

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keterampilan motorik merupakan kemampuan yang penting dimiliki oleh setiap anak. Dengan melatih keterampilan ini, anak dapat belajar melakukan berbagai hal, seperti berdiri, duduk, dan bermain. Tak hanya itu, keterampilan motorik yang dilatih dengan baik juga dapat mendukung tumbuh kembang anak, sehingga perkembangan gerak yang ia miliki kelak akan dapat mendukung setiap aktivitas gerak yang ia lakukan.

Dilihat dari definisi bahasanya dapat dilihat bahwa gerak motorik diambil dari kata motor, dimana kata motor berarti dasar mekanika yang dapat membangun sebuah gerakan. Jadi gerakan motorik adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku yang dilakukan oleh tubuh, seperti kepala, bibir, lidah, tangan, kaki, dan jari. Gerakan-gerakan tersebut belum terlalu terlihat ketika bayi baru lahir, namun secara perlahan akan mulai terbentuk seiring tumbuh kembangnya. Gerakan motorik ini tentunya terjadi karena proses motorik. Dimana proses motorik adalah sebuah sistem gerakan yang telah terkoordinasi dengan baik. Sistem ini tentunya dikoordinasikan oleh otak, rangka, otot dan saraf.

Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan dasar. Gerak dasar merupakan gerak yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflex yang telah dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang. Dalam bukunya, Sujiono (2014, hal : 1.13) menggolongkan 3 (tiga) keterampilan motorik anak, antara lain 1). Kemampuan Lokomotor, adalah kemampuan digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas, seperti melompat, meloncat, berjalan, dan berlari; 2). Kemampuan Nonlokomotor, adalah kemampuan yang dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan nonlokomotor terdiri atas menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan,

melingkar, melambung, dan lain-lain; 3). Kemampuan Manipulatif, kemampuan ini dikembangkan ketika anak sedang menguasai bermacam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan mata-tangan dan mata-kaki tetapi bagian lain dari tubuh juga ikut terlibat. Kemampuan manipulatif ini lebih banyak menggunakan koordinasi, seperti gerakan mendorong, gerakan menangkap, dan lainlain.

Perkembangan fisik yang normal (tidak cacat) merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik bidang pengetahuan, maupun keterampilan. Perkembangan motorik ini sangat mendasar untuk belajar keterampilan. Oleh karena itu, kematangan perkembangan motorik sangat menunjang keberhasilan belajar peserta didik. Kecakapan motorik atau kemampuan psiko-motorik merupakan kemampuan untuk melakukan koordinasi gerakan syaraf motorik yang dilakukan oleh syaraf pusat untuk melakukan kegiatan (Restian, 2015 : 52).

Menurut Hurlock yang dikutip oleh Iriani Indri Hapsari (2016 : 204) menyatakan beberapa fungsi perkembangan motorik sebagai berikut, yaitu 1). Perkembangan motorik yang berkembang dengan baik, menandakan kesehatan fisik dalam kondisi baik. Kondisi fisik motorik yang tidak baik akan membuat anak merasa minder untuk dan tidak optimal dalam melakukan kegiatan sehingga hasilnya pun menjadi tidak maksimal; 2). Melalui kegiatan fisik motorik, anak dapat melakukan katarsis emosional untuk melepaskan emosi yang tertahan dan membebaskan tubuh dari ketegangan, kegelisahan dan keputusasaan, sehingga mereka dapat merasa lebih rileks secara fisik maupun psikologis; 3). Anak yang perkembangan fisik motoriknya baik akan dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, hal tersebut akan membuat anak merasa lebih bahagia dan percaya diri. Namun sebaliknya, bila kondisi fisik motorik anak tidak berkembang dengan baik, anak akan banyak bergantung pada orang lain untuk melakukan aktivitas sehari-harinya dan hal tersebut bisa membuat anak merasa sedih dan minder dengan teman-teman sebayanya. 4). Kondisi fisik motorik yang baik, akan membuat anak mampu melakukan kegiatan atau hobi yang diamatinya dengan perasaan senang walaupun dilakukan sendiri misalnya memainkan alat musik piano; 5). Perkembangan fisik motorik yang baik akan membantu anak untuk

dapat bersosialisasi, bermain dan memainkan perannya diantara teman teman sebayanya. Berbeda dengan anak yang memiliki hambatan fisik motorik, mereka tetap dapat bersosialisasi namun kesulitan untuk bisa bermain dan memainkan perannya saat dibutuhkan keterampilan motorik dalam melakukannya; 6). Perkembangan fisik motorik yang baik, akan menumbuhkan rasa aman secara psikologis. Hal tersebut akan menimbulkan rasa percaya diri pada anak dan membentuk diri yang positif bagi anak.

Sejalan dengan hal itu, menurut Magill & Anderson (2016 : 53), kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kemampuan merupakan ciri umum atau kapasitas individu yang merupakan penentu potensi pencapaian seseorang untuk unjuk kerja keterampilan tertentu, sehingga kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang secara khusus terkait dengan kinerja keterampilan motorik atau gerak yang dilakukan oleh individu.

Menurut Hurlock dalam Med Meitasari Tjandrasa dan Muchicah Zarkasih (2013 : 150), menyatakan bahwa perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf dan otot yang dikoordinasikan. Pengendalian tersebut berasal dari kegiatan masa yang ada pada waktu lahir. Sebelum perkembangan tersebut terjadi anak akan tetap tidak berdaya.

Menurut Bambang dkk, (2012 : 1.12) “Perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh”. Hal yang sama juga dinyatakan oleh Santrock (2007 : 218) “perkembangan motorik adalah penggunaan tangan, pilihan menggunakan satu tangan tertentu dan bukan lainnya”.

Menurut Rini dkk, (2014 : 3.12) menyatakan bahwa “Perkembangan motorik adalah perubahan secara progresif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang diperoleh melalui interaksi antara faktor genetik (bawaan) dan kematangan (maturation) serta latihan/pengalaman (experiences) selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/pergerakan yang dilakukan”.

Menurut Hurlock dalam (Marliza, 2012 : 36) menyatakan bahwa “perkembangan motorik adalah suatu perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi”. Sedangkan menurut Beaty (2013 : 236), “Perkembangan motorik halus melibatkan otot-otot halus yang mengendalikan tangan dan kaki, terkait dengan anak kecil sebaiknya memberikan perhatian lebih kepada kontrol, koordinasi, dan ketangkasan dalam menggunakan tangan dan jemari”.

Keterampilan motorik adalah gerakan dan tindakan otot. Ada dua jenis keterampilan motorik, yaitu keterampilan motorik halus dan keterampilan motorik kasar. 1). Keterampilan Motorik Halus, adalah keterampilan yang membutuhkan penggunaan kelompok otot yang lebih kecil untuk melakukan gerakan yang lebih kecil dengan tangan, pergelangan tangan, jari tangan, dan kaki, serta jari kaki. yang berfungsi untuk melakukan gerakan-gerakan yang bersifat presisi dan spesifik, seperti bermain piano, menulis dengan cermat, dan mengedipkan mata merupakan gerakan yang melibatkan otot-otot kecil, Kemampuan motorik halus memungkinkan anak untuk melakukan berbagai aktivitas, seperti menulis, menggambar, dan mengambil makanan atau minuman. Umumnya, ada kehilangan retensi keterampilan motorik halus selama periode tidak digunakan. Bambang Sujiono (2012 : 1.14) juga mengungkapkan bahwa gerakan motorik halus adalah gerakan yang hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti jari jemari tangan dan gerakan pergelangan tangan yang tepat. Keterampilan motorik halus dapat terganggu. Beberapa alasan gangguan bisa menjadi cedera, penyakit, stroke, cacat bawaan, cerebral palsy , dan cacat perkembangan. Masalah dengan otak, sumsum tulang belakang, saraf tepi, otot, atau persendian juga dapat berdampak pada keterampilan motorik halus, dan penurunan kontrol; 2). Keterampilan Motorik Kasar, adalah keterampilan yang melibatkan pergerakan otot-otot besar seperti tungkai, lengan, dan otot-otot tubuh yang berfungsi untuk melakukan gerakan dasar tubuh yang terkoordinasi oleh otak. Keterampilan motorik kasar membuat anak dapat melakukan berbagai aktivitas, misalnya berlari, berjalan, melompat, menarik, melempar, menendang, dan menyeimbangkan, sehingga gerak tersebut dikenal dengan istilah gerakan dasar. Tingkat kinerja keterampilan motorik kasar tetap tidak berubah setelah

periode tidak digunakan. Keterampilan motorik kasar dapat dibagi lagi menjadi dua subkelompok, yakni keterampilan okulomotor, seperti berlari, melompat, meluncur, dan berenang; dan keterampilan mengontrol objek seperti melempar, menangkap, dan menendang.

Gerak merupakan perpindahan dari tempat satu ke tempat lain dengan tujuan tertentu secara dinamis. Komponen unsur dalam gerak pada manusia antara lain: kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan; 1). Kekuatan, adalah keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini, apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu anak tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik, seperti: berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong; 2). Koordinasi, adalah keterampilan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat; 3). Kecepatan, adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelenturan dalam satuan waktu tertentu, contohnya: berapa jarak yang ditempuh anak dalam melakukan lari empat detik, semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya; 4). Keseimbangan, adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi; 5). Kelincahan, adalah keterampilan mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik satu ke titik yang lain. Contohnya: bermain kucing dan tikus, bermain menjala ikan dan lain-lain.

Tabel 1.1. Perkembangan Motorik Anak

No	Motorik Halus	Motorik Kasar
1	Menulis	Kesenian (seni bela diri, seni tari)
2	Menggambar atau Melukis	Baris berbaris
3	Mengetik (Komputer)	Senam
4	Merupa (membuat kerajinan dari tanah liat)	Berenang
5	Menjahit	Atletik

Kemampuan motorik termasuk kekuatan, daya tahan, kelincahan, keseimbangan, kelentukan dan pola dasar dari gerakan yang ada pada lari cepat, melompat dan melempar. Jadi kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang dalam menampilkan keterampilan motorik dari gerakan fundamental yang alami. Tujuan keterampilan motorik adalah untuk mengoptimalkan kemampuan melakukan keterampilan pada tingkat keberhasilan, ketepatan, dan untuk mengurangi konsumsi energi yang diperlukan untuk kinerja. Latihan terus menerus dari keterampilan motorik tertentu akan menghasilkan kinerja yang sangat meningkat.

Anak-anak pada usia sekolah dasar (6 s/d 12 tahun) ini mengembangkan kemampuan untuk melakukan permainan (game) dengan peraturan, sebab mereka sudah dapat memahami dan mentaati aturan-aturan dari suatu permainan. Sehingga untuk memperhalus keterampilan-keterampilan motorik mereka, anak-anak terus melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan yang kadang-kadang bersifat informal, permainan yang diatur sendiri oleh anak dengan menggunakan keterampilan motornya. Di samping itu, anak-anak juga melibatkan diri dalam aktivitas permainan olah raga yang bersifat formal, seperti olah raga senam, berenang, dan bermain hoki.

Atas dasar itulah mengapa penulis memilih judul tugas akhir untuk batasan anak usia 9 s/d 12 tahun, karena pada usia tersebut perkembangan motorik anak lebih halus, lebih sempurna, dan terkoordinasi dengan baik. Mereka sudah mampu mengontrol dan mengkoordinasi gerakan anggota tubuhnya seperti tangan dan kaki dengan baik. Otot-otot tangan dan kakinya juga sudah mulai kuat. Pada usia tersebut, mereka pun sudah dapat memahami dan mentaati aturan-aturan, sehingga kepada mereka sudah dapat diterapkan permainan dengan aturan-aturan dalam bentuk gerak multilateral.

Perkembangan fisik yang normal merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik dalam bidang pengetahuan maupun keterampilan. Perkembangan motorik ini sangat mendasar bagi belajar keterampilan. Oleh karena itu, kematangan perkembangan motorik sangat menunjang keberhasilan belajar peserta didik. Pada masa usia sekolah dasar, kematangan perkembangan

motorik ini pada umumnya telah dicapainya, oleh karena itu mereka sudah siap menerima pelajaran keterampilan (Nuryanti, dkk, 2015 : 103)

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal yang dilakukan dengan asumsi agar penelitian ini tidak menyimpang dari maksud serta sasaran dari penelitian. Peneliti memfokuskan pada pengembangan model latihan keterampilan motorik melalui gerakan multilateral untuk siswa Sekolah Dasar.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas maka penulis dapat merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

- a. Seberapa besar pengaruh perkembangan keterampilan motorik anak usia 6 - 12 tahun (Sekolah Dasar) melalui gerak multilateral?
- b. Seberapa besar pengaruh konsentrasi anak usia 6 - 12 (Sekolah Dasar) tahun terhadap model latihan keterampilan motorik melalui gerak multilateral?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan diadakan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui pengaruh penerapan model latihan keterampilan motorik melalui gerak multilateral terhadap kemampuan motorik untuk siswa Sekolah Dasar.
2. Mengetahui peningkatan kemampuan motorik dari hasil latihan keterampilan motorik melalui gerak multilateral untuk siswa Sekolah Dasar.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Dapat menjawab pertanyaan dari rumusan masalah yang di teliti yaitu “bagaimanakah model latihan keterampilan motorik melalui gerakan multilateral untuk siswa Sekolah Dasar?”
2. Dapat menambah model latihan keterampilan motorik melalui gerakan multilateral untuk siswa Sekolah Dasar
3. Dapat memberikan kontribusi berharga terhadap perkembangan ilmu kepelatihan, khususnya dalam peranan model latihan guna meningkatkan hasil dari proses pembelajaran dan hasil latihan di lapangan.
4. Dapat membantu literasi kepada guru olahraga Sekolah Dasar tentang latihan keterampilan motorik melalui gerakan multilateral guna meningkatkan prestasi akademik anak dikemudian hari.
5. Dapat memberikan suasana baru bagi siswa Sekolah Dasar dalam mengikuti mata pelajaran olahraga agar tidak merasa jenuh.