

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Perkembangan Motorik Kasar

1. Definisi Motorik Kasar

Menurut Samsudin (2008) motorik adalah terjemahan dari kata “motor” yang merupakan suatu dasar biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak.

Menurut Hurlock (1978) motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruhnya anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Yudha M Saputra dalam bukunya Pembelajaran kooperatif untuk meningkatkan keterampilan anak TK, mengatakan bahwa motorik kasar adalah kemampuan anak beraktifitas dengan menggunakan otot-otot besarnya.

Menurut Sujiono (2008) motorik mencakup semua gerakan yang dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik anak usia dini berkaitan dengan kemampuan gerak anak, yang tercermin dalam berbagai aktivitas fisik dan permainan sehari-hari. Tingkat kemampuan motorik kasar anak usia dini sangat terkait dengan intensitas aktivitas fisiknya, yang berdampak positif pada pertumbuhan optimal. Motorik kasar melibatkan penggunaan otot besar dalam gerakan seperti berjalan, berjingjit, melompat, dan berlari.

Menurut (Sujiono;2008, Sujiono;2005) gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak.

Pada fase anak usia dini, tulang dan otot semakin kuat, memungkinkan mereka untuk berlari dan melompat dengan kecepatan lebih tinggi. Pada usia 4 tahun, anak sering melakukan gerakan sederhana seperti berjingkrak-jingkrak, melompat, dan berlari kesana-kemari. Ketika mencapai usia 5 tahun, tingkat keberanian anak meningkat, menunjukkan kepercayaan diri yang lebih besar dalam melakukan aktivitas yang menantang seperti memanjat, berlari cepat, dan berlomba dengan teman sebaya atau bahkan orangtua mereka (Santrock, 1995).

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa motorik kasar adalah gerakan tubuh yang membutuhkan koordinasi menggunakan otot-otot besar dalam beraktivitas.

2. Tujuan Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar

Menurut Samsudin (2008) penguasaan keterampilan harus tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik yang diberikan tingkat keberhasilan tertentu. Sumantri (2005) menambahkan tujuan pengembangan kegiatan motorik kasar adalah untuk menanamkan keberanian dan kerjasama serta mengembangkan gerak keterampilan.

Menurut Syaodih (2005) keterampilan motorik itu mempunyai dua tujuan yaitu, membantu anak untuk memperoleh kemandiriannya dan membantu anak untuk mendapatkan penerimaan sosialnya.

Perkembangan motorik kasar pada dasarnya merupakan gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar anggota tubuh

dengan menggunakan otot-otot besar. Menurut Saputra dan Rudyanto (2005) perkembangan keterampilan motorik kasar dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Keterampilan motorik kasar melibatkan otot-otot besar tubuh.
- b. Keterampilan motorik kasar bergantung pada kekerasan dan kekuatan otot.
- c. Pola perkembangan keterampilan motorik yang khas ini mendorong para teoritis terdahulu untuk berpendapat bahwa ini merepresentasi rentangan urutan peristiwa-peristiwa yang terprogram secara genetik dimana syaraf-syaraf dan otot-otot matang dalam arah ke bawah dan keluar.
- d. Variasi individu adalah hal umum dan masa perkembangan keterampilan motorik dapat bervariasi sebanyak dua hingga empat bulan tanpa ada indikasi terjadi perkembangan yang tidak normal.
- e. Proses-proses pematangan diyakini memberikan batas-batas umur bagi bayi untuk mampu duduk tegak, merangkak atau berjalan.

★ Berdasarkan uraian di atas bahwa perkembangan keterampilan motorik kasar mencakup fungsi-fungsi lokomotor seperti duduk tegak, berjalan, menendang, dan melempar bola. Perkembangan motorik ini berlanjut dari kepala ke bawah kaki, dan norma-norma umur kerap digunakan untuk mengukur kemajuan perkembangan bayi. Namun pengalaman-pengalaman dan kesempatan-kesempatan untuk berlatih yang dimiliki setiap anak sangat penting dalam mempengaruhi umur aktual ketika tonggak-tonggak perkembangan ini tercapai.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Perkembangan Motorik Kasar Anak.

Anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak sebagai berikut :

- a. Faktor Genetik: Warisan genetik dapat memainkan peran dalam predisposisi terhadap perkembangan motorik kasar.
- b. Stimulasi motorik Lingkungan: Lingkungan yang kaya akan stimulasi fisik, seperti mainan yang mendukung gerakan, dapat mempercepat perkembangan motorik kasar.
- c. Nutrisi dan Kesehatan: Gizi yang cukup mendukung pertumbuhan dan perkembangan otot dan tulang anak..
- d. Pengasuhan dan Interaksi Sosial: Lingkungan pengasuhan yang memberikan dorongan positif dan interaksi sosial yang baik dapat memotivasi anak untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar.
- e. Perkembangan Sistem Saraf dan Otak: Proses perkembangan sistem saraf dan otak anak berkontribusi pada kemampuan motorik kasar.
- f. Faktor Emosional: Kondisi emosional anak, seperti keamanan dan rasa percaya diri, dapat mempengaruhi motivasi untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik.
- g. Latihan dan Aktivitas Fisik Rutin: Frekuensi dan jenis aktivitas fisik yang dijalani anak dapat memengaruhi pengembangan kemampuan motorik kasar.

- h. Pertumbuhan Tulang dan Otot: Proses pertumbuhan tulang dan otot memiliki dampak langsung pada perkembangan motorik kasar.

4. Aspek Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik merupakan hal yang menjadi dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Ketika fisik berkembang dengan baik memungkinkan anak untuk dapat lebih mengembangkan keterampilan fisiknya, dan eksplorasi lingkungannya dengan tanpa bantuan dari orang lain.

Adapun aspek-aspek yang dapat dikembangkan dalam perkembangan motorik kasar anak:

- a. Kelincahan, yaitu kemampuan untuk mengubah posisi dan arah tubuh dengan cepat secara tepat waktu ketika sedang bergerak tanpa kehilangan keseimbangan maupun kesadaran akan posisi tubuhnya.
- b. Kekuatan, yaitu salah satu aktivitas pengembangan akan kemampuan daya gerak yang di lakukan, dari satu tempat ke tempat lainnya.
- c. Keseimbangan, yaitu kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh ketika di tempatkan di berbagai posisi.
- d. Ketangkasan, yaitu kualitas kecepatan dan kehandalan yang berkaitan dengan kemampuan fisik maupun mental.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa perkembangan fisik anak tidak terlepas dari asupan makanan yang bergizi, sehingga setiap tahapan perkembangan fisik anak tidak terganggu dan berjalan sesuai dengan umur yang ada. Perkembangan fisik anak ditandai juga dengan berkembangnya perkembangan motorik baik halus maupun motorik kasar.

B. Kajian Tentang Permainan Tradisional Melalui Lompat Tali

1. Pengertian Permainan Lompat Tali

Lompat tali adalah permainan tradisional yang populer pada tahun 70-an hingga 80-an, melibatkan 3 hingga 10 anak. Peralatannya sederhana, terbuat dari karet gelang di rakit menjadi tali sepanjang 3-4 meter. Dalam permainan ini, anak-anak melompati tali yang direntangkan oleh teman mereka, dengan tujuan melompat paling tinggi untuk menjadi pemenang. Dilakukan oleh minimal tiga anak, dua memegang dan merentangkan tali, sedangkan satu menjadi pelompat. Selain hiburan, lompat tali memiliki manfaat melatih kerja sama, ketangkasan, fisik motorik, dan keterampilan sosial-emosional pada anak usia dini.

Permainan ini sebaiknya dilakukan di area datar dan berumput untuk menghindari cedera jika terjatuh saat melompat. Pada tahun 70-an hingga 80-an, lompat tali menjadi permainan favorit setelah sekolah dan mandi sore. Meskipun sebenarnya sudah dapat dimainkan oleh anak usia TK (sekitar 5-6 tahun) karena motorik kasar mereka sudah siap, tapi umumnya permainan ini memang baru populer di usia sekolah (sekitar 6 tahun).

2. Manfaat Permainan Lompat Tali

Sebagai suatu metode pembelajaran, permainan lompat tali mempunyai beberapa manfaat, diantaranya :

- a. Melatih motorik kasar anak
- b. Melatih keberanian anak dalam mengasah kemampuannya untuk mengambil keputusan melompat

- c. Menciptakan emosi positif bagi anak
- d. Menjadi media bagi anak untuk bersosialisasi.

Adapun manfaat Menurut Syamsidah dalam permainan lompat tali bagi anak, antara lain:

- a. Motorik Kasar: Bermain lompat tali membantu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak, melatih teknik melompat yang benar, dan mengembangkan kecerdasan kinestetis. Selain itu, permainan ini juga dapat mengurangi risiko obesitas pada anak.
- b. Emosi: Melakukan lompatan dengan ketinggian tertentu membutuhkan keberanian, sehingga anak secara emosional dituntut untuk membuat keputusan besar, yaitu apakah mereka mau melompat atau tidak.
- c. Sosialisasi: Bermain lompat tali dalam kelompok memungkinkan anak untuk bersosialisasi dengan teman-temannya. Hal ini membantu mereka belajar berempati, menghormati aturan, bergiliran, dan keterampilan sosial lainnya sehingga mereka menjadi nyaman dalam berinteraksi dalam kelompok.

Menurut Keen Achhroni yaitu untuk membentuk otot yang padat, fisik yang kuat dan sehat, serta mengembangkan kecerdasan kinestetik anak. Permainan yang dilakukan dengan lompat-lompatan ini juga bermanfaat menghindarkan anak dari resiko mengalami obesitas. Hal ini karena untuk melompat tali dengan ketinggian tertentu membutuhkan keberanian untuk melakukannya. Anak juga harus mengambil keputusan apakah akan melompat atau tidak.

3. Jumlah Pemain Dan Peraturan Permainan Lompat Tali

Dalam permainan lompat tali anak, mereka dibagi menjadi dua kelompok yang sama besar. Setiap kelompok melakukan hompimpah secara bersamaan untuk mengajarkan sportivitas. Pemenang dari setiap kelompok akan melompat terlebih dahulu, diikuti oleh anak lainnya secara berurutan. Ujung tali dapat dipegang oleh Kedua anak satu sebelah kanan satu lagi sebelah kiri, Tinggi awal tali hanya setinggi mata kaki dan 20 cm. Anak melompat tanpa awalan, dengan posisi badan tegap dan melakukan lompatan tumpuan menggunakan satu kaki, kemudian mendarat tanpa terjatuh.

4. Alat Dan Tempat Yang Digunakan Dalam Permainan Lompat Tali

Alat yang digunakan dalam permainan lompat tali sederhana, yaitu karet gelang yang sudah dironce atau di susun Jadi satu saling mengikat. Tali harus disesuaikan dengan perkembangan anak, tidak terlalu pendek ataupun tidak terlalu panjang agar anak dapat melompat dengan nyaman. Tempat permainan sebaiknya datar dan berumput untuk mencegah cedera saat jatuh. Jika mungkin, lakukan permainan ini di ruangan terbuka, tetapi bila tidak memungkinkan, ruang tertutup dapat digunakan selama cukup luas dan aman dari benda-benda berbahaya bagi anak.

5. Alasan Mengapa Lompat Tali digunakan Sebagai Tindakan

Melompat adalah tindakan menggunakan satu atau dua kaki secara bergantian, dengan variasi gerakan yang dapat disesuaikan dengan aktivitas lain. Anak-anak secara khusus menikmati kegiatan lompat, seperti bermain lompat tali, yang tidak hanya melibatkan gerakan tetapi juga membantu

melatih keterampilan motorik anak. Melalui permainan ini, anak-anak dapat membangun keberanian untuk mengambil keputusan dan mencoba hal-hal baru. Gerakan yang terlibat dalam lompat tali juga dapat meningkatkan kepercayaan diri anak dalam menjalani aktivitas motorik kasar.

Pentingnya permainan lompat tali terletak pada pengembangan motorik kasar anak, terutama pada otot-otot tungkai. Otot-otot ini diperlukan dalam gerakan dan penopang saat melakukan lompatan. Melalui bermain lompat tali, anak-anak dapat menguatkan otot-otot ini dan mengembangkan kekuatan, kecepatan, kelenturan, dan keseimbangan tubuh. Selain itu, permainan ini juga dapat membantu meningkatkan koordinasi gerakan antara mata, lengan, dan kaki.

Selain manfaat fisik, bermain lompat tali juga dapat merangsang interaksi sosial anak. Dengan berpartisipasi dalam kegiatan ini, anak-anak belajar bekerjasama dan berinteraksi dengan teman-teman mereka. Hal ini mendukung perkembangan sosial dan emosional anak secara positif.

C. Kerangka Berpikir

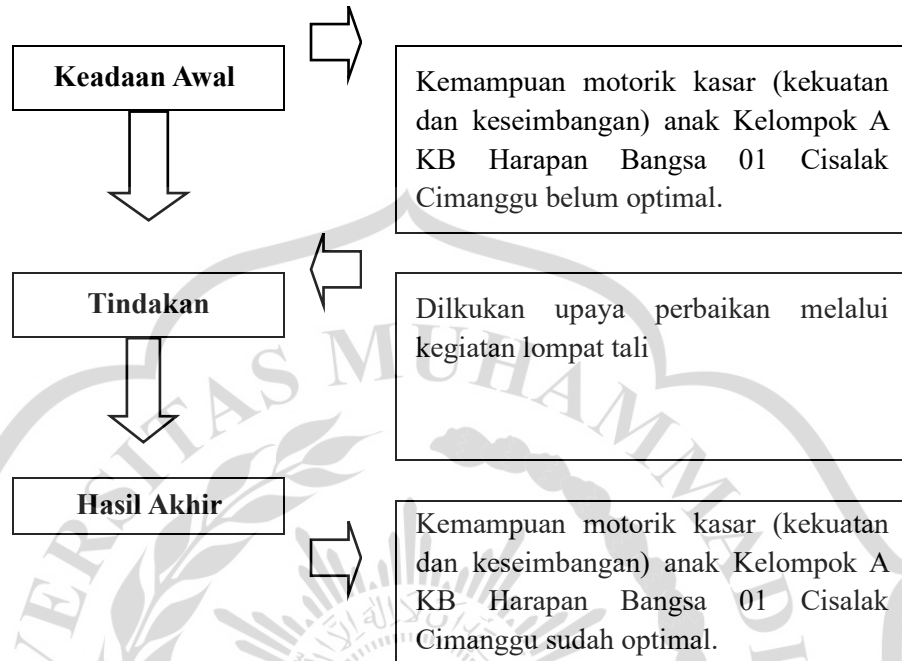
Kemampuan motorik anak terbagi menjadi kemampuan motorik kasar dan halus. Salah satu aspek penting yang perlu ditingkatkan adalah kekuatan dan keseimbangan dalam motorik kasar. Motorik kasar melibatkan gerakan-gerakan yang menggunakan otot-otot besar dan memerlukan energi besar. Anak usia 4-5 tahun biasanya sudah mampu melakukan gerakan kasar seperti melompat.

Namun, pengamatan menunjukkan bahwa beberapa anak masih mengalami kesulitan dalam melompat. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya pengembangan kegiatan motorik dalam pembelajaran. Motivasi yang kurang juga dapat menjadi faktor penyebabnya. Guru sudah melakukan berbagai upaya untuk mengembangkan kekuatan dan keseimbangan, tetapi terkadang fokus pada aspek ini kurang diperhatikan saat kegiatan pembelajaran.

Untuk mengatasi masalah ini, peneliti memutuskan untuk menggunakan kegiatan lompat tali sebagai upaya meningkatkan kekuatan dan keseimbangan motorik kasar anak. Penelitian ini dilakukan di KB Harapan Bangsa 01 Cisalak. Melalui lompat tali, diharapkan anak-anak dapat mengembangkan kekuatan otot kaki, meningkatkan kelenturan dan keseimbangan tubuh, serta mengembangkan koordinasi gerak.

Dengan demikian, diharapkan bahwa melalui kegiatan melompat ini, kemampuan motorik kasar anak, khususnya kekuatan dan keseimbangan, dapat meningkat secara optimal.

Berikut adalah skema alur bagan kerangka pikir:



Gambar 2.1 Bagan Alur Kerangka Pikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan kajian teori yang telah diuraikan di atas, peneliti dapat mengemukakan hipotesis tindakan yaitu “Upaya Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali khususnya pada kekuatan dan keseimbangan anak di Kelompok A KB Harapan Bangsa 01 Cisalak Cimanggu.