

BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Acuan Teori Area dan Fokus Penelitian

1. Hakikat Kemampuan Motorik Kasar

a. Pengertian Kemampuan

Setiap orang kemampuan dimiliki oleh namun dengan kapasitas berbeda-beda. Ada sejumlah orang yang sangat pintar dalam menulis, mampu melihat penyebab suatu masalah, terampil membuat barang yang bagus, mampu bekerja sama dengan orang lain, dan lain-lain. Kemampuan adalah suatu kesanggupan dalam melakukan sesuatu. Seseorang dikatakan mampu apabila ia bisa melakukan sesuatu yang harus ia lakukan. Kemampuan merupakan suatu kecakapan seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan atau menguasai hal-hal baru yang ingin dikerjakannya dalam suatu pekerjaan dan hal ini bisa dilihat dari tindakan masing-masing individu. kemampuan sebagai suatu dasar seseorang dalam pelaksanaan pekerjaan secara efektif atau sangat berhasil¹.

Seseorang dikatakan memiliki kemampuan atau mampu bila ia bisa dan sanggup melakukan sesuatu yang memang harus dilakukannya. Menurut Cronbach yang dikutip Hurlock, kemampuan dapat diuraikan dengan kata

¹ Anggiat M.Sinaga dan Sri Hadiati, "Pemberdayaan Sumber Daya Manusia" Jakarta: Lembaga Administarsi Negara Republik Indonesia.2001, H. 34

otomatik, cepat, dan akurat.² Dalam hal ini anak dikatakan mampu apabila dapat melakukan kegiatan sesuai dengan pencapaian yang berlaku pada dirinya secara cepat dan akurat.

Kemampuan dipengaruhi oleh beberapa faktor, hal ini sesuai dengan pendapat dari Robbins yang mengatakan bahwa kemampuan seorang individu pada hakekatnya tersusun dari dua perangkat faktor : kemampuan intelektual dan kemampuan fisik. Kemampuan intelektual adalah kemampuan yang diperlukan untuk menjalankan kegiatan mental. Sedangkan kemampuan fisik adalah kemampuan yang diperlukan untuk melaksanakan tugas-tugas yang menuntut stamina, kecekatan, kekuatan dan keterampilan serupa.³

Berdasarkan pemaparan pengertian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah dasar seseorang dalam melaksanakan pekerjaan secara efektif dimana tindakannya dilakukan otomatis, akurat dan cepat yang terdiri dari dua faktor yaitu intelektual dan fisik.

b. Pengertian Motorik Kasar

Pengembangan keterampilan motorik kasar dimulai segera setelah anak lahir. Dengan bertambahnya usia anak, kemampuan motorik kasar mereka terus berkembang dan meningkat. Pada anak usai dini untuk melakukan kegiatan sehari-hari, akan banyak melakukan aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, menendang dan lain sebagainya. Hal ini sangat memerlukan keterampilan motorik khususnya motorik kasar karena banyak

² Elizabeth.G.Hurlock, Perkembangan Anak, Terjemahan Meitasari Tjandrasa dkk, Jilid I edisi Ke-6 (Jakarta:Erlangga,2001),h.154

³, Stephen.P.Robbins. Perilaku Organisasi ,Terjemahan Drs. Benjamin Molan), Klaten: PT INTAN SEJATI.2006, h. 43

melibatkan seluruh tubuh atau sebagian besar tubuh untuk melakukannya. Pada dasarnya keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan menggerakkan sendi-sendi otot yang tidak akan dapat berkembang dengan baik tanpa memperoleh bimbingan.

Berdasarkan pendapat Eliason and Jenkins dinyatakan bahwa

*“Gross motor skills refer to skills such as static and dynamic balance, strength and agility, and general body coordination. Important features in planning activities for children are the breaking down of difficult tasks into a series of small and simple tasks, and presenting each task in a format that is motivating, stimulating, and suitable for the child's level of manipulative and organizational skills.”*⁴

Maksud dari pernyataan tersebut adalah keterampilan motorik kasar merujuk keterampilan yang statis dan dinamis seperti keseimbangan, kekuatan dan kelincahan, dan koordinasi tubuh secara umum. Hal penting dalam perencanaan kegiatan untuk anak-anak adalah penguraian tugas yang sulit menjadi serangkaian tugas kecil yang sederhana, serta penyajian setiap tugas dalam format yang memotivasi, merangsang, dan cocok untuk tingkat anak keterampilan manipulatif dan organisasi.

Pendapat yang sama dinyatakan oleh Santrock bahwa keterampilan motorik kasar (*gross motor skills*) meliputi kegiatan otot-otot besar seperti menggerakkan lengan dan berjalan.⁵ Dengan kata lain keterampilan motorik kasar meliputi gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar untuk menggerakkan sendi-sendi otot yang tidak akan dapat berkembang dengan

⁴<http://www.freepatentsonline.com/article/Journal-Research-in-Childhood-Education/124261662.html>

⁵Santrock, J. W. *Life-span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Terjemahan: Achmad Chusairi dkk. Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga 2002, h. 145.

baik tanpa memperoleh bimbingan. Sesuai pendapat Smith yang menyatakan bahwa “*gross motor abilities is skill that require the use of large muscles in the legs or arms, as well as general stength and stamina. Examples of such skill include running, jumping, throwing, climbing and kicking.*”⁶ Kemampuan ini dilakukan anak untuk meningkatkan kualitas hidup yang memungkinkan tubuh melakukan fungsi berjalan, mendaki, melompat, berlari, menendang, melempar dan sebagainya.

Kemampuan menggunakan otot-otot besar bagi anak tergolong pada kemampuan gerak dasar, kemampuan ini dilakukan sebagai bagian untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Jika dilakukan pengamatan terhadap gerakan-gerakan anak maka akan terlihat tiga kategori bentuk gerakan. Hal ini didukung oleh pernyataan Gallahue yang menyatakan “*Movement maybe categorized as stabilizing locomotor or manipulative or any combination of three*”,⁷ yang artinya bahwa gerakan dapat dikategorikan menjadi kestabilan (stability), daya gerak (lokomotor), pengendalian (manipulative) maupun kombinasi dari ketiganya.

Dalam Standar Kompetensi Anak Usia Dini dijelaskan mengenai pengembangan fisik motorik kasar anak usia dini, bahwa: motorik kasar, mencakup kemampuan gerakan. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan⁸.

⁶Jeffrey Trawick Smith, *Early Childhood Development a Multicultural Perspective-Third Edition* (New Jersey: Merril Prentice Hall, 2003)., h. 197

⁷ David L Gallahue, op. cit, h. 80

⁸Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 58 tahun 2009 h. 5

Kemampuan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa. Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak, gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi yang dapat berguna bagi kehidupan kelak.

Dari pemaparan yang telah dijelaskan sebelumnya maka dapat dideskripsikan bahwa motorik kasar adalah kegiatan yang membutuhkan otot-otot besar pada kaki atau lengan serta kekuatan dan ketahanan. Hal ini mengacu pada kemampuan yang bersifat statis dan dinamis yang mengandalkan pada keseimbangan, kekuatan, kelincahan dan koordinasi tubuh. Adapun gerakan dari motorik kasar dapat dikategorikan sebagai daya stabil, daya gerak, daya manipulasi atau kombinasi ketiganya.

c. Kemampuan Motorik Kasar

kemampuan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, dan otak. Sebuah kemampuan motorik adalah fungsi, yang melibatkan gerakan yang tepat dari otot-otot dengan maksud untuk melakukan tindakan tertentu. Kebanyakan gerakan terarah membutuhkan kemampuan untuk "merasa" atau merasakan apa otot seseorang melakukan karena melakukan tindakan. Kesulitan motorik terjadi ketika seorang individu memiliki kemampuan untuk bergerak dengan cara yang dia awalnya

ditujukan. Hal ini dapat memiliki efek yang signifikan pada kinerja kelas dan motivasi di sekolah.

Motorik kasar dapat didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Perkembangan motorik kasar melibatkan lebih besar, kelompok otot yang lebih kuat dari tubuh. Kemampuan motorik kasar melibatkan otot besar atau melibatkan seluruh bagian tubuh untuk menggerakkannya. Motorik kasar sebagai subjek kegiatan dan otot besar sebagai objeknya. Disamping itu keterampilan motorik kasar juga mencakup ketahanan, kelenturan, keseimbangan dan kekuatan.⁹ Oleh sebab itu, keduanya memiliki keterkaitan yang erat.

Kemampuan ini digunakan oleh anak untuk melakukan aktivitas olahraga. Kemampuan ini berhubungan dengan kecakapan anak dalam melakukan berbagai gerakan. Ada tiga kategori kemampuan motorik, yaitu :

- 1) Kemampuan Lokomotor. Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat yang lain atau mengangkat tubuh keatas seperti lompat atau loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur dan lari sprint.
- 2) Kemampuan Non-Lokomotor. Kemampuan non-lokomotor dilakukan ditempat tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non-lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong, dan menarik,

⁹ Martanis Jamaris, *Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak-Kanak* (Jakarta; Grasindo), h. 13

mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambung, dan lain-lain.

- 3) Kemampuan Manipulatif, Kemampuan manipulatif ketika anak telah menguasai macam- macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak menggunakan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh juga dapat digunakan. Manipulatif objek jauh lebih unggul daripada koordinasi mata-kaki dan mata-tangan yang cukup penting untuk berjalan dalam ruangan. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari: (a) gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang), (b) gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet, (c) gerakan memantul-mantulkan bola (menggiring bola).

Dari uraian yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang berhubungan dengan gerakan otot-otot besar dalam melakukan pengendalian gerakan tubuh melalui kemampuan lokomotor, non lokomotor dan manipulative dimana tindakannya dilakukan otomatis, akurat dan cepat.

d. Tujuan Pengembangan Motorik Kasar

Anak mengeksplorasi lingkungan dengan cara bergerak dan berinteraksi dengan lingkungan. Kegiatan yang merangsang anak menggunakan koordinasi otot-otot besarnya dan juga kontrol badan dan kaki anak membantu mengembangkan keterampilan motorik kasar anak.

Perkembangan keterampilan motorik kasar dapat bermanfaat untuk kepentingan saat ini maupun di masa yang akan datang.

Adapun tujuan perkembangan motorik kasar adalah penguasaan keterampilan yang tergrafik dalam perkembangan menyelesaikan tugas motorik tertentu.¹⁰ Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Jika keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukan efektif dan efisien. Hal ini dilakukan anak, sebagai alat pemacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan kesehatan untuk anak, serta melatih keterampilan dan ketangkasan gerak juga daya pikir anak, sehingga anak memahami manfaat mengembangkan motorik kasar untuk menjaga kesehatannya.

Tujuan pengembangan keterampilan motorik kasar adalah penguasaan keterampilan dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu¹¹. Anak sudah dapat menguasai dan mengendalikan suatu gerak dengan baik dan terarah pada suatu atau dua macam gerak yang diberikan kepadanya. Pengembangan motorik kasar juga bertujuan untuk : (1) meningkatkan keterampilan gerak, (2) memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani, (3) menanamkan sikap percaya diri, (4) bekerja sama,

¹⁰ <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/article/viewFile/1707/1476> (diunduh tanggal 24 Mei 2016)

¹¹ Samsudin , Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-kanak, (Jakarta: Prenada Media Group, 2007, h. 8

(5) berperilaku disiplin, jujur dan sportif¹². Dari penjelasan tersebut dapat dideskripsikan bahwa tujuan pengembangan keterampilan motorik adalah anak dapat menguasai motorik kasar untuk menyelesaikan tugas perkembangannya.

e. Karakteristik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 tahun

Pada tiap tahapan usia terdapat kompetensi yang harus dicapai anak pada masing-masing aspek perkembangannya. Begitu pula pada perkembangan motorik halus, terdapat beberapa kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun yang berfungsi sebagai acuan standar minimal kemampuan yang harus dikuasai. Menurut pendapat Havinghurst menyebutkan sebagai *development tasks for childhood* (tugas-tugas perkembangan untuk masa kanak-kanak). Merumuskan sebagai tugas yang muncul disekitar periode tertentu dalam kehidupan seseorang keberhasilan yang menuntunnya menuju kepada kebahagiaan hidup dan keberhasilan tugas perkembangan selanjutnya, sementara kegagalan membawanya kepada ketidakbahagiaan individu, ditolak oleh lingkungannya.

Perkembangan anak usia 5-6 tahun sangatlah pesat. Pada usia ini, anak mulai mengembangkan keterampilan-keterampilan baru dan memperbaiki keterampilan yang sudah dimilikinya. Kegiatan seperti melempar, memanjat, berguling-guling, berlari dan menari lebih cocok bagi mereka dari pada kegiatan-kegiatan dengan kertas dan pensil, sesuai

¹² M.S.Sumantri, op cit, h. 9

dengan tahap-tahap perkembangannya yaitu berjalan dengan jinjit, berlari mengubah kedudukan badan jongkok, berdiri, loncat-berdiri, koordinasi otot-otot meningkat, senang berayun, menyenangi gerakan-gerakan ritmik, secara fisik anak-anak ini sangat lentur dan senang melakukan kegiatan-kegiatan fisik.

Anak-anak usia 5-6 tahun banyak menghabiskan waktunya dan perhatiannya pada praktik dan penguasaan keterampilan di semua bidang perkembangan. Menurut Allen dan Marotz¹³ perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun adalah sebagai berikut : (a) melakukan gerakan berjalan mundur, (b) berjalan naik turun dengan kaki bergantian, (c) belajar berjungkir balik, dan (d) belajar untuk melompat dengan menggunakan satu kaki. Bahkan di usia 5-6 tahun, anak-anak menyukai kegiatan yang membutuhkan banyak energi seperti berlari, melompat, memanjat, dan melempar.

Menurut Eastman dalam Montolalu, melihat kegiatan fisik merupakan salah satu media yang penting karena melalui kegiatan ini anak-anak membentuk kesan (*form impressions*) tentang dirinya maupun lingkungannya.¹⁴ Smart & Smart mendefinisikan pelatihan gerakan bagi anak pada umumnya menganggap bahwa pendidikan jasmani sangat penting bagi perkembangan anak secara keseluruhan agar seseorang berkembang secara harmonis anak-anak prasekolah perlu diberi pengalaman bergerak (*movement education*)¹⁵.

¹³ K.Eilleen Allen & Lynn R. Marotz, Profil Perkembangan Anak, Edisi 5

¹⁴ Wayne Eastman, Bermain dan Permainan Anak (Jakarta: B.E.F Montolalu 2008), h.4.13

¹⁵ Smart & Smart, "Preschool Children", B.E.F Montolalu, dkk (Jakarta: Universitas Terbuka, 2008), h. 4.13

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dideskripsikan bahwa program kegiatan fisik motorik untuk anak usia 5-6 tahun harus sesuai pandangan perkembangan anak sehingga menstimulasikan anak, serta menyenangkan. Hal itu memberi perkembangan gerak yang komprehensif. Kegiatan yang meningkatkan pengembangan fisik motorik dapat dilakukan melalui gerakan dengan alat atau tanpa alat dalam bentuk permainan.

Supaya anak mencapai tingkat perkembangan yang optimal, dibutuhkan keterlibatan orang tua dan orang dewasa untuk memberikan rangsangan yang bersifat menyeluruh dan terpadu yang meliputi pendidikan, pengasuhan, kesehatan, gizi, dan perlindungan yang diberikan secara konsisten melalui pembiasaan. Hal ini dilakukan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

B. Acuan Teori Rancangan-rancangan Alternatif / Disain-disain Alternatif Intervensi Tindakan

1. Hakikat Bermain

a. Pengertian Bermain

Bermain bagi anak tidak selamanya berdampak negative bagi perkembangan jiwa anak. Bermain bagi anak dengan terkendali dapat mendorong perkembangan anak ke arah yang lebih maju. Menurut Yuliani, bermain identik dengan dunia anak-anak. Bermain adalah kegiatan yang anak-anak lakukan sepanjang hari karena bagi anak bermain adalah hidup

dan hidup adalah permainan.¹⁶ Berdasarkan pendapat yang telah dipaparkan sebelumnya bahwasanya setiap anak yang sehat selalu mempunyai dorongan untuk bermain dan hampir sebagian waktunya di gunakan untuk bermain karena bagi anak bermain merupakan suatu kebutuhan yang penting agar anak dapat berkembang secara wajar dan utuh, menjadi orang dewasa yang mampu menyesuaikan dan membangun dirinya menjadi pribadi yang matang dan mandiri, dan dengan bermain anak juga bisa tumbuh dan mengembangkan seluruh aspek perkembangan yang ada pada dirinya.

Bermain bagi anak merupakan refleksi pembebasan jiwa dari keterikatan dengan bebrbagai kewajiban dan aturan orang tua. Ketika bermain, anak dapat mengungkapkan berbagai cerita hati, keceriaan jiwa, dan kegembiraan serta menangkap makna interaksi dengan teman sebayanya. Menurut Coplan dalam Christianti

mengutip ciri-ciri bermain pada anak. Adapun ciri-ciri tersebut yaitu; 1) Bermain didorong oleh motivasi dari dalam diri anak. Anak akan melakukannya apabila hal itu memang betul-betul memuaskan dirinya; 2) Bermain dipilih secara bebas oleh anak; 3) Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan, ditandai dengan tawa dan komunikasi yang hidup; 4) Bermain tidak selalu harus menggambarkan hal yang sebenarnya; 5) Bermain senantiasa melibatkan peran aktif anak, baik secara fisik, psikologis, maupun keduanya sekaligus.¹⁷

Akan terasa janggal apabila ada anak yang tidak suka bermain atau permainan. Sebab secara psikologis dalam tahap perkembangan manusia, masa kanak-kanak.

¹⁶ Yuliani Nurani, Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini (Jakarta:Indeks,2009), h.144

¹⁷ Martha Christianti, Pembelajaran Anak Usia Dini dengan Pendekatan Proyek <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/pdf> (diunduh tanggal 24 Mei 2016)

Bermain adalah kebutuhan semua anak. Ketika bermain, anak memperoleh pengetahuan dan informasi, dari situlah secara tidak langsung anak sedang belajar. Menurut pendapat Sugar dan Sugar, "*games are the perfect vehicle to bring the fun and energy of play into a learning zone*"¹⁸. Para psikolog perkembangan menyebutkan permainan dan bermain adalah modal awal bagi pembinaan kecerdasan dan mental emosional bagi anak. Dengan bermain, daya pikir anak terangsang untuk mendayagunakan aspek fisik, emosional dan sosialnya.

Bermain memberikan kesempatan kepada setiap anak untuk mengekspresikan dirinya. Menurut Sully dalam Tedjasaputra, tertawa adalah kegiatan bermain dan tertawa ada di dalam aktivitas sosial yang dilakukan bersama sekelompok teman¹⁹. Bermain adalah unsur penting, sarana bagi anak untuk melakukan komunikasi, sosialisasi untuk belajar tentang dunia di sekitar mereka, memahami dirinya dan orang lain, menghadapi masalah yang dialami anak, dan berlatih beberapa keterampilan yang dapat digunakan di masa depannya. Dari pernyataan tersebut sangat jelas bahwa bermain sangat dibutuhkan setiap anak dan bermain tidak sekedar bersenang-senang, melainkan juga memiliki makna yang baik bagi setiap anak.

Secara fisik bermain memberikan peluang bagi anak untuk mengembangkan kemampuan motoriknya. Bermain sebagai latihan untuk

¹⁸ Steve Sugar and Kim Kostoroski Sugar, *Primary Games*, (San Fransisco: Jossey-Bass, 2002, h. xix

¹⁹ Mayke S Tedjasaputra, *Bermain, Mainan, dan Permainan untuk Pendidikan Usia Dini*, (Jakarta: PT Grasindo, 2001, h. 15

meningkatkan keterampilan dalam mengkoordinasikan gerakan motorik, baik motorik kasar maupun motorik halus²⁰. Bermain seperti olahraga mengembangkan kelenturan, kekuatan serta ketahanan pada anak. Menurut paedagogis, permainan dapat memberikan tantangan pada anak dan sekaligus menghambat kebosanan sehingga akan tetap aktif mengikuti proses pembelajaran.

Gerak fisik yang terkandung dalam olahraga dan permainan, dipandang dari berbagai teori, merupakan sebuah kebutuhan manusia, baik sebagai alat dan bahasa pertama ketika manusia mulai mengenal lingkungannya, maupun sebagai elemen penting ketika ia tumbuh dan berkembang sebagai sebuah organism yang terdiri dari kesatuan fisik, mental, intelektual dan emosionalnya. Pendapat Herbert Spencer dalam Mayke mengemukakan bahwa kegiatan bermain seperti berlari, melompat, bergulingan yang menjadi ciri khas kegiatan anak kecil²¹.

Dengan memberikan kesempatan bergerak yang banyak dengan cara bermain sesuai dengan dunia anak yaitu bermain, tentu akan ada perubahan-perubahan positif yang diharapkan oleh lingkungan. Energi yang keluar dapat disalurkan secara positif dan terarah dengan perkembangannya. Melalui gerak fisik anak menyalurkan energinya yang berlebihan, sehingga tercapai kembali keseimbangan tubuh dan jiwanya.

²⁰ Martini Jamaris, op. cit, h.121

²¹ Mayke S Tedjasaputra, op. cit, h. 2

Berdasarkan pemaparan di atas mengenai definisi bermain dapat dideskripsikan bahwa bermain adalah aktivitas atau kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa alat yang bersifat menyenangkan bagi anak dan dilakukan atas dasar sukarela atau kehendak diri sendiri tanpa ada paksaan atau tekanan, serta bermakna bagi kehidupan anak dimasa depannya. Kegiatan ini dapat dijadikan sarana dalam mengembangkan aspek-aspek kemampuan dalam diri anak. Selain itu juga memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan imajinasi dan mengekspresikan perasaannya.

b. Manfaat Bermain Terhadap Perkembangan Anak

Bermain tidak hanya suatu kegiatan yang menyenangkan untuk anak, melainkan juga memiliki manfaat yang besar bagi anak. Dengan bermain anak menyalurkan energinya, ekspresinya, imajinasi dan membantu anak berhubungan dengan lingkungan sekitarnya. Anak juga mendapatkan informasi dan pengetahuan yang dibutuhkan. Bermain tidak sekedar kegiatan bersenang-senang melainkan juga kegiatan yang mampu menstimulus potensi yang dimiliki anak.

Bermain membantu anak bersosialisasi dengan teman sebayanya, serta mengenalkan anak akan aturan-aturan bermain dalam kelompok. Anak akan belajar menaati aturan, membuat aturan bersama, dan merasakan menang atau kalah. Melalui bermain anak akan mengetahui aturan yang telah disepakati bersama temannya dalam kelompok dan merasakan kemenangan serta kekalahan dengan kelapangan hati.

Bermain juga meningkatkan aspek perkembangan anak yang terus berkembang seiring tumbuhnya anak. Aspek perkembangan tersebut perlu distimulus melalui kegiatan bermain. Aspek-aspek perkembangan anak diantaranya yaitu aspek kognitif, sosial, emosi, fisik dan motorik.

Secara fisik dan motorik, bermain membantu anak menyalurkan tenaga yang berlebih yang dimiliki dan membebaskan anak bergerak secara aktif. Bermain secara aktif diperlukan oleh anak agar anak tumbuh memiliki otot-otot tubuh yang kuat. Menurut Stone, "*play provides opportunities for both fine and gross motor development*"²². Bermain memberi kesempatan motorik halus dan kasar berkembang. Contohnya bermain mengikat playdough untuk motorik halus atau bermain lompat karet.

Berdasarkan pemaparan mengenai manfaat bermain dapat dideskripsikan bahwa bermain memiliki peranan penting bagi seluruh aspek perkembangan anak. Melalui bermain seluruh potensi dan kemampuan yang dimiliki anak terhadap aspek fisik dan motoriknya adalah sebagai sarana menyalurkan tenaganya yang berlebihan serta membebaskan anak bergerak secara aktif.

2. Hakikat Bermain Dampu Bulan

a. Pengertian Bermain Dampu Bulan

Bermain dampu bulan ini sangat baik untuk anak-anak dikarenakan anak untuk kesehatan dan juga belajar bersosialisasi baik karena bermain ini cukup banyak gerakan sehingga meningkatkan kemampuan motorik kasar

²² Sandra J Stone, *Playing A Kids Curriculum*, (USA:GoodYearBooks, 1993),h. 4

pada anak. "Hopscotch is a wonderful hopping game that can be played on a bare patch of ground or on a floorindoors."²³ Bermain dampu bulan merupakan aktivitas yang biasa dilakukan di luar ruangan, baik itu di tempat terbuka yang luas seperti halaman, taman bermain atau lapangan.

Bermain tradisional anak adalah proses melakukan kegiatan yang menyenangkan hati anak dengan mempergunakan alat sederhana sesuai dengan potensi. Menurut pendapat Darnati menyatakan bahwa engklek atau dampu bulan adalah permainan meloncati garis dengan satu kaki di setiap petak yang telah digambar.²⁴ Permainan ini mempunyai nama yang berbeda-beda ditiap-tiap daerah. Menurut pendapat Iswinarti, menyatakan :

"Dampu bulan dalam bahasa Inggris "Hopscotch". Nama-nama tersebut berbeda menurut daerah masing-masing, anatara lain:Engklek (Jawa), Asinan, Gala Asin (Kalimantan), Intingan (Sampit), Tengge-tengge(Gorontalo), Cak Lingking (Bangka), Dengkleng, Teprok (Bali), Gili-gili (Merauke), Deprok (Betawi), Gedrik (Banyuwangi), Bak-baan, engkle (Lamongan), Bendang(Lumajang), Engkleng (Pacitan), Sonda (Mojokerto), Tepok Gunung(Jawa Barat), dan masih banyak lagi nama yang lain."²⁵

Dari pemaparan tersebut, dampu bulan dikenal di kalangan masyarakat, karena dampu bulan adalah permainan tradisional. Anak yang menyukai permainan sederhana ini biasanya perempuan. Tapi laki-laki pun bisa bergabung untuk ikut memainkannya. Jumlah pemain dampu bulan bebas, biasanya 2 sampai 5 anak.

²³ http://www.gameskidsplay.net/games/other_games/hopscotch.htm (diunduh tanggal 22 Mei 2016, 21. 12)

²⁴ Desi Darnati, 52 Fun Family Full Games, (Yogyakarta :Andi, 2010), h. 111-112

²⁵ Iswinarti, op.cit, 7

Dampu bulan dimainkan di sebidang tanah yang arena permainannya berbentuk kotak-kotak yang berjumlah 9. Petak -petak di permukaan tanah yang dibuat dengan menggunakan kapur atau pecahan genting. Alat yang digunakan seperti batu bata, batu dan pecahan genting. Permainan dampu bulan biasanya dimainkan oleh dua orang atau lebih. Setiap pemain memiliki gaco. Gaco adalah alat yang digunakan dalam bermain dampu bulan. Gaco sendiri bisa berasal dari pecahan genting, batu ataupun batu bata. Untuk menentukan urutan permainan dilakukan dengan cara hompimpa. Hompimpa atau hompimpah adalah sebuah cara untuk menentukan siapa yang menang dan kalah dengan menggunakan telapak tangan yang dilakukan oleh minimal tiga peserta. Secara bersama-sama, peserta mengucapkan kata *hom-pim-pa*. Ketika mengucapkan suku kata terakhir (*pa*), masing-masing peserta memperlihatkan salah satu telapak tangan dengan bagian dalam telapak tangan menghadap ke bawah atau ke atas. Pemenang adalah peserta yang memperlihatkan telapak tangan yang berbeda dari para peserta lainnya. Jika pemain hanya dua orang dilakukan dengan cara suten atau suit. Suten, sut atau populer sebagai suit (suwit) dan pingsut adalah cara mengundi untuk dua orang dengan cara mengadu jari untuk menentukan siapa yang menang. Dalam permainan anak-anak, pemenang sut dapat lebih dulu bermain atau terbebas dari menjaga. Sebagai pengganti undian, suten dipakai untuk menentukan siapa yang memperoleh sesuatu, atau siapa yang lebih dulu dapat memulai sesuatu.

b. Manfaat Bermain Dampu Bulan

Semua orang senang bermain dan mencari kesenangan. Permainan adalah aktivitas fisik dengan tujuan bersenang-senang, mengisi waktu luang, atau melakukan olahraga ringan. Permainan dilakukan untuk melepaskan energy fisik yang berlebihan dan meluapkan perasaan. Dalam hal ini apa yang diajarkan pada anak-anak tanpa kesenangan dan paksaan akan menghasilkan ingatan yang tidak menyenangkan atau menggembirakan. Adapun faktor yang menyenangkan akan meningkatkan pikiran dan hati.

Permainan memberikan anak-anak kebebasan dalam berimajinasi, menggali potensi diri/bakat dan untuk berkreaitivitas. Dengan melakukan permainan, anak akan mengalami rasa bahagia. Hal itu yang membuat syaraf/neuron di otak anak dengan cepat saling berkoneksi untuk membentuk satu memori baru. Itu sebabnya anak-anak mudah belajar sesuatu melalui permainan. Adapun keterampilan sosial yang didapat ketika melakukan permainan dampu bulan, yaitu kompetisi, negosiasi, komunikasi dan empati.

Menurut pendapat Iswinarti menjelaskan ada nilai-nilai terapi yang terkandung dalam permainan dampu bulan meliputi: (1) Nilai deteksi dini untuk mengetahui anak yang mempunyai masalah. (2) Nilai untuk perkembangan fisik yang baik. (3) Nilai untuk kesehatan mental yang baik, (4) Nilai problem solving, (5) Nilai sosial.²⁶ Dari pemaparan tersebut, permainan dampu bulan mengandung nilai-nilai terapi untuk anak usai 5-6 tahun.

²⁶ Iswinarti, op.cit

C. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang berhubungan dengan kemampuan motorik kasar, salah satunya adalah hasil penelitian yang ditulis oleh Kristianto mengenai kemampuan motorik kasar Taman Kanak-kanak yang berasal dari Kelompok B dengan jumlah pemain 25 anak, yang terdiri dari 7 anak laki-laki dan 18 anak perempuan. Hasil penelitian tersebut diketahui bahwa perkembangan motorik kasar anak pada mengalami peningkatan. Gerakan motorik kasar ini melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan gerakan seluruh tubuh anak.²⁷ Melalui bermain bersama dengan teman di sekolah, kemampuan motorik kasar dapat ditingkatkan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat diduga bahwa kemampuan motorik khususnya motorik kasar anak usia 5-6 tahun dapat ditingkatkan melalui bermain dampu bulan. Motorik kasar yang dapat dikembangkan dari kegiatan bermain dampu bulan adalah melompat dan melempar.

Penelitian lain yang berhubungan dengan kemampuan motorik kasar adalah penelitian yang dilakukan oleh Arry Alphalia Arnantho mengenai permainan kucing dan tikus dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Kristen IPEKA Sunter, Jakarta Utara. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa permainan kucing dan tikus dapat

²⁷ Yhana Pratiwi, M.Kristianto, Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh)Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B Tunas Rimba II, H. 17

meningkatkan keterampilan motorik kasar dengan melakukan berbagai macam tema dan variasi, diantaranya lari dan lompat, yaitu berlari lurus, berlari berputar, berlari sambil mengangkat tumit, berlari melewati rintangan, melompat kedepan, melompat ke samping, melompat kebelakang, melompat dengan dua kaki, melompat dengan satu kaki dan melompati rintangan.²⁸

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, dapat dideskripsikan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dapat dipengaruhi oleh beberapa kegiatan. Salah satu kegiatan yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik kasar adalah permainan dampu bulan. Permainan dampu bulan dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak karena pada saat bermain, anak menggunakan otot kaki, tangan dan gerakan seluruh tubuh.

D. Kerangka Berpikir

Sesuai dengan standart kemampuan motorik kasar anak, bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun mampu berdiri dengan satu kaki selama 10 detik, berjalan di atas papan titian, berjalan dengan berbagai variasi, meluncur, melompat dengan dua atau satu kaki, *skipping* dan meloncat, melempar dan menangkap bola dengan benar. Hal ini berbeda dengan kondisi yang terjadi di lapangan, banyaknya anak yang belum

²⁸ Arry Alphalia Arnantho, "Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Permainan Kucing Dan Tikus (Penelitian Tindakan Kelas di TK IPEKA Sunter, Jakarta Utara), Skripsi Sarjana, FIP UNJ, Jakarta, 2011

mampu menguasai kemampuan motorik kasar terutama melompat dengan satu kaki/engklek dan melempar.

Salah satu tujuan bermain dampu bulan adalah meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Adapun kemampuan motorik kasar yang terdapat pada permainan dampu bulan adalah melompat dengan satu kaki/engklek dan melempar. Dalam bermain dampu bulan mencakup ketahanan, kecepatan, kelenturan, keseimbangan dan kekuatan. Hal ini diharapkan anak dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui bermain dampu bulan.

Pembelajaran motorik kasar hanya sebatas senam yang dilakukan anak bersama dengan guru sehingga terlihat kurang bervariasi. Hal ini berpengaruh terhadap pembelajaran anak, anak menjadi tidak antusias dan terlihat bosan dalam melakukan kegiatan. Diperlukan proses pembelajaran yang bersifat menyenangkan sehingga ada ketertarikan dalam melakukan suatu kegiatan.

Bermain adalah cara yang efektif bagi anak untuk meningkatkan aspek perkembangan dan pertumbuhannya secara alami dan menyeluruh. Dengan bermain akan meningkatkan proses konsentrasi pada anak. Bermain merupakan proses bagi anak untuk melatih memusatkan perhatiannya. Bermain melibatkan peran aktif anak secara fisik, psikologis, maupun keduanya. Salah satu jenis permainan yang dapat mengembangkan aspek kemampuan motorik kasarnya adalah permainan dampu bulan.

Bermain dampu bulan adalah permainan yang menyenangkan dan dapat mengembangkan aspek motorik pada anak. Bermain dampu bulan dalam melakukannya diperlukan perencanaan yang optimal, berada dalam pengawasan serta bimbingan guru. Melalui bermain dampu bulan, anak belajar mengembangkan emosinya, meningkatkan kompetensi antar sesamanya serta memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Anak juga mampu mengembangkan kemampuan kognitif dan sosialnya.

Saat melakukan permainan dampu bulan, anak melakukan berbagai variasi gerakan, seperti : berjalan dengan berbagai variasi, berdiri dengan satu kaki selama 10 detik, dan melompat dengan dua atau satu kaki. Keberhasilan anak dalam menguasai kemampuan motorik kasar bergantung pada faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak, baik yang berkaitan dengan faktor internal seperti sistem syaraf, urat syaraf, dan otot-otot. Selain itu, ada faktor yang mempengaruhi, diantaranya tahapan-tahapan yang dilaluinya, yaitu tahapan verbal kognitif, asosiatif dan automasi atau otonom. Jika anak berhasil melewati setiap tahapan ini secara sempurna, maka anak akan mempunyai kemampuan motorik kasar yang baik.

Kemampuan motorik kasar yang baik sangat diperlukan oleh anak dalam hal meningkatkan kemampuan gerak, mengembangkan kemampuan koordinasi motorik kasar, menanamkan sikap percaya diri dan kemandirian anak, menanamkan nilai-nilai sportifitas, kerjasama dan disiplin, memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan menguasai kemampuan motorik kasarnya diharapkan aspek perkembangan anak dapat berkembang.

Berdasarkan uraian di atas diduga bahwa permainan dampu bulan berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan acuan dari berbagai teori yang telah dijabarkan, rancangan alternative atau desain alternative intervensi tindakan yang dipilih dan pengajuan konseptual perencanaan tindakan sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan hipotesis penelitian tindakan ini sebagai berikut : Bermain damp bulan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.