

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1.Kerangka Teoritis

2.1.1. Perkembangan Motorik Kasar

2.1.1.1. Pengertian Motorik Kasar Anak

Samsudin(2008:10) mengatakan motorik adalah terjemahan dari kata “motor” yang menurut Gallahue adalah “suatu dasar biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak”. Dengan kata lain, gerak adalah “kulminasi dari suatu tindakan yang di dasari oleh proses motorik”. Dalam psikologi, kata motor diartikan sebagai istilah yang menunjukkan “pada hal keadaan, dan kegiatan yang melibatkan otot-otot juga gerakan-gerakannya, demikian kelenjar-kelenjar juga sekresinya”. Secara singkat motor dapat di pahami sebagai “segala keadaan yang meningkatkan atau menghasilkanstimulus atau rangsangan terhadap kegiatan organ-organ fisik”.Muhibbin Syah(2011:59)

Novan Ardy Wiyani(2015:27) Perkembangan motorik anak akan berkembang sesuai dengan usianya. Orang tua tidak perlu melakukan bantuan terhadap kekuatan ototbesar anak. Jika anak telah matang, maka dengan sendirinya anak akanmelakukan gerakan yang sudah pada waktunya dilakukan. Misalnya, ketikaseorang anak usia 6 bulan belum siap untuk duduk sendiri, maka orangdewasa tidak perlu memaksakan dia untuk duduk di sebuah kursi.

Motorik kasar adalah gerak anggota badan secara kasar atau keras. Suyadi mengutip pendapat Laura E. Berk mengungkapkan bahwa “semakinanak menjadi dewasa dan kuat tubuhnya atau besar, maka gaya geraknyasudah berbeda pula. Hal ini mengakibatkan pertumbuhan otot yang semakin membesar dan menguat.

Perbesaran dan penguatan otot-otot badan tersebut menjadikan keterampilan baru selalu bermunculan dan semakin bertambah kompleks”. Motorik kasar adalah “kemampuan anak TK beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besar”. Kemampuan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak TK tergolong pada kemampuan gerak dasar. Kemampuan ini dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup anak TK kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori, yaitu:

- a. 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, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan, dan lain-lain.
- b. Kemampuan Lokomotor. Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat lain atau untuk mengangkat tubuh keatas seperti, lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur, dan lari sepertikuda berlari.
- c. Kemampuan Manipulatif. Kemampuan manipulatif di kembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari; gerak mendorong (melempar, memukul, menendang), gerakan menerima (menangkap) objek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola plastik yang terbuat dari bantalan karet (bola medisn) atau bola plastik dengan gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Berdasarkan uraian di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa perkembangan motorik kasar adalah menggerakkan berbagai bagian tubuh atas perintah otak dan mengatur gerak badan terhadap macam-macam pengaruh dari luar dan dalam. Menggunakan otot-otot besar yang mampu merangsang perkembangan motorik kasar usia 5-6 tahun dengan menggunakan benda-benda atau permainan-permainan yang tepat sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Untuk mencapai keterampilan motorik kasar yang baik maka pendidik harus memberikan stimulasi yang sesuai kepada anak guna menunjang pencapaian keterampilan motorik kasar yang optimal. Individu yang mendapat stimulasi yang terarah dan teratur akan lebih cepat mempelajari sesuatu karena lebih cepat berkembang dibandingkan individu yang tidak banyak mendapatkan stimulasi. Cara yang efektif bagi anak dalam mempelajari keterampilan motorik adalah dengan bimbingan dan pengawasan dari orang lain yang memiliki pengalaman dalam membimbing dan mengawasi anak tersebut.

2.1.1.2. Manfaat Motorik Kasar

Anak usia dini merupakan anak yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat dari segi fisik, kognitif, sosial-emosional, dan bahasa. Kemampuan motorik kasar akan memberikan manfaat yang baik untuk perkembangan fisik anak terutama mengenai otot-otot besarnya. Adapun manfaat kemampuan motorik kasar anak usia dini, yaitu : melalui keterampilan motorik anak dapat menghibur dirinya untuk memperoleh perasaan senang. Contohnya ketika anak memiliki keterampilan memainkan tali, melompat, berlari, berjingkat dan bernyanyi. Hurlock, Elizabeth (2005:162).

John W. Santrock(2007:205) Motorik anak akan beranjak dari kondisi tidak berdaya pada bulan-bulan pertama di kehidupannya, akan menuju ke kondisi yang independent. Anak akan terbangun kepercayaan dirinya karena anak dapat berbuat sendiri untuk dirinya. Manfaat yang dapat diambil adalah anak mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah yang baru, dan memungkinkan anak untuk bermain atau bergaul dengan teman sebayanya. Anak yang tidak normal dalam motoriknya, anak akan mengalami hambatan untuk dapat bergaul dengan teman sebayanya. Anak yang memiliki kemampuan motorik sangat penting untuk kemampuan *self concept* atau kepribadian anak.

Berdasarkan pendapat di atas dapat peneliti simpulkan bahwa Keterampilan motorik yang berbeda memainkan peran yang berbeda pula dalam penyelesaian sosial dan pribadi anak. Anak yang memiliki keterampilan motorik yang lebih baik dari teman sebayanya cenderung akan lebih percaya diri dalam bersosialisasi terhadap lingkungan sekitarnya. Lain halnya dengan anak yang kurang dalam keterampilan motoriknya, ia akan cenderung kurang percaya diri.

2.1.1.3. Tahap Kemampuan Motorik Kasar Anak

Gallahue, David L, dkk (49-50) Pemahaman tahap kemampuan motorik kasar anak, orang tua perlu untuk mengetahui tahapan kemampuan anak yang sesuai dengan umurnya dan kegiatan motoriknya. tahap kemampuan motorik anak usia dini yaitu:

a. *Reflexive Movement Phase* (Tahap Gerak Refleksi)

Tahap gerak refleksi merupakan gerakan motorik yang terjadi secara tidak sengaja, yang dikendalikan untuk membentuk gerak dasar pada tahap perkembangan motorik. Melalui gerakan refleksi, bayi akan memperoleh informasi

tentang lingkungannya, seperti reaksi menyentuh, cahaya, musik, dan perubahan tekanan yang memicu aktivitas tidak sengaja. Gerakan-gerakan yang terjadi secara tidak sadar ini, akan meningkatkan kortikal pada awal bulan kehidupan anak. Anak yang bermain peran akan membantu anak belajar tentang dirinya atau tubuhnya dan dunia luar.

Tahap gerak refleks ini terjadi pada anak usia 4 bulan-1 tahun. Tahapan ini terbagi menjadi dua kelompok yaitu pertama, *primitive reflexes* (gerakan sederhana), seperti mengumpulkan informasi; mencari makanan; dan tanggan mencegah. Tahap kedua, *postural reflexes* (gerakan posisi tubuh), gerakan ini hampir sama keterampilannya, hanya perilaku ini di lakukan secara sadar atau sengaja tetapi sebenarnya di lakukan dengan sengaja. Gerakan refleks hampir sama dengan uji *neuromotor* perangkat keseimbangan, lokomotor, dan manipulatif yang di gunakan dengan kontrol sadar.

b. *Rudimentary Movement Phase* (Tahap Gerak Permulaan)

Tahap gerak permulaan yaitu kemampuan gerak dasar bagi bayi yang mewakili bentuk dasar kelahiran yang bergantung pada gerakan dasar. Gerakan dasar ini di perlukan untuk kelangsungan hidup anak. Keterlibatan gerakan keseimbangan hampir sama dengan perolehan kontrol kepala, leher, dan otot batang. Tugas gerak manipulatif adalah menyentuh, menggenggam, dan melepaskan, sedangkan gerak lokomotor yaitu merangkak, merayap, dan berjalan. Tahap gerak permulaan di bagi menjadi dua untuk menggambarkan control peningkatan motorik, yaitu *Reflex Inhibition Stage* dan *Precontrol Stage*.

c. *Fundamental Movement Phase* (Tahap Gerak Dasar)

Kemampuan gerak dasar anak usia dini merupakan hasil perumbuhan dari gerakan motorik pada waktu tertentu yang menggambarkan dimana aktivitas anak terbawa saat anak bereksplorasi dan bereksperimen melalui gerakan tubuh mereka. Hal tersebut merupakan waktu di mana anak menemukan bagaimana keberagaman gerak dari gerak stabilitas, lokomotor, dan manipulatif.

Pemisahan gerak pertama kali dan kemudian menggabungkan dengan gerakan lain. Kemampuan gerak dasar anak adalah anak belajar bagaimana merespon gerak dengan mengontrol motorik dan gerakan kompetitif untuk berbagai macam stimulasi. Tahap gerak dasar tersebut dimiliki oleh anak yang berusia 2-7 tahun, dimana anak yang sudah memasuki usia prasekolah dan anak banyak melakukan aktivitas gerak.

Bambang Sujiono (2007:43) mengatakan tahap kemampuan motorik kasar anak usia dini dapat dikelompokkan sebagai berikut

a. Gerakan Refleks

Gerakan refleks adalah gerakan atau tindakan manusia yang timbul sebagai reaksi terhadap suatu stimulus tanpa keterlibatan kesadaran. Gerak refleks ini terjadi tanpa kemauan diri sendiri dan merupakan gerak dasar dari perilaku manusia yang telah dimiliki sejak lahir dan berkembang hingga dewasa.

b. Gerak Dasar Fundamental

Gerak dasar fundamental merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi melalui latihan.

c. Kemampuan Perseptual

Kemampuan perseptual membantu seseorang menafsirkan stimulus secara tepat sehingga ia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan dapat menghasilkan perilaku yang efektif dan efisien.

d. Kemampuan Fisik

Kemampuan fisik adalah karakteristik fungsional dari semua organ kekuatan. Apabila kemampuan tersebut dikembangkan pada seseorang maka ia akan mempergunakannya secara benar dan efisien dalam melakukan suatu gerakan.

Sedangkan Sumantri (2005:104-105) mengatakan tahap kemampuan motorik anak usia 5 tahun adalah anak usia 5 Tahun mampu melakukan gerakan seperti di bawah ini

- a. Berdiri di atas satu kaki yang lainnya selama 10 detik
- b. Berjalan di atas papan keseimbangan ke depan dan ke belakang
- c. Melompat ke belakang dengan dua kaki berturut-turut
- d. Melompat dengan salah satu kaki
- e. Mengambil salah satu atau dua langkah yang teratur sebelum menendang bola
- f. Melempar bola dengan memutar badan dan melangkah di depan
- g. Mengayun tanpa bantuan
- h. Menangkap dengan mantap, ketika menangkap bola menggunakan dua tangan kemudian menariknya ke belakang.

Jadi peneliti dapat menyimpulkan tahap kemampuan motorik kasar anak usia dini meliputi

- 1) Tahap gerak reflek (usia 4 bulan-1 tahun), gerakan yang dilakukan secara tidak sengaja.
- 2) Tahap gerak permulaan (1-2 tahun), gerakan yang dilakukan oleh anak sejak lahir yang bergantung dengan gerak dasar
- 3) Tahap gerak fundamental (2-7 tahun), dimana anak usia sekolah berada pada tahap ini. Gerakan yang dilakukan anak melalui aktivitas-aktivitas fisik melalui eksperimen dan eksplorasi kegiatan.
- 4) Kemampuan perseptual
- 5) Kemampuan fisik. Tahapan-tahapan ini akan didukung dengan komponen gerak seperti lokomotor, non lokomotor, dan manipulative, serta tahap perkembangan anak yang sesuai usianya akan mendukung kemampuan motorik kasar anak.

2.1.1.4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar

Menurut Novan Ardy Wiyani (38-41) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik pada anak usia dini, antara lain:

1. Faktor makanan

Pemberian makanan yang bergizi oleh orang tua kepada anak usia dini sangat penting untuk memberikan energi pada anak yang sangat aktif di usia dini. Pemberian gizi atau nutrisi yang cukup dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan organ-organ tubuh manusia mengingat akan adanya pengaruh pemberian makanan yang bergizi terhadap perkembangan fisik manusia. Salah satu makanan yang paling bergizi bagi anak usia dini, khususnya anak yang berusia 0-2 tahun adalah air susu ibu (ASI).

Keberadaanya tidak tidak tergantikan oleh makanan lainnya.

2. Faktor Pemberian Stimulus

Pemberian stimulus seperti dengan mengajak anak untuk melakukan kegiatan bermain, khususnya kegiatan bermain yang melibatkan gerak fisik anak usia dini juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik motorik mereka. Kegiatan bermain yang demikian disebut juga dengan kegiatan bermain fungsional, misalnya seperti, gerakan berlarian, melompat, merangkak, memanjat dan sebagainya. Kegiatan-kegiatan tersebut jika dilakukan secara teratur ataupun berulang-ulang dapat meningkatkan kekuatan fisik, kelenturan otot maupun keterampilan motorik kasar anak yang secara langsung dapat berpengaruh terhadap perkembangan fisik-motorik.

3. Kesiapan Fisik

Pada usia 0-2 tahun perkembangan kemampuan motorik kasar dan motorik halus seorang anak terlihat dengan pesat dan luar biasa. Tadinya seorang bayi tidak berdaya dan tidak mampu mengendalikan gerakannya. Dalam waktu 12 bulan mereka mengembangkan kemampuan fisik-motorik yang luar biasa. Kuncinya terletak pada kematangan fisik dan syaraf-syarafnya. Hal tersebut terbukti, meskipun orang tua sudah melatih anaknya yang berusia 2 tahun untuk berjalan tetapi tetap saja si anak belum bisa berjalan meskipun kemampuan melangkah kaki sudah dimiliki anak sejak lahir. Jadi perkembangan fisik motorik tidak semata karena pemberian stimulus (latihan berjalan), tetapi juga melibatkan

faktor kesiapan fisik.

4. Faktor Jenis Kelamin

Faktor jenis kelamin juga tidak dapat diabaikan pengaruhnya dalam perkembangan fisik-motorik anak usia dini. Jika kita perhatikan dengan seksama, anak perempuan lebih suka melakukan aktivitas yang melibatkan keterampilan motorik halusnya sedangkan anak laki-laki cenderung suka melakukan aktivitas yang melibatkan keterampilan motorik kasarnya dan tentu saja hal itu dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik mereka.

5. Faktor Budaya

Budaya masyarakat kita yang patriarkhi juga ikut berpengaruh dalam perkembangan fisik-motorik anak. Pada masa anak usia dini, faktor budaya yang patriarkhi menjadikan anak laki-laki bermain dengan anak laki-laki lainnya dengan melakukan kegiatan yang sesuai dengan budaya mereka, seperti bermain bola, bermain tembak-tembakan, bermain mobil-mobilan, dan lainnya. Mereka didorong untuk melakukan berbagai kegiatan bermain tersebut dan dilarang untuk melakukan kegiatan bermain yang lazim dilakukan oleh anak perempuan, seperti bermain boneka, bermain masak-masakan dan lain – lainnya.

Menurut Suwayya, (2018:21) Ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak yaitu :

1. Kematangan

Kemampuan anak melakukan kegiatan motorik sangat ditentukan oleh kematangan saraf yang mengatur gerakan tersebut.

2. Urutan

Pada usia 5 tahun anak telah memiliki kemampuan motorik yang bersifat kompleks yaitu kemampuan untuk mengkoordinasikan gerakan motorik dengan seimbang.

3. Latihan

Beberapa kebutuhan anak usia dini yang berkaitan dengan pengembangan motoriknya perlu dilakukan latihan dengan bimbingan Guru.

4. Motivasi

Motivasi yang datang dari dalam diri anak perlu didukung dengan motivasi yang datang dari luar diri anak.

5. Pengalaman

Perkembangan gerakan merupakan dasar bagi perkembangan berikutnya, latihan dan pendidikan gerak pada anak usia dini lebih ditujukan bagi pengayaan gerak, pemberian pengalaman yang membangkitkan rasa senang dalam suasana riang dan gembira anak.

Berdasarkan pendapat di atas, peneliti dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak yaitu pemberian stimulus yang baik, pemberian makanan yang bergizi, kekuatan fisik anak, bagaimana tindakan orang tua dalam berkomunikasi, lingkungan, keluarga, kegiatan kegiatan sehari-hari anak yang juga ikut serta berpengaruh dalam perkembangan

motorik halus anak dalam mendukung gerakan – gerakan otot anak, untuk bergerak serta melakukan reflexs

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

Bambang Sujiono (2018) mengatakan dalam pemilihan metode untuk mengembangkan keterampilan motorik anak, guru perlu menyesuaikannya dengan karakteristik anak TK yang selalu bergerak, susah untuk diam, mempunyai rasa ingin tahu yang kuat, senang bereksperimen dan menguji, mampu mengekspresikan diri secara kreatif, mempunyai imajinasi dan senang berbicara.

Sedangkan John W. Santrock (2007:205) Anak Usia 5 – 6 tahun sudah dapat melakukan aktifitas seperti:

- a. Berjalan dengan menggunakan tumit kaki, berjinjit, melompat tak beraturan, dan berlari dengan baik.
- b. Berdiri dengan satu kaki selama 5 detik atau lebih, menguasai keseimbangan, berdiri diatas balok 4 inci (10,16 cm), tetapi mengalami kesulitan meniti balok selebar 5 cm tanpa melihat kaki.
- c. Menuruni tangga dengan kaki bergantian, dapat memperkirakan tempat berpijak kaki.
- d. Dapat melompat dengan aturan tempo yang memadai dan mampu memainkan permainan-permainan yang membutuhkan reaksi cepat
- e. Mulai mengkoordinasi gerakan-gerakannya pada saat memanjat atau berguling pada trampolin kecil (kain layar yang direntang untuk menampung akrobat).

f. Menunjukkan peningkatan daya tahan dalam periode yang lebih lama, kadang-kadang terlalu bersemangat dan kehilangan control diri dalam kegiatan kelompok.

Peneliti dapat simpulkan bahwa perkembangan karakter anak usia 5-6 tahun sangatlah pesat ditunjukkan oleh keseimbangan yang baik dalam meniti balok titian/papan titian, melompati berbagai objek, meloncat dengan baik, melompati tali, melompat dan turun melewati beberapa anak tangga, memanjat, koordinasi gerakan berenang, dan bahkan mengendarai sepeda roda dua.

2.1.1.6. Tujuan Pengembangan Motorik Kasar pada Anak

Depdiknas (2008:14) Pengembangan motorik kasar di Tk bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan motorik kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. Sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, anak didik di latih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya kelak.

Pengembangan kemampuan dasar anak dilihat dari kemampuan motoriknya, sehingga guru-guru Tk perlu membantu mengembangkan keterampilan motorik kasar anak dalam hal memperkenalkan dan melatih gerakan motorik kasar anak, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil. Kompetensi anak Tk yang diharapkan dapat dikembangkan Guru saat anak memasuki lembaga pra sekolah/Tk adalah anak mampu melakukan aktivitas

motorik secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan dan kesiapan untuk menulis, keseimbangan, dan melatih keberanian. Aisyah, S, (2008:43)

Dapat peneliti simpulkan bahwa tujuan pengembangan motorik kasar pada anak adalah meningkatkan perkembangan tubuh dengan hidup sehat, yang dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat, lentur, siap dan seimbang dan juga melatih keberanian serta terampil.

2.1.1.7. Indikator Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak

Usia 5-6 Tahun

Indikator adalah suatu hal yang dapat digunakan sebagai acuan dalam mengukur adanya perubahan pada kegiatan atau kejadian. Menurut permendikbud 137 tentang kemampuan motorik kasar yaitu

1. Keseimbangan

Mengenai keseimbangan hal yang dinilai berupa anak mampu berlari dengan seimbang tanpa sempoyongan.

2. Kelincahan

Mengenai kelincahan hal yang dinilai berupa anak mampu melakukan gerakan dengan cepat dan benar dan anak juga mampu melakukan gerakan perubahan secara cepat serta anak mampu mengatur kecepatan berlari.

3. Koordinasi

Mengenai koordinasi hal yang dinilai berupa anak mampu mengkoordinasikan mata dan tangan serta tubuh pada saat memberikan tongkat kepada teman tanpa terjatuh.

4. Kelenturan

Mengenai kelenturan hal yang dinilai berupa anak mampu melakukan

badan ketika anak melakukan lari zig-zag.

Berdasarkan ranah indikator yang telah di jelaskan dari atas indikator yang di gunakan peneliti dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak yaitu Anak dapat menyeimbangkan tubuh, anak memiliki keseimbangan , kelincahan, koordinasi , kelenturan

2.1.2. Hakikat Permainan Halang Rintangan

2.1.2.1. Pengertian Bermain Halang Rintangan

Aktivitas bergerak (moving) dan bersuara (noise) menjadi sarana dalam proses pembelajaran yang efektif bagi anak. Kelincahan diperlukan pada perkembangan anak dan dapat dikembangkan melalui kegiatan yang bersifat permainan. Anak usia dini khususnya anak usia Tk masih menyukai kegiatan bermain. Menurut Vygotsky (Mayke, 2001:10) bermain bersifat menyeluruh, dalam pengertian selain untuk perkembangan kognisinya bermain juga mempunyai peran penting bagi perkembangan sosial dan emosi anak. Bermain bagi anak merupakan salah satu cara untuk mengembangkan aspek-aspek perkembangan. Dapat dianalogikan bahwa bermain dapat menjadi sebuah praktik dari teori sosialisasi dengan lingkungan anak. Melalui bermain anak akan mempelajari gerak, baik gerak kasar ataupun gerak halus. Bermain juga dapat menyeimbangkan motorik kasar seperti melalui kegiatan berlari, melompat atau duduk, serta juga mampu menyeimbangkan motorik halus anak. Selain itu dengan bermain, anak akan merasa senang, rasa senang inilah yang akan menstimulasi syaraf-syaraf otak anak untuk saling berhubungan.

Menurut Samsudin (2008:21) agar bisa tumbuh dan berkembang dengan baik, anak TK memerlukan aktivitas fisik yang cukup dalam berbagai bentuk bermain yang bersifat memacu penggunaan otot-otot besar, permainan yang

sederhana, mencoba-coba, mengembangkan kerja sama, menggunakan sarana bermain dengan ukuran besar yang bervariasi. Selanjutnya menurut Bettelheim (Mayke, 2001:60) permainan dan olah raga adalah kegiatan yang ditandai oleh aturan serta persyaratan-persyaratan yang disetujui bersama dan ditentukan dari luar untuk melakukan kegiatan dalam tindakan yang bertujuan.

Menurut Mayke (2001:60) olah raga selalu berupa kontes fisik sedangkan permainan bisa berupa kontes fisik atau juga kontes mental. Pada umumnya kontes yang dilakukan oleh anak-anak umumnya tergolong pada permainan. Permainan yang dapat meningkatkan kelincahan salah satunya adalah permainan halang rintang. Menurut Mochamad Djumidar (2004:38) halang rintang merupakan kegiatan jasmani yang berbentuk gerak lari atau berlari melalui rintangan. Sejalan dengan pemikiran tersebut Carr (2003:105) menjelaskan bahwa halang rintang berasal dari lari cross-country, dan halang rintang merupakan kombinasi dari lari jarak jauh, lari gawang, dan water jump. Dalam KBBI lari halang rintang merupakan lomba lari dengan berbagai rintangan (Tim, 1990). Selanjutnya permainan halang rintang merupakan pengalaman langsung yang efektif dilakukan anak usia dini dengan atau tanpa alat permainan yang dapat menghasilkan pengertian atau informasi, memberi kesenangan, maupun mengembangkan imajinasi anak (Sujiono, Yuliani : 2010).

Permainan halang rintang ini dapat menggunakan berbagai macam media sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Contoh media yang dapat digunakan dalam permainan halang rintang ini adalah tali, kardus, simpai, balok, bola, dan berbagai media lain yang ada dilingkungan anak-anak. Melalui kegiatan permainan halang rintang ini anak-anak dapat terstimulasi aspek perkembangan

motorik kasar terutama dalam hal ini kelincahan. Karena melalui permainan, pembelajaran yang diberikan oleh pendidik akan jauh lebih bermakna bagi anak. Anak akan merasa senang melakukan permainan halang rintang karena dunia mereka adalah dunia bermain, sehingga kemampuan kelincahan anak yang belum berkembang dapat distimulasi agar dapat berkembang dengan optimal.

Berdasarkan pada beberapa penjelasan di atas, maka dapat diketahui bahwa permainan halang rintang adalah bentuk stimulasi berupa permainan yang melibatkan gerak lari dengan melalui rintangan

2.1.2.2. Jenis Jenis Bermain Halang Rintang

Permainan halang rintang adalah bentuk stimulasi berupa permainan yang melibatkan gerak lari dengan melalui rintangan. Menurut Djumidar (2003:38) bentuk dari halang rintang adalah

- a) lari rintangan melalui tali
- b) lari rintangan melalui balok-balok
- c) lari rintangan melalui bola-bola yang tersusun
- d) lari rintangan melalui kotak atau boxes
- e) lari rintangan melalui bangku Swedia
- f) lari rintangan melalui gawang-gawang.

Permainan halang rintang berbentuk kegiatan berlari pada jarak tertentu dengan melalui rintangan berupa tali, bentuk permainan dengan cara anak berusaha melalui rintangan berbentuk tali yang terikat dengan tinggi tertentu kemudian dilompati. Tali yang diikat tidak hanya satu tali tapi beberapa tali tetapi

dengan ketinggian yang berbeda. Selanjutnya adalah permainan halang rintang melalui balok-balok. Bentuk permainan ini adalah anak berlari melewati rintangan berupa balok-balok yang sudah disusun oleh guru baik dalam bentuk zig-zag ataupun netral. Permainan halang rintang melalui kotak atau boxes. Permainan halang rintang melalui kotak atau boxes memiliki konsep yang hampir sama dengan permainan halang rintang melalui balok-balok. Permainan halang rintang melalui kotak atau boxes berupa kegiatan berlari pada jarak tertentu melewati rintangan berupa kotak atau boxes yang telah disusun oleh guru. Selanjutnya adalah permainan halang rintang melalui bangku swedia. Permainan halang rintang melalui bangku swedia juga memiliki konsep bermain yang sama dengan permainan halang rintang melalui balok-balok dan kotak atau boxes, perbedaannya hanyalah media yang digunakan yaitu bangku swedia. Permainan halang rintang dengan media bangku swedia biasanya dilakukan oleh anak-anak pada tingkat sekolah dasar. Berikutnya, permainan halang rintang melalui gawang-gawang atau lebih dikenal lari gawang juga memiliki konsep yang hampir sama dengan permainan halang rintang melalui balok-balok dan permainan halang rintang lainnya perbedaannya adalah pada media yang digunakan yaitu gawang-gawang. Permainan halang rintang melewati gawang biasanya dilakukan oleh anak-anak pada tingkat sekolah dasar.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa permainan halang rintang dapat berbentuk

- a) lari rintangan melalui tali
- b) lari rintangan melalui balok-balok

- c) lari rintangan melalui bola-bola yang tersusun
- d) lari rintangan melalui kotak atau boxes
- e) lari rintangan melalui bangku Swedia
- f) lari rintangan melalui gawang-gawang.

2.1.2.3. Manfaat Bermain Halang Rintang

Permainan halang rintang merupakan salah satu bentuk aktivitas bermain yang dapat meningkatkan kelincahan anak. Menurut Mochamad Djumidar (2004:38) manfaat halang rintang adalah

- a. Meningkatkan daya tahan
- b. Meningkatkan kekuatan,
- c. Meningkatkan kecepatan
- d. meningkatkan kelincahan
- e. Meningkatkan kelentukan.

Menurut Richard (2013:45) daya tahan atau ketahanan adalah hasil dari kapasitas psikologis para siswa untuk menopang gerakan atas dalam suatu periodik. Manfaat selanjutnya adalah meningkatkan kekuatan, kekuatan adalah kapasitas para siswa untuk mengontraksikan otot-otot secara maksimum (Richard, 2013:45). Manfaat permainan halang rintang berikutnya adalah meningkatkan kecepatan. Menurut Bompa (1999:368) menjelaskan bahwa kecepatan ditunjukkan dari perbandingan antara jarak dan waktu. Manfaat permainan halang rintang berikutnya adalah meningkatkan kelincahan. Menurut Harsono (Wira Indra Satya, 2008:17) kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh

dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Manfaat permainan halang rintang yang terakhir yaitu meningkatkan kelentukan atau fleksibilitas. Menurut Richard (2013:50) fleksibilitas merupakan sebagian rangkaian gerakan dalam sebuah sendi. Dari ke lima aspek perkembangan yang ada kelincahan ada di dalam manfaat permainan halang rintang sehingga permainan ini sangat tepat apabila digunakan untuk meningkatkan kelincahan disamping aspek-aspek yang lain juga ikut berkembang.

Mochamad Djumidar (2003:38) menambahkan bahwa diharapkan anak secara psikologis akan dapat yaitu

- ✓ Meningkatkan rasa percaya diri
- ✓ Meningkatkan rasa keberanian
- ✓ Meningkatkan rasa kekeluargaan
- ✓ Meningkatkan rasa disiplin.

Berdasarkan pendapat dari atas peneliti dapat simpulkan bahwa permainan halang rintang manfaat selain untuk meningkatkan kelincahan juga untuk meningkatkan kecepatan, daya tahan, kekuatan, dan kelentukan. Selain itu melalui permainan halang rintang ini kemampuan psikologis anak akan meningkat, karena permainan ini sangat menunjang berbagai aspek psikologis meningkatkan rasa percaya diri anak, disiplin, dan sosial emosional anak juga ikut berkembang.

2.1.2.4. Kelebihan Permainan Halang Rintang

Permainan halang rintang sangat tepat digunakan dalam pembelajaran untuk menstimulasi kelincahan anak. Adapun kelebihan dari permainan tersebut antara lain :

- a. Memberikan kepuasan atas pencapaian sebuah hasil dalam sebuah kegiatan penuh tantangan, melatih, membina dan mengembangkan mental, fisik, pengetahuan, pengalaman dan ketrampilan
- b. Benar-benar merupakan suatu permainan yang sehat, riang, gembira dan menyegarkan
- c. Pemupukan rasa bangga atas prestasi dan hasil karyanya dan percaya diri yang tinggi.

2.2. Penelitian Yang Relevan

Adapun hasil penelitian terdahulu yang relevan dalam penelitian ini diperlukan untuk mendukung kajian teori yang telah dikemukakan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu :

1. Penelitian yang di lakukan oleh Nastiti Ria Nugraheni, (2015). Dengan judul "Upaya meningkatkan motorik kasar anak melalui metode gerak dan lagu pada kelompok B di RA Taqwal Ilah Semarang" Motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan gerak dan lagu berdasarkan tindakan siklus I dengan hasil 43,75% dan pada siklus II meningkat 81,25%
2. Penelitian yang di lakukan oleh Idrawati (2012),. Dengan judul "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Tari Kreasi di

TK Melati Kabupaten Solok Selatan.” Menyimpulkan bahwa kegiatan tari kreasi dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak. Subjek penelitian adalah anak di TK Melati Kabupaten Solok Selatan yang berjumlah 16 orang, objek dalam penelitian ini adalah peningkatan motorik kasar anak melalui kegiatan tari kreasi.

2.3. Kerangka Berpikir

Pada saat anak berusia 0-6 tahun yang sering di sebut dengan *golden age* (masa emas), di mana masa-masa rentangan usia anak memiliki pertumbuhan dan perkembangan, salah satunya adalah fisik motoriknya, sehingga pada masa-masa rentangan ini anak perlu mendapatkan stimulasi dari luar yaitu dengan memberikan pendidikan yang dapat mengembangkan perkembangan serta pertumbuhan anak Dunia anak adalah dunia bermain, sehingga bermain juga dapat di jadikan sebagai pembelajaran bagi anak. Melalui bermain seorang pendidik harus bisa memasukkan unsur-unsur pendidikan, agar dalam kegiatan bermain tersebut menghasilkan manfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak

Motorik kasar sangat berpengaruh untuk bekal kehidupan anak dimasa yang akan datang, yang mana saat ini banyak terjadi anak belum mengerti dan terkadang hanya diam. Hal ini terlihat ketika anak diminta melakukan gerakan yang mengkoordinasikan antara mata dan kaki secara bersamaan. Masih banyak anak yang hanya diam saja, tidak mengikuti perintah dari guru. Ada anak yang hanya menggerakkan tangan saja, sedangkan kakinya diam. Atau sebaliknya, ada anak yang menggerakkan kakinya baik, tetapi tangannya hanya diam saja.

Perkembangan motorik kasar anak perlu dilatih sejak dini, misalnya dengan permainan halang rintangan, permainan tersebut dapat melatih motorik kasar anak

terkhusus untuk menstimulasi otot-otot kasar pada anak. Apabila otot-otot kasar pada anak terstimulasi dengan baik maka perkembangan motorik kasar akan baik pula.

Permainan halang rintang adalah sebuah kegiatan permainan fisik yang penyelenggaraannya sengaja dipersukar dengan mengadakan dan menempatkan berbagai macam benda yang dipakai sebagai sarana menghalanghalangi, dengan banyak melewati rintangan dalam permainan ini maka anak akan terstimulasi perkembangan motorik kasarnya.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir