

ULASAN

Proses tumbuh kembang kemampuan motorik anak berhubungan dengan proses tumbuh kembang kemampuan gerak anak.

Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik adalah perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot. Aktivasinya di bawah kendali otak.

Pentingnya meningkatkan perkembangan motorik, diantaranya :

1. Peran kemampuan motorik untuk perkembangan fisiologis anak
2. Peran kemampuan motorik untuk perkembangan sosial dan emosional anak
3. Peran kemampuan motorik untuk kognitif anak

Secara langsung pertumbuhan anak akan menentukan keterampilannya dalam bergerak, sedangkan secara tidak langsung, pertumbuhan dan kemampuan fisik atau motorik anak akan mempengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri dan orang lain.

Dari buku *Perkembangan Anak* (2002) dan buku *Balita dan Perkembangannya* (2001), perkembangan motorik anak terbagi menjadi dua bagian, yaitu gerak motorik kasar dan gerak motorik halus.

Gerak Motorik Kasar, adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.

Gerakan Motorik Halus, gerakan hanya melibatkan bagian-bagian tertentu saja dan dilakukan oleh oto-otot kecil seperti keterampilan menggunakan gerakan jari jemari tangan.

Seefel (*dalam Moelichatoen, 1991*), menggolongkan tiga keterampilan motorik anak

1. Gerak lokomotor (gerakan berpindah tempat) dimana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat; misalnya jalan,lari,dan loncat.

1. Berbaring

Beberapavariasi gerakannya, sebagai berikut :

- a. Berbaring terlentang
- b. Berbaring telungkup
- c. Berbaring miring ke kanan
- d. Berbaring miring ke kiri

2. Berjalan

Jalan adalah suatu gerakan melangkah ke segala arah yang dilakukan oleh siapa saja dan tidak mengenal usia. Namun demikian, gerakan yang tidak diperhatikan pada masa usia sekolah dasar dikhawatirkan akan mengakibatkan kelainan dalam berjalan di kemudian hari. Untuk itu gerak berjalan maupun bentuk-bentuk latihan dalam berjalan harus disosialisasikan dengan cara bermain, baik itu dalam kelompok kecil maupun besar.

3. Berlari

Berlari bisa dimanfaatkan oleh guru sebagai dasar untuk memberikan olah tubuh kepada siswa secara teratur.Guru bisa memanfaatkan faktor-faktor gerakan, seperti tempat, waktu, dan kekuatan untuk menciptakan berbagai variasi berlari.Variasi dapat juga diciptakan dengan menggunakan fungsi-fungsi tubuh dan anggota bagian tubuh.

Berlari tidak banyak berbeda dengan berjalan, hanya saja akan lebih cepat sampai tujuan dan gerakannya suatu saat melayang di udara atau agak melompat.

4. Melompat

Lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki atau anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik. Contoh pengembangan gerak lompat, misalnya lompat jauh.

5. Meloncat

Loncat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang dari cepat atau lambat dengan menumpu dua kaki dan mendarat dengan kaki atau anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.

6. Melempar

Melempar adalah gerakan mengarahkan satu benda yang dipegang dengan cara mengayunkan tangan ke arah tertentu. Gerakan ini dilakukan dengan menggunakan kekuatan tangan dan lengan serta memerlukan koordinasi beberapa unsur gerakan, misalnya lengan dengan jari yang harus melepaskan benda yang dipegang pada saat yang tepat.

2. Gerak non-lokomotor (gerakan tidak berpindah tempat) dimana sebagian anggota tubuh tertentu saja yang digerakkan namun tidak berpindah tempat.

. Gerakan stabilisasi (*nonlokomotor*) termasuk didalamnya, seperti :

- a. *Dodging*
 - b. *Stretching dan Bending*
 - c. *Twisting dan Turning*
 - d. *Swinging dan Swaying*
 - e. *Pushing dan Pulling*
3. Manipulatif, dimana ada sesuatu yang digerakkan ,misalnya melempar, menangkap, menyepak, memukul, dan gerak lain yang berkaitan dengan lemparkan dan tangkapan sesuatu.

Beberapa gerakan yang termasuk di dalam gerakan manipulatif adalah menggelindingkan bola atau sejenisnya, melempar dan menangkap, menahan atau *trapping*, memantul atau *men-dribbling*, memukul.

1. Menggelindingkan Bola, Menggelindingkan atau *rolling*, meliputi pengarahannya gaya atau tenaga terhadap suatu objek yang mempertahankan kontak dengan permukaan tempat benda tersebut bergerak.
2. Melempar, Melempar merupakan keterampilan manipulatif yang rumit yang menggunakan satu atau dua tangan untuk melontarkan objek menjauhi badan ke udara

Selain tergantung dari beberapa faktor (ukuran anak, ukuran objek, dan lain sebagainya), lemparan dapat dilakukan di bawah tangan, di atas kepala, di atas lengan atau di samping.

3. Menangkap, Menangkap merupakan gerakan dasar manipulasi yang melibatkan penghentian suatu objek yang terkontrol oleh satu atau kedua tangan. Pada tahap awal biasanya objek akan dihentikan dengan satu bagian atau beberapa bagian anggota tubuh. Penguasaan koordinasi mata tangan akan memudahkan bagi mereka untuk menangkap objek yang melayang ke hadapannya.
4. Pushing dan Pulling, *Pushing* atau mendorong adalah usaha pengerahan gaya atau kekuatan dalam melawan suatu objek atau orang, apakah mendorong untuk menyingkirkan objek dari badan atau mendorong badan menjauhi objek. *Pulling* di lain pihak diartikan sebagai tarikan, ini merupakan pengerahan tenaga yang mengakibatkan objek atau orang bergerak mendekati badan.