

PERANAN PERMAINAN BAGI PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK BAGI ANAK PENDIDIKAN DASAR

Nur Rosyada¹, Vianita Solehsi²

^{1,2} Prodi PGMI, Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas; Rosyada@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received 2022-12-1

Revised 2022-12-5

Accepted 2022-12-10

ABSTRAK

The purpose of this study was to describe and analyze the gross motor and fine motor phases, to describe and analyze gross motor and fine motor development and to describe and analyze the role of play for physical and fine motor development. This research method uses a qualitative type of literature review research. As for collecting data using books, journal articles, and websites that are relevant to the research title. The results of the study state that aspects of motor development are one aspect of development that can integrate the development of other aspects. Motor physical development is defined as the development of the elements of maturity and control of body movements.

Kata Kunci: *Peranan Permainan, Perkembangan Fisik Motorik, Anak Pendidikan Dasar*

ABSTRACT

The purpose of this research is to describe and analyze the concept of equality and multicultural justice in Islamic education. This research method uses a qualitative type of literature review research. As for collecting data using books, journal articles, and websites that are relevant to the research title. The results of the study state that the concept of equality is carried out using a formal approach and a substantive approach. In the formal approach this study examines equality based on applicable regulations, both in the form of laws and norms, while the substantive approach examines the concept of equality based on output, as well as the process by which equality occurs. Equality is often associated with gender and social status which characterizes differences and similarities.

Keyword: *Role Play, Physical Motor Development, Elementary Education Children*

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Nur Rosyada

Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas; Rosyada@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah 6 tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Jika merujuk pada pembagian tahapan perkembangan anak, maka anak

usia sekolah berada pada dua masa perkembangan, yang pertama yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun), dan yang kedua yaitu masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun) (Widyaningrum & Hasanah, 2021). Anak-anak usia sekolah memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, bergerak, bekerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Oleh karena itu, guru sebaiknya mengembangkan proses pembelajaran yang mengaitkan antara permainan dengan pelajaran, kemudian guru juga dapat mengusahakan anak berpindah atau bergerak, anak juga diajarkan cara bekerja atau belajar dalam kelompok, serta guru memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran (Pujianti, Sumardi, & Mulyadi, 2021). Pemahaman tentang anak merupakan suatu awal keberhasilan dalam pendidikan. Dunia anak merupakan dunia bermain, disaat mereka bermain anak-anak akan menyerap segala sesuatu yang terjadi di lingkungan sekitarnya, seperti yang diungkapkan oleh Maslichatoen bahwa "bermain juga merupakan tuntutan dan kebutuhan yang esensial bagi anak usia sekolah dasar, melalui kegiatan bermain anak akan dapat mencapai tuntutan dan kebutuhan perkembangan dimensi dari motorik, kognitif, bahasa, emosi, sosial, nilai, dan sikap hidup" (Maslichatoen, 2006).

Aspek perkembangan motorik merupakan salah satu aspek perkembangan yang dapat mengintegrasikan perkembangan aspek yang lain. Perkembangan fisik motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Perkembangan fisik memiliki peran yang sangat penting bagi kehidupan anak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung perkembangan fisik seorang anak akan menentukan keterampilan anak dalam bergerak. Sementara secara tidak langsung, pertumbuhan dan perkembangan fisik akan mempengaruhi cara pandang anak terhadap dirinya sendiri dan cara pandang anak terhadap orang lain, perkembangan fisik berjalan seiring dengan perkembangan motorik. Gangguan perkembangan fisik motorik pada usia anak sekolah dasar menjadi kendala tersendiri dalam aktivitasnya, diantaranya anak akan kesulitan bermain, menulis, menghapus papan tulis dan lain sebagainya (Wahyuni & Suyadi, 2020). Dari latar belakang di atas maka untuk mengetahui dan menganalisis fase motorik kasar dan motorik halus, untuk mendiskripsikan dan menganalisis perkembangan motorik kasar dan motorik halus dan mendiskripsikan dan menganalisis peranan permainan bagi pengembangan fisik dan motorik halus.

2. METODE

Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis *liberary research*. Tujuan dari penelitian kajian pustaka ini adalah untuk menunjukkan arti bahwa kegiatan penelitian didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis (Sugiyono, 2016). Sumber data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua macam data, yaitu data primer dan data sekunder. Data Primer yang diperoleh pengembalian data langsung dari referensi yang relevan baik berupa jurnal, buku, majalah Nur Rosyada & Vianita Solehsi/ Peranan Permainan Bagi Perkembangan Fisik Motorik Bagi Anak Pendidikan Dasar

dan website untuk menganalisis dari kajian judul penelitian sumber informasi yang dicari. Data sekunder Data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak lain, tidak secara diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya. Untuk mendapatkan data sekunder dilakukan dengan melalui studi kepustakaan yang berisikan informasi tentang primer, terutama bahan pustaka, melalui literatur-literatur dari buku pustaka, karya ilmiah. Data Sekunder yang digunakan adalah buku, jurnal, buku. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian karena tujuan utama penelitian adalah mendapatkan data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsepsi Motorik Kasar dan Halus

Motorik yang asal katanya dari bahasa Inggris, yaitu *motor ability* yang artinya kemampuan gerak. *Motor* adalah aktivitas yang sangat penting untuk manusia, karena dengan melakukan gerakan manusia bisa mencapai atau mewujudkan harapan yang diinginkannya. Motorik yang juga merupakan suatu terjemahan dari kata *motor* yang berarti awal terjadinya suatu gerakan yang dilakukan (Sriwahyuniati, 2017). Menurut Zulkifli (dalam Aliyyah et al., 2020) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh yang didalamnya terdapat tiga unsur yang menentukannya yaitu otot, saraf, dan otak. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Motorik kasar anak akan berkembang sesuai dengan usianya. Motorik halus adalah gerakan yang hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti kemampuan menggunakan jari jemari tangan (Andrian, 2022). Perkembangan motorik juga sangat dipengaruhi oleh organ otak, karena otak merupakan yang mensetir setiap gerakan yang dilakukan anak (Widyaningrum & Hasanah, 2021).

Fase Motorik Kasar dan Halus

Fase Motorik Kasar

Usia 3-6 bulan.

Pada usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang umumnya dapat dilakukan adalah menahan kepalanya sendiri ketika dalam posisi duduk, mengangkat lengan dan kaki saat *tummy time*, serta berguling.

Usia 6-12 bulan.

Di usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang dikembangkan adalah dapat duduk tanpa disangga, merangkak, dan mencoba berdiri dari posisi duduk.

Usia 1 tahun

Pada usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang bisa dilakukan adalah dapat berjalan dengan satu tangannya dituntun, naik ke kursi atau meja yang pendek, menaiki tangga dengan bantuan, dan menarik atau mendorong mainan beroda.

Usia 2 tahun.

Di usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang bisa ditunjukkan anak adalah dapat melompat menggunakan kedua kaki bersamaan dan berjalan sendiri meski masih kaku.

Usia 3 tahun.

Pada usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang umumnya dipelajari adalah dapat melempar bola pada orang dewasa yang berada tidak jauh darinya, berjalan tanpa terjatuh, dan naik sepeda roda tiga.

Usia 4 tahun.

Di usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang bisa mereka kuasai adalah berjalan menaiki tangga dengan kaki bergantian, berjalan lancar dengan adanya perubahan kecepatan, dan menangkap bola menggunakan lengan dan tubuhnya.

Usia 5 tahun.

Pada usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang bisa mereka tunjukkan adalah dapat melompat dengan satu kaki, melakukan *jumping jacks* (melompat dengan posisi lengan menepuk ke atas dan kaki membentang), naik dan turun tangga sambil membawa suatu benda, serta menangkap bola menggunakan dua tangan.

Usia 6 tahun.

Di usia ini, keterampilan motorik kasar anak yang umumnya dikuasai adalah dapat melompati benda setinggi 25 cm, mengendarai sepeda, melempar dengan akurat, dan menendang bola yang bergulir. Mengembangkan keterampilan motorik kasar anak selain kemampuan alami anak, orangtua juga dapat membantu mengembangkan keterampilan motorik.

Fase Motorik Halus

Usia 0-3 bulan.

Refleks menggenggam, refleks leher, jika pipi bayi disentuh dengan jari dia akan menoleh ke arah stimulus dan mulut terbuka. Apabila bayi dikagetkan secara tiba-tiba bayi akan melakukan gerakan refleks, dan biasanya diikuti oleh tangisan yang keras dan akan menghilang dengan sendirinya dalam waktu yang singkat. Rangsangannya tangan dan kaki bergerak aktif. Membaringkan bayi dengan posisi tengkurap maka bayi akan mengangkat kepalanya. dengan posisi tengkurap, bayi dapat mengangkat dada (usia 3 bulan keatas). Panggil namanya atau bertepuk tangan sambil tersenyum padanya.

Usia 4-6 bulan.

Usia 4 bulan bayi sudah dapat tengkurap dan terlentang, menumpu badan pada kakinya dan menumpu dada pada lengan. Usia 5 bulan otot leher dan tangan semakin menguat

ketika diletakkan dalam posisi terlentang, ia akan menggunakan tangan untuk mendorong dan berguling membalikkan badan, ia juga sering menendang, menggeser atau mendorong kakinya. Usia 6 bulan bayi mulai senang melempar dan menjatuhkan benda-benda yang ada disekitarnya. Bayi akan terangsang untuk membalikkan badannya ketika sering diletakkan dalam posisi tengkurap atau terlentang. Menumpu pada kaki bila dipegang untuk berdiri (diberdirikan). Melempar atau menjatuhkan benda-benda yang dapat dipegangnya. Bila sedang duduk sendiri tanpa memegang benda, beri dia mainan plastik yang dapat digenggam, dipegang dan dijatuhkan (Nofianti, 2021).

Perkembangan Motorik Kasar dan Halus Pada Usia Dasar

Perkembangan pada anak mencakup perkembangan motorik kasar dan perkembangan motorik halus.

a. Perkembangan Motorik Kasar

Perkembangan motorik kasar pada tiap tahap perkembangan anak adalah sebagai berikut:

1. Masa Neonatus (0-28 hari), perkembangan motorik kasar yang dapat dicapai pada usia ini diawali dengan tanda gerakan seimbang pada tubuh dan mulai mengangkat kepala.
2. Masa Bayi (28 hari-1 tahun)

Usia 1-4 bulan

Perkembangan motorik kasar pada usia ini dimulai dengan kemampuan mengangkat kepala saat tengkurap, mencoba duduk sebentar dengan ditopang, mampu duduk dengan kepala tegak jatuh terduduk dipangkuan ketika disokong pada posisi berdiri, kontrol kepala sempurna, mengangkat kepala sambil berbaring terlentang, berguling dari terlentang ke miring, posisi lengan dan tungkai kurang fleksibel, dan berusaha untuk merangkak.

Usia 4-8 bulan.

Perkembangan motorik kasar awal bulan ini dapat dilihat pada perubahan dalam aktivitas, seperti posisi telungkup pada alas dan sudah mulai mengangkat kepala dengan melakukan gerakan menekan kedua tangannya

Usia 8-12 bulan

Perkembangan motorik kasar dapat diawali dengan duduk tanpa pegangan, berdiri dengan pegangan, bangkit lalu berdiri, berdiri 2 detik, dan berdiri sendiri.

Masa Anak (1-2 tahun)

Dalam perkembangan masa anak terjadi perkembangan motorik kasar secara signifikan. Pada masa ini anak sudah mampu melangkah dan berjalan tegak. Sekitar usia 18 bulan anak mampu menaiki tangga dengan cara satu tangan di pegang.

Masa Prasekolah

Perkembangan motorik kasar masa prasekolah ini dapat diawali dengan kemampuan untuk berdiri dengan satu kaki selama 1-5 detik, melompat dengan satu kaki, berjalan dengan tumit ke jari kaki, menjelajah, membuat posisi merangkak, dan berjalan dengan bantuan.

Perkembangan Motorik Halus

Perkembangan motorik halus pada tiap tahap perkembangan anak adalah sebagai berikut:

Masa Neonatus (0-28 hari)

Perkembangan motorik halus pada masa ini dimulai dengan adanya kemampuan untuk mengikuti garis tengah bila kita memberikan respon terhadap gerakan jari atau tangan.

Masa Bayi (28 hari-1 tahun)

Usia 1-4 bulan

Perkembangan motorik halus pada usia ini adalah dapat melakukan hal-hal seperti memegang suatu objek, mengikuti objek dari sisi ke sisi, mencoba memegang dan memasukkan benda ke dalam mulut, memegang benda tapi terlepas, memerhatikan tangan dan kaki, memegang benda dengan kedua tangan, serta menahan benda di tangan walaupun hanya sebentar.

Usia 4-8 bulan

Perkembangan motorik halus pada usia ini adalah mulai mengamati benda, menggunakan ibu jari dan jari telunjuk untuk memegang, mengeksplorasi benda yang sedang dipegang, mengambil objek dengan tangan tertangkup, menggunakan bahu dan tangan sebagai satu kesatuan, serta memindahkan objek dari satu tangan ke tangan yang lain.

Usia 8-12 tahun

Perkembangan motorik halus pada usia ini adalah mencari atau meraih benda kecil, bila di beri kubus mampu memindahkan, mengambil, memegang dengan telunjuk dan ibu jari, membenturkannya serta meletakkan benda atau kubus ke tempatnya.

Masa Anak (1-2 tahun)

Perkembangan motorik halus pada usia ini dapat ditunjukkan dengan adanya kemampuan dalam mencoba menyusun atau membuat menara pada kubus.

Masa Prasekolah

Perkembangan motorik halus dapat dilihat pada anak, yaitu mulai kemampuan menggoyangkan jari-jari kaki, menggambar dua atau tiga bagian, memilih garis yang lebih panjang dan menggambar orang, melepas objek dengan jari lurus, mampu menjepit benda, melambaikan tangan, menggunakan tangannya untuk bermain, menempatkan objek ke dalam wadah, makan sendiri, minum dari cangkir dengan bantuan, menggunakan sendok dengan bantuan, makan dengan jari, serta membuat coretan di atas kertas (Hidayat, 2008).

Peranan Permainan Bagi Pengembangan Fisik dan Motorik Halus

Permainan adalah salah satu bentuk aktivitas sosial yang dominan pada awal masa anak-anak. Sebab, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktunya di luar rumah bermain dengan teman-temannya dibanding terlibat dalam aktivitas lain (Desmita, 2015). Setiap anak di dunia ini memiliki hak untuk bermain. Dengan bermain anak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang membantu perkembangannya untuk menyiapkan diri dalam kehidupan selanjutnya. Bermain digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak. Permainan adalah sesuatu yang aktif dan dinamis, tidak statis sehingga tidak terbatas ruang dan waktu. Permainan juga berlaku bagi setiap anak di sepanjang zaman, bermain juga sebagai sarana komunikasi dengan teman sebaya dan lingkungan.

Salah satu jenis permainan yang lebih melatih kekuatan otot-otot anak yaitu permainan tradisional. Menurut Sukirman dalam Edy Waspada bahwa definisi permainan tradisional adalah permainan anak-anak dari bahan sederhana sesuai aspek budaya dalam kehidupan masyarakat (Waspada, 2014). Selain itu, permainan tradisional juga dikenal dengan permainan rakyat merupakan sebuah kegiatan rekreatif yang tidak hanya bertujuan untuk menghibur diri, tetapi juga sebagai alat untuk memelihara hubungan dan kenyamanan sosial. Permainan motorik halus yang dilakukan di rumah seperti bermain *puzzle*, bermain balok, menggambar, mewarnai, sedangkan permainan motorik kasar ataupun bermain diluar rumah seperti bermain sepeda, bermain bola. Permainan tradisional banyak mengembangkan aspek fisik terutama motorik kasar, karena hampir semua permainan menggunakan aktivitas fisik dalam proses permainannya seperti berlari, melompat, berjalan, dan engklek. Motorik halus dapat diamati pada permainan congklak dan anjang-anjang (Kurniati, 2016). Pada permainan congklak dapat melatih kemampuan motorik halus, karena saat memegang dan memainkan biji congklak yang paling berperan adalah motorik halus anak yaitu jari jemari.

Beberapa pengaruh perkembangan motorik terhadap konstelasi perkembangan individu menurut Hurlock (1996) adalah sebagai berikut:

1. Melalui keterampilan motorik, anak memperoleh perasaan senang, seperti anak merasa senang dengan memiliki keterampilan memainkan boneka, melempar, dan menangkap bola atau memainkan alat-alat mainan.
2. Melalui keterampilan motorik, anak yang awalnya tidak bisa mengikuti temannya untuk bermain kejar-kejaran akhirnya bisa bermain bersama dan dapat bergerak dari satu tempat ke tempat lainnya dengan mudah. Ia dapat berbuat sesuatu untuk dirinya sendiri, dan menyenangkan dirinya sendiri. Kondisi ini akan menunjang perkembangan rasa percaya dirinya.
3. Melalui perkembangan motorik, anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah. Pada usia prasekolah atau usia kelas-kelas awal sekolah dasar, anak sudah dapat dilatih menulis, menggambar, melukis, dan baris-berbaris.

4. Melalui perkembangan motorik yang normal memungkinkan anak dapat bermain atau bergaul dengan teman sebayanya, sedangkan perkembangan motorik yang tidak dapat mengikuti temannya akan membuat anak sulit untuk bergaul dengan teman sebayanya, dikasus yang lebih berat anak merasa terkucilkan atau menjadi anak yang *fringer* (terpinggirkan).
5. Perkembangan keterampilan motorik sangat penting bagi perkembangan *self-concept* atau kepribadian anak (Hurlock, 2004).

4. KESIMPULAN

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Motorik kasar anak akan berkembang sesuai dengan usianya. Motorik halus adalah gerakan yang hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti kemampuan menggunakan jari jemari tangan. Fase motorik kasar dan motorik halus dimulai dari beberapa rentang atau masa, dimulai pada saat bayi berumur nol tahun sampai usia 6 tahun. Perkembangan motorik kasar dan motorik halus terdiri dari beberapa rentang atau masa, dimulai pada saat bayi sampai anak prasekolah. Perkembangan motorik ini semakin berkembang dengan bertambahnya usia anak. Permainan adalah salah satu bentuk aktivitas sosial yang dominan pada awal masa anak-anak. Sebab, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktunya di luar rumah bermain dengan teman-temannya dibanding terlibat dalam aktivitas lain. Motorik kasar dan halus dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak. Untuk itu, penulis menyarankan untuk calon pendidik agar dapat mengawasi dan selalu mendukung setiap kegiatan yang dilakukan anak selama hal yang dilakukannya bernilai positif.

5. REFERENSI

- Aliyyah, R. R., Rachmadtullah, R., Samsudin, A., Syaodih, Nurtanto, M., & Tambunan., A. R. S. (2020). The Perceptions of Primary School Teachers of Online Learning during the COVID-19 Pandemic Period: A Case Study in Indonesia. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 7(2), 90-109. <https://doi.org/https://doi.org/10.29333/ejecs/388>
- Andrian, R. (2022). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Pradina Pustaka.
- Desmita. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, A. A. (2008). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock. (2004). *Perkembangan Anak (terjemah)*. Jakarta: Erlangga.
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional Dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Maslichatoen. (2006). *Metode Pengajaran Di Taman Kanak-Kanak*. Malang: Departemen

Pendidikan Dan Kebudayaan.

- Nofianti, R. (2021). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Pujianti, R., Sumardi, S., & Mulyadi, S. (2021). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Raudhatul Athfal. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 117–126. <https://doi.org/10.32678/AS-SIBYAN.V6I2.4919>
- Sriwahyuniati, F. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyuni, A., & Suyadi. (2020). Best Practice Pendidikan Kewirausahaan Pada Anak Usia Dini Di Tk Khalifah Baciro Yogyakarta. *Yaa Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 15–22. Retrieved from <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/YaaBunayya/article/view/6682>
- Waspada, E. (2014). *Perbedaan Pengaruh Permainan Tradisional Dan Latihan Kecerdasan Kinestetik Terhadap Kemampuan Motorik Dan Kecerdasan Emosional*". Universitas Sebelas Maret.
- Widyaningrum, A., & Hasanah, E. (2021). Manajemen Pengelolaan Kelas Untuk Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah*, 6(2), 181–190. <https://doi.org/10.34125/kp.v6i2.614>