

**PENERAPAN METODE GERAK TARI DAN LAGU DAPAT MENINGKATKAN FISIK MOTORIK ANAK DI TK**

PARIDA

(Pengawas PAI Kemenag Kab. Tanjab Timur)

## Abstrak

*Belajar keterampilan fisik (motor learning) dianggap telah terjadi dalam diri seseorang apabila ia telah memperoleh kemampuan dan keterampilan yang melibatkan penggunaan lengan (seperti menggambar dan berlari) secara baik dan benar. Untuk belajar memperoleh kemampuan keterampilan-keterampilan jasmani ini, ia tidak hanya cukup dengan latihan dan praktik. Tetapi juga memerlukan kegiatan perceptual learning (belajar berdasarkan pengamatan) atau kegiatan sensory – motor learning (belajar keterampilan indrawi-jasmani). Salah satu kegiatan yang dapat menumbuhkembangkan kecerdasana anak salah satunya yaitu melalui gerak dan lagu, kegiatan ini dapat memfasilitasi anak-anak untuk bermain sambil belajar dengan cara yang menyenangkan, karena usia dini merupakan masa Golden age yang dalam proses pembelajarannya mempunyai hak yang sifatnya bermain, beristirahat dan berekreasi. Proses tersebut digunakan agar seorang anak tidak merasa tertekan. Untuk itu proses pembelajaran harus diciptakan dengan suasana yang kondusif, menyenangkan (bermain sambil belajar) dan dapat menarik perhatian anak serta dapat memotivasinya.*

**Kata Kunci : Penerapan Metode Gerak Tai dan Lagu, Motorik Anak****A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Anak Usia Dini mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia seutuhnya, serta memiliki peranan yang besar dalam membantu meletakkan dasar bagi anak dalam mengembangkan nilai-nilai agama, moral, social, emosional, kemandirian, konsep diri, disiplin, serta mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa dan seni. Sebagai upaya mencapai peranan tersebut, dibutuhkan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat tercapai secara optimal.

Pendidikan Anak Usia Dini adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan

pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan ruhani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal

Dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, peran guru dalam memberikan kegiatan belajar yang menyenangkan dan bermakna sangatlah penting. Penggunaan metode yang sesuai dan tepat dapat membantu anak untuk mengembangkan seluruh aspek perkembangannya. Pada umumnya pembelajaran di PAUD masih identik dengan beragam permainan, berangkat dari situlah diharapkan siswa dapat membina hubungan social yang baik dengan teman seumuran serta bias melatih keberanian pada masing-masing individu. Atas dasar alasan tersebut di atas, sangatlah penting bagi pendidik untuk mengetahui jenis metode yang dapat mengoptimalkan perkembangan anak.

Salah satu kegiatan yang dapat menumbuhkembangkan kecerdasana anak salah satunya yaitu melalui gerak dan lagu, kegiatan ini dapat memfasilitasi anak-anak untuk bermain sambil belajar dengan cara yang menyenangkan, karena usia dini merupakan masa Golden age yang dalam proses pembelajarannya mempunyai hak yang sifatnya bermain, beristirahat dan berekreasi. Proses tersebut digunakan agar seorang anak tidak merasa tertekan. Untuk itu proses pembelajaran harus diciptakan dengan suasana yang kondusif, menyenangkan (bermain sambil belajar) dan dapat menarik perhatian anak serta dapat memotivasinya.

Kegiatan gerak dan lagu sangat bermanfaat untuk merangsang perkembangan anak khususnya fisik dan motorik, namun tidak hanya fisik dan motorik saja yang bisa dikembangkan, ada beberapa aspek perkembangan lainnya yaitu, social, emosional, kognitif, bahasa dan seni.

Dalam buku Anita Yus Menurut teori Howard Gardner anak memiliki beberapa kecerdasan yaitu:”

1. Dari beberapa kecerdasan yang di ungkapkan oleh Kecerdasan bahasa yang berkaitan dengan keterampilan dan persepsi mengelola kata bahasa
2. Kecerdasan logika-matematika berkaitan dengan keterampilan dan persepsi tentang dalam bidang angka
3. Kecerdasan musik berkaitan dengan keterampilan dan persepsi dalam bidang musik dan suara
4. Kecerdasan gerak tubuh berkaitan dengan keterampilan dan persepsi dalam bidang mengolah dan mengendalikan gerak anggota tubuh
5. Kecerdasan gambar dalam bidang permainan garis, warna, bentuk, dan ruang
6. Kecerdasan diri dalam bentuk intra personal
7. Kecerdasan interpersonal;
8. Kecerdasan alami dan
9. Kecerdasan rohani.”<sup>1</sup>

Howard Gardner diatas ada bagian yang merupakan salah satu dari bagian perkembangan motorik kasar anak. Untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak perlu beberapa strategi guru yang harus dikembangkan di setiap kegiatan bermain anak.

Kegiatan bermain anak merupakan kegiatan yang sangat penting terhadap kelanjutan perkembangan dan pertumbuhan bagi anak hal ini sebagaimana menurut pendapat Mukhtar dkk bermain adalah sebagai aktifitas yang langsung atau spontan, dimana seseorang anak berinteraksi dengan orang lain, benda-benda disekitar, dilakukan dengan senang hati, atas inisiatif sendiri menggunakan daya hayal, panca indra dan seluruh anggota tubuhnya.<sup>2</sup>

Untuk dapat mendukung anak bereksplorasi dengan mainan guru perlu memperhatikan berbagai macam cara setiap jenis permainan, baik itu sensori motor, main peran, dan main pembangunan serta intensitas waktu yang dibutuhkan oleh anak untuk mendapatkan pengalaman dan kegiatan yang dilakukan sepanjang hari dan sepanjang tahunnya.

---

<sup>1</sup>Anita Yus, *Model pendidikan Anak usia dini*, (Jakarta Kencana, 2011). Hal.10

<sup>2</sup>Mukhtar dkk, *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini Teori dan Aplikasi*, (Jakarta, Kencana, 2013). Hal. 76

Dalam prinsip perkembangan anak pada dasarnya proses pembelajaran di PAUD pada umumnya di landasi dengan dua teori belajar yaitu teori behaviorisme dan konstruktivisme. Dimana kedua teori ini memiliki perbedaan penekanan. Perbedaannya yang mendasar pada kedua prinsip perkembangan anak ini adalah pada pendekatan behaviorisme ini ia lebih kepada penekanan hasil dari proses. Sedangkan konstruktivisme adalah menekankan pada proses daripada hasil belajar.

Melihat proses dan permintaan pasar saat ini hampir bisa dikatakan di setiap lembaga paud mengharapkan pada hasil pembelajaran dimana di tunjukkan bahwa harapannya anak harus bisa baca dan tulis setelah di lembaga PAUD. Tentu hal ini bertolak belakang dengan peraturan pemerintah juga kurikulum dari pada pendidikan anak usia dini.

Sebagaimana hasil grandtour di lembaga pendidikan TK At Taqwa Desa Sungai Gelam Kabupaten Muaro Jambi yang berhasil menjadi catatan sertaidentifikasi masalah selama proses pembelajaran berlangsung yaitu:

1. Anak masih banyak yang enggan melakukan aktifitas fisik seperti saat bernyanyi tidak melakukan gerakan-gerakan yang natural.
2. Anak masih kurang imajinasi
3. Anak lebih banyak diam ketika bernyanyi
4. Anak banyak tidak bisa melakukan gerak dan tari.
5. Anak lebih memilih menarik diri dari teman-temannya
6. Anak lebih memilih duduk.<sup>3</sup>

Dari berbagai identifikasi masalah ini penulis ingin melakukan penelitian berbentuk tindakan berupa penerapan gerak dan lagu agar dapat meningkatkan pertumbuhan fisik motorik anak.

---

<sup>3</sup>Observasi Di TK At Taqwa Desa Sungai Gelam Tanggal 7 Januari 2019

**B. Rumusan Masalah**

1. Apakah dengan penerapan metode gerak tari dan lagu ini dapat meningkatkan fisik motorik anak?

**C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Meningkatnya fisik motorik anak melalui kegiatan gerak dan tari pada anak di TK Darmawanita Muara Sabak Barat.

**B. Pembahasan****1. Pengertian Fisik Motorik**

Berdasarkan Permendiknas Nomor 58 tahun 2009 menyatakan bahwa tingkat pencapaian perkembangan menggambarkan pertumbuhan dan perkembangan yang diharapkan dicapai oleh anak pada rentang usia tertentu. Perkembangan anak yang dicapai merupakan integrasi aspek pemahaman nilai-nilai agama moral, fisik, kognitif, bahasa, dan sosial emosional. Agar anak mencapai perkembangan dan pertumbuhan yang optimal dibutuhkan keterlibatan orang tua dan orang dewasa untuk memberikan rangsangan yang bersifat menyeluruh dan terpadu yang meliputi pendidikan, pengasuhan, kesehatan, gizi, dan perlindungan yang diberikan secara konsisten melalui pembiasaan.

Usia 0-6 tahun merupakan masa keemasan (*the golden age*) bagi seorang anak dimana perkembangan dan pertumbuhan anak dimasa depan sangat dipengaruhi oleh kehidupan pada usia tersebut. Masa ini akan memberikan kontribusi besar pada perkembangan selanjutnya. Salah satu yang sangat penting untuk diperhatikan adalah sejauh mana anak dalam menguasai keterampilan motorik. Hal ini disebabkan karena penguasaan keterampilan motorik di masa anak-anak akan sangat berpengaruh terhadap

perkembangan selanjutnya. Usia emas dalam perkembangan motorik adalah *middle childhood* atau masa anak-anak.

Perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak. Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi.<sup>4</sup> Pengendalian berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir. Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan halus. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak. Otaklah yang menstimulasi setiap gerakan yang dilakukan anak. Semakin matangnya perkembangan sistem syaraf otak yang mengatur otot memungkinkan berkembangnya kompetensi atau kemampuan motorik anak.

a. Jenis Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik anak dibagi menjadi dua:

1). Motorik kasar

Mengacu pada teori multipel intelegence atau biasa dikenal dengan kecerdasan majemuk menurut Howard Gardner, perkembangan motorik kasar yang dimiliki anak nantinya akan menjadi cikal bakal atau benih-benih bagi kecerdasan kinestetiknya.

Motorik kasar adalah gerakan anggota tubuh atau badan secara kasar atau keras. Laura E Berk mengungkapkan bahwa semakin menjadi dewasa dan kuat tubuhnya atau besar maka gaya gerakannya sudah berbeda pula. Pertumbuhan otot-otot badan tersebut menjadikan keterampilan baru selalu bermunculan dan semakin bertambah kompleks.<sup>5</sup>

Perkembangan motorik anak akan berkembang sesuai dengan usianya.

Orang tua tidak perlu melakukan bantuan terhadap kekuatan otot besar anak. Jika

---

<sup>4</sup>Hurlock, Elizabeth B. *Perkembangan Anak Jilid 1*. (Jakarta: Erlangga, 2001). Hal, 101

<sup>5</sup>Suryadi, *Educatif Yang mencerdaskan*, (Yogyakarta: Power Boox Publishing, 2009), hlm. 115

telah matang, maka dengan sendirinya anak akan melakukan gerakan yang sudah pada waktunya dilakukan seperti: ketika seseorang anaj berusia 6 bulanbbelum siap untuk duduk sendirim, maka orang dewasa tidak perlu memaksakan dia untuk duduk di sebuah kursi.<sup>6</sup>

Motorik kasar adalah gerakan anggota tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Keterampilan motorik kasar seperti berjalan, berlari, melompat, naik turun tangga. Sekitar usia 3 tahun anak sudah dapat berjalan secara otomatis, bahkan pada alas yang tidak rata anak sudah dapat berjalan tanpa kesukaran. Sekitar 4 tahun anak hampir menguasai cara berjalan orang dewasa. Kesukaran yang ada pada belajar berjalan berhubungan dengan kekuatan badannya, yaitu untuk dapat menyandarkan seluruh berat badannya pada satu kaki. Bila anak sudah dapat berjalan maka ia akan mencoba untuk berjalan dengan berbagai variasi, misalnya berjalan mundur ( $\pm$  sekitar 17 bulan) dan berjalan di atas tumit ( $\pm$  sekitar 30 bulan). Sekitar bulan ke 18 anak mencoba untuk lari, tetapi gayanya masih menyerupai gaya berjalan.<sup>7</sup>

Pada usia 2 atau 3 tahun anak betul-betul dapat berlari, tetapi ia belum mampu untuk berhenti dengan cepat atau untuk membalik. Pada usia 4 sampai 5 tahun anak sudah dapat lari, berhenti dan berputar membalik. Sesudah dapat berjalan dengan baik, anak juga belajar untuk berjalan memanjat dan menuruni tangga. Memanjat tangga berlangsung dengan setiap kali menapakkan sebelah kakinya ke muka dan menarik kaki yang satunya disamping. Sekitar 2 atau 3 tahun anak juga belajar meloncat-loncat, berjingkat-jingkat, dan berbagai variasi jalan. Sekitar 29 bulan anak dapat berdiri di atas sebelah kaki. Anak usia 3 tahun

---

<sup>6</sup>Martinis Yamin, dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: GP Press, 2010), hlm. 132

<sup>7</sup>Novan Ardi Wiyani, *Manajemen PAUD Bermutu*, (Jogjakarta, Gava Media, 2015) , hlm. 29

masih mempunyai kesukaran untuk menangkap bola atau untuk memukul bola dengan tongkat.<sup>8</sup>

## 2). Motorik halus

Motorik halus adalah meningkatnya pengkoordinasian gerak tubuh yang melibatkan kelompok otot dan saraf kecil lainnya. Motorik halus juga merupakan keterampilan yang menggunakan media dengan koordinasi antara mata dan tangan.

9

Padadarnya setiap aktifitas yang dilakukan anak usia dini adalah melibatkan koordinasi tangan dan mata juga gerakan motorik kasar dan halus. Semakin banyak gerakan yang dilakukan anak, maka makin banyak pola koordinasi yang diperlukannya. Oleh sebab itu orang dewasa dan juga guru PAUD perlu memberikan banyak kegiatan yang menunjang motorik kasar dan halus kepada anak usia dini yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak usia dini.

Berikut ini adalah tabel tingkat perkembangan Fisik motorik Anak Usia dini.

**Tabel:1**  
**Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini<sup>10</sup>**

| Usia        | Keterampilan Motorik Kasar                                                                                                                                   | Keterampilan Motorik Halus                                                                 |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0 - 3 Bulan | 1. Refleks menggenggam benda yang menyentuh telapak tangan.<br>2. Menegakkan kepala saat di telungkupkan<br>3. Tengkurap<br>4. Berguling kekanan dan ke kiri | Memainkan jari tangan dan kaki<br>Memegang benda yang tidak terlalu kecil dengan lima jari |
| 3 - 6 Bulan | 1. Meraih benda yang didepannya                                                                                                                              | 1. Memasukkan benda kedalam mulut                                                          |

<sup>8</sup>Monks, F. J dan Knoers, A. M. P dan Haditono, Siti R. *Psikologi Perkembangan*. (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press. 2001), hlm. 111

<sup>9</sup>Hurlock, Elizabeth B, *Op.cit.*, hlm . 118

<sup>10</sup>Novan Ardi Wiyani ,*Op.cit*, hlm. 34-36

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Tengkurap dengan dada diangkat dan kedua tangannya menopang</li> <li>3. Duduk dengan bantuan</li> </ol>                                                                                                                      | <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Memindahkan mainan dari satu tangan ke tangan lainnya</li> </ol>                                                                                                                                                 |
| 6 - 9 Bulan   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melempar benda yang dipegang</li> <li>2. Duduk tanpa bantuan</li> <li>3. Merangkak kesegala arah</li> <li>4. Berdiri dengan bantuan</li> </ol>                                                                               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memegang benda dengan ibu jari dan jari telunjuk</li> <li>2. Bertepuk</li> </ol>                                                                                                                                 |
| 9 - 12 Bulan  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menarik benda yang terjangkau</li> <li>2. Berjalan dengan berpegangan</li> <li>3. Berjalan beberapa langkah tanpa bantuan</li> <li>4. Melakukan gerak menendang bola yang cukup besar</li> </ol>                             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggaruk kepala</li> <li>2. Memegang benda yang kecil</li> <li>3. Memukul-mukul</li> </ol>                                                                                                                      |
| 12 - 18 Bulan | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berjalan sendiri</li> <li>2. Naik tangga dengan merangkak</li> <li>3. Menendang bola kearah depan</li> <li>4. Berdiri dengan satu kaki selama 1 detik</li> </ol>                                                             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meniru membuat coretan garis</li> <li>2. Menyusun menara dengan tiga balok</li> <li>3. Memegang gelas dengan dua tangan</li> <li>4. Menupahkan kancing dari mangkok dan memasukkannya</li> </ol>                 |
| 18 - 24 Bulan | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melompat ditempat</li> <li>2. Naik tangga dengan berpegangan</li> <li>3. Berjalan mundur beberapa langkah</li> <li>4. Menarik benda yang tidak terlalu berat</li> </ol>                                                      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menirukan coretan garis vertikal dan horizontal</li> <li>2. Memasukkan dua bentuk kedalam lobang yang sesuai</li> <li>3. Membalik hanting laman buku tetapi belum sempurna</li> <li>4. Merobek kertas</li> </ol> |
| 2 - 3 Tahun   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berjalan sambil menjinjit</li> <li>2. Melompat kedepan dan kebelakang dengan dua kaki</li> <li>3. Melempar dan menangkap bola</li> <li>4. Menari mengikuti irama</li> <li>5. Naik turun tangga dengan berpegangan</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meremas kertas atau kain</li> <li>2. Melipat kertas walaupun belum rapi</li> <li>3. Mengunting kertas walaupun belum rapi</li> <li>4. Koordinasi jari tangan cukup baik untuk memegang benda pipih</li> </ol>    |
| 3 - 4 Tahun   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berlari sambil membawa sesuatu yang ringan</li> <li>2. Naik turun tangga dengan kaki bergantian</li> <li>3. Melempar bola kedalam keranjang</li> <li>4. Melompat turun dari</li> </ol>                                       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menuang air, pasir, atau biji-bijian kedalam tempat</li> <li>2. Memasukkan benda kecil kedalam botol</li> <li>3. Meronce manik-manik yang tidak terlalu kecil</li> </ol>                                         |

|             |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | ketinggian kurang lebih dari 20 cm<br>5. Meniru gerakan senam sederhana                                                                                            | dengan benang yang agak kaku<br>4. Menggunting kertas                                                                                                                                                                                     |
| 4 – 5 Tahun | 1. Menari meniru gerakan-gerakan binatang<br>2. Melakukan gerakan menggantung                                                                                      | 1. Mengkoordinasi jari-jari tangan dengan mata dalam melakukan gerakan yang rumit dengan baik<br>2. Memasang kancing baju dan melepas<br>3. Mengespresikan diri melalui kegiatan seni<br>4. Membuat sesuatu dengan media lilin atau tanah |
| 5 – 6 Tahun | 1. Melakukan koordinasi gerakan kaki tangan kepala dalam menirukan tarian atau senam<br>2. Meniti balok atau titian<br>3. Tampil menggunakan tangan kanan dan kiri | 1. Menggambar dan menulis<br>2. Menggunting<br>3. Menempel ambar dengan tepat<br>4. Menyikat gigi tanpa bantuan                                                                                                                           |

#### b. Prinsip Perkembangan Motorik

Menurut Hurlock terdapat lima prinsip perkembangan, yaitu:

- 1). Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf
- 2). Belajar ketrampilan motorik tidak terjadi sebelum anak matang.
- 3). Perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan.
- 4). Dimungkinkan menentukan norma perkembangan motorik.
- 5). Perbedaan individu dalam laju perkembangan motorik.<sup>11</sup>

Teori yang menjelaskan secara detail tentang sistematika motorik anak adalah Dynamic System Theory yang dikembangkan Thelen & Whiteneyerr. Teori tersebut mengungkapkan bahwa untuk membangun kemampuan motorik anak harus mempersepsikan sesuatu di lingkungannya yang memotivasi mereka untuk melakukan

<sup>11</sup> Hurlock, Elizabeth B. *Op.cit*, hlm. 116

sesuatu dan menggunakan persepsi mereka tersebut untuk bergerak. Kemampuan motorik mempresentasikan keinginan anak.

Selain berkaitan erat dengan fisik dan intelektual anak, kemampuan motorik pun berhubungan dengan aspek psikologis anak. Damon & Hart, menyatakan bahwa kemampuan fisik berkaitan erat dengan self-image anak. Anak yang memiliki kemampuan fisik yang lebih baik di bidang olah raga akan menyebabkan ia dihargai teman-temannya. Hal tersebut juga seiring dengan hasil penelitian yang dilakukan Ellerman, bahwa kemampuan motorik yang baik berhubungan erat dengan *self-esteem*.<sup>12</sup>

#### Hal-hal Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik

Hurlock menyatakan beberapa kondisi yang mempengaruhi laju perkembangan motorik anak, antara lain:

1. Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempengaruhi laju perkembangan.
2. Awal kehidupan pascalahir tidak ada hambatan pada kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
3. Kondisi pra lahir yang menyenangkan (gizi makanan sang ibu) lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahir.
4. Kelahiran yang sukar, apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
5. Adanya rangsangan, dorongan, dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
6. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan persiapan berkembangnya kemampuan motorik.
7. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik.
8. Cacat fisik, seperti buta akan memperlambat perkembangan motorik.
9. Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit, dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan metode pelatihan anak ketimbang karena perbedaan bawaan.<sup>13</sup>

#### c. Hal-hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Mempelajari Keterampilan Motorik

---

<sup>12</sup>Yusuf, S. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. (Bandung:Remaja Rosdakarya 2005), hlm .123

<sup>13</sup>Hurlock, Elizabeth B. *Perkembangan Anak Jilid 1*.( Jakarta: Erlangga 2001), hlm.121

Beberapa hal penting dalam mempelajari keterampilan motorik menurut

Hurlock meliputi:

- 1) Kesiapan belajar
- 2) Kesempatan belajar
- 3) Kesempatan berpraktek
- 4) Model yang baik
- 5) Bimbingan
- 6) Motivasi
- 7) Setiap keterampilan motorik harus dipelajari secara individu
- 8) Keterampilan sebaiknya dipelajari satu persatu.<sup>14</sup>

Masa kecil sering disebut sebagai “saat ideal” untuk mempelajari keterampilan

motorik karena beberapa alasan, antara lain:

- 1). Tubuh anak lentur dibanding tubuh remaja atau orang dewasa sehingga anak lebih mudah menerima semua pelajaran.
- 2). Anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru dipelajarinya maka bagi anak mempelajari keterampilan yang baru lebih mudah.
- 3). Anak lebih berani pada waktu kecil ketimbang telah besar.
- 4). Para remaja dan orang dewasa merasa bosan mengalami pengulangan tetapi tidak untuk anak, mereka malah menyenangkannya.
- 5). Anak memiliki tanggung jawab dan kewajiban yang lebih kecil ketimbang yang akan mereka miliki pada waktu mereka bertambah besar.<sup>15</sup>

#### A. Gerak dan lagu

Pembelajaran gerak dan lagu adalah bernyanyi dan latihan gerak tubuh yang sangat berhubungan erat, karena irama lagu dapat mempengaruhi dan mengendalikan pusat syaraf. Sehingga cara belajar yang baik bagi anak adalah melalui lagu dan gerakannya.

Untuk itu pembelajaran melalui gerak dan lagu yang dilakukan sambil bermain akan membantu anak untuk lebih mengembangkan kecerdasannya tidak hanya pada aspek perkembangan seni, bahasa dan fisiknya saja, tetapi juga ada pengembangan social

---

<sup>14</sup>Ibid., hlm. 123

<sup>15</sup>Ibid, hlm. 125

emosional dan kognitif (frigyessandor, 1975 :4) dalam buku 9 Penerapan Gerak dan lagu terbitan P2PNFI Jayagiri Lembang.<sup>16</sup>

Pembelajaran gerak lagu/tari perlu dilakukan karena dapat meningkatkan pertumbuhan fisik, motorik, mental, estetika. Hal ini ditunjukkan dengan perkembangan motorik anak dalam gerak-gerak bebas menari. Kegiatan ini memberikan kesempatan fisik untuk tumbuh sempurna dan secara langsung mental juga berkembang, karena kegiatan melakukan gerak-gerak tari pasti melibatkan kesadaran estetik dan emosi. Masih banyak lagi manfaat lain yang didapat dalam pembelajaran tari/gerak lagu yang kesemuanya itu mengarah pencapaian pembentukan kepribadian anak.

#### B. Manfaat Gerak dan lagu

Gerak dan lagu adalah sarana yang menyenangkan bagi anak-anak untuk berolahraga atau bersenam. Karena dengan gerak dan lagu, anak-anak bisa bergerak sambil mendengarkan musik. Ini berarti bahwa anak-anak bisa merasakan keceriaan, sambil menggerakkan tubuh mereka atau berolahraga atau bersenam. Hal ini tentu akan bermanfaat bagi anak secara jasmani dan rohani. Tubuh anak jadi sehat, dan jiwa mereka pun merasakan suka cita.

Berikut ini adalah Manfaat lainnya dari gerak dan lagu :

1. Dengan gerakan-gerakan yang bersesuaian dengan lagu yang mereka dengarkan, anak-anak secara tidak langsung motorik anak pun menjadi terlatih. Semakin bervariasi gerakan yang diberikan kepada anak, maka motorik anak-anak pun semakin banyak yang terlatih. Biasanya variasi gerakan meliputi gerakan kepala, gerakan tangan, gerakan kaki, gerakan pinggang dan bagian-bagian tubuh lainnya.
2. Lagu yang mereka dengarkan akan memungkinkan ketrampilan kognitif anak-anak menjadi terlatih pula. Kemampuan kognitif meliputi kemampuan untuk belajar, mengembangkan diri, memecahkan masalah, dan lain-lain.
3. Biasanya gerak dan lagu dilakukan secara massal. Hal ini membuat anak menjadi terbiasa untuk bisa beradaptasi dengan lingkungannya, dan meningkatkan kemampuan bersosialisasi.
4. Karena untuk melakukan gerak dan lagu anak-anak harus berbaris rapi, mengikuti instruksi guru, dan gerakan-gerakan antara satu anak dengan anak yang lain di dalam gerak dan lagu bersesuaian, maka anak-anak pun terlatih untuk bisa disiplin.

---

<sup>16</sup> P2PNFI. *Penerapan Gerak dan Lagu*. Jaya Giri Lembang 2005, hlm. .102

5. Karena gerak dan lagu adalah salah satu bagian dari olahraga atau senam, maka manfaatnya pun hampir seragam. Misalnya untuk menstabilkan dan menambah kekebalan tubuh, menyehatkan badan, membuat anak berpikir lebih jernih, menghindarkan kemalasan, melatih sportifitas, dan lain-lain.

### C. Anak Usia Dini

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan.<sup>17</sup> Anak usia dini juga adalah anak yang masih berada dalam masa-masa bermain. Masa ini anak baru belajar mengenal dunia yang masih luas selain lingkungan keluarganya.<sup>18</sup> Karena anak usia dini memiliki rentang usia yang sangat berharga dibandingkan dengan usia-usia selanjutnya karena perkembangan kecerdasannya sangat luar biasa.<sup>19</sup> Usia ini sering disebut “usia emas” (*the golden age*) yang hanya datang sekali dan tidak dapat diulangi lagi, yang sangat menentukan untuk mengembangkan kualitas manusia. Periode ini hanya berlangsung pada saat anak dalam kandungan hingga usia dini, yaitu 0-6 tahun. Namun, masa bayi dalam kandungan hingga lahir, sampai usia 4 (empat) tahun adalah masa-masa yang paling menentukan.

Keith Osborn, Burton L. White dan Beyamin S. Bloom dalam Diana, berdasarkan hasil penelitian mereka mengemukakan bahwa perkembangan intelektual anak terjadi sangat pesat pada tahun-tahun awal kehidupan anak. Sekitar 50% variabilitas kecerdasan orang dewasa sudah terjadi ketika anak berusia 4 tahun. Peningkatan 30% berikutnya terjadi pada usia 8 tahun, dan 20% sisanya pada pertengahan atau akhir dasawarsa kedua.<sup>20</sup>

<sup>17</sup> Isjoni, *Model Pembelajaran Anak Usia Dini* (Bandung : Alfabeta, 2010), hlm. . 24.

<sup>18</sup> Jasa unggul Mulyawan, *manajemen Play Group dan taman kanak-kanak*, (Jogjakarta: Diva Pres, 2009), hlm. 23

<sup>19</sup> E. Mulyasa, *Manajemen PAUD* (Jakarta : PT Remaja Rosda Karya, 2012), hlm. 16.

<sup>20</sup> Diana Mutiah, *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*, hlm. 2.

Oleh karena itu, kunci pembentukan kecerdasan otak anak adalah pada usia dini atau priode emas ini. Berkaitan dengan priode emas sebagai kunci pembentukan kecerdasan anak tersebut, ini berarti kemampuan intelektual seseorang yang telah dewasa dipengaruhi di masa anak-anak di mana ia distimulasi dengan hal-hal yang ia ketemui di waktu kecilnya.

Sedangkan dari aspek umur menurut Soemiarti, anak usia dini ialah mereka yang berusia antara 3-6 tahun. Di Indonesia umumnya mereka mengikuti program Tempat Penitipan Anak (3 bulan – 5 tahun), dan kelompok bermain (usia 3 tahun), sedangkan pada usia 4-6 tahun biasanya mereka mengikuti program Taman Kanak-kanak.<sup>21</sup>

Dalam pandangan agama setiap anak usia dini ialah anak yang dilahirkan dalam keadaan fitrah (suci), seperti sebuah kertas putih yang polos dan bersih. Ia tidak mempunyai dosa dan kesalahan serta keburukan yang membuat kertas itu menjadi hitam. Namun, karena cara mendidik orang tuanya, karakter anak bisa berwarna-warni, berperangai buruk, tidak taat kepada kedua orang tuanya, tidak mau berbakti kepada Tuhan YME, dan sebagainya. Ini sesuai dengan Firman Allah SWT, QS. Ar-Rum ayat 30

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخُلُقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ  
وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ()

Artinya : “ Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”. (QS. Ar-Rum, 30)<sup>22</sup>

<sup>21</sup> Soemiarti Patmonodewo, *Pendidikan Anak Prasekolah* (Jakarta : Rineka Cipta, 2008), hlm. 19.

<sup>22</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, 2002, hlm. 407.

Ayat di atas mengidentifikasikan bahwa seorang anak atau makhluk Tuhan yang dilahirkan membawa potensi dengan fitrah Allah yaitu kesucian. Oleh sebab itu anak akan berkembang dan tumbuh dengan baik apabila konsep fitrah ini juga berkembang. Untuk membentuk dan mengembangkan fitrah tersebut adalah lingkungannya, baik itu keluarga ataupun masyarakat setempat. Sebagaimana sabda Rasulullah :

عن أبي هريرة رضي الله عنه كان يحدث قال النبي صلى الله عليه وسلم. مَا مَنَّمُ اللَّهُ إِلَّا يُؤَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ (رواه بخاري)

Artinya :*Tidaklah bayi yang dilahirkan kecuali dilahirkan dalam keadaan fitrah, ibu bapaknya lah yang meyahudikannya atau menasronikannya, atau memajusikannya.*(HR. Bukhori)<sup>23</sup>

Allah swt memang telah menciptakan semua makhluk-Nya ini berdasarkan fitrah-Nya. Tetapi fitrahnya untuk manusia yang dapat diartikan dengan potensi-potensi dasar manusia yang terkait dengan keyakinan yang meliputi nilai-nilai, sikap hidup dan kebutuhan untuk berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>24</sup> Berdasarkan fitrahnya ini kecakapan manusia dapat berkembang yang berupa nilai-nilai, sikap kehidupan dan kebutuhan ini berangkat dari hal kesucian sebagaimana yang telah dijelaskan dalam ayat dan hadist diatas.

Meskipun demikian, kalau potensi itu tidak dikembangkan, niscaya ia akan kurang bermakna dalam kehidupan. Oleh karena itu perlu dikembangkan dan pengembangan itu senantiasa dilakukan dalam usaha dan kegiatan pendidikan. Dengan pendidikan dan pengajaran, potensi itu dapat dikembangkan manusia, meskipun ia lahir dengan pembawaan yang dapat berkembang sendiri, namun perkembangan itu tidak akan maju kalau tidak melalui proses tertentu, yaitu

<sup>23</sup> Ahmad Muhammad Syakir, *Shahih Bukhori Jilid 1* (Bairut : Dar Al-Hadits, tt), hlm.338.

<sup>24</sup> E. Mulyasa, *Op.cit*, hlm.. 51.

proses pendidikan. Kewajiban pengembangan potensi itu merupakan beban dan tanggung jawab manusia terhadap Allah swt.<sup>25</sup>

Lebih lanjut Sunarto dan Agung Hartono, dalam buku *Perkembangan Peserta Didik*, menjelaskan bahwa anak usia dini adalah kelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, dalam arti memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan (koordinasi motorik halus dan kasar), intelegensi (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, dan kecerdasan spiritual), sosial emosional (sikap dan perilaku serta agama), bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak.<sup>26</sup>

Bukti-bukti sudah jelas bahwa seorang anak tidak dilahirkan dengan perlengkapan yang sudah sempurna. Dengan sendirinya pola-pola berjalan, berbicara, merasakan, berpikir, atau pembentukan pengalaman harus dipelajari. Barangkali tidak ada minat yang bersifat alami, tetapi dorongan-dorongan potensi tertentu atau impuls-impuls tertentu membentuk dasar-dasar dari minat apa saja yang dikembangkan anak di lingkungan tempat ia tumbuh dan berkembang.<sup>27</sup>

Selanjutnya ada 4 (empat) macam faktor yang mendorong kelanjutan perkembangan *motor skill* anak yang juga memungkinkan campur tangan orang tua dan guru dalam mengarahkannya yaitu :

- 1) pertumbuhan dan perkembangan sistem syaraf,
- 2) pertumbuhan otot-otot,
- 3) perkembangan dan pertumbuhan fungsi kelenjar endokrin,
- 4) perubahan struktur jasmani.

---

<sup>25</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*, 2011, hlm. 16-17.

<sup>26</sup> Sunarto dan Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2008), hlm. 3.

<sup>27</sup> A.G. Hughes dan E.H. Hughes, *Learning dan Teaching*, (Bandung: Nuansa, 2012), hlm. 29

Belajar keterampilan fisik (*motor learning*) dianggap telah terjadi dalam diri seseorang apabila ia telah memperoleh kemampuan dan keterampilan yang melibatkan penggunaan lengan (seperti menggambar dan berlari) secara baik dan benar. Untuk belajar memperoleh kemampuan keterampilan-keterampilan jasmani ini, ia tidak hanya cukup dengan latihan dan praktik. Tetapi juga memerlukan kegiatan *perceptual learning* (belajar berdasarkan pengamatan) atau kegiatan *sensory – motor learning* (belajar keterampilan indrawi-jasmani).<sup>28</sup>

Gerakan-gerakan organ tubuh anak juga menjadi lincah dan terarah seiring dengan munculnya keberanian mental. Namun, patut dicatat bahwa perkembangan kemampuan fisik anak itu kurang berarti dan tidak bisa meluas menjadi keterampilan-keterampilan psikomotorik yang berfaidah tanpa usaha pendidikan dan pengajaran.

Untuk itu faktor lingkungan bagi anak dapat merangsang potensi-potensi yang dimilikinya dan akan membawa perubahan-perubahan apa saja yang diinginkan dalam kebiasaan dan sikap-sikapnya. Jadi anak dibantu oleh orang tua, guru, dan orang dewasa lainnya untuk memanfaatkan kapasitas dan potensi yang dibawanya dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang diinginkan.

Untuk itu yang dimaksud anak usia dini disini adalah anak yang berusia 0-6 tahun yang berada dalam tahap tumbuh kembang sesuai dengan tahapan usianya yang membutuhkan rangsangan untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Masa inilah yang sangat menentukan bagi perkembangan dan pertumbuhan selanjutnya karena merupakan masa peka dan masa emas dalam kehidupan bagi setiap anak usia dini. Usia lahir sampai 6 tahun ini sekaligus merupakan masa kritis dalam tahapan kehidupan manusia yang akan menentukan perkembangan anak selanjutnya.

---

<sup>28</sup>*Ibid.*, hlm. 62-63.

Masa usia dini inilah yang tepat untuk meletakkan dasar pengembangan anak baik dari segi kemampuan untuk mengesplor bakat dan kreatifitasnya anak.

Dalam teorinya suryadi mengatakan bahwa Motorik adalah meningkatnya pengkoordinasian gerak tubuh yang melibatkan kelompok otot dan saraf kecil lainnya. Motorik halus juga merupakan keterampilan yang menggunakan media dengan koordinasi antara mata dan tangan.

Melalui Pembelajaran gerak lagu/tari perlu dilakukan karena dapat meningkatkan pertumbuhan fisik, motorik, mental, estetika. Hal ini ditunjukkan dengan perkembangan motorik anak dalam gerak-gerak bebas menari. Kegiatan ini memberikan kesempatan fisik untuk tumbuh sempurna dan secara langsung mental juga berkembang, karena kegiatan melakukan gerak-gerak tari pasti melibatkan kesadaran estetik dan emosi. Masih banyak lagi manfaat lain yang didapat dalam pembelajaran tari/gerak lagu yang kesemuanya itu mengarah pencapaian pembentukan kepribadian anak.

Beberapa hal penting dalam mempelajari keterampilan motorik menurut Hurlock meliputi:<sup>29</sup>

1. Kesiapan belajar
2. Kesempatan belajar
3. Kesempatan berpraktek
4. Model yang baik
5. Bimbingan
6. Motivasi
7. Setiap keterampilan motorik harus dipelajari secara individu
8. Keterampilan sebaiknya dipelajari satu persatu

Dari uraian di atas maka secara hipotesis dapat dinyatakan bahwa implementasi metode gerak dan lagu ini dapat menumbuhkan perkembangan motorik anak usia dini. Hipotesis Tindakan :Jika gerak dan lagu ini diterapkan sesuai dengan teknik bermain yang benar dan berdasarkan pada aspek perkembangan anak maka perkembangan motorik anak akan berkembang dengan optimal.

---

<sup>29</sup> Hurlock, Elizabeth B. *Op.cit.* hlm. .178

### C. Kesimpulan

Implementasi metode gerak dan lagu ini dapat menumbuhkan perkembangan motorik anak usia dini. Hipotesis Tindakan :Jika gerak dan lagu ini diterapkan sesuai dengan teknik bermain yang benar dan berdasarkan pada aspek perkembangan anak maka perkembangan motorik anak akan berkembang dengan optimal.

Melalui Pembelajaran gerak lagu/tari perlu dilakukan karena dapat meningkatkan pertumbuhan fisik, motorik, mental, estetika. Hal ini ditunjukkan dengan perkembangan motorik anak dalam gerak-gerak bebas menari. Kegiatan ini memberikan kesempatan fisik untuk tumbuh sempurna dan secara langsung mental juga berkembang, karena kegiatan melakukan gerak-gerak tari pasti melibatkan kesadaran estetik dan emosi. Masih banyak lagi manfaat lain yang didapat dalam pembelajaran tari/gerak lagu yang kesemuanya itu mengarah pencapaian pembentukan kepribadian anak.

Gerakan-gerakan organ tubuh anak juga menjadi lincah dan terarah seiring dengan munculnya keberanian mental. Namun, patut dicatat bahwa perkembangan kemampuan fisik anak itu kurang berarti dan tidak bisa meluas menjadi keterampilan-keterampilan psikomotorik yang bermanfaat tanpa usaha pendidikan dan pengajaran.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, Al Quran dan Terjemahannya. Jakarta : Depag RI, 2009.
- A.G. Hughes dan E.H. Hughes, *Learning dan Teaching*, Bandung, Nuansa, 2012.
- Ahmad Muhammad Syakir, *Shahih Bukhori Jilid 1*. Bairut : Dar Al-Hadits, tt
- Anita Yus, *Model pendidialn Anak usia din.* , Jakarta : Kencana, 2011.
- Basrowidan Suwandi, *Prosedur Penelitian Tindakan Kelas*, Bogor: Ghalia Indonesia, 2008.

- E. Mulyasa, *Manajemen PAUD* Jakarta : PT Remaja RosdaKarya, 2012.
- Ekawarna, *PenelitianTindakanKelas*, Jakarta: Referensi, 2013.
- Hurlock, Elizabeth B, *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga, 2001.
- IGAK, Wardani, *PenelitianTindakanKelas*, Jakarta: Universitas Terbuka, 2010.
- Isjoni, *Model Pembelajaran Anak Usia Dini*. Bandung :Alfabeta, 2010.
- Jasa unggul Mulyawan, *manajemen Play Group dan taman kanak-kanak*, Jogjakarta: Diva, 2009.
- Martinis Yamin, dan Jamilah Sabri Sanan, *Panduan Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: GP Press, 2010.
- Monks, F. J dan Knoers, A. M. P dan Haditono, Siti R. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2001.
- Mukhtar dkk, *Oreantasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Kencana, 2013
- Nana Widhianawati, *Pengaruh pembelajaran gerak dan lagu Dalam meningkatkan kecerdasan musikal dan Kecerdasan kinesteti kanak usia dini (Studi Eksperimen Kuasi Pada Anak Kelompok Bermain diri SKB*. Sumedang : Privat, 2012.
- Novan Ardi Wiyani, *Manajemen PAUD Bermutu*. Jogjakarta: Gava Media, 2015.
- Novan Ardi, Wiyani *Manajemen PAUD Bermutu*, Yogyakarta : Gava Media, 2001.
- SoemiartiPatmonodewo, *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta : Rineka Cipta, 2008.
- Sunarto danAgung Hartono, (2008), *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta : Rineka Cipta, 2008.
- Suryadi, *Educatif Yang mencerdaskan*. Yogyakarta: Power Boox Pibishing, 2009.
- Trianto, *Panduan Lengkap Penelitian Tindakan Kelas Classroom Action Research;Teori&Praktik*, cet.ke-3. Jakarta: PrestasiP ustakarya, 2012.
- Yusuf, S, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005
- Zakiah Daradjat, *Ilmu Pendidikan Islam*. Badung : Al Maarif, 2011.

