

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS

A. Kajian Pustaka

1. Hakikat Kemampuan Motorik Kasar

a. Pengertian Kemampuan Motorik Anak

Kemampuan motorik kasar adalah hal penting bagi kehidupan anak. Kematangan diri anak berpengaruh pada kemampuan motorik kasar anak. Sujiono (2010) menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak yang melibatkan otot-otot besar. Gerakan motorik kasar merupakan bagian dari aktivitas yang mencakup kemampuan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut pada aktivitas fisik.

Rahyubi (2012) menjelaskan bahwa motorik kasar adalah gerakan yang terkoordinasi antara susunan syaraf, otot, otak dan urat syaraf tulang belakang. Gerakan motorik kasar timbul dari keterampilan gerakan tubuh yang menjadikan otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Kematangan diri seseorang mempengaruhi pertumbuhan dan koordinasi otot-otot besar yang ada di dalam tubuh, sehingga dengan kematangan diri yang bagus dapat mempengaruhi kemampuan motorik kasar maupun kemampuan gerak tubuh yang bagus pula. Pendapat tersebut juga sejalan dengan pendapat Syaodih (2005) yang menyatakan motorik kasar (*gross motor*) merupakan gerakan yang banyak menggunakan otot-otot kasar, meliputi: aktivitas berlari, memanjat, melompat atau melempar.

Decaprio (2013) mengatakan bahwa motorik kasar merupakan kemampuan tubuh yang menggunakan seluruh otot-otot besar atau sebagian otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri anak. Kemampuan motorik kasar tidak hanya

mengandalkan otot-otot besar, tetapi kematangan pada diri seseorang juga berpengaruh terhadap motorik kasarnya.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang menjadikan otot-otot besar sebagai dasar utama gerakan tubuh dan kematangan diri anak untuk memberikan rangsangan gerakan, sehingga dapat mempengaruhi gerakan anak. Semakin baik kemampuan motorik kasar anak dapat membuat anak lebih mampu dalam melaksanakan keterampilan hidup semakin baik pula.

b. Teori *Proximodistal Motor Development*

Teori *proximodistal motor development* merupakan arah perkembangan motorik dari pusat tubuh ke luar segmen tubuh yaitu kepala, batang tubuh, dan panggul yang sebelumnya di bawah kendali sendi siku, pergelangan tangan, lutut, dan pergelangan kaki, yang pada gilirannya mengarah pada kendali yang lebih baik yaitu tangkapan jari (Slater, Hocking, & Loose, 2003). Berdasarkan pendapat tersebut dapat diambil inti bahwa teori *proximodistal motor development* adalah rangkaian pertumbuhan dimulai dari pusat tubuh bergerak ke arah tangan dan kaki.

Teori *proximodistal motor development* juga dapat disebut dengan prinsip *proximodistal* atau prinsip dari dekat ke jauh (Hasanah, 2016). Perkembangan tersebut dapat dilihat dari perkembangan keterampilan motorik, dimana bagian tengah badan lebih dahulu terampil sebelum dibagian-bagian sekelilingnya atau bagian yang lebih jauh, misalnya: bayi belajar melambatkan keseluruhan lengannya sebelum belajar menggoyangkan pergelangan tangan dan jari-jarinya. Pendapat lain disampaikan oleh Papalia, dkk. (2009) yang menyatakan bahwa prinsip *proximodistal* (dari dalam keluar) yaitu pertumbuhan perkembangan bergerak dari tubuh bagian dalam ke luar. Anak-anak belajar mengembangkan kemampuan tangan dan kaki bagian atas (yang lebih dekat dengan bagian tengah tubuh) baru kemudian bagian yang lebih jauh,

dilanjutkan dengan kemampuan menggunakan telapak tangan dan kaki dan akhirnya jari-jari tangan dan kaki.

Berdasarkan pendapat-pendapat mengenai teori *proximodistal motor development* di atas, dapat disimpulkan bahwa *proximodistal motor development* merupakan teori mengenai rangkaian pertumbuhan yang dimulai dari pusat tubuh bergerak ke arah tangan dan kaki. Pertumbuhan anak secara terorganisir diawali dengan bagian tubuh pusat dulu sebelum dikendalikan lebih baik ke bagian tubuh lainnya seperti jari.

c. Unsur – Unsur Perkembangan Motorik Kasar

Kemampuan motorik kasar dalam perkembangannya mempunyai unsur-unsur yang mendukung optimalnya perkembangan motorik kasar tersebut. Sujiono (2010) mengemukakan bahwa unsur-unsur dalam perkembangan motorik kasar yaitu:

1. Kekuatan

Kekuatan adalah suatu kemampuan individu untuk menumbuhkan tegangan terhadap suatu ketahanan. Kekuatan otot biasanya dikembangkan melalui latihan otot melawan kekuatan yang ditingkatkan sedikit demi sedikit. Kekuatan merupakan hasil dari kerja otot berupa kemampuan dalam mengangkat, menahan, mendorong, menjinjing, atau menarik beban.

2. Daya tahan

Daya tahan merupakan kemampuan tubuh dalam mensuplai oksigen yang diperlukan dalam melaksanakan suatu kegiatan. Seseorang yang terlatih dan mempunyai kemampuan daya tahan tubuh yang besar mampu bekerja untuk waktu yang cukup lama dan efisien dalam melakukan pola gerak.

3. Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan orang, dalam melakukan serangkaian gerakan dengan cepat sebagai tanggapan atas stimulus yang didapat.

4. Kelincahan

Kelincahan merupakan kemampuan orang dalam melakukan gerakan secara cepat.

5. Ketepatan

Ketepatan merupakan kegiatan yang mampu dilakukan pada anak usia dini. Contohnya kegiatan melempar bola kesasaran atau memasukkan bola dalam ring.

6. Kelentukan

Kelenturan adalah suatu segmen bergerak ke berbagai arah sesuai dengan rentang gerak, kekuatan seseorang ditentukan berdasarkan kemampuan gerak sendi.

7. Koordinasi

Koordinasi gerak yaitu kemampuan mencakup dua atau lebih kemampuan perseptual pola-pola gerak. Koordinasi disini dimaksudkan sebagai kemampuan otot saat mengontrol gerak dengan tepat untuk mencapai suatu tugas fisik khusus.

8. Keseimbangan. Ketujuh unsur diperlukan anak dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak.

Sejalan dengan pendapat di atas, Decaprio (2017) menyatakan bahwa unsur-unsur pokok yang terdapat dalam perkembangan motorik atau kemampuan motorik yaitu: 1) Kekuatan. Kekuatan berhubungan erat dengan kerja otot, sehingga memunculkan gerakan tubuh atau bagian-bagian tubuh. 2) Kecepatan. Pembelajaran motorik juga sangat bergantung pada unsur kecepatan, meskipun tidak semua kegiatan membutuhkan unsur kecepatan. Kecepatan dalam pembelajaran motorik bukan hanya kecepatan kaki dalam kegiatan berlari melainkan kecepatan yang berhubungan dengan bagian badan. 3) *Power*. *Power* adalah kapasitas anak untuk mengontraksikan otot secara maksimum. Ketika anak melakukan gerakan motorik, saat itu *power* akan menjadi energi yang berhubungan dengan dorongan badan atau bagian kekuatan penuh. Gerakan tersebut merupakan kemampuan untuk

mengeluarkan kekuatan otot dalam kecepatan maksimum. 4) Ketahanan. Ketahanan adalah hasil dari kapasitas anak untuk menopang gerakan atau dalam suatu periode. 5) Kelincahan. Kelincahan dalam motorik diartikan oleh kemampuan badan untuk mengubah arah secara cepat dan tepat. 6) Keseimbangan. Keseimbangan adalah kemampuan anak dalam berpindah dari satu titik ke titik lain dengan cara seimbang. 7) Fleksibilitas. Fleksibilitas merupakan rangkaian gerakan dalam tubuh sendi. 8) Koordinasi. Koordinasi merupakan kemampuan pelaksanaan untuk mengintegrasikan jenis gerakan ke bentuk yang lebih khusus sehingga bagian tubuh satu dengan yang lainnya dapat terkoordinasi/berhubungan dengan baik.

Pendapat di atas sejalan dengan pendapat Mutohir dan Gusril (2004) bahwa unsur-unsur keterampilan motorik diantaranya:

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. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dengan sistem syaraf. Sebagai contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila anak mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.
3. Kecepatan adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelenturan dalam satuan waktu tertentu. Misal: 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. Keseimbangan di bagimen jadi dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ketempat lain. Ditambahkannya bahwa keseimbangan statis dan dinamisa dalah penyederhanaan yang berlebihan. Ditambahkan kedua elemen keseimbangan kompleks dan sangat spesifik dalam tugas dan gerak individu.
5. Kelincahan adalah keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ketitiklain.

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur perkembangan motorik kasar meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, ketepatan, kelentukan / fleksibilitas, koordinasi, *power*, dan keseimbangan. Semua hal tersebut nantinya akan berpengaruh dalam proses mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak.

d. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik Kasar

Yusuf (2007) berpendapat faktor yang mempengaruhi kemampuan (kognitif, fisik motorik, bahasa, sosial-emosional, dan moral keagamaan) ada 2 yaitu: *pertama*, faktor hereditas atau keturunan merupakan totalitas karakteristik individual yang diwariskan orang tua kepada anak. *Kedua*, faktor lingkungan perkembangan yaitu suatu situasi atau kondisi di luar organisme yang diduga mempengaruhi perkembangan individu. Keturunan atau genetik merupakan faktor yang mutlak mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak.

Sujiono (2010) menjelaskan bahwa sistem syaraf merupakan faktor utama dalam efektivitas anak melakukan gerak. Faktor lingkungan juga berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan anak dalam melakukan gerakan motorik kasar. Selain itu juga motivasi berpengaruh terhadap

kemampuan gerak anak, karena dengan adanya motivasi dalam diri anak dapat memicu anak untuk bergerak.

Sejalan dengan Sujiono, Rahyubi (2012) mengatakan ada tujuh faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak, yaitu : perkembangan sistem syaraf, kondisi fisik, motivasi yang kuat, lingkungan yang kondusif, aspek psikologis, usia, jenis kelamin. Perkembangan motorik kasar anak tidak terlepas oleh faktor keturunan, namun dapat dimaksimalkan dengan perkembangannya sesuai dengan lingkungan dan asupan gizi yang cukup baik.

Berdasarkan pendapat ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar ada faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa kematangan sistem syaraf dan otak anak, sedangkan faktor eksternal dapat berupa motivasi yang kuat dan kondisi lingkungan yang mendukung

e. Tujuan dan Fungsi Kemampuan Motorik Kasar

Kemampuan motorik kasar adalah salah satu kemampuan yang sangat penting dan berguna bagi kelangsungan hidup anak di masa yang akan datang. Yudha, dkk. (2005) mengatakan tujuan dan fungsi perkembangan motorik merupakan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukannya efektif dan efisien. Mahmud (2018) menambahkan bahwa kemampuan motorik kasar berhubungan dengan kecakapan anak dalam menggerakkan bagian tubuhnya yang besar, seperti tangan dan kaki. Kemampuan motorik kasar yang baik pada diri anak dapat mempengaruhi kepercayaan diri anak saat bersosialisasi dengan lingkungan maupun teman sebayanya. Selain itu kemampuan motorik kasar yang baik dapat membantu

anak bergerak lebih luwes dan leluasa dalam bergaul dengan teman sebayanya.

Tidak hanya kecakapan hidup yang dapat diperoleh anak jika memiliki kemampuan motorik kasar yang baik, terdapat tujuan dan fungsi lain dari kemampuan motorik kasar anak, antara lain yaitu: a) anak menjadi lebih sehat, dengan adanya kegiatan motorik kasar seperti senam, renang, ataupun menari dapat membuat anak menjadi lebih sehat; b) anak dapat mengekspresikan dirinya secara artistik dengan melakukan berbagai kegiatan motorik; c) insting untuk melindungi diri pada anak akan terlatih dan dapat membantu anak untuk membuat keputusan terbaiknya; d) anak mampu mendalami sensasi fisik yang dialami. Hal ini membuat anak menjadi lebih kreatif; e) membantu anak dalam menyatukan pikiran dan tubuh, sehingga anak lebih bisa berkonsentrasi; f) ketajaman pancaindra anak lebih terarah untuk mempelajari dan memproses informasi (Kusuma, 2015).

Rahyubi (2012) mengatakan bahwa anak diharapkan mampu menguasai pembelajaran gerak secara memuaskan dan berdaya guna dengan adanya pembelajaran gerak yang telah dirancang dan berpola dengan baik. Perkembangan fisik yang optimal dapat mempengaruhi kemampuan motorik kasar yang optimal pula. Kondisi fisik yang sehat dan bugar mengakibatkan tidak mudah sakit. Hambatan dalam perkembangan kemampuan motorik kasar dapat diminimalisirkan dengan kegiatan motorik kasar yang memberikan kebugaran pada tubuh sehingga dengan minimnya hambatan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dan sikap percaya diri pada anak.

Berdasarkan tujuan dan fungsi kemampuan motorik kasar pada anak dapat disimpulkan bahwa, fisik motorik anak perlu dilatih untuk menunjang kecakapan hidup yang dapat berguna bagi anak dimasa yang akan datang. Kecakapan hidup yang baik dapat memunculkan kepercayaan diri yang baik pula pada anak.

f. Tahap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

Beaty (2013) menyatakan bahwa perkembangan motorik pada anak usia dini sangat berguna untuk kehidupan anak dimasa mendatang. Kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun digolongkan menjadi beberapa macam, diantaranya berjalan dengan langkah kaki selang-seling seperti orang dewasa, berlari dengan kecepatan dan arah terkontrol, melompat dengan kedua kaki secara bersama-sama, melompat dengan salah satu kaki, mendaki atau memanjat dan menuruni tangga dengan baik, melempar bola, menangkap bola, dan menendang bola, dapat pula mengendarai sepeda roda tiga dengan pengawasan orang tua dan anak dapat melakukan gerakan kreatif.

Maghfiroh, Wulandari, Damayanti (2020) menyebutkan 5 aspek kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun, diantaranya yaitu a) kekuatan, b) keseimbangan, c) kelincahan, d) kelentukan, e) koordinasi. Kelima aspek tersebut diturunkan lagi menjadi: a) kekuatan berupa duduk jongkok, b) keseimbangan berupa mengangkat satu kaki, c) koordinasi berupa kegiatan lempar tangkap bola, d) kelincahan berupa kegiatan berlari secara zig-zag, e) kelentukan berupa kegiatan membungkukkan badan. Odey (Odok, Edim, Ekuri, 2013) mengatakan bahwa kemampuan motorik kasar dipengaruhi oleh koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kelincahan, dan kecepatan.

Seiring dengan pertumbuhan fisik anak yang beranjak matang, perkembangan motorik kasar pada anak juga semakin berkembang dengan baik pula. Susanti, Novianti, dan Puspitasari (2019) menyebutkan enam indikator kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, yaitu: a) berjalan, b) melompat dengan kaki bergantian, c) menunjukkan kemampuan berlari yang matang, jarang jatuh, menunjukkan kecepatan dan kontrol yang meningkat, d) melompat tinggi, e) melompat jauh, f) melompat tali. Semakin sering anak melakukan gerakan fisik maka dapat memberikan hasil yang baik pada pertumbuhan fisik motorik anak, hasil yang baik ini

dapat mempermudah anak menghadapi kesiapan di masa yang mendatang (Febrialismanto, 2017).

Kemampuan motorik tersebut juga tercantum dalam Permendikbud nomor 137 tahun 2014 cakupan motorik kasar yaitu kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan. Terdapat juga Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak usia 5-6 tahun pada kemampuan motorik kasar idealnya meliputi: a) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, b) melakukan koordinasi gerakan mata, kaki, tangan, kepala dalam menirukan tarian atau senam, c) melakukan permainan fisik dengan aturan, d) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, e) melakukan kegiatan kebersihan diri.

Adapun indikator kemampuan motorik kasar yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari Maghfiroh, Wulandari, Damayanti (2020), Beaty (2013), dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak dalam Permendikbud No 137 Tahun 2014, yaitu: (1) Keseimbangan: melewati papan titian, menirukan gerakan pesawat terbang, (2) Kekuatan: melompat dengan kedua kaki secara bersama, melompat dengan salah satu kaki, (3) Kelincahan: berlari secara zig-zag, berlari mengikuti garis, (4) Koordinasi: meloncat sesuai gambar pijakan yang telah dibuat, (5) Kelenturan: memindahkan bola dari bagian kanan tubuhnya ke bagian kiri tubuhnya dengan posisi duduk.

B. Kerangka Berpikir

Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan dalam menggerakkan fisik atau aktivitas yang melibatkan otot-otot besar seperti kaki dan tangan untuk melakukan gerakan seperti melompat, berlari, menangkap, melempar, menendang, dan sebagainya. Perkembangan kemampuan motorik kasar setiap anak pastinya berbeda. Perbedaan ini disebabkan oleh faktor hereditas dan faktor lingkungan yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini

(Yusuf, 2007). Pemberian fasilitas dan rangsangan yang sama tidak dapat dijadikan jaminan bahwa anak akan memiliki kemampuan sederajat. Maghfiroh, Wulandari, Damayanti (2020) menyebutkan aspek kemampuan motorik kasar pada anak usia 6-8 tahun diantaranya yaitu a) kekuatan, b) keseimbangan, c) kelincahan, d) kelentukan, e) koordinasi.

Jenis penelitian yang digunakan untuk mengetahui profil kemampuan motorik kasar anak adalah penelitian survei. Peneliti akan mengkaji capaian indikator kemampuan motorik kasar, berupa keberagamannya, masalah-masalah yang ditemui sesuai dengan pedoman indikator yang telah ditentukan. Peneliti akan menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan motorik kasar sehingga dapat menunjukkan hasil penelitian yang sesuai dengan kondisi lapangan. Penelitian ini diharapkan mampu melihat profil kemampuan motorik kasar anak agar dapat menjadi acuan dalam mengoptimalkan kemampuan ini di masa mendatang dengan pemberian stimulasi yang tepat untuk anak.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada kerangka berpikir sebagai berikut:

