

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Pembelajaran Berbasis Gerak Irama**

##### **1. Definisi Pembelajaran Berbasis Gerak Irama.**

Belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku melalui pendidikan lebih khusus melalui prosedur latihan. Perubahan tersebut berangsur-angsur dimulai dari sesuatu yang tidak dikenalnya untuk kemudian dikuasai atau dimilikinya dan dapat digunakan sampai pada suatu saat untuk dievaluasi oleh yang menjalani proses belajar tersebut.<sup>31</sup>

Belajar selalu mempunyai tujuan, tujuan tersebut yakni mengadakan perubahan tingkah laku dan perbuatan. Perubahan tersebut dimaksudkan dalam segi kecakapan, keterampilan, kebiasaan, sikap, pengertian, pengetahuan, penerimaan dan penghargaan. Perubahan yang terjadi sebagai hasil belajar haruslah mempunyai corak yang positif, artinya perubahan tersebut mengarah pada taraf kedewasaan. Agar perubahan tersebut dapat memunculkan tingkah laku yang positif maka diperlukan adanya kontrol terhadap subjek belajar, sehingga nampaklah perubahan-perubahan yang semakin membuat anak menjadi lebih dewasa, sesuai dengan norma-norma hidup bermasyarakat

---

<sup>31</sup> Mahfudh Solahudin, *Pengantar Psikologi Pendidikan*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1990), 29

Perubahan tingkah laku dari hasil belajar harus dibedakan dengan kegiatan-kegiatan lain selain belajar. Pertama, belajar dibedakan dengan kematangan. Kematangan adalah sesuatu yang dialami oleh manusia karena perkembangan-perkembangan bawaan. Kematangan pada umumnya ditandai oleh adanya perubahan-perubahan yang bersifat fisik maupun psikis, misalnya dari belum dapat berjalan pada umur tertentu menjadi bisa berjalan pada umur selanjutnya, yang terjadi akibat kematangan individu. Kematangan ini dapat terjadi tanpa melalui aktivitas belajar. Berbeda dengan belajar, ia adalah suatu proses yang disengaja dan dilakukan secara sadar, dirancang sebagai akibat interaksi antara individu dengan lingkungannya.

Kedua belajar bukanlah perubahan fisik dan mental, belajar adalah proses perubahan tingkah laku yang disengaja, perubahan tersebut bisa berupa dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mengerti menjadi mengerti, bukan perubahan-perubahan fisik dari kecil menjadi besar, dari kurus menjadi gemuk. Ketiga, hasil belajar relatif menetap dan tidak berubah-ubah, artinya jika perubahan yang terjadi pada individu sifatnya relatif tidak menetap, maka tidak dapat disebut sebagai belajar.<sup>32</sup> Karena belajar merupakan aktivitas untuk merubah tingkah laku individu, maka yang perlu diperhatikan dalam kegiatan pembelajaran adalah proses pembelajaran, hal itu mengharapkan adanya kegiatan yang dilakukan secara aktif oleh siswa sebagai subyek belajar yang pada akhirnya dapat mengubah tingkah laku siswa.

---

<sup>32</sup> Ali Imron, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Dunia Pustaka Jaya, 1996), 16

Pandangan tersebut memberikan asumsi bahwa dalam sebuah pembelajaran guru harus memandang siswa sebagai subyek belajar yang mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dan mempunyai keunikan individual yang berbeda-beda pula, artinya tidak ada dua orang siswa yang mempunyai kepribadian yang sama, baik dalam karakter fisik, psikis maupun kepribadiannya. Perbedaan tersebut akan berpengaruh terhadap cara dan hasil belajar siswa, untuk itu guru perlu menggunakan media pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan siswa yang dapat memenuhi kebutuhan setiap peserta didik yakni melalui pembelajaran berbasis gerak irama.

Pembelajaran yang berbasis gerak dan irama adalah pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkan pengalaman-pengalaman belajar bagi peserta didik melalui pola gerak dan irama sesuai dengan perkembangan fisik, emosi, sosial dan intelektual siswa.

Gerak irama merupakan suatu ilmu (*science*), karena disusun secara sistematis, terarah dan berguna bagi kepentingan manusia. Ilmu gerak irama sebagai ilmu terapan bagi seorang guru untuk menyusun dan merancang program pembelajaran di dalam maupun di luar kelas sebagai wahana dalam mengatasi kesulitan-kesulitan belajar peserta didik. Kemampuan menyusun program pembelajaran yang berbasis gerak irama tersebut sebagai bukti profesionalisme yang dimiliki oleh seorang guru.

Pandangan tersebut, menjadikan ilmu gerak irama sangat diperlukan bagi setiap guru karena pembelajaran berpola gerak dan irama dapat

membantu perkembangan fisik dan pola gerak keseluruhan kehidupan peserta didik yang mempunyai kesulitan-kesulitan berkaitan dengan kemampuan bersosialisasi, mengatur emosi diri, meningkatkan daya fikir dalam penguasaan materi belajar di sekolah.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis gerak irama merupakan pembelajaran yang memperhatikan keberadaan dan kebutuhan peserta didik dalam upaya mengembangkan dan menumbuhkan pengalaman-pengalaman belajar melalui pola gerak dan irama sesuai dengan perkembangan fisik, emosi, sosial dan intelektual setiap peserta didik.

## **2. Latar Belakang Digunakannya Gerak Irama Dalam Pembelajaran**

Fungsi gerak irama dalam pembelajaran merupakan instrumen yang sangat penting, gerak irama yang perlu dipelajari merupakan suatu bentuk gabungan antara alur gerak dan irama dari tubuh seseorang yang secara alamiah telah dibawa sejak dalam kandungan hingga usia tua.<sup>33</sup>

Ilmu gerak irama dapat digunakan oleh guru kelas dalam menjebatani kesulitan-kesulitan yang dialami oleh peserta didik dalam penguasaan materi yang diajarkan melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif berkaitan dengan pola gerak dan olah tubuh yang banyak memberikan manfaat secara fisik maupun kejiwaan.

---

<sup>33</sup> Bandi, *Program*, 7

Alasan utama mengapa gerak irama dipakai sebagai salah satu pendekatan di sekolah, adalah berdasarkan tujuan utama munculnya gerak irama dan asumsi yang menyatakan bahwa pola gerak irama mempunyai kepentingan dalam mengembangkan potensi dan kemampuan setiap peserta didik untuk mencapai kompetensi dirinya secara bulat dan utuh. Hal itu dikarenakan bahwa:

- a. Gerak irama sudah dilakukan sejak seorang anak dilahirkan. Gerak yang dilakukan secara berirama dari seorang anak merupakan bentuk penyampaian keinginan dirinya untuk memenuhi naluri fisik
- b. Gerak dan irama merupakan media interaksi sosial. Bagi seorang anak gerakan yang dilakukan sebagai interaksi dirinya dengan lingkungannya dan sebagai wujud penyaluran hasrat keinginan dirinya yang terus berkembang sesuai dengan usianya
- c. Gerakan-gerakan berirama akan dapat terjadi oleh faktor-faktor interaksi sosial
- d. Gerak irama dapat dimunculkan oleh faktor-faktor emosi pribadi seseorang
- e. Gerak irama sangat diperlukan bagi daya nalar atau intelektual seseorang.

Dapat dikatakan bahwa ilmu gerak irama dapat dipakai sebagai wahana guru kelas dalam mengatasi kesulitan dengan pola gerak dan olah tubuh secara alami. Oleh karenanya gerak irama merupakan:

- a. Alat bagi perkembangan fisik, emosi, dan daya nalar
- b. Alat yang digunakan pada saat pembelajaran tidak berjalan dengan baik
- c. Kegiatan yang dapat menyatukan secara sistematis dalam seluruh kegiatan pembelajaran, tidak hanya bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar.
- d. Alat belajar yang mampu mengembalikan potensi siswa, mengatasi kesulitan siswa, serta memberikan pengalaman-pengalaman baru peserta didik.<sup>34</sup>

Agar mampu menghasilkan gerak yang bernilai tinggi, seorang guru harus mampu menunjukkan hasil kerja dirinya berupa perencanaan pengajaran berlandaskan kompetensi yang dimiliki setiap peserta didiknya. Untuk menyusun program pembelajaran dan pelaksanaannya sampai dengan evaluasi akhir, diperlukan kiat-kiat sebagai berikut:

- a. Guru harus dapat memberikan kesempatan yang cukup bagi siswa untuk menguasai materi pembelajaran
- b. Adanya usaha dari seorang guru untuk dapat mengatasi permasalahan yang muncul pada saat belajar mengajar berlangsung
- c. Guru harus mampu menyajikan program kegiatan yang mengarah pada pertumbuhan fisik sekaligus penguasaan materi
- d. Guru harus mampu berinteraksi dengan peserta didik maupun dengan orang tua siswa
- e. Guru harus mampu melihat bakat peserta didik.

---

<sup>34</sup> Ibid, 11

### 3. Sejarah Perkembangan Gerak

Awal mula terjadinya gerak sangat sulit diteliti, salah satu sebabnya karena manusia mempunyai keterbatasan untuk mengetahui permulaan dilakukannya gerak. Manusia sebagai makhluk Tuhan yang paling sempurna akan melakukan gerak yang sangat kompleks karena dipengaruhi unsur-unsur budaya, aturan-aturan atau hukum tertentu.

Studi tentang gerak manusia (*Human movement*) tidak terlepas dengan ilmu gerak, kinesiologi, performance manusia, pendidikan jasmani, dan *body movement*. Perilaku gerak (*motor behavior*) merupakan sub disiplin yang menekankan pada investigasi mengenai prinsip-prinsip perilaku manusia. Perilaku gerak dibagi kedalam tiga bagian yaitu:

a. Teori gerak (*motor control*)

Teori gerak (*motor control*) adalah studi mengenai faktor-faktor fungsi syaraf yang mempengaruhi gerak manusia. Sistem syaraf merupakan bagian penting dalam memproduksi gerak manusia, sebab sel-sel syaraf merangsang otot untuk memproduksi gerak manusia.

b. Belajar gerak (*motor learning*)

Belajar gerak merupakan studi tentang keterampilan untuk memperoleh dan menyempurnakan gerakan. Belajar gerak sangat dipengaruhi oleh berbagai bentuk latihan, pengalaman dan situasi belajar manusia, untuk dapat melakukannya diperlukan adanya kontrol perhatian (atensi), dan pemusatan perhatian atau konsentrasi.

c. Perkembangan gerak (*motor development*)

Perkembangan gerak merupakan sebuah perubahan dalam perilaku gerak yang mampu merefleksikan adanya interaksi dengan kematangan organisme seseorang dengan lingkungannya. Perkembangan gerak akan merubah kompetensi gerak manusia yang diawali sejak masa bayi hingga dewasa yang melibatkan berbagai aspek perilaku seseorang, proses perkembangan tersebut akan terjadi secara terus menerus dan berhenti pada saat kematian.

Perkembangan gerak sangat bersifat spesifik, setiap individu mempunyai gerak yang berbeda dengan individu lain, karena dipengaruhi oleh kemampuan kognitif, kemampuan afektif, faktor lingkungan dan faktor biologis dari individu yang bersangkutan.<sup>35</sup>

#### **4. Hubungan Gerak Dan Irama**

Segala sesuatu yang ada di dunia ini mempunyai gerakan. Gerak adalah peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali maupun berulang-ulang dikarenakan adanya dorongan dari batin maupun perasaan.<sup>36</sup> Gerakan merupakan signifikansi dari kehidupan, dan hukum gerak adalah irama. Adanya irama disebabkan oleh susunan peristiwa yang terjadi berulang kali..

---

<sup>35</sup> Bandi, *Program*, 20

<sup>36</sup> Tim Penyusun, *Kamus*, 356

Dalam kamus lengkap Bahasa Indonesia, irama adalah ritme, gerakan turun naik nada dalam lagu secara teratur, tempo atau ukuran waktu.<sup>37</sup> Sedangkan definisi irama menurut **Inayat Khan**, Irama adalah Kehidupan yang disembunyikan dalam gerakan dan dalam setiap persembunyian kita tampak menarik perhatian manusia”.

Lebih lanjut ia mengatakan bahwa Orang yang tidak memiliki irama secara fisik, ia tidak bisa berjalan dengan baik, ia sering tersandung napas, ucapan, langkah, semuanya memiliki irama.<sup>38</sup>

Sehingga dapat dikatakan bahwa irama merupakan suatu kenyataan dari pengalaman manusia yang terjadinya berlawanan dengan akal budi manusia itu sendiri. Irama berada pada tingkat pengamatan, karena berada pada tingkat pengamatan yang merupakan susunan dari tanggapan perasaan, maka irama tersebut akan berarti bagi diri seseorang yang melakukan pengamatan tersebut.

Dari hasil pantauan pengamatan terhadap irama, maka dikenal ciri dari irama, yaitu:

- a. Irama berkaitan dengan pendengaran manusia (*auditory*) dan susunan peristiwa yang mempunyai ukuran waktu yang disebut dengan bunyi atau suara

---

<sup>37</sup> Sulchan Yasyin, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Amanah, 1997), 227

<sup>38</sup> Hazrat Inayat Khan, *Dimensi Mistik Musik dan Bunyi*, (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002), 88

- b. Irama berkaitan dengan penglihatan (*visually*) terdiri atas susunan peristiwa ruang.
- c. Irama berkaitan dengan pengamatan (*perceptive*) disebut susunan peristiwa yang berkaitan dengan gerak tubuh manusia.<sup>39</sup>

Dalam kehidupan ini terdapat hubungan yang saling tarik menarik antara manusia dengan irama, sehingga menimbulkan ketegangan-ketegangan yang menjadikan tantangan bagi manusia untuk melakukan suatu gerakan. Gerakan dapat terjadi secara spontan maupun secara sadar, gerak yang terjadi secara sadar di stimulasi oleh rangsangan, rangsangan tersebut diteruskan ke otak melalui syaraf sensoris kemudian otak mengolahnya dan dikembalikan ke syaraf gerak tubuh sebagai alat gerak tubuh sehingga alat gerak tubuh berupa otot-otot melakukan gerakan yang diinginkan dari hasil rangsangan.

Sedangkan gerak reflek terjadi secara spontan, alurnya dimulai dari adanya rangsangan, selanjutnya rangsangan tersebut diteruskan ke sumsum tulang belakang sebagai pusat syaraf sensoris, setelah melalui syaraf motorik, rangsangan tersebut dilanjutkan ke efektor dan terjadilah gerak reflek.

Dalam dunia pendidikan, lingkungan sekolah yang memungkinkan terwujudnya banyak gerakan yang teratur dan berirama sangat berarti bagi kelancaran proses pendidikan di sekolah.

---

<sup>39</sup> Bandi, *Program*, 34

## 5. Pola Gerak Irama Dalam Pembelajaran

Esensi dalam pola gerak adalah kreativitas yang diperoleh peserta didik, kreativitas diperlukan dalam pembelajaran yang bermuatan gerak, jika kita kaji tentang struktur anatomi tubuh, ternyata anggota tubuh mempunyai struktur yang berbeda-beda dalam melakukan gerakan, terdapat lima bentuk dasar gerak, yaitu: panjang, lebar, bulat, membelit dan berputar. Mengenai kemungkinan gerak yang polanya bersifat panjang dimaksudkan agar anggota tubuh dapat digerakkan secara seimbang dengan tulang punggung atau tinggi kepala seseorang. Pada bentuk lebar menekankan terhadap anggota badan di bagian atas dan bawah, misalnya merentangkan tangan ataupun kaki. Kemungkinan gerak dengan bentuk bulat dimaksudkan bahwa seseorang melakukan gerak dalam upaya mempertemukan kedua ujung tubuh yang dimilikinya, sehingga bentuk tulang punggung berbentuk melengkung. Sedangkan pada gerakan yang berbentuk membelit atau berputar dapat terjadi manakala dua anggota tubuh bergerak saling berlawanan.

Agar pola gerak tersusun secara sistematis, efisien dan bersifat menyeluruh, maka dalam menyusun pola gerak harus berpedoman pada *skill themes* atau dasar-dasar ketrampilan gerak dan *movement concept* atau konsep gerak. Dasar-dasar ketrampilan gerak tersebut adalah:

a. Gerak Dasar (*locomotor Skill*)

Aktivitas gerak ini merupakan aktivitas jasmani dengan melakukan perpindahan kaki dari tempat berpijak ke tempat yang lain.<sup>40</sup> Bentuk gerak dasar yang dapat digunakan dalam pembelajaran yang bermuatan pola gerak irama yaitu: jalan, lari, loncat, loncat jangkit, lompat dengan variasi tolakan dan gerakan mendarat, memantul, mengoper, berputar, bergeser, mengangkat, melempar, mengerut, mengejar, meluncur, dan sebagainya.

b. Gerak manipulatif (*manipulative skill*)

Gerak manipulatif merupakan gerakan yang memerlukan koordinasi dengan ruang dan benda yang ada di sekitarnya. Yang termasuk gerak manipulatif adalah: melempar, menangkap, menendang, memukul, memantul-mantulkan, melambungkan, memukul dengan raket dan memukul dengan alat.

c. Gerak Non Manipulatif (*Non Manipulative skill*)

Gerak non manipulatif adalah gerak yang dilakukan tanpa menggunakan alat dan dapat berpindah tempat. Keterampilan gerak ini disebut juga dengan keterampilan meliukkan badan dan termasuk keterampilan yang sedikit sekali melakukan gerakan, bahkan terlihat tidak bergerak dikarenakan tidak meninggalkan tempat berpijak. Yang termasuk gerak non manipulatif adalah: membelok, berputar, mengguling, mengatur

---

<sup>40</sup> Sukintaka, *Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan Teori Pendidikan Jasmani*, (Bandung: Nuansa, 2004), 43

keseimbangan tubuh, berpindah tempat, melompat dan mendarat serta mengerut. Adapun dasar-dasar ketrampilan gerak dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 2.1**  
**Tabel Dasar-Dasar Ketrampilan Gerak (*Skill Themes*)**

<b>Locomotor Skill</b>	<b>Manipulative skill</b>	<b>Non Manipulative Skill</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jalan</li> <li>- Lari</li> <li>- Meloncat dengan alat</li> <li>- Melocat-loncat</li> <li>- Meloncat ke samping</li> <li>- Mengejar</li> <li>- Meluncur</li> <li>- Lari-lari kecil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melempar</li> <li>- Menangkap</li> <li>- Menendang</li> <li>- Memantulkan bola</li> <li>- Melambungkan bola</li> <li>- Memukul dengan raket</li> <li>- Memukul dengan alat pemukul kayu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membelok</li> <li>- Berputar</li> <li>- Mengguling</li> <li>- Keseimbangan tubuh</li> <li>- Memindahkan berat tubuh</li> <li>- Melompat kemudian mendarat</li> <li>- Mengulurkan otot, misalnya : merentangkan kedua tangan lurus ke samping sejajar pundak</li> <li>- Mengerutkan otot perut, misalnya: sit-up</li> </ul>

Penggunaan *movement concept* berkaitan dengan *skill themes* dikarenakan efektifitas penggunaan ketrampilan yang dimiliki ditentukan oleh *skill themes* dan *movement concept*. Terdapat tiga kategori dalam konsep gerak yaitu, ruang gerak tubuh, hubungan gerak dengan tenaga dan hubungan gerak dengan lingkungan.<sup>41</sup> Adapun konsep-konsep gerak dapat dilihat pada tabel di bawah ini

---

<sup>41</sup> Bandi, *Program*, 59

**Tabel 2.2**  
**Tabel Konsep Gerak (*Movement Concept*)**

<b>Ruang gerak tubuh atau dimana tubuh digerakkan</b>	<b>Bagaimana tubuh digerakkan (hubungannya dengan tenaga)</b>	<b>Hubungan gerak (Relationship)</b>
<p><b>Lokasi:</b> tempat khusus atau tempat umum.</p> <p><b>Arah gerak:</b> ke atas atau ke bawah, ke depan atau ke belakang, ke kiri atau ke kanan.</p> <p><b>Tingkat gerak:</b> rendah, sedang, atau berat</p> <p><b>Jalur:</b> lurus atau berkelok-kelok</p> <p><b>Keadaan gerak:</b> pendek, jauh atau dekat</p>	<p><b>Waktu:</b> cepat atau lambat, tiba-tiba atau teratur</p> <p><b>Tenaga yang dipergunakan:</b> sepenuhnya atau dengan cukup ringan.</p> <p><b>Arah:</b> gerakannya diarahkan atau dilakukan dengan bebas</p>	<p><b>Bagian tubuh:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Melengkung atau bulat</li> <li>- Menyempit</li> <li>- Meluas atau melebar</li> <li>- Memutar</li> <li>- Sejajar atau berlawanan arah dengan tubuh</li> </ul> <p><b>Dengan memakai alat atau orang:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atas atau bawah</li> <li>- Dekat atau jauh</li> <li>- Di depan atau di belakang</li> <li>- Menyeluruh atau sebagian</li> <li>- Disatukan atau dipisahkan</li> <li>- Menyeluruh tubuh</li> <li>- Berputar atau sepanjang sisi tubuh</li> <li>- Memimpin atau mengikuti</li> <li>- Menirukan atau mengaca</li> <li>- Sendirian atau berpasangan</li> <li>- Searah atau berlawanan.</li> </ul> <p><b>Dengan menyertakan orang lain:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sendirian dalam kelompoknya</li> <li>- Sendirian tanpa teman</li> <li>- Berteman atau berpasangan</li> <li>- Dalam kelompok</li> <li>- Berada dalam kelompok regu</li> </ul>

## 6. Penyusunan Pola Gerak Irama Dalam Pembelajaran.

Setiap usaha ke arah realisasi pembinaan peserta didik yang memanfaatkan pola gerak dan irama dalam pembelajaran gerak yang

diterapkan di sekolah, hendaknya penerapan gerak irama dapat memberikan arah pada gerakan dasar yaitu *locomotor skill*, *manipulative skill*, dan *non manipulative skill*. Untuk itu perlu ditetapkan tujuan pembelajaran yang bersifat kurikuler maupun tujuan instruksional khusus. Tujuan pembelajaran yang bersifat kurikuler adalah:

- a. Memperoleh landasan ketrampilan gerak sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari
- b. Menambah wawasan pengetahuan terhadap elemen-elemen gerak, seperti ruang, waktu dan tenaga yang diperlukan.
- c. Dapat mengenal bagian tubuh serta menyadari fungsi gerak dari setiap anggota tubuh
- d. Membiasakan siswa untuk mendengar, menemukan masalah-masalah gerak sederhana, kemudian memikirkan serta menemukan solusi pemecahannya
- e. Meningkatkan disiplin diri, tanggung jawab dan keberanian untuk mengambil inisiatif
- f. Meningkatkan daya kreatifitas
- g. Belajar bekerjasama dan saling menghargai orang lain

Tujuan instruksional umum tersebut dijabarkan ke dalam TIK yang meliputi:

- a. Meneliti, menjelajahi potensi gerak tubuh
- b. Mengembangkan kemampuan gerak dasar

- c. Memperoleh pengalaman yang diperoleh dari gerak yang dilakukan
- d. Mampu mengungkapkan kreatifitas

Tahap akhir dari pembelajaran yang berbasis gerak irama adalah mengadakan evaluasi terhadap Tujuan Instruksional Umum (TIU) pembelajaran dan Tujuan Instruksional Khusus (TIK). Evaluasi tersebut bertujuan untuk mengetahui pencapaian keberhasilan pembelajaran yang berbasis gerak irama.

Evaluasi keberhasilan dari pelaksanaan pembelajaran yang berbasis gerak irama dapat dilihat dari hasil tes perbuatan yang lebih ditujukan terhadap domain psikomotorik, dikarenakan TIK pembelajaran berbasis gerak irama adalah menggunakan TIK psikomotor.

## **B. Perkembangan Psikomotorik**

### **1. Definisi Perkembangan Psikomotorik**

Perkembangan adalah suatu perubahan yang bersifat kualitatif, artinya, perubahan ini tidak dapat diukur dengan inci, centimeter, gram atau kilogram. Perkembangan individu merupakan suatu proses yang dinamis dan menuju ke suatu progres, tidak dapat diulang dan bersifat kekal.<sup>42</sup> Perkembangan lebih menekankan pada segi fungsional yang kualitatif. Fungsi kepribadian manusia berhubungan dengan aspek jasmaniah seperti fungsi motorik pada bagian tubuh, fungsi sensoris pada alat-alat indra, fungsi neurotik pada system saraf,

---

<sup>42</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi*, 1

fungsi seksual pada bagian-bagian tubuh yang erotis, fungsi pernafasan pada alat pernafasan, fungsi peredaran darah pada jantung dan urat-urat nadi, fungsi pencernaan makanan pada alat pencernaan makanan, dan aspek kejiwaan yang berhubungan dengan fungsi perhatian, fungsi pengamatan, fungsi tangapan, fungsi ingatan, fungsi fantasi, fungsi pikiran, fungsi perasaan serta fungsi kemauan. Perkembangan tersebut bisa disebabkan oleh adanya pertumbuhan dan belajar.

Psikomotorik adalah berhubungan atau mengarah kepada akibat-akibat motor dari proses mental (kerja otak).<sup>43</sup> Kemampuan motorik berasal dari bahas Inggris yaitu *motor ability*, dalam *Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan Teori Pendidikan Jasmani* Kephart, mendefinisikan bahwa *motor* adalah gerak dari dorongan dalam (internal) yang diarahkan kepada beberapa maksud lahiriah (external) dengan ujud ketrampilan rendah<sup>44</sup>

Perkembangan keterampilan motorik (*motor skill*) ini merupakan keterampilan yang dimiliki seseorang untuk mampu melakukan suatu rangkaian gerakan jasmaniah dalam urutan tertentu, dengan mengadakan koordinasi antara gerak berbagai anggota badan secara terpadu. Keterampilan semacam ini melibatkan kekuatan otot, urat syaraf, dan persendian manusia.

Ciri khas dari keterampilan motorik adalah otomatisme, yaitu rangkaian gerak-gerak yang berlangsung secara teratur dan berjalan lancar

---

<sup>43</sup> James, *Kamus*, 381

<sup>44</sup> Sukintaka, *Filosofi*, 77

tanpa dibutuhkan banyak refleksi atau berfikir terhadap apa yang harus dilakukan dan mengapa harus mengikuti suatu gerakan.

Keterampilan motorik memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia, seorang anak yang memiliki keterampilan motorik sempurna, ia mampu merawat dirinya sendiri dan bergerak secara efektif dan efisien, misalnya seorang anak kecil yang belajar berjalan tegak, menaiki tangga, memegang dan mengambil benda dan sebagainya. Berkembangnya kemampuan motorik tersebut didapatkan dari hasil belajar dan latihan. Dengan belajar dan latihan tersebut akan membuat fungsi otot dan persendian menjadi lebih kuat.

Dari penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan perkembangan psikomotorik adalah perkembangan kepribadian manusia yang berhubungan dengan gerakan jasmaniah dan fungsi otot akibat adanya dorongan dari pemikiran, perasaan dan kemauan dari dalam diri seseorang.

## **2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan**

Perkembangan individu tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu hereditas dan lingkungan. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan tersebut mengacu pada teori-teori perkembangan diantaranya:

a. Teori Nativisme

Pendapat dari para ahli yang mengikuti teori ini beranggapan bahwa perkembangan manusia ditentukan oleh faktor yang berasal dari dalam individu tersebut yaitu faktor pembawaan. Menurut mereka, manusia lahir sudah dibekali sifat-sifat yang berbeda, sifat-sifat tersebut yang akan menentukan keadaan individu yang bersangkutan. Faktor keturunan memegang peranan yang sangat penting, baik atau tidaknya individu tersebut ditentukan oleh keturunan, hal ini mengandung konsekuensi pandangan bahwa pendidikan yang diberikan tidak berpengaruh untuk mengubah sifat-sifat individu sebelumnya.

b. Teori Empirisme

Teori ini menyatakan bahwa perkembangan seorang anak ditentukan oleh empirisnya atau pengalaman-pengalamannya. Pengalaman-pengalaman tersebut didapat dari lingkungan (*environment*) yang bersangkutan. Teori ini dianggap ikut mewarnai pendidikan, karena pendidikan bagian dari pengalaman yang didapat oleh individu. Oleh karena itu teori ini mempunyai pandangan yang optimis terhadap pendidikan bahwa pendidikan merupakan usaha yang cukup mampu untuk membentuk pribadi individu.

c. Teori Konvergensi

Teori ini merupakan gabungan dari dua teori diatas, teori ini menyatakan bahwa pembawaan dan lingkungan ikut mempengaruhi individu. Pada teori ini faktor hereditas bukanlah faktor yang mutlak menentukan irama perkembangan individu, sifat-sifat bawaan individu tersebut bisa diubah melalui pendidikan. Disini dapat difahami bahwa kepribadian seorang anak dapat berkembang dengan baik apabila diberikan pendidikan yang baik kepada individu tersebut serta didukung oleh bakat yang dibawa sejak lahir.<sup>45</sup>

**3. Prinsip Perkembangan Motorik**

a. Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf

Perkembangan motorik setiap individu berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh pertumbuhan pusat syaraf dan urat syaraf. Sistem syaraf diperlukan untuk menunjang terwujudnya keterampilan motorik, selain itu perkembangan motorik juga bergantung pada koordinasi yang baik antar otot.

Sistem syaraf tersebut akan berkembang selama tahun awal perkembangan individu, ketika usia 4-5 tahun pasca lahir, mereka dapat melakukan gerakan kasar yang melibatkan hampir semua bagian badan, akan tetapi setelah umur 5 tahun terjadi perkembangan yang besar dalam pengendalian koordinasi yang lebih baik yang melibatkan otot yang lebih

---

<sup>45</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi Umum*, cet.3, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), 197

kecil. Hal itu dikarenakan pada masa kanak-kanak otot berbelang (*stripped muscle*) yakni otot yang mengendalikan gerakan sukarela berkembang dalam laju yang agak lambat.

b. Belajar ketrampilan motorik bergantung pada kematangan anak

Upaya untuk mengajarkan dan melatih ketrampilan motorik tidak akan berhasil jika individu belum mencapai kematangan pada sistem syaraf dan otot.

Keterampilan motorik yang dilakukan ketika anak telah siap belajar hasilnya akan jauh lebih unggul daripada tanpa adanya kesiapan dari individu.

c. Perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan

Perkembangan motorik mengikuti hukum arah perkembangan, yakni hukum *Cephalocaudal* dan *Proximodistal*. Adanya pola perkembangan yang dapat diramalkan tersebut dapat dibuktikan dengan adanya perubahan kegiatan massa ke kegiatan khusus, dengan matangnya mekanisme urat syaraf, kegiatan massa digantikan dengan kegiatan spesifik dan secara acak gerakan kasar membuka jalan untuk memperhalus gerakan yang hanya melibatkan otot dan anggota badan yang tepat, sehingga menjadikan mereka mampu menyempurnakan gerakan dari motorik kasar ke motorik halus.

d. Perkembangan motorik memerlukan norma tertentu

Prinsip perkembangan motorik sebelumnya telah menjelaskan bahwa awal perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan, agar perkembangan tersebut sesuai dengan hukum arah perkembangan, maka diperlukan adanya norma perkembangan motorik, norma perkembangan tersebut dapat diketahui dari umur rata-rata anak yang dikorelasikan dengan kegiatan motorik yang telah dicapai, hal itu dibutuhkan sebagai petunjuk untuk mengetahui ketrampilan motorik yang telah dicapai dan juga digunakan untuk menilai kenormalan perkembangan anak.

e. Setiap individu mempunyai laju perkembangan motorik yang berbeda

Masing-masing individu mengalami laju perkembangan motorik yang berbeda-beda. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh usia kematangan tiap individu, sebagian kondisi tersebut dapat mempercepat laju perkembangan motorik, namun sebagian lagi merperlambat perkembangan motorik.<sup>46</sup>

Diantara kondisi yang mempengaruhi laju perkembangan motorik meliputi:

- 1) Sifat dasar genetik termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan.
- 2) Kondisi pasca lahir yang menyenangkan khususnya gizi makanan sang Ibu.

---

<sup>46</sup> Elizabeth B Hurlock, *Perkembangan Anak 1*, (Jakarta: Erlangga, 1995), 154

- 3) Adanya kerusakan otot disebabkan kelahiran yang sukar
- 4) Kemampuan intelektual (IQ) yang tinggi akan mempercepat laju perkembangan motorik daripada anak yang memiliki IQ dibawah normal
- 5) Adanya rangsangan dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan bagian tubuh
- 6) Perlindungan yang berlebihan dari orang tua akan memperlambat perkembangan motorik anak
- 7) Adanya cacat fisik yang diderita anak akan memperlambat perkembangan motorik
- 8) Adanya motivasi dari dalam diri anak untuk mempraktekkan keterampilan motorik akan mempercepat laju perkembangan motoriknya

#### **4. Cara Umum Mempelajari Ketrampilan Motorik**

Untuk memperoleh kualitas ketrampilan motorik yang lebih baik, diperlukan cara tersendiri dalam mempelajari ketrampilan motorik, yaitu:

a. Belajar coba dan ralat (*trial and error*)

Melalui latihan coba dan ralat yang dilakukan berulang kali dapat meningkatkan kemampuan motorik anak, memberikan kesempatan untuk mencoba melakukan keterampilan motorik merupakan hal yang penting, meskipun demikian yang perlu diperhatikan adalah kualitas praktek jauh lebih penting daripada kuantitasnya.

b. Belajar dengan meniru

Belajar ketrampilan motorik dengan meniru atau imitasi melalui pengamatan terhadap model yang dicontohkan akan menjadikan anak lebih cepat untuk menguasai ketrampilan tersebut, maka untuk mempelajari suatu keterampilan dengan baik anak harus dapat mencontoh model yang baik pula.

c. Belajar melalui pelatihan

Adanya latihan untuk meningkatkan kemampuan motorik sangat penting dalam tahap awal belajar ketrampilan motorik, dengan latihan tersebut anak akan meniru gerakan yang dilakukan oleh pembimbing atau supervisi.<sup>47</sup> Bimbingan sangat diperlukan untuk membetulkan suatu kesalahan sebelum kesalahan tersebut terlanjur menjadi kebiasaan sehingga sulit untuk dibetulkan kembali.

## 5. Perkembangan Psikomotorik Anak Usia Taman Kanak-Kanak.

Usia 4-6 tahun adalah usia yang tepat untuk memasuki sekolah Taman Kanak-Kanak, pada masa ini proses belajar mengajar lebih ditujukan untuk mengembangkan kemampuan psikomotorik, dikarenakan pada usia tersebut terjadi perkembangan motorik yang ideal sebagai akibat bertambahnya diferensiasi dan *myelinization* dalam susunan urat saraf,<sup>48</sup> *myelinization* adalah lapisan urat saraf dalam otak yang terdiri dari bahan penyekat

---

<sup>47</sup> Ibid, 158

<sup>48</sup> F.J. Monks, *Psikologi Perkembangan*, cet.7, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1991), 152

berwarna putih, yaitu *myelin*. Lapisan urat saraf ini membantu untuk mentransmisikan impul-impul syaraf secara cepat, yang memungkinkan pengontrolan terhadap kegiatan-kegiatan motorik lebih seksama dan efisien. sehingga anak dapat kegiatan-kegiatan motoriknya secara sempurna.<sup>49</sup>

Perkembangan motorik anak mengikuti delapan pola umum, yaitu:

- a. *Continuity* (bersifat kontinu), artinya perkembangan motorik dimulai dari gerakan yang sederhana menuju ke gerakan yang lebih kompleks, seiring dengan bertambahnya usia
- b. *Uniform sequence* (memiliki pola tahapan yang sama), dalam hal ini semua anak memiliki pola tahapan perkembangan motorik yang sama meskipun kecepatan tiap anak untuk mencapai tahapan tersebut berbeda-beda
- c. *Maturity* (kematangan), perkembangan motorik dipengaruhi oleh perkembangan sel syaraf dan berlangsung terus sampai beberapa tahun kemudian
- d. Gerak yang bersifat umum ke khusus, gerakan secara menyeluruh dari badan terjadi lebih dahulu sebelum gerakan bagian-bagiannya. Hal ini disebabkan karena otot-otot besar berkembang lebih dahulu dibandingkan otot-otot halus
- e. Dimulai dari gerak refleks ke gerak yang terkoordinasi. Tiap anak yang lahir ke dunia telah memiliki gerak refleks, seperti menangis bila lapar.

---

<sup>49</sup> Syamsu, *Psikologi*, 163

Gerak refleks tersebut akan menjadi gerak yang terkoordinasi dan bertujuan seiring dengan usia kematangan anak

- f. Bersifat *cephalo-caudal direction*, artinya bagian yang mendekati kepala berkembang terlebih dahulu dibanding bagian yang mendekati ekor. Otot pada leher berkembang lebih dahulu daripada otot kaki
- g. Bersifat *proximo-distal*, artinya bahwa yang mendekati sumbu tubuh (tulang belakang) berkembang lebih dahulu daripada otot yang jauh dari tulang belakang
- h. Koordinasi *bilateral* menuju *crosslateral*, artinya bahwa koordinasi organ yang sama berkembang lebih dahulu sebelum bisa melakukan koordinasi organ bersilangan. Misalnya pada saat anak TK melempar bola tenis, tangan kanan terayun, disertai ayunan kaki kanan. Berbeda dengan orang dewasa, justru kaki kiri yang maju, diikuti ayunan tangan kanan.<sup>50</sup>

Beberapa ciri perkembangan motorik pada masa usia Taman Kanak-Kanak, yaitu adanya perubahan gerakan dari motorik kasar ke motorik halus yang memerlukan kecermatan dan kontrol otot-otot yang lebih halus serta adanya koordinasi.<sup>51</sup> Untuk memperoleh keterampilan dan koordinasi gerakan yang sempurna diperlukan latihan dan belajar dalam hal kecepatan, ketepatan dan keluwesan gerakan. Gerak motorik halus adalah gerak yang melibatkan

---

<sup>50</sup> Slamet Suyanto, *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Hikayat Publishing, 2005), 51

<sup>51</sup> Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, cet.11, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004), 11

bagian tubuh tertentu, gerak ini biasanya dilakukan di dalam ruangan, misalnya gerakan jari dan pergelangan tangan. Sedangkan gerak motorik kasar adalah gerak yang melibatkan sebagian besar dari bagian tubuh anak dan membutuhkan kerja otot-otot besar sehingga memerlukan tenaga yang lebih besar, gerakan ini biasanya dilakukan di luar ruangan, misalnya melompat, berlari, merangkak, melempar dan meloncat. Adanya metode pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan anak sangat diperlukan untuk dapat mengembangkan semua ketrampilan motorik yang ada pada siswa, untuk gerak motorik halus, dapat diberikan kegiatan seperti, menggambar, melipat, membentuk dan sebagainya. Sedangkan untuk motorik kasar dapat diberikan kegiatan seperti menendang, meloncat, melompat dan sebagainya.<sup>52</sup>

Dengan melakukan latihan terhadap motorik kasar dan motorik halus tersebut diharapkan anak memiliki kemampuan dalam melakukan dan mengendalikan gerakan tubuh dan anggotanya secara efektif, semua itu mencakup kegiatan untuk melatih koordinasi mata dan tangan, melatih konsentrasi, koordinasi indra dan anggota tubuh, melatih kepercayaan diri, keseimbangan tubuh, keberanian, kelenturan dan kekuatan otot, dan melatih kesiapan menulis.<sup>53</sup> Berikut ini klasifikasi dan aktifitas kemampuan motorik usia sekolah awal atau Taman Kanak-Kanak

---

<sup>52</sup> Meoslichatoen, *Metode*, 17

<sup>53</sup> Yani Mulyani, Juliska Gracina, *Mengembangkan Kemampuan Dasar Balita di Rumah Kemampuan Fisik, Seni, dan Manajemen Diri*, ( Jakarta: Elex Media Komputindo, 2007), 3

**Tabel 2.3**  
**Klasifikasi Prosentase Kemampuan Motorik Anak Usia TK**

<b>No.</b>	<b>Aktivitas</b>	<b>TK %</b>
1.	Gerak yang dipelajari	20 – 30
2.	Aktivitas ritmik	20 – 30
3.	Aktivitas perkembangan	10 – 15
4.	Bermain	20 – 30
5.	Tes diri	20 – 30

## **6. Bahaya Dalam Perkembangan Motorik**

Perkembangan motorik yang terlambat berarti perkembangan motorik yang berada di bawah norma umur anak, akibatnya pada usia tertentu anak tidak dapat menguasai ketrampilan motorik sebagaimana yang diharapkan oleh kelompok sosialnya. Kebanyakan orang tua mengira bahwa keterlambatan ketrampilan motorik akan menyebabkan kekakuan pada aspek motorik anak, tetapi lebih dari itu ada bahaya yang di timbulkan, diantaranya keterlambatan perkembangan motorik akan berdampak pada perkembangan konsep diri anak, sehingga akan menimbulkan masalah perilaku dan emosi. Kedua keterlambatan perkembangan motorik tidak akan dapat menyediakan landasan bagi ketrampilan motorik. Apabila pembelajaran ketrampilan motorik tersebut terlambat karena terlambatnya peletakan landasan bagi ketrampilan tersebut, maka akan mengalami kerugian pada saat anak mulai belajar dengan teman sebayanya, hal ini akan berdampak pada hubungan sosial anak tersebut. Adanya keterlambatan tersebut bisa disebabkan oleh kerusakan otak pada waktu lahir atau kondisi pasca lahir yang tidak

memungkinkan seorang anak untuk mengembangkan kemampuan motoriknya, akan tetapi tidak dipungkiri seringkali terjadi keterlambatan tersebut disebabkan oleh tidak adanya kesempatan belajar pada anak, perlindungan orang tua yang berlebihan atau kurangnya motivasi pada diri anak sendiri, untuk itu pembelajaran diharapkan dapat mengembangkan ketrampilan motorik yang dimiliki oleh siswa.<sup>54</sup>

## 7. Klasifikasi Tujuan Instruksional Khusus Ranah Psikomotorik

Penetapan tujuan instruksional khusus dirumuskan sendiri oleh guru yang akan memberikan materi atau pokok bahasan tertentu. Tujuan Instruksional Khusus (TIK) digunakan sebagai pedoman bagi guru maupun siswa karena dapat memberikan arahan pada proses belajar mengajar, pada dasarnya tujuan Instruksional Khusus merupakan penjabaran dari Tujuan Instruksional Umum, hal itu berguna untuk mengevaluasi kemampuan-kemampuan yang telah dimiliki oleh siswa dari hasil belajar.

Klasifikasi ranah psikomotorik ini berpedoman pada taksonomi **E. Simpson** dan **Anita Harrow**. Adapun klasifikasi ranah psikomotorik adalah sebagai berikut:

### a. Persepsi

Mencakup kemampuan untuk dapat membedakan antara dua stimulus atau lebih berdasarkan perbedaan antara ciri-ciri fisik yang khas

---

<sup>54</sup> Elizabeth B, *Perkembangan*, 165

pada masing-masing rangsangan. Adanya kemampuan ini didukung oleh penggunaan lima organ indra untuk memperoleh kesadaran tentang tujuan dan untuk menterjemahkannya menjadi suatu tindakan (*action*).

b. Kesiapan

Merupakan kemampuan untuk dapat menempatkan diri pada saat melakukan gerakan. Kemampuan ini dinyatakan dalam bentuk kesiapan fisik dan mental untuk melakukan gerakan.

c. Gerakan terbimbing

Merupakan kemampuan untuk meniru gerakan sesuai dengan contoh yang diberikan (*imitasi*).

d. Gerakan terbiasa

Mencakup kemampuan untuk melakukan gerakan dengan lancar tanpa bimbingan sebagai hasil belajar. Kemampuan ini dinyatakan dalam menggerakkan anggota tubuh sesuai dengan prosedur yang tepat, seperti dalam menggerakkan lengan dan tangan secara terkoordinasi.

e. Gerakan kompleks

Mencakup kemampuan untuk melakukan gerakan yang rumit dengan lancar, tepat dan efisien. Adanya kemampuan ini dinyatakan dalam suatu rangkaian perbuatan yang berurutan dan menggabungkan beberapa subketrampilan menjadi keseluruhan gerakan yang teratur.

## f. Penyesuaian pola gerakan

Mencakup kemampuan untuk melakukan gerakan sesuai dengan kondisi setempat dengan menunjukkan suatu taraf ketrampilan yang telah mencapai kemahiran.

## g. Kreativitas

Mencakup kemampuan untuk dapat memproduksi gerakan berdasarkan inisiatif sendiri.<sup>55</sup>

**Tabel 2.4**  
**Tabel Kata Kerja Operasional Ranah Psikomotorik**

<b>Kategori jenis</b>	<b>Kemampuan internal</b>	<b>Kata kerja operasional perilaku</b>
Persepsi	Menafsirkan rangsangan Peka terhadap rangsangan Mendiskriminasikan	Memilih Membedakan Mempersiapkan Menyisihkan Menunjukkan Mengidentifikasi Menghubungkan
Kesiapan	Berkonsentrasi Menyiapkan diri (fisik dan mental)	Memulai Mengawali Bereaksi Mempersiapkan Memprakarsais Menanggapi Mempertunjukkan
Gerakan terbimbing	Meniru contoh Memainkan	Mempraktekkan Mengikuti Mengerjakan Membuat Mencoba Memperlihatkan Memasang Membongkar
Gerakan	Berketerampilan	Mengoperasikan

<sup>55</sup> W.S. Winkel, *Psikologi*, 279

terbiasa	Berpegang pada pola	Membangun Memasang Membongkar Memperbaiki Melaksanakan Mengerjakan Menyusun Menggunakan Mengatur Mendemonstrasikan Memainkan Menangani
Gerakan kompleks	Berketerampilan misalnya: lancar Luwes Supel Gesit Lincih	secara Membangun Memasang Membongkar Memperbaiki Melaksanakan Mengerjakan Menyusun Menggunakan Mengatur Mendemonstrasikan Memainkan Menangani
Penyesuaian pola gerakan	Menyesuaikan diri Bervariasi	Mengubah Mengadaptasikan Mengatur kembali Membuat variasi
Kreativitas	Menciptakan yang baru Berinisiatif	Merancang Menyusun Menciptakan Mendesain Mengkombinasikan Mengatur Merencanakan

Klasifikasi ranah psikomotorik tersebut mengandung suatu urutan dalam taraf ketrampilan yang cenderung mengikuti urutan dari fase-fase dalam proses belajar ketrampilan motorik sehingga sampai pada taraf kreatifitas. Fase-fase tersebut adalah :

- a. Fase motivasi : fase ini sebagai penunjang untuk melakukan gerakan
- b. Fase konsentrasi : fase ini menuntut adanya pengamatan terhadap lingkungan untuk melakukan suatu gerakan.
- c. Fase pengolahan : fase ini menuntut siswa untuk mempelajari dan melatih gerakan yang akan dilakukan.
- d. Fase menggali : pada fase ini siswa dituntut untuk dapat memproduksi gerakan.
- e. Fase umpan balik : fase ini berfungsi untuk mengevaluasi kemampuan psikomotorik yang telah diperoleh siswa.

### **C. Pengaruh Pembelajaran Berbasis Gerak Irama Terhadap Perkembangan Psikomotorik Siswa.**

Pembelajaran adalah sebuah proses yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku peserta didik, pembelajaran di Taman Kanak-Kanak berbeda dengan pembelajaran yang diterapkan untuk anak sekolah dasar maupun sekolah lanjutan. Pembelajaran bagi mereka harus menggunakan prinsip belajar, bermain dan bernyanyi. Esensi dari prinsip tersebut adalah belajar dengan perasaan yang menyenangkan, menggembirakan, merdeka, dan demokratis. Dalam hal ini anak bebas memilih agar dapat menarik minat siswa untuk terlibat dalam setiap kegiatan pembelajaran, mereka tidak hanya duduk tenang mendengarkan ceramah seorang guru, tetapi mereka aktif berinteraksi dengan berbagai benda dan orang yang ada di lingkungannya, baik secara fisik maupun mental.

Media pembelajaran yang akan digunakan seharusnya disesuaikan dengan perkembangan peserta didik. Selain itu juga pembelajaran yang dilaksanakan harus dapat diterapkan bagi semua gaya belajar yang dimiliki oleh siswa terlebih lagi bagi siswa yang memiliki kecerdasan kinestetik, kecerdasan kinestetik lebih menekankan kemampuan seseorang dalam menangkap informasi dan mewujudkannya dalam bentuk gerak tubuh,<sup>56</sup> modalitas dari kecerdasan kinestetik adalah koordinasi gerakan irama, jasmani, dan tanggapan emosional secara sempurna. Kemampuan siswa dalam mengolah informasi dan mewujudkannya dalam bentuk gerak adalah bagian dari kemampuan psikomotorik.

Bagi siswa prasekolah aspek psikomotorik mendapatkan prioritas yang lebih besar dari pada aspek kognitif, maupun afektifnya, dikarenakan pada masa-masa tersebut merupakan masa yang paling ideal untuk mempelajari perkembangan psikomotorik anak, pada masa tersebut tubuh anak masih lentur daripada tubuh orang dewasa, mereka belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan baru yang dipelajarinya, dan pada usia tersebut seorang anak lebih berani untuk mencoba hal-hal baru serta lebih suka melakukan pengulangan sehingga lebih mudah baginya untuk menerima hal-hal baru.<sup>57</sup>

Mengembangkan keterampilan motorik paling baik adalah di sekolah, hal itu dikarenakan di tempat tersebut guru akan membimbing dan mengarahkan

---

<sup>56</sup> Muhammmad Muhyi Faruq, *100 Permainan Kecerdasan Kinestetik*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2007), 3

<sup>57</sup> Elizabeth B, *Psikologi*, 156

ketrampilan motorik siswa ke arah yang benar. Pada usia sekolah awal, siswa dapat mengendalikan koordinasi yang lebih baik yang melibatkan kelompok otot yang lebih kecil yang digunakan untuk menggenggam, melempar, menangkap bola, menulis dan menggunakan alat.

Perkembangan psikomotorik bergantung pada latihan yang bersifat fisik, melalui pembelajaran yang berbasis gerak irama maka dapat meningkatkan kemampuan psikomotoriknya. Hal itu dikarenakan gerak irama yang dilakukan oleh siswa akan mengaktifkan bagian otak yaitu *motor cortex*, *motor cortex* berbentuk seperti pita yang melintang melewati bagian atas kepala dari telinga kiri dan telinga kanan yang terletak diantara lobus frontal dan lobus parretal. Lobus frontal berfungsi untuk mencatat dan menganalisis pesan-pesan yang diterima oleh permukaan tubuh bagian luar maupun bagian dalam, seperti sentuhan, tekanan, suhu, dan gerakan otot seperti posisi tubuh sedangkan lobus parretal yang mempunyai peran mengirimkan implus-implus motorik kepada otot-otot sehingga mampu bergerak dengan baik dan tepat. Bagian *motor cortex* inilah yang berfungsi mengendalikan gerakan tubuh dan bekerjasama dengan otak kecil untuk mengkoordinasi proses pembelajaran keterampilan motorik.

Pembelajaran di sekolah yang bersifat konvensional, yang hanya menggunakan bagian otak kiri saja tidak dapat membantu mengembangkan keterampilan motorik siswa, sistem pembelajaran tersebut beranggapan bahwa sekolah yang baik adalah sekolah yang di dalamnya siswa belajar dengan tenang, tangan dilipat di atas bangku, pandangan siswa tertuju pada satu arah yakni guru

sebagai penyelenggara pembelajaran. Jika hal itu dilakukan oleh guru, maka pembelajaran yang seyogyanya dapat mengembangkan potensi-potensi peserta didik secara bulat dan utuh tidak akan tercapai. Hal yang perlu diperhatikan oleh guru adalah bahwa pembelajaran yang dilakukan harus dapat mengaktifkan kedua belahan otak atau hemisfer otak, yaitu hemisfer kiri dan hemisfer kanan. Hemisfer kiri berfungsi untuk melakukan hal-hal yang sifatnya berurutan, dari yang bersifat detail ke global, membaca berdasarkan fonotik, memahami kata-kata, simbol dan huruf, berfikir secara terstruktur, dan memproses informasi secara faktual. Sedangkan hemisfer kanan berfungsi untuk memikirkan hal-hal yang bersifat global ke yang bersifat mendetail, membaca secara menyeluruh, membuat gambar dan grafik serta belajar secara spontan dan alamiah.

Pentingnya mempelajari keterampilan motorik bagi anak usia Taman Kanak-kanak dikarenakan, *pertama* keterampilan motorik memainkan peranan dalam penyesuaian sosial dan pribadi anak. Berdasarkan fungsi tersebut maka keterampilan motorik dibagi ke dalam empat kategori, yaitu:

1. Keterampilan bantu diri

Keterampilan Bantu diri diperlukan untuk mencapai kemandirian. Keterampilan tersebut memungkinkan seorang anak untuk melakukan semua kegiatan bagi diri mereka sendiri, misalnya keterampilan merawat diri. Penguasaan keterampilan tersebut harus dapat membuat anak mampu merawat diri sendiri dengan tingkat keterampilan dan kecepatan seperti orang dewasa.

## 2. Keterampilan bantu sosial

Keterampilan bantu sosial ini harus dimiliki oleh setiap anak jika mereka ingin diterima menjadi anggota kelompok sosial baik dalam anggota keluarga, sekolah maupun sebagai anggota masyarakat, untuk mendapatkan keterampilan tersebut diperlukan keterampilan tertentu, seperti membantu pekerjaan rumah atau pekerjaan sekolah.

## 3. Keterampilan bermain

Keterampilan ini bertujuan agar anak dapat menikmati kegiatan kelompok sebaya untuk dapat menghibur diri di luar kelompok sebaya.

## 4. Keterampilan sekolah

Keterampilan ini bermanfaat untuk membantu anak dalam mencapai prestasi akademis dan non akademisnya. Seperti halnya menulis, dikarenakan pada tahun permulaan sekolah, sebagian besar pekerjaan sekolah melibatkan keterampilan motorik seperti halnya menulis.

Kedua, keterampilan motorik menyediakan landasan bagi perkembangan kognitif dan afektif. Untuk dapat melakukan keterampilan motorik secara tepat diperlukan proses pengamatan terhadap sebab obyek, melalui aktivitas pengamatan tersebut akan meningkatkan kemampuan berfikir serta melatih seseorang untuk dapat mengungkapkan emosi atau perasaannya yang termasuk dalam aspek kognitif.