningkatkan keseimbangan, kekuatan dan ketangkasan pada anak. Lagu yang dapat digunakan dalam latihan ini adalah lagu dengan irama $3/4$ lambat atau $4/4$ seperti lagu Naik-naik ke puncak gunung, Naik delman, dan Burung kakak tua

c) Penenangan

Setelah melakukan pemanasan dan latihan tubuh maka dibutuhkan penenangan atau biasa disebut dengan pendinginan. Pada bagian penenangan ini, tubuh dikembalikan lagi kepada suhu normal sebelum pemanasan menggunakan irama yang lebih lambat.

2) **Fleksibilitas**

Fleksibilitas merupakan kelenturan dari gerakan tubuh. Misalnya adalah saat membungkukkan badan, meliuk ke samping, dan sebagainya. Latihan ini sangat penting dilakukan agar anak memiliki gerakan yang luwes atau tidak kaku.

3) **Kontinuitas**

Gerakan-gerakan pada senam irama adalah gerakan yang berkesinambungan antara gerakan satu dengan gerakan lainnya. Suatu gerakan yang berbeda satu dengan lainnya dihubungkan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip yang harus diperhatikan dalam senam irama adalah irama, fleksibilitas, dan kontinuitas. Irama yang digunakan pada pemanasan, latihan tubuh dan penenangan memiliki ketukan yang berbeda sesuai dengan tujuan masing-masing, fleksibilitas melatih anak agar memiliki gerakan yang luwes, dan senam irama juga harus memberikan gerakan yang berkesinambungan atau kontinuitas.

c. **Dasar-dasar Sikap dan Gerak Senam Irama**

Pada kegiatan senam irama yang harus dilakukan oleh guru adalah mengajarkan dasar-dasar sikap dan gerak secara khusus, terutama sikap-sikap dan gerakan-gerakan dasar yang harus dikuasai oleh anak. Dalam

mempelajari senam irama berikut ini adalah macam-macam sikap dasar dan gerak yang harus dipelajari anak dan dikuasi.

1) Sikap

Beberapa macam sikap berdiri, sikap duduk, sikap berlutut, duduk berlutut, dan sebagainya. Pada sikap berdiri ada dua macam sikap yang biasa digunakan ialah sikap tegak dan sikap permulaan:

a) Sikap tegak yaitu sikap badan yang berdiri tegak dengan kedua tangan rapat di samping badan. Sikap tegak dibedakan menjadi dua macam yaitu sikap tegak anjur dan sikap tegak langkah. Sikap tegak anjur adalah sikap berdiri tegak dengan kaki membuka, berat badan pada salah satu kaki, dan pandangan ke depan. Sedangkan sikap tegak langkah adalah sikap badan berdiri tegak dengan salah satu kaki sebagai tumpuan dan kaki lainnya ditekuk.

b) Sikap permulaan adalah sikap permulaan sebelum latihan akan dimulai. Sikap permulaan terdiri dari sikap tegak anjur kiri kedua lengan terentang, sikap tegak anjur kedua lengan lurus ke samping, sikap tegak anjur kedua lengan lurus ke atas, sikap tegak anjur kiri dengan lengan kanan lurus ke depan lengan kiri dan lengan kiri lurus ke samping atau sebaliknya, sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke depan, sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke atas, dan sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke belakang.

2) Gerak

Dasar gerak senam irama yang banyak variasi dan biasa digunakan untuk bergerak adalah gerak lengan dan gerak dari kaki, maka dasar gerak itu dibedakan menjadi dasar gerak lengan dan dasar gerak kaki.

- a) Dasar gerak lengan, yaitu gerak lengan yang terdiri dari ayunan satu lengan, ayunan dua lengan, dan gerak putaran.
- b) Dasar gerak ayunan kaki, yaitu gerak ayunan kaki untuk latihan keseimbangan.
- c) Gerak ayunan kaki terdiri dari ayunan kaki, gerakan ayunan menyilang, dan latihan angkat kaki dan paha.
- d) Dasar gerak latihan jalan/ langkah. Beberapa macam gerakan jalan dalam senam irama yang harus dimengerti dan dipelajari oleh anak-anak ialah: langkah biasa, langkah rapat, langkah keseimbangan, langkah depan, langkah tiga, langkah silang, langkah samping, langkah ganti, langkah lingkaran, langkah pantul, langkah silang lingkaran, langkah putar silang, dan langkah sepak.
- e) Dasar gerak loncat pada prinsipnya jenis latihan loncat diambil dari latihan langkah di mana gerakan melangkah diganti dengan gerakan meloncat. Jenis latihan loncat antara lain loncat biasa, loncat rapat, loncat depan, loncat silang, loncat samping, loncat ganti,¹⁷

Berdasarkan hal tersebut maka dalam melakukan kegiatan senam irama guru harus mengajarkan dasar-dasar sikap dan gerak secara khusus, terutama sikap-sikap dan gerakan-gerakan dasar yang harus dikuasai oleh anak dalam mempelajari senam irama. Dari gerakan

¹⁷ Agus Margono, *Senam*, (Sukarta Jawa Tengah: UNS Press Cetakan ke 2, 2011), hlm.22

dasar kemudian dilanjutkan dengan melatih gerakan- gerakan yang lebih kompleks.

d. Metode Mengajar Senam Irama

prinsipnya metode mengajar senam irama sama dengan metode mengajar senam biasa yang menggunakan model Austria yang terdiri dari:

1) Latihan Pemanasan

Sebelum melakukan kegiatan inti pada senam irama perlu dilakukan latihan pemanasan. Adapaun tujuan dari latihan pemanasan adalah sebagai berikut:

- a) Memenuhi hasrat gerak, di mana sebelumnya anak hanya duduk berjam-jam dibangku sekolah.
- b) Membawa/ menyiapkan panas badan anak kepada panas optimal (yang sebaik- baiknya) agar anak siap menerima latihan berikutnya.
- c) Membawa jiwa dan raga anak kepada suatu pelajaran pendidikan jasmani.

Untuk dapat mencapai tujuan di atas, maka latihan pemanasan hendaknya mempunyai sifat-sifat sebagai berikut:

- 1) Dapat menarik perhatian anak dan menyenangkan
- 2) Latihan dapat mendukung anak menggerakkan seluruh anggota badannya
- 3) Tidak melelahkan
- 4) Gerakan mudah diikuti oleh anak

2) Latihan Inti

Setelah melakukan latihan pemanasan, maka langkah selanjutnya adalah melakukan latihan inti. Latihan inti dibagi menjadi beberapa bagian yaitu:

a) Latihan tubuh

Latihan tubuh bertujuan untuk memperbaiki posisi tulang akibat kesalahan sikap duduk yang terlalu lama di kelas dan menghilangkan ketegangan-ketegangan otot yang sering mengganggu gerakan.

b) Latihan keseimbangan

Pemeliharaan latihan keseimbangan tergantung dari bidang tumpuan dan jarak antar titik berat badan dengan bidang tumpuan. Jika bidang tumpuan besar, maka akan lebih mudah menjaga keseimbangan daripada bidang tumpuan kecil. Selain itu, jarak antar titik berat badan dengan bidang tumpuan yang semakin pendek menyebabkan gerakan menjaga keseimbangan menjadi lebih sulit dari pada berjalan jongkok di atas balok keseimbangan.

c) Latihan kekuatan dan ketangkasan

Maksud dari latihan ini adalah agar gerakan dapat dilaksanakan dengan wajar dan ekonomis serta mempercepat reaksi koordinasi otot. Latihan pembentukan gerak secara fungsional dapat dibagi menjadi gerak kekuatan, gerak kecepatan, gerak mendadak, dan gerak ketahanan.

d) Latihan Jalan, Lari, dan Lompat

Latihan jalan bertujuan untuk pembentukan gerak dasar. Latihan jalan merupakan pencapaian prestasi dari ketangkasan. Latihan jalan

biasanya dikombinasikan dengan latihan lari dan lompat yang akan menciptakan beberapa variasi gerakan.

3) Latihan Penenangan

Bagian terakhir dari metode mengajar senam irama adalah latihan penenangan. Latihan penenangan memiliki tujuan antara lain:

- a) Membawa temperatur badan anak kembali ke temperatur badan yang normal.
- b) Membawa suasana anak tenang untuk masuk ke dalam kelas dan menerima pembelajaran.

Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk mengajarkan senam irama pada anak usia dini harus memperhatikan prinsip mengajar agar tercapai tujuan yang diinginkan. Latihan pemanasan bertujuan untuk membawa suhu badan anak ke suhu yang lebih tinggi, latihan pemanasan terdiri dari latihan tubuh, latihan keseimbangan, latihan kekuatan dan ketangkasan, latihan jalan, lari, dan lompat, serta latihan penenangan yang bertujuan untuk membawa suhu tubuh anak ke suhu yang lebih rendah.

3. Hakikat Pendidikan Anak Usia Dini

a. Pengertian Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan individu yang berbeda, unik dan memiliki karakteristik tersendiri sesuai dengan tahapan usianya. Masa usia dini (0-6 tahun) merupakan masa keemasan (*golden age*) dimana stimulasi seluruh aspek perkembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya. Masa awal kehidupan anak merupakan masa terpenting dalam rentang kehidupan seseorang anak. Pada masa ini pertumbuhan otak anak

sedang mengalami perkembangan yang sangat pesat (*eksplosif*)¹⁸ Anak usia dini memiliki keunikan tersendiri, usia 0-6 tahun dimana pertumbuhan dan perkembangan anak sangat berkembang dengan pesat.

Sedangkan, Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan maupun perkembangan jasmani dan rohani anak sebagai persiapan untuk hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan lebih lanjut.¹⁹ Pendidikan anak usia dini memberikan jaminan pendidikan setidaknya bagi anak berusia 0-6 tahun dimana proses pematangan perkembangan anak sangat berpengaruh terhadap pendidikan yang diperoleh.

b. Karakteristik Anak Usia Dini

Menurut M. Solehuddin dan Ihat Hatimah dalam M. Ali masa usia dini ini memiliki karakteristik atau sifat-sifat sebagai berikut²⁰:

- 1) Unik.
- 2) Egosentris.
- 3) Aktif dan Energik.
- 4) Eksploratif dan berjiwa petualang.
- 5) Spontan.
- 6) Senang dan kaya dengan fantasi.
- 7) Masih mudah frustrasi.

¹⁸ Meity H Idris, *Strategi Pembelajaran Yang Menyenangkan*, (Jakarta Timur: Luxima Metro Media, 2015), hlm.16-17

¹⁹ *Ibid*, hlm.17

²⁰ Syamsu Yusuf L.N, Nani M. Sugandhi, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013), hlm. 47

- 8) Masih kurang pertimbangan dalam melakukan sesuatu.
- 9) Daya perhatiannya yang pendek
- 10) Bergairah untuk belajar dan banyak belajar dari pengalaman.
- 11) Semakin menunjukkan minat terhadap teman.

Anak usia dini memiliki karakteristik dan sifat-sifat berbeda antara anak satu dengan anak lainnya. Anak memiliki sifat yang unik, egosentris ia lebih mementingkan dirinya sendiri tanpa memikirkan yang lainnya, kemudian anak bersifat aktif dan energik ia selalu senang bergerak, selanjutnya anak bersifat eksploratif atau senang berpetualang, anak juga bersifat spontan artinya anak melakukan sesuatu sesuai dengan yang ia rasakan dan tidak bisa menutup-nutupi hal apapun, anak juga senang berfantasi dan berimajinasi.

Anak usia dini memiliki karakteristik yaitu masih sangat mudah frustrasi dan kecewa ketika hal yang tidak memuaskan baginya, mempunyai daya perhatian yang pendek dan sangat sulit berkonsentrasi terlalu lama terhadap suatu hal, bergairah untuk belajar dari pengalaman anak sangat memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan banyak bertanya terhadap hal yang ia anggap aneh, selanjutnya anak memiliki karakteristik masih kurang pertimbangan ketika melakukan sesuatu anak sering kali tidak memikirkan dampak dari perbuatan yang ia lakukan.

c. Aspek Perkembangan Anak Usia 5-6 Tahun

Lingkup perkembangan sesuai tingkat usia anak meliputi aspek nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni²¹:

- 1) Nilai agama dan moral meliputi kemampuan mengenal nilai agama yang dianut, mengerjakan ibadah, berperilaku jujur, penolong, sopan, hormat, sportif, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, mengetahui hari besar agama, menghormati, dan toleran terhadap agama orang lain.
- 2) Fisik-motorik meliputi: motorik kasar, motorik halus dan kesehatan dan perilaku keselamatan. Motorik kasar mencakup kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan; sedangkan motorik halus mencakup kemampuan dan kelenturan menggunakan jari dan alat untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan diri dalam berbagai bentuk dan kesehatan dan perilaku keselamatan, mencakup berat badan, tinggi badan, lingkar kepala sesuai usia serta kemampuan berperilaku hidup bersih, sehat, dan peduli terhadap keselamatannya.
- 3) Kognitif meliputi:
 - a. Belajar dan pemecahan masalah, mencakup kemampuan memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari dengan cara fleksibel dan diterima sosial serta menerapkan pengetahuan atau pengalaman dalam konteks yang baru

²¹ Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014. *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Bab IV Pasal 10 hlm: 5-6

- b. Berfikir logis, mencakup berbagai perbedaan, klasifikasi, pola, berinisiatif, berencana, dan mengenal sebab-akibat dan
 - c. Berfikir simbolik, mencakup kemampuan mengenal, menyebutkan, dan menggunakan konsep bilangan, mengenal huruf, serta mampu merepresentasikan berbagai benda dan imajinasinya dalam bentuk gambar.
- 4) Bahasa terdiri atas
- a. Memahami bahasa reseptif, mencakup kemampuan memahami cerita, perintah, aturan, menyenangkan dan menghargai bacaan;
 - b. Mengekspresikan bahasa, mencakup kemampuan bertanya, menjawab pertanyaan, berkomunikasi secara lisan, menceritakan kembali yang diketahui, belajar bahasa pragmatik, mengekspresikan perasaan, ide, dan keinginan dalam bentuk coretan dan
 - c. Keaksaraan, mencakup pemahaman terhadap hubungan bentuk dan bunyi huruf, meniru bentuk huruf, serta memahami kata dalam cerita.
- 5) Sosial-emosional meliputi
- a. Kesadaran diri, terdiri atas memperlihatkan kemampuan diri, mengenal perasaan sendiri dan mengendalikan diri, serta mampu menyesuaikan diri dengan orang lain;
 - b. Rasa tanggung jawab untuk diri dan orang lain, mencakup kemampuan mengetahui hak-haknya, mentaati aturan, mengatur

diri sendiri, serta bertanggung jawab atas perilakunya untuk kebaikan sesama; dan

- c. Perilaku prososial, mencakup kemampuan bermain dengan teman sebaya, memahami perasaan, merespon, berbagi, serta menghargai hak dan pendapat orang lain; bersikap kooperatif, toleran, dan berperilaku sopan.

- 6) Seni sebagaimana meliputi kemampuan mengeksplorasi dan mengekspresikan diri, berimajinasi dengan gerakan, musik, drama, dan beragam bidang seni lainnya (seni lukis, seni rupa, kerajinan), serta mampu mengapresiasi karya seni, gerak dan tari, serta drama.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik perkembangan anak usia 5-6 tahun memiliki karakter perkembangan pada aspek perkembangan fisik-mototik, kognitif, bahasa, emosi, dan sosial sehingga dengan adanya karakteristik perkembangan dapat menjadi gambaran untuk mempertimbangkan metode pembelajaran yang sesuai dengan usia anak.

Anak yang mendapatkan stimulus yang baik maka pertumbuhan dan perkembangan aspek perkembangannya akan berkembang sesuai dengan tahapan perkembangan usianya. Maka dari itu semakin baik pendidikan yang diberikan pada anak akan berdampak pada perkembangannya dimasa datang. Dari ke-6 aspek perkembangan anak, semua perkembangan anak sama pentingnya, namun peneliti hanya memfokuskan pada perkembangan motorik kasar anak, karena perkembangan motorik anak sangat penting ketika melakukan aktivitas

sehari-hari akan menolong diri anak untuk mengurus dirinya sendiri. Motorik terbagi menjadi 2 yaitu motorik halus dan motorik kasar, dan dalam hal ini peneliti hanya mengambil bagian motorik kasar.

B. Hipotesis

Hipotesis tindakan adalah dugaan mengenai perubahan yang mungkin jika suatu tindakan dilakukan. Bentuk umum rumusan dari hipotesis tindakan berbeda dari hipotesis penelitian pada umumnya, karena hipotesis tindakan biasanya dirumuskan dalam bentuk tindakan yang diusulkan untuk menghasilkan perbaikan yang diinginkan, untuk sampai pada pemilihan tindakan yang tepat.²² Hipotesis tindakan adalah jawaban sementara atas masalah yang dihadapi sebagai suatu alternatif tindakan yang paling tepat untuk memecahkan masalah yang telah dipilih untuk memecahkan penelitian tindakan kelas. Hipotesis tindakan pada penelitian ini adalah bahwa melalui senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di kelompok B PAUD Al-zefa Desa Kandis Kecamatan Pampangan.

C. Tinjauan Pustaka

Tabel 1. Penelitian Relevan

| No | Nama | Judul | Tahun | Hasil |
|----|--------------------|---|-------|---|
| 1. | Ratu Tuti Alawiyah | Peningkatan keterampilan motorik kasar melalui permainan tradisional Banten | 2015 | Hasil penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan motorik kasar melalui permainan tradisional secara signifikan dengan hasil pada siklus I keterampilan motorik kasar anak 70,2% dan pada siklus II keterampilan motorik kasar anak |

²² Jakni, *Penelitian Tindakan Kelas*, (Bandung: Alfabeta2017), hlm. 56

| | | | | |
|----|---------------|--|------|---|
| | | | | meningkat menjadi 88,89% dengan permainan tradisional asli Banten yaitu permainan Bebentengan dan permainan Edom-edom. ²³ |
| 2. | Fildzah Imani | Upaya meningkatkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui kegiatan menari <i>Animal chicken dance</i> | 2017 | Hasil penelitian membuktikan bahwa kegiatan menari <i>Animal chicken dance</i> dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar, peningkatan dapat di lihat dari hasil sebelum dilakukan observasi 15 orang anak yang diteliti, 10 orang anak yang mulai berkembang, dan 5 anak yang belum berkembang. Setelah dilakukan kegiatan <i>Animal Chicken Dance</i> mengalami peningkatan dari 15 anak yang diteliti, 10 anak yang berkembang sesuai harapan dan 5 berkembang sangat baik ²⁴ |

²³ Ratu Tuti Alawiyah, *Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Banten*, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Vol. 8 Edisi 1, 2015

²⁴ Fildzah Imani, *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Menari Animal Chicken Dance*, Jurnal Program Studi PGRA ISSN:2338-2163-Vol.05 No.2 2017

| | | | | |
|--|------------------|---|------|--|
| 3 | Maria Hindayanti | Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan bakiak | 2015 | Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan bakiak dapat meningkatkan motorik kasar anak dengan peningkatan rata-rata presentase perkembangan motorik anak pada siklus I sebesar 58,78% (Rendah) dan pada siklus II 83,82% (Tinggi) sehingga terjadi peningkatan perkembangan motorik kasar sebesar 25,04%. ²⁵ |
| <p>Dari beberapa penelitian di atas persamaan pada peneliti yang akan diteliti yaitu sama-sama meneliti tentang motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini peneliti menggunakan metode kegiatan senam irama yang digunakan untuk meningkatkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.</p> | | | | |

²⁵ Maria Hindayanti, *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Bakiak*, Ejournal PG-PAUD Pendidikan Ganesa, Vol.3 No.1 2015.