



METODE PENGEMBANGAN

FISIK DAN MOTORIK

SUNANTO

BERDA ASMARA

DEWI WIDIANA RAHAYU

METODE PENGEMBANGAN

FISIK DAN MOTORIK

Penulis:

SUNANTO
BERDA ASMARA
DEWI WIDIANA RAHAYU



Penerbit:

Pondok Pesantren Jagad 'Alimussirry (Anggota IKAPI)

"Komunitas Ilmuan Spiritualis"

METODE PENGEMBANGAN

FISIK DAN MOTORIK

Penulis:

SUNANTO
BERDA ASMARA
DEWI WIDIANA RAHAYU

ISBN : 978-602-

e-ISBN : 978-602-

Desain Cover dan Layout:

Aris Handriyan, S.Si, M.Pd

Penerbit:

Pondok Pesantren Jagad 'Alimussirry (Anggota IKAPI)
Jl. Jetis Kulon VI/ 16 A Surabaya 60243
Telp. 031.286562
e-mail: penerbitjagadalimussirry@gmail.com

Cet. 1 (Pertama): 26 Mei 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit

PRAKATA

Hingga saat ini, sering terjadi di lapangan banyak Anak Usia dini maupun prasekolah dan guru yang belum memahami cara memperaktikkan pembelajaran motorik bagi siswa di sekolah. Bahkan, tidak sedikit di antara mereka yang belum mengerti tentang konsep pembelajaran motorik beserta manfaatnya bagi anak usia dini.

Padahal, pembelajaran motorik merupakan pembelajaran yang sangat penting dari semua konsep pembelajaran yang ada. Di negara-negara maju, seperti amerika, Inggris, Australia, dan Prancis, bahkan negara tetangga, misalnya Malaysia, pembelajaran motorik adalah satu-satunya pembelajaran yang paling penting ditekankan di antara konsep pembelajaran yang lain, contohnya pembelajaran kognitif dan afektif.

Pasalnya, pembelajaran fisik dan motorik bagi anak usia dini sampai prasekolah sebagai pembelajaran yang menekankan praktik secara langsung di lapangan. Pembelajaran fisik dan motorik menurut setiap anak usia dini agar mampu memperaktikkan semua teori dan konsep yang telah dikuasainya dari semua pembelajaran di prasekolah.

Semoga semua praktisi guru pendidik dapata memberikan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak usia dini, sekaligus hasilnya memuaskan, tidak hanya dalam tataran teori, melainkan juga praktik. Sehingga, anak usia dini tidak hanya menjadi individual yang pintar secara intelektual (kognitif), tetapi juga cerdas dan mampu mengaktualisasi kecerdasannya dalam tataran praktik. Itulah yang menjadi tujuan utama pendidika di Indoensia.

Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAGIAN 1: PERKEMBANGAN GERAK DAN KOGNITIF	
A. Pengertian Istilah Gerak.....	1
B. Kemampuan Gerak Dasar	1
C. Perkembangan Gerak dan Kognitif dari Piaget	2
D. Teori Gerak	5
BAGIAN 2: PERSEPSI PERKEMBANGAN GERAK	
A. Pengertian Persepsi Perkembangan Gerak.....	7
B. Keseimbangan	9
C. Efektivitas Persepsi Program Gerak	10
BAGIAN 3: BELAJAR GERAK	
A. Pengertian dan Batasan Belajar.....	12
B. Beberapa Jenis Belajar	15
C. Pengertian dan Batasan Belajar Gerak.....	16
D. Mengatur Pembelajaran Gerak.....	19
E. Pengalihan Hasil Belajar.....	24
BAGIAN 4: GERAKAN DAN KETERAMPILAN	
A. Tujuan Akhir Belajar	26
B. Penggolongan Keterampilan.....	29
C. Faktor-Faktor Yang Menentukan Keterampilan	32
D. Beberapa Konsep Dalam Belajar Gerak	35
BAGIAN 5: KONSEP PERKEMBANGAN MOTORIK PADA ANAK PRASEKOLAH	
A. Dasar Perkembangan Motorik Anak Prasekolah	38
B. Perkembangan Motorik Hubungan Dengan Kognitif	39
C. Petumbuhan dan Perkembangan Motorik Anak Prasekolah	40
D. Sasaran Perkembangan Motorik Anak Prasekolah	41

E. Tahapan Perkembangan Motorik Anak Prasekolah	43
BAGIAN 6: PENGEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur 0-1 Tahun	44
B. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 1 – 2 Tahun	46
C. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 2 – 3 Tahun	47
D. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 3 – 4 Tahun	49
E. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 4 – 5 Tahun	51
BAGIAN 7: MODEL PENGEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Kasifikasi Titik Tekan Pembelajaran Motorik	53
B. Titik Tekan Pasca Pembelajaran Motorik.....	57
BAGIAN 8: CARA MENILAI HASIL PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Cara Mengukur Hasil Pembelajaran Motorik	59
B. Metode Observasi	61
C. Tes Untuk Mengukur Ranah Motorik Anak ..	62
D. Menilai dan Mengukur Hasil Lapangan	63
BAGIAN 9: PERSIAPAN TEKNIS DAN BERBAGAI TAHAPAN PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Tahapan Pemahaman Konsep Gerak	68
B. Tahap Gerak (<i>Motor Stage</i>)	70
C. Tahapan Otonom	71
BAGIAN 10: SIKAP GURU DALAM MEMBERIKAN MOTIVASI, INSTRUKSI, DAN DEMONTRASI SAAT PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Memotivasi Motorik Anak	75

B. Membentuk Instruksi Kepada Para Anak	80
C. Panyajian Demonstrasi	81
BAGIAN 11: PENERAPAN PRINSIP PRAKTIK DALAM PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Prinsip Jumlah Praktik	84
B. Metode Bimbingan dalam Praktik	87
C. Syarat Penepatan Metode Bimbingan dalam Praktik	89
BAGIAN 12: PENERAPAN TEORI PEMBERIAN CONTOH PEMBELAJARAN MOTORIK TERHADAP ANAK	
A. Pemberian Contoh Motorik Secara Keseluruhan	93
B. Pemberian Contoh Motorik Secara Sebagian	96
C. Pemberian Contoh Motorik Dengan Metode Campuran	97
BAGIAN 13: PENERAPAN PENGATURAN LATIHAN DALAM PEMBELAJARAN MOTORIK	
A. Melatih Tugas Jamak	101
B. Latihan Motorik Secara Terpusat	102
C. Latihan Motorik Secara Acak	103
D. Melatih Keterampilan Motorik Tunggal	107
BAGIAN 14: EVALUASI PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH	
A. Pengertian dan Tujuan Evaluasi Motorik	109
B. Prinsip-Prinsip Evaluasi	110
C. Instrumen Evaluasi	111
DAFTAR PUSTAKA	119
BIODATA PENULIS	120

BAGIAN 1

PERKEMBANGAN GERAK DAN KOGNITIF

A. Pengertian Istilah Gerak

Gerak (motor) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia. Sedangkan psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Jadi gerak (motor) ruang lingkungannya lebih luas dari pada psikomotorik. Meskipun secara umum sinonim digunakan dengan istilah motor (gerak), sebenarnya psikomotor mengacu pada gerakan-gerakan yang dinamakan alih getaran elektronik dari pusat otot besar.

B. Kemampuan Gerak Dasar

Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa anak lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu: lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

1. Kemampuan lokomotor

Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain untuk mengangkat tubuh ke atas seperti, lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur, dan lari seperti kuda berlari.

2. Kemampuan Non-Lokomotor

Kemampuan non lokomotor dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menari, mengangkat dan menurunkan melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan, dan lain-lain.

3. Kemampuan Manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan

tangan dan kaki, tetapi bagian yang lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi obyek jauh lebih unggul dari padakoordinasi mata-kaki dan tangan mata, yang mana cukup penting untuk item; berjalan (gerakan langkah) dalam ruang. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari:

- a. Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang)
- b. Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat bantalan karet (bola mendisin) atau macam: bola yang lain.
- c. Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

C. Perkembangan Gerak dan Kognitif dari Piaget

Tidak ada orang yang tertarik menulis mengenai perkembangan gerak hubungannya dengan perkembangan kognitif selain dari pada Jean piaget. Piaget secara umum diterima sebagai orang yang sangat inovatif, akuratif, informatif, dan produktif, dia dikenal karena memiliki kemampuan yang genius seperti Albert Einsten.

Ketertarikan Piaget dalam hal perkembangan intelektual pada manusia telah menjadikannya orang yang sangat dikenal hingga sekarang. Selanjutnyan, Piaget menjadi tertarik dalam pengujian bagaimana kita mengetahui sesuatu dengan proses berpikir.

Menurutnya, proses seperti ini merupakan fungsi kritis dalam kehidupan yang memungkinkan kita untuk mengadaptasi dengan lingkungan. Dengan observasi yang dilakukannya, Piaget telah menemukan bahwa anak mampu mendemonstrasikan berbagai pengaruh mengenai relativitas dunia sejak lahir hingga dewasa. Sistem hasil temuannya itu sekarang dikenal sebagai metode klinis dari Piaget, suatu sisitem pengumpulan data melalui tanya-jawab yang sepenuhnya untuk memahami proses berpikir.

Akhirnya Piaget dapat mengkategorikan perilaku ke dalam 4 (empat) tahap perkembangan kognitif, yaitu:

Sensorimotorik	Lahir s/d 2 tahun
Preoperasional	2 tahun s/d 8 tahun
Konkret operasional	8 tahun s/d 11 tahun
Formal operasional	11 tahun s/d 12 tahun

Perkembangan kognitif dan perkembangan gerak secara konstan berinteraksi, perkembangan kognitif lebih kuat bergantung pada kemampuan intelektual. Proses interaksi semacam ini nampak pada teori Piaget.

Tahapan-tahapannya di atas selalu dialami oleh setiap anak, dan tidak akan pernah ada yang dilewatinya meskipun tingkat kemampuan anak berbeda-beda. Tahapan ini meningkat lebih kompleks dari pada masa awal dari kemampuan kognitif bertambah.

Akomodasi, merupakan aspek kedua dari adaptasi, individu berusaha untuk menyesuaikan keberadaan struktur pikiran dengan sejumlah pengalaman baru, dalam kasus seorang bayi yang sedang mencoba mendapatkan bola besar, akomodasi akan terjadi ketika anak mengenali bahwa bola tersebut lebih besar dari pada mainan yang biasa dimainkannya.

Bayi tersebut selanjutnya memodifikasi pendekatan untuk menguasai bola dengan menyesuaikan atay beradaptasi dengan genggamannya suatu tangan atau dengan menggunakan tangan lainnya untuk membantu. Untuk itu anak telah membuat adjustment dalam mengakomodasi bola. Suatu pengalaman atau lingkungan baru telah mengubah perilaku anak dan memahami masa lalu.

Menurut Piaget, asimilasi dan akomodasi selalu berkerjasama, asimilasi dan akomodasi menjadi dasar untuk teori Piaget mengenai perkembangan kognitif dan penekanan akan pentingnya dia menempatkan pada peranan lingkungan dalam perkembangan manusia.

1. Tahap Sensorimotor Dan Perkembangan Motorik anak

Pada tahap Sensorimotor Piaget menggembarakan seperti “berpikir melalui gerak tubuh”. Dengan kata lain kemampuan untuk belajar dan meningkatkan kemampuan intelektual berkembang sebagai suatu hasil dari perilaku gerak dan konsekuensinya. Menurut Piaget, gerak selalu berhubungan dengan proses berpikir pada tahap sensorimotor. Pengetahuan dari berpikir muncul sebagai hasil atau akibat dari perilaku yang terjadi melalui gerak tubuh.

2. Tahap Preoperasional Dan Perkembangan Motorik Anak

Pada tahap ini Piaget memberikan penekanan berupa batasan. Pada tahap preoperasional anak masih belum memiliki kemampuan untuk berpikir logis atau operasional. Piaget membaginya menjadi dua sub bagian yaitu:

- a. Prekonseptual yaitu anak yang berusia antara 2 tahun s/d 4 tahun.
- b. Intuitive adalah pada anak yang berusia antara 4 tahun s/d 7 tahun.

3. Tahap Konkret operasional Dan Perkembangan Motorik Anak

Banyak ahli yang menyakini bahwa seorang anak mencapai tahap konkret operasional karena anak tersebut telah bertambah kemampuannya. Karakteristik umum dari tahapan konkret operasional adalah bertambahnya kemampuan dari variabel dalam situasi *problem solving*. Kemampuan ini dapat memiliki dampak penting untuk perkembangan motorik.

4. Tahap Formal operasional Dan Perkembangan Motorik Anak

Tahap ini merupakan kemampuan untuk mempertimbangkan ide-ide yang tidak didasarkan pada realita. Anak sudah mampu berpikir yang bersifat abstrak. Namun menurut Piaget, banyak individu tidak pernah mencapai tahapan seperti ini, justru orang yang memiliki rata-rata skornya rendah pada tes intelegensi sangat memungkinkan tidak mencapai tahap formal operasional.

Pandangan kita mengenai aktivitas gerak adalah gerakan yang diciptakan melalui proses dari intergrasi sensori (panca indra); hal ini termasuk semua gerakan yang dilakukan secara sukarela (tanpa paksaan), seperti aktivitas dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Namun, kita juga telah menyatakan bahwa tujuan dari aktivitas gerak adalah untuk meningkatkan fungsi kognitif.

D. Teori Gerak

Kephart dan Delacato pada tahun enam puluhan telah mengembangkan teori gerak yang mana Kephart pada tahun 1960 menyatakan bahwa perkembangan kognitif dapat ditingkatkan melalui gerak. Sedangkan Delacato melanjutkan teori tentang meningkatkan kemampuan kognitif melalui gerak. Namun keduanya memiliki visi yang berbeda.

1. Teori Gerak dari Kephart

Kephart menekankan bahwa guru meningkatkan kemampuan akademik anak. Dia percaya bahwa kekurangan belajar adalah hasil dari kurangnya integrasi sensori pada rangsangan saat sekarang dengan informasi yang tersimpan pada masa lalu. Integrasi sensori merupakan langkah dalam persepsi-proses gerak.

Kephart juga meyakini bahwa proses umpan balik, perlu untuk mengoreksi kesalahan dalam gerak dan agar gerak yang akan datang lebih baik. Oleh karena itu, umpan baik dapat melihat kesalahan

pada anak dengan memperhatikan kesulitan pada anak dengan memperhatikan kesulitan bermain dalam belajarnya.

beliau menekankan hubungan antara persepsi dan gerak dengan menyatakan bahwa kita tidak harus berpikir mengenai aktivitas persepsi dan aktivitas gerak berbagai dua istilah yang berbeda; kita harus berpikir mengenai istilah yang terkait di antara persepsi dan gerak

2. Teori Gerak dari Delacato

Secara khusus Delacato meyakini bahwa unsur-unsur dalam fungsi kognitif yang optimal adalah pengembangan dari dominasi kontrol otak. Delacato juga yakin bahwa masalah intelektual dapat ditanggulangi dengan merekapitulasi gerak awal yang diperkirakan menjadi tidak sempurna.

Dia merekomendasi bahwa proses diketahui sebagai pola. Melalui pola tersebut, seorang individu mempraktekkan gerak sederhana anak dalam meningkatkan fungsi kognitifnya. Anak yang tidak mampu secara aktif merekapitulasi gerak ini secara pasif dibantu melalui gerak lain. Proses ini sering melibatkan berbagai bantuan dan sering dipelihara untuk memperpanjang waktu.

Meskipun pola tersebut telah menjadi aspek yang meluas mengenai uraian Delacato untuk meningkatkan fungsi kognitif, teknik yang lain juga dilibatkan contoh dalam mengkonsumsi gula dan garam.

BAGIAN 2

PERSEPSI PERKEMBANGAN GERAK

Persepsi gerak (motorik) telah menjadi salah satu istilah yang sering digunakan dalam perkembangan gerak (motor development) dan pendidikan umum. Hampir semua buku teks perkembangan gerak atau buku teks pendidikan jasmani (fisik) level pendidikan dasar berisikan informasi yang memperhatikan konsep ini.

A. Pengertian Persepsi Perkembangan Gerak

Secara umum persepsi konsep gerak merujuk pada aktivitas gerak yang dilakukan dengan maksud meningkatkan kognitif dan kemampuan akademik. Istilah ini juga merujuk pada anak yang terlibat pada program tersebut sebab persepsi perkembangan gerak terjadi selama pra sekolah dan masa sekolah.

Latihan dalam persepsi program untuk menambah atau menempatkan aktivitas akademik dengan aktivitas gerak guna meningkatkan kemampuan akademik seperti membaca, menulis dan pemecahan masalah. Apabila aktivitas gerak di disain secara khusus untuk meningkatkan kemampuan gerak, aktivitas tersebut merupakan persepsi program gerak.

1. Interpretasi Lain Mengenai Persepsi Gerak

Meskipun kita yakin bahwa konsep Seefeldt menyarankan secara akurat mengenai persepsi gerak, yang lainnya telah melakukan pendekatan bahwa semua gerak manusia adalah persepsi gerak

Pernyataan ini didukung oleh mereka yang meyakini bahwa semua gerak yang dilakukan secara sukarela adalah persepsi gerak dan semua program pendidikan jasmani (fisik) dan persepsi program gerak tidak sama. Tujuan program pendidikan jasmani (fisik) dan menjadi lebih

bermacam-macam dari pada persepsi motorik program yang relatif sempit.

Persepsi gerak sering juga dijelaskan sebagai hubungan antara gerak manusia dan persepsi. Persepsi adalah “proses yang mana kita memperoleh kesadaran sesaat apa yang sedang terjadi di luar tubuh kita”persepsi merupakan hasil dari kemampuan kita untuk menerima informasi melalui perasaan. Namun, informasi eksternal bukan persepsi jika hal itu dirasakan.

Hubungan antara persepsi dan gerak tidak dapat disangsikan lagi. Tanpa persepsi, seperti penerimaan melalui perasaan berupa sentuhan dan perhatian, bahkan melakukan gerak yang sangat sederhanapun akan menjadi sulit.

Dalam sebuah penelitian, Held dan Hein telah memelihara anak kucing dalam keadaan gelap selama 12 minggu. Anak kucing kemudian dipisahkan di dalam dua kelompok: aktif dan pasif. Seekor anak kucing dari kelompok pasif diletakan di atas *cartilike* yang secara sederhana bertindak sebagai penumpang. Sedangkan anak kucing kelompok aktif bertugas untuk mendorong *cartilike* dengan kakinya. Kesimpulannya anak kucing yang aktif lebih peka dalam persepsinya daripada anak kucing yang pasif, sebab anak kucing tersebut mempunyai pengalaman dan latihan visual yang lebih tinggi.

2. Persepsi-Proses Gerak

Secara umum, langkah pertama dalam persepsi-proses gerak adalah menerima informasi dari lingkungan untuk menghasilkan gerak. Secara spesifik persepsi-proses gerak menentukan peranan gerak aktif dalam mengembangkan persepsi.

Bayangkan oleh anda ketika seorang anak yang secara visual telah menerima sebuah bola yang dilemparkan kearahnya. Dengan

memfokuskan pada bola, anak menerima informasi mengenai kecepatan, jalannya bola, berat bola, dan susunan bola yang pada akhirnya secara pasti anak berhasil menangkap bola.

Proses ini nampak secara umum menerima dengan baik dan sudah tidak ragu lagi akan difinisi dari persepsi perkembangan gerak. Persepsi perkembangan gerak. Persepsi perkembangan gerak adalah bagian dari perkembangan anak yang memperhatikan perubahan dalam perilaku gerak, perubahan yang mewakili meningkatkan sensori-persepsi perkembangan gerak dan memberikan masukan kembali proses yang mendasari perilaku seperti itu. Untuk itu, persepsi perkembangan gerak, sebagaimana yang dijelaskan oleh William adalah perubahan anak, secara umum memperbaiki kemampuan untuk memanfaatkan persepsi-proses gerak.

3. Apakah Semua Gerakan Adalah Persepsi-Gerak?

Pandangan kita adalah bahwa persepsi-aktivitas gerak adalah gerakan yang diciptakan melalui proses dari integrasi sensori; hal ini termasuk semua gerakan yang dilakukan secara sukrela, seperti aktivitas dalam mata pelajaran pendidikan jasmani. Namun kita juga telah menyatakan bahwa tujuan dari persepsi aktivitas gerak adalah untuk meningkatkan fungsi kognitif

B. Keseimbangan

Keseimbangan, atau stabilitas, secara tradisional didefinisikan sebagai suatu keadaan seimbang antara tenaga yang berlawanan. Hal ini merupakan suatu “bagian integral dari hampir setiap tugas gerak” dan sering disebut dengan; *postural control* (mengontrol sikap badan), yang merupakan “suatu kemampuan untuk memelihara keseimbangan dalam gravitasi dengan menjaga pusat berat badan.

Keseimbangan dibagi ke dalam dua tipe, yaitu: statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan untuk memelihara sikap atau posisi badan ketika tubuh dalam keadaan diam. Keseimbangan dinamis adalah suatu kemampuan untuk memelihara sikap atau posisi badan ketika tubuh sedang bergerak. Keseimbangan statis dan dinamis digunakan dalam beberapa aktivitas gerak. Contoh seorang pengemudi menggunakan keseimbangan statis dan melewati jembatan satu kayu di atas keseimbangan dinamis.

C. Efektivitas Persepsi Program Gerak

Melalui sebuah proses yang diketahui sebagai meta-analisis, Kavale dan Maston telah mengintergrasikan termuan lebih dari 180 penyelidikan ilmiah didisain untuk meneliti keistimewaan persepsi program motorik. Lebih dari 60% dari penyelidikan Kavake dan Matson telah dilaporkan dalam jurnal.

Contohnya rata-rata studi dalam meta-analisis ini melibatkan anak dari kelas tiga yang berumur kurang dari 8 tahun. Rata-rata lamanya keterlibatan dalam persepsi motorik program adalah 19 minggu. Rata-rata subyek bertambah 0,1 standar deviasi dan subyek yang dikontrol melakukan lebih baik secara kognitif hanya 54%, yang tidak menerima persepsi latihan gerak.

Temuan tersebut mendukung pandangan yang menyatakan bahwa persepsi intervensi gerakan relatif terlihat tidak efektif. Justru, menurut Kavale dan Matson, pengaruh dari persepsi latihan gerak adalah tidak berarti dibandingkan dengan bentuk intervensi pendidikan lainnya dan bahkan merugikan karena pertimbangan waktu, tenaga, dan uang yang terbuang dengan sia-sia.

Para ahli meta-analisis pada persepsi-program gerak dengan jelas menentang intervensi melalui persepsi-program gerak. Salah satu masalah yang dihadapi dalam penyelidikan persepsi-program gerak adalah periode perlakuan yang terlalu singkat. Bahkan program yang kurang dari 5 tahun kurang lama untuk rata-rata waktu dalam meta-analisis.

Banyak pendidik yakin bahwa persepsi program gerak harus dimulai dari awal kehidupan dan terakhir selama waktu rentang tahunan. Dan lagi, banyak ahli

setuju bahwa persepsi-motorik program tidak memberikan solusi bagi semua pihak, mungkin yang terpenting secara tidak langsung konsep akademik dapat dikenalkan, ditegaskan dan dikembangkan.

Peningkatan langsung dalam kemampuan akademik seperti membaca tidak akan terjadi sebagai hasil langsung dari persepsi gerak. Program tersebut tidak menggabungkan konsep akademik ke dalam aktivitas gerak: Namun apabila konsep akademik secara relatif diselingi oleh seluruh aktivitas gerak, maka gerak itu akan menjadi medium yang sangat baik melalui permainan yang ada unsur memecahkan masalah sendiri dari pengalaman aktivitas gerak.

BAGIAN 3

BELAJAR GERAK

A. Pengertian dan Batasan Belajar

Membahas pengertian dan batasan belajar gerak barang tentu perlu diawali dengan mendiskusikan pengertian belajar secara umum, baru setelah itu membicarakan pengertian yang lebih spesifik, yaitu menyakut pengertian belajar gerak. Sedangkan secara komprehensif, termasuk gerak dalam hubungannya dengan keterampilan motorik, dan pendidikan jasmani dalam bagian-bagian berikutnya

Belajar pada hakitanya selalu terintergrasi dengan kehidupan manusia, demikian juga binatang. Peristiwa belajar yang dialami baik oleh manusia maupun binatang pada dasarnya merupakan salah satu upaya untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya. Dalam arti kata bahwa tanpa belajar baik manusia binatang, maka kelangsungan hidupnya bisa terancam. Hergenhahn dan Olso (1993) menyimpulkan bahwa, kemampuan one trial learning pada binatang merupakan pelengkap dari instingnya agar binatang tersebut dapat mempertahankan kehidupannya. Demikian pula halnya dengan manusia, agar mereka bisa terus mempertahankan hidupnya, maka mereka dituntut untuk senantiasa belajar dan belajar.

Bila kita telusuri secara lebih mendalam mengenai seluk beluk belajar, tentu saja tidak kemudahan menyebutkannya. Usaha untuk memberikan pengertian dan batasan mengenai belajar perlu dilakukan secara hati-hati, karena di dalam beberapa literatur yang mengupas tentang teori belajar dijelaskan bahwa terdapat dua aliran yang selalu tari menarik, yaitu pertama yang berorientasi pada perilaku (behaviorisme), dan yang kedua yang berorientasi pada pengetahuan (kognitivisme).

Oleh karena itu, sering kali seseorang ketika membaca pembahasan orang mengenai belajar selalu dikaitkan dengan kesimpulan bahwa orang ini lebih banyak dipengaruhi oleh aliran behaviorisme bukan kognitivisme atau sebaliknya. Di samping itu, suatu pemamparan mengenai belajar yang lengkap senantiasa harus dan selalu dilengkapi dengan penjelasan mengenai variabel-variabel yang ada di dalamnya.

Belajar dalam pengertian Hergenhahn dan Olso (1993) didefinisikan sebagai perubahan yang relatif permanen dalam perilaku atau potensi perilaku yang merupakan hasil dari pengalaman dan tidak bercirikan tanda-tanda yang disebabkan oleh pengaruh yang sifatnya sementara seperti yang disebabkan oleh sakit, kelelahan atau pengaruh obat-obatan. Ketika membaca definisi ini kita bisa menyimpulkan bahwa Hergenhahn oleh Olso beraliran behavioris, karena mereka menempatkan perilaku sebagai indikator perubahan yang diakibatkan oleh belajar. Oleh karena sebagai indikator perubahan yang diakibatkan oleh belajar. Oleh karena itu, maka orang yang lebih simpati terhadap aliran kognitivistis serta merta akan mendebatkan atau bahkan mungkin menolaknya. Sebagai contoh, Mayer (1987) yang beraliran kognitivistis mengajukan definisi belajar sebagai perubahan yang relatif permanen dalam pengetahuan (knowledge) dan perilaku seseorang yang disebabkan oleh pengalaman.

Dari kedua definisi tersebut di atas yang berbeda aliran, dapat kita rumuskan tiga hal pokok, yaitu sebagai berikut:

1. Jangka atau durasi perubahan yang diakibatkan oleh belajar/bermain berlangsung dalam waktu yang lama.
2. Tempat terjadi perubahan tersebut dalam isi dan struktur pengetahuan berada di dalam memori atau perilaku orang yang belajar/bermain.
3. Penyebab perubahan tersebut adalah faktor pengalaman anak yang belajar/bermain.

Kedua definisi belajar tersebut di atas lebih menekankan perubahan-perubahan yang terjadi sebagai hasil dari suatu proses belajar. Yaitu berada di dalam pengetahuan dan atau perilaku individu. Tidak ada yang menjelaskan, manakah yang lebih dominan di antara kedua komponen tersebut di atas. Para ahli psikologi dari aliran kognitivisme. Percaya bahwa belajar merupakan suatu kegiatan mental internal yang tidak dapat diamati secara langsung. Pada umumnya mereka lebih memperhatikan suatu hal dalam rangka menjawab atau memahami persoalan mengenai proses yang terjadi” di dalam” diri individu seperti dalam kegiatan-kegiatan berpikir, mengingat, menciptakan, membayangkan, serta memecahkan masalah.

Berdasarkan paparan tersebut di atas, maka semakin jelas bagi kita bahwa posisi aliran kognitif lebih memandang proses belajar, dalam wolfolk (1993), sebagai hasil dari usaha kita untuk lebih mengerti dunia, dengan menggunakan seluruh proses mental untuk keperluan untuk kita. Cara kita berpikir tentang situasi-situasi, dengan memanfaatkan pengetahuan, harapan, dan perasaan, akan ada perbedaan pandangan yang mencolok antara aliran behaviorisme dengan aliran kognitivisme dapat dijelaskan sebagai berikut: bagi aliran behaviorisme, perilaku-perilaku itulah yang disengaja, sehingga terjadi perubahan dalam konstelasi perilakunya. Sedangkan bagi aliran kognitivisme, pengetahuanlah yang dipelajari, sehingga perubahan dalam hal pengetahuan sekaligus juga akan mengubah perilaku.

Sebagai sebuah perbandingan selanjutnya akan disuguhkan tida definisi belajar. Oleh karena iut, mari kita coba diteliti keterhubungannya dengan apa yang telah kita diskusikan di atas, Semardi Suryabrata (1974) menjelaskan bahwa, belajar merupakan upaya yang disengaja untuk memperoleh perubahan tingkah laku, baik berupa pengetahuan maupun keterampilan. Kemudian Singer (1980) memaparkan bahwa belajar diilustrasikan oleh suatu perubahan yang relatif permanen dalam penampilan atau pengalaman masa lalu dalam suatu situasi tertentu. Kemudian terakhir, Bigge (1982) mendefinisikan belajar sebagai suatu perubahan yang bertahan alam dalam kehidupan manusia individu dan tidak dilahirkan atau didahului oleh warisan keturunan.

B. Beberapa Jenis Belajar

Belajar yang telah diskusikan di atas, merupakan istilah umum yang digunakan untuk menggambarkan perubahan-perubahan dalam potensi perilaku dan perilaku itu sendiri, serta merupakan hasil dari pengalaman. “*conditioning*” merupakan suatu istilah yang digunakan lebih khusus untuk menggambarkan prosedur yang dapat mengubah perilaku. Pengertian itu dianut oleh para ahli yang beraliran behavioris. Menurut mereka terdapat dua macam *conditioning*, yaitu instrumental dan *classical*. Dengan demikian mereka juga menyatakan bahwa paling sedikit terdapat dua macam atau dua jenis belajar, yaitu *classical conditioning* dan instrumenntal *conditioning*.

Secara singkat, dalam belajar *classical conditionng*, anak belajar tidak memiliki kontrol terhadap, reinforcement. Atau dengan kata lain, reinforcement tidak bergantung pada respon yang jelas dibuat oleh anak yang belajar. Sedangkan dalam belajar instrumental conditioning, anak belajar harus melakukan sesuatu yang lewat cara tertentu sebelum diberikan reinforcement. Atau dengan kata lain reinforcement tersebut bergantung pada perilaku anak yang belajar. Jika individu tidak memberikan respon yang diinginkan, maka ia tidak akan diberikan reinformcement sama sekali. Dikatakan instrumental karena perilaku seseorang merupakan instrument dalam mendapatkan sesuatu yang diinginkan.

Kemudian Mayer (1987), mencoba memberikan batasan-batasan jenis belajar menjadi empat, yaitu:

1. Pembelajaran respon seperti yang ditunjukkan oleh pembelajaran behaviorisme;
2. Pembelajaran konsep, yang menunjuk pada penguasaan peraturan klasifikasi baru di dasarkan pada pengalaman;
3. Pembelajaran verbal hapalan, yang melibatkan kemampuan untuk menghasilkan suatu daftar respon verbal.

4. Pembelajaran prosa, yang menunjuk pada pembelajaran semantik baru atau prosedur pengetahuan dan tulisan atau prosa yang dinyatakan secara verbal.

Pemikiran ahli psikologi pendidikan yang relatif sederhana, akan tetapi banyak diterima, yaitu Benyamin Bloom menguraikan bahwa, proses pembelajaran yang dialami manusia itu menempuh tiga jalur utama, yaitu pertama yang berkaitan dengan domain kognitif, kedua domain relatif. Dan ketiga domain psikomotor. Lewat pendapatnya tersebut telah menyebabkan terjadinya perubahan cara orang melihat dan meyakini, serta mempraktekan situasi-situasi belajar di sekolah maupun taman belajar bermain.

C. Pengertian dan Batasan Belajar Gerak

Selah kita mengetahui pengertian dan batasan belajar secara umum, maka kita menjadi mudah untuk mendiskusikan pengertian dan batasan belajar gerak. Sebagaimana istilahnya belajar gerak dapat dijelaskan secara sederhana, yaitu sebagai salah satu proses yang mengarah pada upaya untuk memperoleh perubahan perilaku yang diharapkan dari belajar gerak menyangkut keterampilan gerak secara luas.

Pengertian dan batasan yang cukup banyak adalah dari Schmidt (1991), ia memberikan batasan bahwa, yang dimaksud dengan belajar gerak adalah suatu rangkaian proses yang berhubungan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah pada terjadinya perubahan-perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil.

Berdasarkan pengertian dan batasan belajar gerak yang dikemukakan Schmidt tersebut di atas, maka dapat ditarik tiga hal pokok, yaitu meliputi:

1. Belajar Merupakan Proses Yang Di Dalamnya Terjadi Pemberian Latihan Atau Pengalaman

Kemampuan seseorang memang dapat berkembang dengan sendirinya atau tanpa melalui latihan. Kemampuan tersebut berkembang misalnya, karena pengaruh kematangan dan pertumbuhan. Perubahan kemampuan semacam ini tentu akan meningkatkan keterampilan, walaupun hanya sampai batas minimal. Contoh sederhana kasih ini adalah keterampilan berlari. Tanpa berlatih dalam arti sebenarnya, kemampuan berlari tetap akan berkembang karena adanya pengaruh kematangan. Siapapun anak yang normal pasti akan menguasai keterampilan berlari tanpa harus berlatih. Namun perlu dipertanyakan sampai dimanakah tingkat keterampilan ini bisa berkembang jika tidak dilatih secara khusus.

Perubahan keterampilan anak karena faktor kematangan anak, jelas tidak dikatakan sebagai hasil belajar. Hal ini disebabkan perubahan tersebut bukan karena hasil latihan atau pengalaman. Dalam definisi di atas dikatakan bahwa perubahan yang terjadi harus melibatkan adanya latihan atau pemberian pengalaman tertentu.

2. Belajar Tidak Teramati

Manakala latihan atau pemberian pengalaman itu berlangsung, akan menyebabkan terjadinya banyak perubahan dalam sistem syaraf pusat. Perubahan tersebut terjadi karena ada masukan berbagai kemampuan dan pengalaman gerak dalam sistem memori otak. Proses inilah yang biasanya memantapkan perubahan yang terjadi agar relatif permanen.

Kejadian diatas pada umumnya tidak dapat secara langsung teramati. Sedangkan yang mungkin dapat teramati biasanya adalah berupa perubahan-perubahan yang terjadi lewat penampilan gerakannya. Latihan menyebabkan terjadinya perubahan pada “papan panel” di

dalam otak yang berkaitan dengan program gerak (motor program), sehingga gerakan yang ditampilkan tampak lebih baik dari sebelumnya.

3. Perubahan Yang Terjadi Relatif Pemanen

Agar perubahan yang terjadi dalam penampilan dianggap sebagai hasil belajar, maka perubahan tersebut harus pemanen atau melekat. Hal ini perlu digariskan, sebab hanya berpedoman pada perubahan yang terlihat dalam penampilan bisa mengabungkan makna dari belajar gerak. Banyak perubahan dalam penampilan terjadi oleh sebab lain sifatnya hanya sementara, seperti oleh kelelahan, obat-obatan, atau kondisi lingkungan.

Perubahan dalam diri individu yang bersifat sementara secara umum dapat dilibartkan sebagai air. Air akan mendidih jika dipanaskan, sehingga bentuknya pada saat itu berubah dari bentuk semula. Aka tetapi ketika air itu dingin kembali, wujudnya akan kembali berubah menjadi air tenang. Ketika dilihat, tidak ada ciri apapun yang biasa menandai bahwa air itu pernah berubah. Pengibaratan ini sama seperti anak individu yang berubah penampilannya diamati, sudah tidak berbekas lagi. (Agus dan Amung: 1998).

Orang yang berubah penampilannya sebagai dari belajar dibarakan sebagai telur. Telur akan matang jika direbus, telur yang sudah matang, wujudnya sudah berubah total dari keadaannya semula. Perubahan itu tetap melekat walaupun telur itu didinginkan kembali. Artinya, telur itu sudah berubah dari telur mentah menjadi telur matang. Ini mempersyaratkan bahwa orang yang belajar sebaiknya mengikuti perumpamaan telur di atas. (agus dan Amung: 1998).

D. Mengukur Pembelajaran Gerak

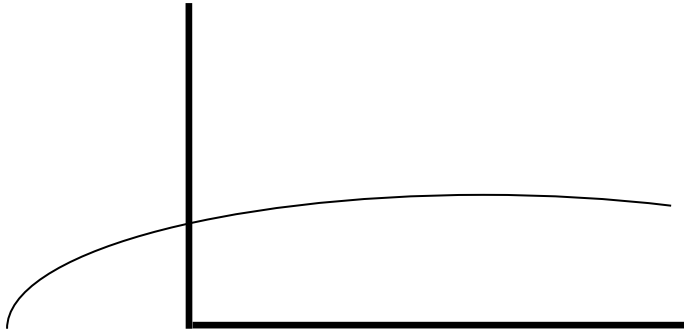
Gagasan bahwa pembelajaran gerak tidak dapat diamati menimbulkan pertanyaan tentang bagaimanakan kemajuan pembelajaran itu dapat diukur. Apa yang harus disimpulkan jika penambahan keterampilan pada satu pembelajaran terlihat nyata, sedang pada pembelajarn lain tidak terlihat. Persoalan lainnya yang harus diwaspadai adalah bagaimana jika perilaku yang baru dikuasai itu hilang lagi pada masa-masa berikutnya?

Tidak seorang pun yang bisa memastikan apa yang terjadi dalam diri individu ketika ia belajar. Ini diibaratkan anak memasuki kotak hitam, dan keluar lagi dengan penampilan yang berbeda. orang yang melihat anak itu masuk kotak hitam semata-mata hanya bisa menduga apa yang terjadi di dalamnya. Oleh karena itu, menyandarkan diri sepenuhnya pada perubahan keterampilan setiap kaki pembelajaran akan menyesatkan artinya, guru dan anak bisa sampai pada kesimpulan yang keliru tentang hasil pembelajarannya. Ini harus dihindari, sebab biasanya kesimpulan tersebut bisa menggiring guru atau pelatih pada rasa frustrasi.

Jalan yang bisa ditempuh untuk menghindari frustrasi di atas adalah dengan mengetahui hakikat dan pola perkembangan hasil belajar. Hal itu meliputi seperti berikut;

1. Turun Naiknya Perkembangan Belajar

Hasil perkembangan belajar yang terlihat dari keterampilan anak dapat dikumpulkan dalam waktu yang cukup panjang, misalnya dalam satu bulan atau satu catur wulan. Jika dipetakan dalam bentuk grafik. Hasilnya akan menunjukkan grafis menanjak jika yang dikumpulkan adalah nilai keberhasilan anak dalam melakukan tugasnya. Bila yang dicatat jumlah kesalahan anak, maka garis yang dibentuk akan menurun



Tabel 1 : (Amung, M., Yudha M., Saputra, 2000: 49)

Jika seorang guru atau pelatih melihat grafik di atas, maka ia mengetahui bahwa anak memang mengalami kemajuan. Jumlah keberhasilan akan meningkat setiap kali anak melakukan latihan. Sedangkan jumlah kesalahan yang dilakukan akan berkurang ketika anak semakin berlatih melakukan aktivitas gerak di dalam proses bermain.

Hal lain yang harus diwaspadai oleh guru atau pelatih adalah gejala kematangan hasil belajar dan faktor lupa yang wajar terjadi dalam proses pembelajaran. Tingkat keterampilan yang sudah dicapai pada latihan sebelumnya bisa kadang-kadang hilang di masa latihan berikutnya. Ini bisa terjadi karena faktor "lupa" dan proses penyesuaian lain di dalam lain di dalam pusat saraf. Kecenderungan demikian bisa hilang setelah beberapa kali percobaan dan keterampilan itu kembali membaik dan bertambah di saat-saat berikutnya.

Gejala kedua dipermasalahkan dalam proses belajar adalah apa yang lazim disebut *plateau*. Gejala ini tampak dalam proses latihan yang panjang serta dicirikan dengan adanya masa kemajuan anak yang tidak pernah beranjak. Dalam grafik, gejala *plateau* terlihat dalam garis mendatar. Ketika gejala *plateau* terlihat dalam garis mendatar. Ketika gejala *plateau* datang. Anak merasa bahwa prestasinya menurun dan tidak kunjung membaik. Jika gejala ini tidak dikenali, maka niscaya akan timbul anggapan yang salah, baik dari anak maupun dari guru. Dengan menyimpulkan bahwa karena tidak ada kemajuan, anak dianggap tidak memiliki potensi alias tidak berbakat.

Apakah sebenarnya gejala *plateau* itu? Mengapa itu selalu muncul dalam proses pembelajaran gerak? Beberapa ahli menyatakan bahwa *plateau* ialah proses penyesuaian saraf dan system fisiologis di dalam tubuh dengan kondisi guru/program pembelajaran. (Schmid: 1991). Kondisi bari ini bisa berupa beban kerja yang bertambah atau pola keterampilan baru yang diajarkan. Karena adanya proses penyesuaian tersebut, pada beberapa waktu tertentu, kemampuan seseorang seolah tidak berubah. Namun, setelah gejala *plateau* tersebut hilang, keterampilan anak akan bertambah. *Plateau* ini akan kembali muncul ketika keterampilan lain akan bertambah.

Perkembangan keterampilan biasanya menunjukkan pola yang khas. Pada masa-masa awal latihan, kemajuan yang diperoleh biasanya berlangsung pesat, tetapi pada masa-masa berikutnya kemajuan hanya bergerak secara bertahap. Ini merupakan gejala umum dalam setiap proses latihan, sehingga dijadikan sebuah hukum latihan, yaitu: kemajuan akan berlangsung cepat di masa-masa awal latihan dan akan berlangsung lambat pada masa-masa berikutnya

2. Sifat Pengaruh Latihan

Karena pembelajaran harus melibatkan proses latihan, guru atau pelatih harus mengetahui beberapa pengaruh latihan. Pengaruh latihan dikelompokkan menjadi dua macam yaitu: (1) pengaruh yang relatif menetap sehingga disebut sebagai hasil belajar, dan (2) pengaruh yang bersifat sementara.

Guru atau pelatih boleh menyimpulkan bahwa perubahan keterampilan anak merupakan ukuran pembelajaran dari pengaruh latihan yang bersifat menetap. Sedangkan perubahan latihan yang sifatnya sementara tidak usah dijadikan ukuran, walaupun perubahan itu memang dirancang secara sengaja oleh guru. Mari kita simak kedua jenis pengaruh latihan itu berikut ini.

a. Pengaruh Latihan Yang Menetap

Pengaruh utama latihan adalah memantapkan keterampilan agar menetap, pengaruh itu menghasilkan perubahan yang menetap dalam diri anak sehingga bisa menampilkan keterampilan itu pada

masa berikutnya. Karena itu, keterampilan tersebut tidak akan menghilang dalam beberapa hari tay bahkan beberapa tahun kemudian

Tugas guru atau pelatih dalam proses pembelajaran adalah menemukan cara menimbulkan kondisi latihan yang dapat merangsang perubahan sifatnya menetap, sehingga anak mampu mendapatkan perubahan yang diinginkan. Kondisi tersebut di antaranya adalah penyediaan kesempatan bagi anak untuk melakukan keterampilan yang dipelajari secara berulang-ulang. Ini tentu bisa menyangkut alokasi waktu, tempat, serta alat yang digunakan.

b. Pengaruh Latihan Yang Bersifat Sementara

Di samping menghasilkan perubahan yang menepat, kondisi latihan bisa pula menimbulkan perubahan yang sifatnya sementara. Karena itu pengaruh ini disebut pengaruh sementara. Pengaruh yang sifatnya sementara itu bisa positif juga negatif. Pengaruh positif berarti bahwa pengaruh itu meningkatkan tingkat penampilan, sedangkan pengaruh negatif menurunkan tingkat penampilan.

Pengaruh positif. Cara guru dalam memberikan instruksi dan dorongan akan meningkatkan penampilan secara sementara. Ini disebabkan adanya pengaruh motivasi yang dapat memberikan tenaga tambahan yang timbul dari cara guru berbicara. Ketika guru memberikan dorongan, informasi tentang kemajuan ditangkap anak sebagai rangsangan tambahan. Disamping itu pemberian bantuan lewat kontak fisik atau secara verbal pada saat berlatih dapat juga meningkatkan penampilan. Demikian juga dengan kondisi perasaan yang dihasilkan dari pujian dan penghargaan guru atau teman. Tetapi perubahan yang terjadi dengan cara seperti itu tetap bersifat

sementara. Namun demikian, pengaruh yang sifatnya sementara ini akan menjelma menjadi pengaruh menetap jika terjadi secara berulang-ulang.

Pengaruh negatif. Kondisi latihan bisa menyebabkan anak mengalami perubahan penampilan yang bersifat negatif, sehingga prestasi menjadi menurun. Kelelahan adalah salah satu contohnya. Ketika anak merasa lelah, tingkat penampilannya pasti akan menurun. Karena itu, pemberian istirahat di antara kegiatan latihan akan menghindari kelelahan yang mengganggu. Kondisi latihan yang membosankan, kurang menarik, dan tidak memberikan kemajuan apa-apa, juga akan menyebabkan penampilan anak menurun. Karena itu kondisi latihan demikian perlu dihindarkan.

c. Memisahkan Pengaruh Menetap dan Sementara

Apa perlunya kita mengetahui seluruh sifat latihan seperti diuraikan di atas? Keperluannya adalah agar kita bisa membedakan dan memisahkan perubahan yang terjadi pada diri anak untuk keperluan pengukuran kemajuan dikaitka dengan beberapa hal:

1) Aspek Yang Diukur

Mengukur kemajuan anak hendaknya segera setelah proses pembelajaran selesai. Keterampilan yang diperlihatkan belum bisa dikatakan sebagai gambaran kemampuan anak sesungguhnya. Karena itu alangkah bijaksana jika guru menunda penilaian kemajuan anak setelah beberap waktu lamanya.

2) Waktu pengukuran, Pengalihan Hasil Gerak

Pertimbangan kedua yang harusdiperhitungkan adalah, kemampuan individu untuk mengatasi pengaruh sementara dari latihan berbeda satu dengan lainnya. Misalnya anak yang

daya tahannya kurang akan mengalami kelelahan yang lebih cepat dari pada anak lainnya. Jika pengukuran dilakukan dalam keadaan anak lelah, tingkat kemajuan keterampilan anak akan terpengaruh. Akan bijaksana jika pengukuran dilakukan setelah kondisi tubuh anak pulih kembali.

E. Pengalihan Hasil Belajar

Gagasan penting dalam proses pembelajaran adalah pengalihan (transfer) hasil belajar. Ini merupakan persoalan klasik bukan hanya dalam pembelajaran motorik saja, tetapi juga dalam pembelajaran bidang studi lain. Persoalannya adalah, mampukah suatu keterampilan yang dipelajari di lapangan dialihkan ke situasi lain yang berbeda? Sebagai contoh, apakah keterampilan memasukkan bola ke basket yang dilatih khusus di luar permainan bisa dialihkan dengan hasil yang sama ke dalam permainan sebenarnya? Apakah kemahiran menari mendukung keterampilan gerak anak?

Pengalihan merupakan aspek penting dalam pembelajaran. Ini mendukung prinsip latihan yang menyatakan bahwa perubahan menetap yang terjadi sebagai hasil dari belajar harus bisa digunakan pada saat diperlukan. Dengan demikian, dalam suasana pembelajaran gerak, aspek pengalihan menjadi ciri utama keberhasilan pembelajaran itu.

1. Menrancang Latihan Untuk Peralihan

Pengorganisasian latihan yang dirancang untuk memudahkan timbulnya kemampuan pengalihan belajar merupakan faktor penting. Yang pertama adalah menciptakan kondisi latihan semirip mungkin dengan kondisi yang akan dihadapi. Misalnya melempar bola yang paling terdekat dilakukan sebanyak mungkin agar mampu diterapkan dalam proses yang akan datang. Keterampilan itu akan dijadikan pengalaman buat anak tersebut.

Pengalihan juga dapat terbantu dengan memodifikasi keterampilan menjadi lebih mudah untuk dilatih. Misalnya, keterampilan yang panjang seperti lompat jauh, dapat di potong-potong menjadi bagian-bagian. Namun begitu, keterampilan terpotong-potong ini harus diyakini mudah diberikan kepada anak disatukan pada saatnya, termasuk dapat dialihkan secara keseluruhan. Terdapat dua cara dalam merancang latihan untuk pengalihan, yaitu:

a. Pengalihan Dekat

Salah satu aspek penting dalam proses latihan adalah sejauh mana latihan itu beralih pada situasi di luar latihan yang menyerupai permainan sesungguhnya. Latihan yang demikian umumnya dinamakan pengalihan dekat. Latihan diarahkan sedemikian rupa supaya mirip dengan suasana pertandingan yang sebenarnya.

b. Pengalihan Jauh

Jika guru atau pelatih mengembangkan kemampuan gerak umum dengan maksud meningkatkan kemampuan yang khusus, ini disebut pengalihan jauh. Sebagai contoh, pendidikan jasmani yang mengajarkan berbagai macam pola gerak dominan (*dominant movement pattern*) untuk meningkatkan keterampilan anak dalam berbagai macam permainan. Hal ini bisa dilaksanakan selama guru penjas memiliki dasar yang kuat dalam merancang proses latihan yang tepat buat anak tersebut.

BAGIAN 4

GERAK DAN KETERAMPILAN

A. Tujuan Akhir Belajar

Setiap tujuan pembelajaran gerak pada umumnya memiliki harapan dengan munculnya hasil tertentu, hasil tersebut biasanya adalah berupa penguasaan keterampilan. Keterampilan seseorang yang tergambarkan dalam kemampuannya menyelesaikan tugas gerak tertentu akan terlihat mutunya dari beberapa jauh orang tersebut mampu menampilkan tugas yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Semakin tinggi tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas gerak tersebut maka semakin baik keterampilan orang tersebut.

Dengan demikian maka keterampilan menunjuk pada kualitas tertentu dari suatu tugas gerak. Di dalam keterampilan tersebut terdapat unsur aktivitas dan efisiensi. Seseorang yang memiliki keterampilan yang tinggi sudah barang tentu memiliki kedua unsur tersebut. Gerak keterampilan tersebut dapat dikategorikan sebagai penampilan yang terampil

(*skilled performance*). Sesuatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh, apabila dipelajari atau dilatihkan yang dilakukan secara terus menerus dalam periode waktu tertentu.

Penampilan yang terampil merupakan tujuan akhir dari pembelajaran gerak. Keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Penggolongan keterampilan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud.

Keterampilan juga dapat dibedakan dengan mempertimbangan dominan tidaknya unsur yang mengarah ke keterampilan gerak dan ke keterampilan kognitif.

Faktor-faktor yang menentukan keterampilan secara umum dibedakan menjadi tiga hal utama, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan).

Untuk memperoleh tingkat keterampilan sebagaimana dijelaskan di atas, diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh, apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu di antaranya adalah secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai. Bagaimana cara mempelajari keterampilan tersebut, itu merupakan pemikiran berikutnya yang memerlukan pembahasan secara tersendiri. Oleh karena itu, di bawah ini akan dikemukakan berbagai hal yang berkaitan dengan mempelajari suatu keterampilan.

1. Penampilan Terampilan

Sebagaimana telah dikemukakan di atas bahwa penampilan yang terampil merupakan tujuan akhir dari pembelajaran gerak. Penampilan yang terampil tidak semata-mata dalam penguasaan berbagai keterampilan gerak, akan tetapi juga seperti keterampilan mengetik dan menulis, akan berakhir pada tujuan pokoknya, yaitu penguasaan penampilan yang terampil.

2. Pengertian Dan Batasan Keterampilan

Istilah keterampilan sulit untuk didefinisikan dengan yang dimaksud adalah sebagai kata benda. suatu kepastian yang tidak dapat diperdebatkan lagi. Keterampilan dapat menunjuk pada aksi khusus yang

ditampilkan atau sidat di mana keterampilan itu dilaksanakan. Banyak kegiatan dianggap sebagai suatu keterampilan, terdiri beberapa keterampilan dan derajat penguasaan yang dicapai oleh seseorang menggambarkan tingkat keterampilan. Hal ini bisa terjadi, karena kebiasaan yang sudah diterima umum untuk menyatakan bahwa satu atau beberapa pola gerak atau perilaku yang diperhalus bisa disebut keterampilan, misalnya menulis, memainkan gitar atau piano, menyetel mesian, berjalan, berlari, melompat, dan sebagainya. Jika ini yang digunakan, maka kata “keterampilan” yang dimaksud adalah sebagai kata benda.

Di pihak lain, keterampilan juga bisa digunakan sebagai kata sifat, walaupun kalau hal ini digunakan, kata tersebut sudah berubah strukturnya hanya menjadi terampil. Kata digunakan untuk menunjukkan suatu tingkat keberhasilan dalam melakukan suatu tugas.

Jika memperhatikan kondisi dari kedua hal yang digambarkan di atas maka istilah “keterampilan” tersebut harus didefinisikan dengan dua cara. Pertama, dengan menganggapnya sebagai kata benda, yang menunjuk pada suatu kegiatan tertentu yang berhubungan dengan sepertingkat gerak yang harus dipenuhi syarat-syaratnya agar bisa disebut suatu keterampilan. Kedua, dengan menganggapnya sebagai kata sifat. Yang sudah dilakukan orang selama ini dalam kaitannya dengan istilah keterampilan baru terbatas pada penjabatan definisi dalam konteks yang terakhir.

Schmidt (1991) Mencoba menggambarkan definisi keterampilan tersebut dengan meminjam definisi yang dihasilkan oleh E.R. Guthrie, yang mengatakan bahwa keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum dan pengeluaran energi dan waktu yang minimum. Sedangkan Singer (1980) menyatakan

bahwa keterampilan adalah derajat keberhasilanyang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif.

Sebagai kesimpulan, seperti dinyatakan oleh Schmidt, keterampilan pada dasarnya merupakan upaya untuk mencapai tujuan-tujuan yang berhubungan dengan lingkungan dengan cara: (1) Memaksimalkan kepastian prestasi (2) Meminimalkan pengeluaran energi tubuh dan energi mental, dan (3) Meminimalkan waktu yang digunakan.

B. Penggolongan Keterampilan

Keterampilan dapat digolongkan menjadi beberapa macam dan kelas. Penggolongan keterampilan ini dimaksudkan untuk membantu pada peneliti dan pendidik dalam upaya menerapkan keterampilan dalam keperluan penelitian atau pengajarannya. Dengan mengetahui perbedaan-perbedaan dalam keterampilan tersebut, maka akan memudahkan bagi pendidik dalam membuat pertahapan pembelajarannya.

Banyak pendekatan yang tela dikembangkan untuk menggolongkan keterampilan gerak. Setiap sistem penggolongan didasarkan pada hakikat umum dari keterampilan gerak kaitkan dengan aspek-aspek spesifik dari keterampilan tersebut. Setidaknya ada tiga sistem yang dapat dikemukakan di sini, yaitu dilihat dari dikaitan dengan: (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud.

1. Keterampilan Terbuka Dan Tertutup.

Keterampilan bisa diadakan antara keterampilan-keterampilan terbuka dan tertutup. Hal ini berkaiktan dengan kondisi ligkungan (environment) pada saat keterampilan yang bersangkutan dilakukan. Dalam Schmid (1991) keterampilan terbuka (open skil) adalah keterampilan yang ketika dilakukan lingkungan yang berkaitan dengannya bervariasi dan tidak dapat diduga. Ini hampir sama seperti

yang dikemukakan oleh Magil (1985) yang menyebutkan bahwa keterampilan terbuka adalah keterampilan-keterampilan yang melibatkan lingkungan yang selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan. Sebagai contoh dari keterampilan ini misalnya pada pukulan-pukulan pada permainan kasti yang kedatangan bolanya dari lawan sering tidak bisa diduga sebelumnya, baik dalam hal kecepatan maupun dalam hal arahnya. Dalam hal ini Gentile (1972) mengatakan bahwa, “pelaku harus bertindak atas rangsangan yang datang.

2. Keterampilan diskrit, kontinyu, dan sosial.

Cara kedua dalam membedakan jenis keterampilan yakni tersebut dengan keberlangsungannya, maksudnya yaitu antara keterampilan yang berlangsung terus menerus dalam waktu lama. Atau seperti dikemukakan di atas, keterampilan ini dibedakan dengan melihat jelas tidaknya antara titik awal dan titik akhir dari gerakan yang dimaksud.

Keterampilan diskrit (*discret skill*) diartikan oleh Schmid sebagai keterampilan yang dapat ditentukan dengan mudah awal dan akhir dari gerakannya, yang lebih sering berlangsung dalam waktu singkat, seperti melempar bola, gerakan-gerakan dalam senam motorik. Keterampilan-keterampilan semacam ini tentu saja dianggap penting dalam permainan kecil karena menentukan pencapaian tujuan dalam permainan kecil yang bersangkutan.

3. Keterampilan Gerak Kasar dan Keterampilan Gerak Halus.

Penggolongan keterampilan yang terakhir dikenal dengan keterampilan gerak kasar dan keterampilan gerak halus, di mana ketepatan menjadi penentuan dari keberhasilannya. Magil membatasi keterampilan gerak kasar (*gross motor skill*) sebagai keterampilan yang bercirikan gerak yang melibatkan kelompok otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Dikatakan demikian karena seluruh tubuh

biasanya berada dalam gerakan yang besar. Menyeluruh, penuh dan nyata (singer: 1980, Malina dan Bouchard: 1991). Keteampilan ini dengan demikian tidak terlalu menekankan ketepatan (*precision*) dalam pelaksanaannya, serta tentunya merupakan kebaikan dari keterampilan gerak halus. Belajar, berlari, melompat, melempar, serta kebanyakan keterampilan dalam permainan dimasukkan sebagai keterampilan gerak kasar. Namun demikian, berhasilnya penampilan keterampilan ini tetap memerlukan koordinasi gerak yang tinggi, sebab tidak ada satu pun keterampilan permainan yang tidak disertai oleh keterampilan yang halus. Semua gerakan atau tindakan, terdiri dari sebuah kontinum antara yang halus dan yang kasar.

4. Keterampilan Gerak Dan Keterampilan Kognitif.

Selain apa yang dipaparkan di atas, Schmid menjelaskan hal khusus, yaitu ia melakukan perbedaan di dalam penggolongan keterampilan. Penggolongan keterampilan tersebut adalah pertama yang bersifat atau cenderung mengarah ke gerak (motorik) dan kedua yang lebih mengarah kognitif. Ia berpendapat bahwa dalam keterampilan gerak, penentu utama dari keberhasilannya adalah kualitas dari gerakannya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih. Contoh dalam permainan lompat melewati benda, si pelompat tidak perlu memperhitungkan kapan dan bagaimana ia harus bertindak untuk melompati mistar, tetapi yang harus ia lakukan adalah melompat setinggi dan seefektif mungkin.

Dalam keterampilan kognitif hakikat dari gerakannya tidaklah penting, tetapi keputusan-keputusan tentang gerakan apa dan yang mana yang harus dibuat merupakan hal yang terpenting. Contohnya, dalam permainan Dakon, bukanlah hal yang penting apakah buah

Dakon digerakkan dengan cepat atau pelan-pelan, tetapi yang penting adalah permainan mengetahui buah Dakon yang mana dan ke mana seharusnya digerakan.

Pendeknya, keterampilan kognitif terutama berkaitan dengan pemilihan apa yang harus dilakukan, sedangkan keterampilan gerak terutama berkaitan dengan bagaimana melakukannya. Ukuran ini, seperti juga dengan yang lain, hanyalah merupakan kontinum, sebab tidak ada keterampilan yang benar-benar keterampilan gerak. Setiap keterampilan memerlukan kombinasi dari keduanya. Kebanyakan keterampilan yang nyata biasanya berada di antara kedua ujung dari pengkutuban kedua keterampilan ini dan merupakan kombinasi kompleks dari perbuatan keputusan dan pelaksanaan gerakan.

C. Faktor-Faktor Yang Menentukan Keterampilan

Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utam, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Ketiga faktor inilah yang diyakini telah menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan. Agar lebih jelas mengenai bagaimana faktor-faktor tadi berpengaruh pada keterampilan, di bawah ini secara singkat akan diuraikan kesemua faktor tadi, yaitu sebagai berikut.

1. Faktor Proses Belajar (*learning process*)

Hakikat dari proses sebenarnya berkaitan langsung dengan isu sentral yang dibahas dalam buku ini, yaitu hakikat pembelajaran. Pertanyaan sentral yang diilhami oleh ide dasar tersebut adalah bagaimana kita belajar? Dalam bagian sebelumnya kita sekilas telah menyinggung banyak hal tentang apa dan bagaimana pembelajaran, apakah lewat proses yang

bersandarkan pada teori belajar behavioris ,teori belajar kognitivisme, atau mungkin teori belajar pengolahan informasi yang akan kita coba uraikan keterkaitannya dengan belajar gerak di bagian berikutnya. Dari pemahaman kita terhadap teori-teori belajar itulah kita melihat bagaimana proses belajar yang dikehendaki dapat dilangsungkan.

Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya. Berbagai tanda serta langkah yang bisa menimbulkan berbagai perubahan dalam perilaku peserta didik ketika sedang belajar gerak harus diupayakan kehadirannya. Di pihak lain, teori-teori belajar mengarahkan kita pada pemahaman tentang metode pengajaran yang efektif, apakah suatu materi cocok disampaikan dengan menggunakan metode keseluruhan versus bagian, metode drill problem solving, atau metode pengajaran terprogram, kesemuanya merupakan poin-point yang akan mengarahkan pada pencapaian keterampilan.

2. Faktor Pribadi (*personal factor*)

Setiap orang (pribadi) merupakan individu yang berbeda-beda, baik dalam hal fisik, mental emosional, maupun kemampuan-kemampuannya. Ada ungkapan yang sering didengar dalam kehidupan sehari-hari bahwa si A berbakat besar dalam lempar bola, si B berbakat dalam permainan lainnya. Demikian juga dengan mendengar bahwa seorang anak lebih cepat menguasai suatu keterampilan, sedangkan anak yang lain memerlukan waktu yang lebih lama. Kesemuanya itu tidak lain

merupakan pertanda bahwa kita merupakan individu-individu yang memiliki ciri kemampuan, minat, kecenderungan, serta bakat yang berbeda-beda.

Pertanyaan berikutnya yang harus dikemukakan dalam masalah pribadi ini adalah, faktor-faktor pribadi apakah yang bisa mempengaruhi penguasaan keterampilan? Singer mengidentifikasi sekitar 12 faktor pribadi yang sangat berhubungan dengan upaya pencapaian keterampilan. Faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

1. Ketajaman indera
2. Persepsi
3. Intelegensi
4. Ukuran fisik
5. Pengalaman masa lalu
6. Kesanggupan
7. Emosi
8. Motivasi
9. Sikap
10. Faktor-faktor Kepribadian yang lain
11. Jenis kelamin
12. Usia

13. Faktor situasional (*situational factor*)

Sesungguhnya faktor situasional yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran adalah lebih tertuju pada keadaan lingkungan. Yang termasuk ke dalam faktor situasional itu, antara lain seperti: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar di mana pembelajaran itu berlangsung. Faktor-faktor ini pada

pelakasnya akan mempengaruhi proses pembelajaran serta kondisi pribadi anak, yang kesemuanya berjaln saling menunjang dan atau sebaliknya.

Penggunaan peralatan serta media belajar, misalnya, secara langsung atau tidak tentulah akan berpengaruh pada minat dan kesungguhan anak dalam proses belajar, yang pada gilirannya akan juga mempengaruhi keberhasilan mereka dalam menguasai keterampilan yang sedang dipelajari. Kemajuan teknologi yang belakangan berkembang pun dianggap menjadi penyebab utama dalam mengdongkrak prestasi seseorang serta merupakan gambaran nyata dari semakin terkuasanya keterampilan dengan lebih baik lagi. Demikian juga kemajuan-kemajuan dalam bidang kesehatan dan kedokteran, dalam dekade terakhir dalam mampu mengungkap banyak rahasia dari kemampuan akhir manusia dalam hal gerak dan keterampilan.

Untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif dan jelas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian keterampilan, maka di halama berikut ini akan ditampilkan sebuah bagan tentang kesemua faktor tersebut pada halaman berikutnya

D. Beberapa Konsep Dalam Belajar Gerak

1. Perbedaan individu

Pada bagian awal tentang faktor pribadi dikatakan bahwa setiap individu memiliki perbedaan dalam banyak hal dengan individu lainnya. Pengalaman kita sehari-hari dan penyelidikan secara empirik pun menyatakan hal yang sama tentang hal ini; bahwa individu memang dilahirkan dan kemudian berkembang sesuai dengan potensi dan pengalaman yang dilaluinya berbeda-beda.

Berbeda dalam ciri fisik, kemampuan (abilities), gaya belajar, sikap, emosi, serta pengalaman-pengalaman masa lalu yang memiliki kaitan dengan tugas yang dipelajari. Kesemuaan faktor tadi memang saling penguasaan keterampilan.

2. Kemampuan Dan Kerampilan (ability dan skill)

Karena kita saling berhubungan dengan pembelajaran gerak perbedaan individu yang akan dibahas pun lebih ditekankan pada aspek yang berhubungan langsung dengan gerak itu sendiri. Salah satu hal yang paling sering disinggung, dan akan demikian untuk seterusnya, adalah faktor kemampuan (ability).

Penelitian dalam bidang kemampuan motorik dilakukan banyak orang salah satu studi yang paling bisa diterima dalam mengungkapkan kemampuan-kemampuan itu adalah Fleisman, yang mencoba membedakan antara motor ability dengan kemampuan kecapakan fisik (*physical abilities*).

Karena dipandang sangat beragam dan tidak pastinya pengidentifikasi kemampuan gerak ini, maka singer lebih menyukai memilih empat kemampuan yang bersifat lebih langsung hubungannya dengan keterampilan aktivitas gerak. Koordinasi, kinestetis, keseimbangan, dan kecepatan gerak. Koordinasi dianggap sebagai kemampuan untuk mengontrol bagian-bagian tubuh yang terpisah yang terlibat di dalam suatu pola gerakan yang kompleks dan menyatukan bagian-bagian tersebut dalam upaya yang tunggal, halus dan berhasil untuk mencapai tujuan. Kinestetis atau disebut juga proprioceptif umumnya menunjuk pada kemampuan indera untuk memberikan informasi tentang posisi tubuh dalam ruang dan hubungannya dengan bagian-bagian tubuhnya. Keseimbangan adalah kemampuan untuk memelihara posisi tubuh. Karena posisi tubuh bisa berubah-ubah, maka kemampuan dalam menjaga posisinya ini dibedakan antara keseimbangan statis (pada saat diam) dan keseimbangan dinamis (pada saat badan bergerak). Sedangkan kecepatan gerak adalah kemampuan untuk memindahkan tubuh atau anggotanya dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

3. Pola Gerak Dan Keterampilan (movement pattern dan Skill)

Pembahasannya perlu diawali dengan pertanyaan apakah perbedaan antara pola gerak dan keterampilan? Pada setiap kesempatan sering kita dengar bahwa istilah itu dipertukarkan untuk menunjuk pada hal yang sama. Namun demikian, dalam upaya lebih mempertajam keabsahan dan penggunaan istilah ini maka keduanya tersebut perlu dibedakan dalam pengertiannya.

Gerakan kadang-kadang digambarkan dalam konteks pola dan keterampilan. Pola gerak, menurut Malina (1991), merupakan gerak dasar atau gerakan-gerakan yang dilibatkan dalam menampilkan suatu dasar atau gerakan-gerakan yang dilibatkan dalam menampilkan suatu tugas tertentu. Tekanannya adalah pada gerakan-gerakan yang menyusun tugas tertentu. Dalam hal ini apa yang menjadi dasar penamaan pola gerak sama dengan keterampilan, tetapi keterampilan lebih menekankan pada ketepatan, ketelitian, dan keefesienan penampilannya. Dengan kata lain, pola gerak menunjuk pada konsep yang umum, sedangkan keterampilan gerak lebih terkhususkan.

Sebagai contoh dari pola gerak adalah lokomotor. Pelaku bebas memilih dari sekian aksi gerak, apakah mau berjalan, berlari, atau melompat, untuk berpindah dari satu tempat ke tempat lain. Berjalan memang merupakan sebuah keterampilan yang dikembangkan dengan lebih baik lagi dari sekedar bisa berjalan. Untuk bisa mengatakan berjalan sebagai keterampilan, tentunya seseorang harus melatihnya sedemikian rupa sehingga berjalannya bisa dilakukan secara baik, tepat, dan efisien. Pada dasarnya keterampilan merupakan penghalusan gerak dari pola-pola gerak dasar.

BAGIAN 5

KONSEP PERKEMBANGAN MOTORIK PADA ANAK PRASEKOLAH

Motorik merupakan istilah umum berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor digunakan untuk mempelajari perkembangan gerak pada manusia. Jadi, motorik ruang lingkungan lebih luas dari pada psikomotor. Meskipun secara umum digunakan istilah motorik; sebenarnya psikomotor mengacu pada gerakan-gerakan yang dinamakan alih getaran elektronik dari pusat otot besar.

Perkembangan merupakan istilah umum yang mengacu pada kemajuan dan kemunduran yang terjadi hingga akhir hayat. Pertumbuhan adalah aspek struktural dari perkembangan, sedangkan kematangan berkaitan dengan perubahan fungsi pada perkembangan. Jadi, perkembangan meliputi semua aspek perilaku manusia dari hasilnya hanya dapat dipisahkan ke dalam priode usia. Dukungan pertumbuhan terhadap perkembangan sepanjang hidup merupakan sesuatu yang berarti. Oleh karena itu, kita mempelajari motorik selama masa anak prasekolah.

A. Dasar Perkembangan Motorik Anak Prasekolah

1. Pengertian Perkembangan Motorik Anak Prasekolah perubahan kemampuan motorik dari bayi sampai dewasa melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan motorik. Aspek perilaku dan perkembangan motorik saling mempengaruhi satu dengan lainnya.
2. Prinsip perkembangan Motorik Anak Prasekolah suatu perubahan, baik fisik maupun psikis, sesuai dengan masa pertumbuhannya, perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh gizi, status kesehatan, dan perilaku motorik yang sesuai dengan masa perkembangan.

3. Nilai-nilai dalam Perkembangan Motorik nilai-nilai yang didapat dari perkembangan motorik pada anak prasekolah antara lain, mendapatkan pengalaman yang berarti, hak dan kesempatan beraktivitas, keseimbangan jiwa dan raga, serta mampu berperan menjadi dirinya sendiri.
4. Tujuan dan Fungsi Perkembangan Motorik penguasaan keterampilan tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Jika, tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukannya efektif dan efisien.

B. Perkembangan Motorik Hubungan Dengan Kognitif

Tidak ada orang yang tertarik menulis mengenai perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan kognitif. Piaget secara umum diterima sebagai orang yang sangat inovatif, informatif, dan produktif, dikenal karena memiliki kemampuan yang genius seperti Albert Einstein.

Ketertarikan Piaget dalam hal perkembangan Intelektual pada manusia telah menjadikannya orang yang sangat dikenal hingga sekarang, selanjutnya, Piaget menjadi tertarik dalam pengujian bagaimana kita mengetahui sesuatu dengan proses berpikir. Menurutnya, proses seperti itu merupakan fungsi kritis dalam kehidupan yang memungkinkan kita untuk beradaptasi dengan lingkungan dengan observasi yang dilakukannya.

Piaget telah menemukan bahwa anak mampu beraktivitas dalam merespons pengaruh lingkungan secara berharap sejak lahir hingga dewasa. Hasil temuannya itu sekarang dikenal sebagai metode klinis dari Piaget, suatu sistem pengumpulan data melalui tanya jawab yang sepenuhnya untuk memahami proses berpikir.

C. Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik Anak Prasekolah

1. Perkembangan Anatomis

Perkembangan anatomis ditujukan dengan adanya perubahan kuantitas pada struktur tulang-betulang, serta proporsi tinggi kepala dan badan secara keseluruhan. Perkembangan motorik pada anak prasekolah diperlihatkan dengan bertambahnya jumlah tulang-tulang yang mempengaruhi pada semakin meningkatnya proposal tinggi kepala dan berat badan pada anak prasekolah tersebut.

2. Perkembangan Fisiologis

Perkembangan fisiologis ditandai dengan adanya perubahan secara kuantitatif, kualitatif, dan fungsional dari sistem kerja hayati, seperti kontraksi otot, peredaran darah dan pernafasan, persyarafan, produksi kelenjar, dan pencernaan. Pada anak prasekolah otot berfungsi sebagai pengontrol motorik dan denyut jantung yang frekuensinya sekitar 140 denyut per menit. Seiring dengan bertambahnya usia anak, fungsi organ tubuh anak akan lebih efektif dan efisien.

3. Perkembangan Perilaku Motorik

Perilaku motorik memerlukan koordinasi fungsional antara persyarafan dan otot serta fungsi kognitif, sikap, dan motorik. Dua macam perilaku motorik utama yang bersifat umum harus dikuasai oleh setiap anak prasekolah, yaitu (a) berjalan dan memegang benda yang merupakan jenis keterampilan motorik dasar serta (b) bermain dan mengerjakan pekerjaan sehari-hari yang merupakan keterampilan motorik penunjan.

D. Sasaran Perkembangan Motorik Anak Prasekolah

1. Pengayaan Motorik

Secara alamiah, jenis gerak itu sudah harus dimiliki oleh setiap anak kanera sangat berguna bagi perkembangan dan pertumbuhan anak prasekolah.

- a. Pengayaan motorik kasar adalah kemampuan anak prasekolah beraktivitas dengan menggunakan oto-otot, kemampuan menggunakan otot-otot besar bagi anak prasekolah tergolong pada kemampuan gerak dasar.

Kemampuan itu dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup anak prasekolah kemampuan gerak dasar dibagi tiga katagori, yaitu lokomotor, nonkolomotor, dan manipulatif.

- **Kemampuan Nonkolomotor**

Kemampuan nonkolomotor di lakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memandal. Contohnya: menekuk, merengang, mendorong, dan menarik, mengangkat dan menurun, melipat dan memutar, melingkar, melambungkan, danlain-lain.

- **Kemampuan Locomotor**

Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti melompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari.

- **Kemampuan Manipulatif**

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak sedang menguasai bermacam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh juga dapat digunakan. Manipulatif objek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata kaki dan mata tangan. Koordinasi itu cukup penting

untuk proses berjalan dalam ruang gerak. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri atas gerak mendorong (melempar, memukul, dan menendang.), gerakan menerima (menangkap) objek. Gerakan itu dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola medisn) atau bola plastik dengan gerakan memantul-memantulkan bola atau menggiring bola.

- b. Motorik halus adalah kemampuan anak prasekolah beraktivitas dengan menggunakan otot-oto halus (kecil), seperti manusia, meremas, menggenggam, menggambar, menyusun balok, dan memasukan kelereng ke dalam lobang.

2. Kesadaran Motorik

Dalam bergerak akan prasekolah harus menyadari keberadaan dirinya dengan kondisi lingkunga. Mereka harus memanfaatkan indra, mengontrol, keseimbangan, mengenali ruang gerak, dan memahami bagian-bagian tubuh yang dapat digerakkan. Kesadaran gerak meliputi: panca indra, keseimbangan, ruang, tubuh, waktu dan arah.

- a. Panca indra merupakan alat yang digunakan mengenali lingkungan di sekiling anak prasekolah sehingga anak dapat berintraksi.
- b. Keseimbangan adalah suatu keadaan tenaga yang berlawanan mampu menjaga pusat berad badan.
- c. Ruang adalah kemampuan memahami ruang eksternal sekitar anak prasekolah dan memfungsikan motorik melalui ruang tersebut, seperti lingkaran, segitiga, dan segi empat.
- d. Tubuh merupakan kemampuan untuk mengetahui dan memahami nama dan fungsi macam-macam bagian tubuh yang melekat pada diri anak prasekolah, seperti kaki, tangan, mata, dan telinga.

- e. Waktu artinya kemampuan menduga waktu kedatangan didasarkan pada ciri-ciri kecepatan alannya bola, berat dan jarak bola. Dengan kata lain, waktu merupakan kemampuan individu mengantisipasi sesuatu benda yang datang kepadanya.
- f. Arah artinya kemampuan memahami dan menerapkan konsep arah, seperti atas, bawah, depan

E. Tahapan Perkembangan Motorik anak Prasekolah

1. Tahap verbal Kognitif

Tahap belajar motorik, melalui uraian lisan atau penjelasan dimaksudkan agar anak memahami gerak yang akan dilakukannya.

2. Tahap Assosiasitif

Pada tahap itu perkembangan anak prasekolah sedang memasuki masa pemahaman dari gerak-gerak yang sedang dipelajarinya

3. Tahap Otomasi

Pada tahap itu prasekolah sudah dapat melakukan gerakan dengan benar dan baik atau spontan.

BAGIAN 6

MODEL PENGEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Kemampuan motorik dapat berkembang tanpa dilatih karena adanya pengaruh pertumbuhan dan kematangan. Perubahan kemampuan semacam itu hanya meningkatkan keterampilan sampai pada batas minimal. Contoh sederhana kasus itu adalah keterampilan berlari. Tanpa berlatih pun kemampuan berlari tetap akan berkembang. Siapa pun anak yang normal pasti akan menguasai keterampilan berlari tanpa harus berlatih. Namun perlu dipertanyakan sampai di manakan tingkat keterampilan itu dapat berkembang jika tidak dilatih secara khusus.

Perkembangan keterampilan motorik anak prasekolah karena faktor kematangan jelas tidak dapat dikatakan sebagai hasil belajar atau latihan. Pemberian latihan yang sistematis dan terprogram secara baik memerlukan sebuah model pengembangan motorik anak prasekolah, yang menjadi upaya konkrit dalam memfasilitasi peningkatan keterampilan motorik anak prasekolah secara optimal.

A. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur 0-1 Tahun

1. Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur 0-1 Tahun

- a. Bermain-main dengan tangan
- b. Mengamati maianan yang ada dalam genggaman
- c. Mencoba meraih suatu barang(maraup)
- d. Melempar dan mengambil barang yang dilemparkan sambik diamati yang terjadi
- e. Menahan barang yang dipegangnya
- f. Memegang benda kecil dengan telunjuk dan ibu jari
- g. Menunjuk titik tertentu misalnya mata boneka

- h. Membuka lembaran buku/majalah
- i. Mengangkat kaki dan memainkan jari tangan di depan mata
- j. Mengakangkat kepala ketika ditengkurapkan
- k. Duduk dengan bantuan dan kepala tegak
- l. Mengangkat dada saat tengkurap dengan bertumpu pada tangan
- m. Mencoba merangkak
- n. Duduk tanpa ditopang
- o. Mencoba berdiri sendiri dengan berpegangan
- p. Berjalan jika dipegang/berpegangan

2. Perkembangan motorik anak prasekolah umur 0-1 tahun

- a. Meletakkan bola berwarna mencolol atau benda yang berbunyi, seperti mainan kerincingan atau boneka kecil, berjarak \pm 1 meter di depan anak, diharapkan anak mengambilnya, melemparnya, menahannya, dan menunjuk titik yang menarik perhatiannya.
- b. Menggantungkan benda yang menarik perhatian, seperti mainan kerincingan, di atas dengan jarak hampir terjangkau dengan jangkauan tangan anak, diharapkan anak akan berusaha menjagkau, anak memainkan jari tangan dan kaki di depan mata.
- c. Menengkurapkan anak, diharapkan anak mengangkat kepala dan dada dengan bertumpu pada tangan.
- d. Membantu anak duduk, diharapkan anak mengangkat kepalanya
- e. Meletakkan benda yang menarik perhatian \pm 1 meter di depannya, diharapkan anak merangkak mencapai benda tersebut.
- f. Membantu anak duduk pada tempat yang aman dan tidak ada sandarannya, diharapkan anak dapat duduk tanpa ditopang
- g. Membantu anak berdiri didekat tempat yang ada pegangannya, diharapkan anak dapat berdiri dengan berpegangan pada

- h. Memasukan anak ke dalam mainan yang berdoa dan ada tempat pegangan, diharapkan anak dapat berjalan dengan berpegangan pada tempat pegangan tangan
- i. Meletakkan mainan yang menarik perhatian anak di atas kepalanya diharapkan anak dapat menolehkan matanya ke kiri dan ke kanan.

B. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 1 – 2 Tahun

1. Karakteristik perkembangan motorik umur > 1 – 2 Tahun

- a. Meletakkan gelas di atas gelas
- b. Mencoret-coret
- c. Menyusun balok dua sampai tiga buah
- d. Mencoba makanan sendiri dengan sendok atau membuka buku
- e. Senang mendengarkan musik dan mengikuti irama
- f. Latihan berjalan tanpa dipegang
- g. Berjalan mantap
- h. Berjalan mundur satu sampai tiga langkah
- i. Berlari tanpa jatuh
- j. Menaiki dan menurun tangga dengan berpegangan
- k. Memanjat kursi orang dewasa, merangkak naik tangga
- l. Mulai menloncat dan melompat walaupun sederhana

2. Perkembangan motorik umur > 1 – 2 Tahun

- a. Meletakkan tutup gelas dan gelas di depan anak, diharapkan anak meletakkan tutup gelas di atas gelas
- b. Memberikan spindol warna dan kertas, harapkan anak mengambil spidol dan mencoret-coret kertas tersebut
- c. Memberikan beberapa balok warna, diharapkan anak menyusun balok tersebut sebanyak 2-3 balok.
- d. Meletakkan makanan dengan sendok di depan anak, diharapkan anak mengambil makanan dengan sendok dan memasukkannya ke mulut

- e. Meletakkan buku bergambar yang menarik bagi anak-anak, diharapkan anak membuka buku tersebut
- f. Memberikan suara-suara yang berirama teratur (musik) atau memasang video, diharapkan anak menggerak-gerakkan anggota badannya mengikuti irama musik
- g. Membimbing anak berjalan mundur, diharapkan anak bergerak untuk bisa berjalan mundur
- h. Melombakan anak meraih benda \pm 1 meter di depannya, diharapkan anak memperpendek waktu dengan berlari
- i. Meletakkan benda yang menarik perhatiannya pada anak tangga ketiga dengan ketinggian sama dengan ukuran panjang kakinya, diharapkan anak naik dua tangga dengan merangkak dan meraih benda tersebut, kemudian turun kembali sambil membawa benda itu
- j. Meletakkan benda yang menarik perhatiannya pada anak tangga ketiga dengan ketinggian sama dengan ukuran panjang kakinya, diharapkan anak naik dua tangga dengan merangkak dan meraih benda tersebut, kemudian turun kembali sambil membawa benda itu
- k. Meletakkan benda yang menarik perhatiannya di atas kursi orang dewasa, diharapkan anak naik merangkak dan meraih benda tersebut, kemudian turun kembali sambil membawa benda tersebut.

C. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 2 – 3 Tahun

1. Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 2 – 3 Tahun

- a. Meronce/merangkai manik-manik
- b. Mengaduk air digelas dengan sendok
- c. Membuka tutup botol yang berulir (membuka dengan memutar tutup botol)
- d. Menggambar garis lurus

- e. Menyusun balok tiga hingga lima buah
- f. Berjalan mantap
- g. Berjalan mundur
- h. Menaiki dan menuruni tangga
- i. Memanjat
- j. Melompat dengan dua kaki sekaligus
- k. Belajar meniti

2. Pengembangan motorik anak prasekolah umur umur > 2 – 3 Tahun

- a. Meletakkan manik-manik dan benang di depan anak, diharapkan anak menerangkannya menjadi satu untaian manik-manik
- b. Meletakkan air di dalam gelas berikut sendoknya di depan anak, diharapkan anak mengaduknya
- c. Menyediakan sebuah botol bekas obat dari plastik dan tutupnya yang berulir, diharapkan anak dapat membuka tutup botol
- d. Menyediakan kertas yang sudah ditandai dengan titik-titik, pensil, atau spidol warna, diharapkan anak dapat menghubungkan antara satu titik dan titik lainnya dalam bentuk
- e. Memberikan beberapa balok berwarna, diharapkan anak menyusun balok tersebut sebanyak 3-5 buah
- f. Mengikuti lagu, diharapkan anak berjalan maju beberapa langkah dan berjalan mundur beberapa langkah dan naik turun tangga sesuai dengan petunjuk lisan
- g. Menaiki dan menuruni anak tangga dengan berpegangan
- h. Menaiki dan menuruni anak tangga dengan berpegangan
- i. Melompat dengan dua kaki sekaligus di atas bak/hamparan pasir

D. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 3 – 4 Tahun

1. Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 3 – 4 Tahun

- a. Meletakkan manik-manik dan benang di depan anak, diharapkan anak merangkaikannya menjadi satu untaian manik-manik
- b. Meletakkan air di dalam gelas berikut sendoknya di depan anak, diharapkan anak mengaduknya
- c. Menyediakan kertas yang sudah ditandai dengan titik-titik, pensil, atau spidol warna, diharapkan anak dapat membuka tutup botol
- d. Menyediakan kertas yang sudah ditandai dengan titik-titik, pensil, atau spidol warna, diharapkan anak dapat menghubungkan antara satu titik dan titik lainnya dalam bentuk garis lurus
- e. Memberikan beberapa balok berwarna, diharapkan anak menyusun balok tersebut sebanyak 3-5 buah
- f. Mengikuti lagu, diharapkan anak berjalan maju beberapa langkah dan berjalan mundur beberapa langkah dan naik turun tangga sesuai dengan petunjuk lisan
- g. Menaiki dan menuruni anak tangga dengan berpegangan
- h. Memanjat tali yang menggantung dengan simpul-simpul berupa tangga.
- i. Melompat dengan dua kaki sekaligus di atas bak/hamparan pasir
- j. Melompat dengan satu kaki/bergantian
- k. Merayap dan merangkak lurus ke dapan
- l. Melakukan senam dengan mengikuti contoh

2. Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 3 – 4 Tahun

- a. Menyediakan kertas bekas dan tempat sampah, diharapkan anak akan meremas-meras kertas, lalu membuangnya ke tempat sampah

- b. Menyediakan beberapa pakaian dan sepatu, diharapkan anak akan mencoba pakaian dan sepatu, diharapkan anak akan mencoba pakaian dan sepatu, kemudian membuka kembali tanpa bantuan
- c. Menyediakan kertas yang berisi gambar, titik-titik berupa lingkaran dan garis silang dan pencil, diharapkan anak akan menghubungkan titik tersebut sehingga terbentuk garis berupa lingkaran dan garis silang
- d. Menyediakan balok kayu berbagai ukuran yang jumlahnya tujuh buah diharapkan anak akan membentuk menara dengan menyusun balok sebanyak 4-7 buah
- e. Memperdengarkan suara yang berirama (tepuk tangan, atau musik), diharapkan anak akan melakukan motorik tari yang sederhana (tepek tangan, mengakat tangan, menerangkan tangan, dsb) mengikuti irama suara
- f. Menyediakan beberapa bola yang daya pantulnya rendah dan keranjang atau kotak sebagai sasaran, diharapkan anak akan melempar bola ke sasaran secara berulang
- g. Membuat garis pada lantai (lurus dan berbelok-belok) atau balok titian secara berulang
- h. Menyediakan area bermain yang luasnya minimal, dan memperkenalkan permainan yang merangsang anak untuk berkejar-kerjaran di area tersebut
- i. Menyediakan lorong yang perjanganya \pm 4 meter dan yang tingginya hanya dapat dimasuki secara merangkak atau merayap, diharapkan anak akan merangkak dan merayap melalui lorong secara berulang-ulang
- j. Memperagakan beberapa gerakan senam, diharapkan anak akan menirukan gerakan tersebut

E. Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah Umur > 4 – 5 Tahun

1. Karakteristik perkembangan motorik prasekolah umur > 4 – 5

Tahun

- a. Menempel
- b. Mengerjakan teka-teki (puzzle) menyusun potongan-potongan gambar
- c. Mencoblos kertas dengan pensik atau spindol
- d. Makin terampil menggunakan jari tangan (mewarnain dengan rapi)
- e. Mengancingkan kancing baju
- f. Menggambar dengan gerakan naik turun bersambung (seperti gunung)
- g. Menarik garis lurus, lengkung, dan miring
- h. Mengekspresikan gerakan dengan irama bervariasi
- i. Melempar dan menangkap bola
- j. Melipat kertas
- k. Berjalan di atas papan titian (keseimbangan tubuh)
- l. Berjalan dengan berbagai variasi (maju mundur di atas satu garis)
- m. Memanjat dan bergantung (berayu)
- n. Melompati parit atau guling
- o. Melakukan senam dengan gerakan sendiri

2. Karakteristik perkembangan motorik prasekolah umur > 4 – 5

Tahun

- a. Menyediakan beberapa pola gambar dan kertas yang dipotong kecil-kecil, diharapkan anak akan menempelkan potongan kertas tersebut mengikuti pola
- b. Menyediakan teka-teki (puzzle) (potongan-potongan gambar) diharapkan anak akan menyusun potongan-potongan tersebut menjadi gambar yang utuh
- c. Menyediakan jarum tangan, benang, dan kain, diharapkan anak akan menjahit kain secara sederhana.

BAGIAN 7

PENERAPAN TITIK TEKAN PEMBELAJARAN BAGI ANAK PRASEKOLAH

Ketika seorang guru hendak mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah, sebaiknya ia mengetahui titik tekan dari pembelajaran motorik yang dilakukannya. Tanpa mengetahui titik tekan pembelajaran motorik, maka kegiatan pembelajaran motorik yang diadakan hanya akan berjalan secara serampangan tanpa muncul arah yang jelas, bahkan tidak akan memberikan hasil yang maksimal, sebagaimana yang tercantum dalam tujuan pendidikan.

Menurut Junaidi Abdul Munif, seorang pengamat masalah pendidikan dari Universitas Wahid Hasyim, Semarang, dalam sebuah tulisannya yang berjudul *memanfaatkan internet sebagai media dan sumber pembelajaran*, pembelajaran motorik hadir sebagai puncak penguasaan anak. Pada tahapan seperti ini, para anak diharapkan bukan lagi menghafal dan memahami teori, swerta mampu bersikap simpati dan empati. Namun, mereka dapat terlibat aktif dalam kancah keilmuan yang telah dipelajari.

Lebih jauh, dalam ilmu sains, pembelajaran motorik bagi para anak sekolah diukur dari sejauh mana mereka bisa mengkreasikan atau mrenduplikasi materi yang sudah diajarkan. Sedangkan, dalam ilmu humaniora, para anak dilihat dari sejauh mana mereka terlibat aktif dalam kehidupan nyata di tengah masyarakat. Selain itu, mereka juga harus bisa melakukan *problem solving* (pemecahan masalah) terhadap berbagai persoalan yang dihadapi, baik masalah sosial, keluarga, maupun kehidupan pribadi.

Untuk mewujudkan semua itu, tentu saja diperlukan titik tekan dalam kegiatan pembelajaran motorik yang harus dilakukan dan dicapai oleh guru. Secara umum, titik tekan dalam pembelajaran motorik bagi para anak disekolah ialah

keterampilan motoric atau gerakan motorik, otot, dan beberapa kegiatan yang menghendaki sebuah koordinasi saraf otot, misalnya kecakapan berbicara, keterampilan olahraga, keterampilan teknik, keterampilan meneliti atau praktik, serta keterampilan bernyanyi (kesenian), dan lain-lain.

Akan tetapi, dalam praktiknya, beberapa titik tekan tersebut dijabarkan kembali ke dalam banyak aspek yang lebih luas. Oleh karena itu, bab ini akan mengulas secara detail mengenai titik tekan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah.

A. Klasifikasi Titik Tekan Pembelajaran Motorik

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada bagian awal buku ini, pembelajaran motoric bagi para anak di sekolah merupakan kegiatan yang berkaitan dengan upaya untuyk melahirkan kemampuan yang menyangkut kegiatan otot dan fisik, khususnya yang berkaitan dengan aplikasi materi pelajaran secara nyata (praktik).

Dalam konteks itu, menurut Davc (1970), ada beberapa kategori titik tekan yang bisa diklasifikasikan dalam kegiatan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah, diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Peniruan (Imitation)

Titik tekan pertama yang harus diupayakan oleh seorang guru dalam setiap pembelajaran motorik adalah peniruan. Titik tekan ini terjadi ketika para anak mengamati suatu gerakan motorik, baik yang dicontohkan secara langsung oleh seorang guru maupun yang diperagakan dengan alat bantu, seperti film, gambar, dan lain sebagainya.

Guru harus mendorong para anak agar bisa meniru semua keterampilan atau gerakan motorik yang sudah ia contohkan dengan baik dan benar. Saat guru mencontohkan keterampilan sebuah keterampilan motorik tertentu, misalnya menggerakkan tangan atau melangkahkan kaki dalam baris-berbaris, para anak telah mulai memberi respons serupa dengan sesuatu yang diamati dari gurunya,

maka titik tekan yang pertama ini sudah bisa dibilang tercapai dan sukses, meskipun peniruan yang dilakukan masih dalam bentuk global dan tidak sempurna.

Namun, jika seorang guru sudah dapat menggiring para anak agar melakukan peniruan dalam kegiatan motorik, maka proses pembelajaran motoric bisa dilalui dengan mudah dan berjalan lancar, serta senantiasa memberikan hasil yang baik.

2. Manipulasi (Penggunaan Konsep)

Titik tekan kedua ini harus dilakukan oleh guru dengan cara mendorong perkembangan kemampuan motorik para anak untuk mengikuti beberapa hal pokok, yaitu pengarahan, penampilan, serta gerakan-gerakan pilihan yang menetapkan suatu penampilan melalui latihan motorik.

Pada titik kedua ini, para anak harus diupayakan mampu menampilkan gerakan motorik atau keterampilan motorik menurut petunjuk-petunjuk yang ada, bukan hanya meniru tingkah laku yang dicontohkan oleh guru. Misalnya, dalam pembelajaran sepak bola, guru tidak harus memberikan contoh (misalnya, tendangan yang baik dengan cara menendang bola dihadapan para anak secara langsung), melainkan cukup memberi penjelasan bahwa tendangan yang baik adalah tendangan yang lurus dan keras, sehingga sulit ditangkap oleh penjaga gawang. Dengan petunjuk semacam itu, tanpa harus mempraktikkannya secara langsung, mereka dapat mengikuti petunjuk guru.

3. Ketelitian

Pada titik tekan ketiga ini, yang harus diperhatikan oleh guru dalam pembelajaran motorik adalah ketelitian. Dalam hal ini, guru mesti menanamkan beberapa hal pokok dalam setiap kegiatan pembelajaran motorik yang dilakukan oleh para anak, yakni kecermatan dalam setiap sikap dan tindakan motorik, proporsi, kepastian yang sangat tinggi dalam setiap gerakan atau keterampilan motoric yang dilakukan, serta kesungguhan dalam bertindak, yaitu bahwa setiap keterampilan motorik yang dilakukan oleh para anak benar-benar berdasarkan ketelitian dan

kesungguhan yang tinggi, sehingga bisa memberikan hasil yang sangat memuaskan.

Sebagai contoh, saat berlari cepat, para anak harus didorong agar menggunakan semua kemampuan dan tenaga supaya mereka benar-benar berlari kencang. Contoh lainnya, dalam pelajaran senam, mereka harus melakukan gerakan yang benar dari awal hingga akhir. Dalam hal ini, seorang guru harus mampu mengurangi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh mereka selama pembelajaran motorik. Bahkan, ia mesti membatasi kesalahan sampai tingkat minimum.

4. Artikulasi (Articulation)

Titik tekan keempat yang harus dilakukan oleh guru dalam pembelajaran motorik bagi para anak adalah artikulasi. Artikulasi juga sering kali disebut perangkaian. Adapun yang dimaksud oleh titik keempat ini adalah upaya seorang guru untuk menekankan koordinasi suatu rangkaian gerakan motorik atau keterampilan dengan membuat urutan yang tepat dan mencapai sesuatu (hasil) yang diharapkan.

Upaya semacam itu juga dapat disebut sebagai konsistensi internal di antar gerakan motorik yang berbeda. Pada titik tekan ini, guru dituntut menyinambungkan antara berbagai gerakan (keterampilan) motorik menjadi satu kesatuan yang utuh. Sebagai contoh, saat guru mengajar baris-berbaris di halaman sekolah, tentunya terlebih dahulu ia mengajara bagian demi bagian, seperti hadap kanan, hadap kiri, belok kanan, belok kiri, tiga langkah ke kanan dan kiri, balik kanan, merentangkan tangan ke samping, langkah tegap, langkah biasa.

Setelah guru mengajarkan bagian demi bagian secara sempurna dan para anak telah mampu menguasai, maka langkah selanjutnya ialah guru harus dapat menyinambungkan bagian-bagian tersebut menjadi satu keatuan yang utuh, yaitu baris-berbaris. Artinya, para anak mesti mempraktikkan semua bagian tersebut dalam satu kesatuan keterampilan motorik.

Ketika para anak melakukan baris-berbaris, mereka tidak hanya bisa melangkahkan kaki secara tergap, tetapi pada saat yang sama, mereka juga dapat melakukan hadap kiri dan melangkahkan kaki ke samping dengan gerakan motorik yang bagus dan sempurna, tanpa satu kesalahan.

Jika para anak sudah mampu menyinambungkan bagian-bagian gerakan motorik menjadi satu kesatuan yang utuh, maka guru telah dapat dikatakan berhasil mengupayakan titik tekan artikulasi dalam pembelajaran motorik.

5. Pengalamiahan (Naturalization)

Titik tekan terakhir yang harus dilakukan oleh guru dalam setiap pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah adalah pengalamiahan. Harus diingat oleh setiap guru bahwa pengalamiahan adalah kemampuan tertinggi dalam pembelajaran motorik. Pasalnya, secara umum, keberhasilan pembelajaran motorik diukur dari unsur pengalamiahan yang ditekankan oleh guru.

Pada titik tekan ini, guru dituntut menjadikan semua keterampilan motorik yang diajarkan menjadi kebiasaan para anak, atau menjadi keterampilan yang natural dalam diri mereka. Sebagai contoh, jika keterampilan menyetir mobil atau bermain bulu tangkis dan sepak bola sudah menjadi keahlian di luar kepala bagi para anak, maka keterampilan-keterampilan tersebut telah menjadi keterampilan yang natural bagi mereka. Dengan kata lain, mereka sudah dapat melakukan keterampilan-keterampilan motorik tersebut secara rutin, tanpa ada kesulitan sedikitpun, serta telah menjadi kebiasaan mereka sehari-hari.

Pada tahapan tersebut, para anak tidak perlu lagi bersusah payah dan mengeluarkan banyak energi untuk melakukan keterampilan motorik yang baik, benar, dan sempurna, karena keterampilan tersebut sudah menjadi sesuatu yang alamiah dalam diri mereka.

Nah, agar titik tekan yang terakhir ini (pengalamiahan) terwujud, maka ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh guru, diantaranya sebagai berikut.

1. Melakukan latihan secara rutin, sehingga keterampilan motorik benar-benar melekat dalam diri para anak.
2. Tidak terlalu lama memberi jeda istirahat antara pembelajaran motorik pertama dengan pembelajaran motorik kedua, sehingga kemampuan yang sudah dikuasai tidak hilang.
3. Menjadikan pembelajaran motorik sebagai kegiatan yang menarik bagi para anak atau tidak membosankan, sehingga mereka akan selalu tertarik mengikutinya. Guru harus kreatif dalam merancang pembelajaran motorik menjadi kegiatan yang sangat menyenangkan, baik dengan cara memberi penghargaan atau hadiah kepada anak yang berhasil ataupun menyelingi pembelajaran motorik dengan sebuah permainan. Cara ini dapat mendorong anak semakin aktif, sehingga proses pengalamian semakin cepat terwujud.

Berdasarkan penjelasan tersebut, bisa diketahui bahwa domain pembelajaran motorik adalah berorientasi pada proses keahlian dan tingkah laku ataupun pelaksanaan, yang fungsinya ialah meneruskan nilai yang terdapat dalam kognitif dan diinternalisasikan melalui afektif, sehingga para anak dapat mengaplikasikan dalam bentuk nyata (pembelajaran motorik).

B. Titik Tekan Pasca Pembelajaran Motorik

Apabila semua titik tekan yang telah dijelaskan tersebut berhasil dilakukan oleh guru dalam pembelajaran motorik, maka guru harus mengupayakan titik tekan pasca pembelajaran motorik. Keberhasilan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah juga diukur dari keberhasilan guru melakukan titik tekan pasca pembelajaran motorik.

Ada beberapa titik tekan pasca pembelajaran motorik, diantaranya yaitu:

1. Kemampuan para anak dalam memahami semua bahan atau materi pembelajaran motorik yang telah diberikan oleh guru kepada mereka. Artinya, jika mereka mampu, maka guru sudah biasa melepas sepenuhnya untuk melakukan praktik keterampilan motorik secara mandiri, tanpa ada

pendamping sedikitpun. Bila melakukan kesalahan, mereka pun masih dapat memperbaiki kesalahan tanpa arahan guru. Dan, jika titik tekan ini terwujud, maka tanpa bimbingan guru sekalipun, mereka akan mampu merealisasikan beberapa hal berikut, yakni :

- Melakukan suatu keterampilan motorik tanpa pengawasan guru
 - Menggunakan suatu peralatan motorik tanpa kesalahan sekaligus bisa mengetahui kesalahan yang dilakukan dan memperbaiki tanpa pengawasan guru
 - Menentukan cara-cara baik dalam gerakan dan keterampilan motorik
 - Mengetahui kebenaran serta kesempurnaan gerakan dan keterampilan motorik yang dilakukan tanpa bimbingan guru
 - Bekerja dan menentukan alat atau mesin yang diperlukan dalam kegiatan motorik serta
 - Mengatur dan menyusun suatu keterampilan motorik yang berguna bagi diri sendiri dan orang lain
2. Penghayatan para anak terhadap pembelajaran motorik yang telah diterima dari guru. Mereka telah mampu merasakan manfaat atau kegunaan pembelajaran motorik demi kehidupan masa kini dan akan datang.
 3. Pengalaman para anak terhadap semua materi pembelajaran yang telah diberikan oleh guru secara konkret dalam praktik atau kehidupan sehari-hari. Apabila mereka sudah mampu mengamalkan, maka hasil pembelajaran motorik tidak hanya menjadi keterampilan yang dikuasai oleh mereka, tetapi juga menjadi pola hidup mereka. Misalnya, jika pembelajaran motorik dalam materi agama yang dijalankan dengan praktik ibadah dan tolong-menolong telah menjadi kebiasaan dan pola hidup mereka, maka hasil pembelajaran motorik itu telah melekat dalam jiwa mereka, sehingga pada titik ini, pembelajaran motorik dapat dikatakan berhasil.

BAGIAN 8

CARA MENILAI HASIL PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Ada sebagian guru di sekolah yang tidak bisa menilai hasil pembelajaran motorik yang dilakukan oleh para anak. Pada umumnya, para guru di sekolah lebih mudah menilai hasil pembelajaran kognisi, yaitu pembelajaran yang menekankan pada proses yang terjadi dalam akal pikiran para anak. Pembelajaran ini tertuju kepada hal-hal yang terjadi di dalam kepala para anak ketika mereka belajar. Dengan kata lain, teori kognisi mengambil prespektif bahwa para anak secara aktif memproses informasi.

Biasanya, para guru di sekolah hanya dapat menilai hasil pembelajaran afeksi, yakni pembelajaran yang menekankan pada kemampuan yang berhubungan dengan minat dan sikap para anak yang dapat berupa tanggung jawab, kerja sama, disiplin, komitmen, percaya diri, jujur, menghargai pendapat orang lain, dan kemampuan mengendalikan diri.

Semua kemampuan tersebut harus menjadi bagian dari tujuan pembelajaran di sekolah yang akan dicapai melalui kegiatan pembelajaran yang tepat. Ranah afeksi sangat memengaruhi perasaan dan emosi. Dalam hal ini, seorang anak dilihat dari perkembangannya, bukan sesuatu yang telah dirasakannya.

Namun, dalam pembelajaran motorik, para guru sulit mengukur ataupun memberi penilaian terhadap kemajuan para anak. Oleh karena itu, silakan simak berbagai cara menilai hasil pembelajaran motorik disekolah dalam uraian selanjutnya.

A. Cara Mengukur Hasil Pembelajaran Motorik

Sebenarnya, ada banyak cara yang dapat dilakukan oleh guru untuk mengukur hasil pembelajaran motorik yang telah dicapai oleh para anak. *Pertama,*

guru dapat melakukan pengamatan motorik terhadap tingkah laku mereka selama proses pembelajaran motorik (praktik) berlangsung.

Kedua, apabila para anak telah mengikuti pembelajaran motorik secara sempurna, maka guru dapat mengadakan tes terhadap mereka seputar gerakan motorik yang telah dipelajari sebelumnya, dengan tujuan mengukur pengetahuan, keterampilan, dan sikap mereka. Dengan cara semacam ini, maka hasil pembelajaran motorik akan tampak nyata, sehingga guru bisa memberi penilaian yang objektif.

Selain cara-cara tersebut, ada beberapa cara sederhana yang lebih mudah dilakukan oleh guru untuk mengukur ataupun menilai hasil pembelajaran motorik yang telah dicapai oleh para anak. Berikut ini di antaranya.

1. Mengamati kemampuan para anak dalam menggunakan alat dan sikap mereka ketika bekerja. Misalnya, menendang bola, menggunakan peralatan musik dan mikroskop dalam pelajaran biologi dan fisika.
2. Mengamati kemampuan para anak dalam menganalisis suatu pekerjaan dan menyusun urutan pengerjaan yang sedang dilakukan dan akan dilakukan, dimulai dari persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi.
3. Mengukur kecepatan dalam mengerjakan tugas praktik yang berkaitan dengan pembelajaran motorik. Contohnya, kecepatan melipat kertas bagi anak SD atau usia dini.
4. Mengukur kemampuan para anak dalam membaca gambar atau simboli.
5. Mengamati hasil kerja para anak dalam hal keserasian bentuk dengan yang diharapkan atau ukuran yang telah ditentukan sebelumnya. Jika serasi dan sesuai dengan yang telah ditentukan, berarti mereka telah mencapai hasil yang baik dalam pembelajaran motorik. Sebaliknya, bila tidak, berarti kemampuan mereka masih rendah. Misalnya, melihat hasil gambar atau lukisan para anak dengan sketsa yang sudah ditentukan sebelumnya.

Setelah mengamati cara-cara dalam menilai hasil pembelajaran motorik, sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, maka penilaian hasil pembelajaran motorik yang sudah dicapai oleh para anak disekolah mencakup beberapa aspek, yaitu persiapan, proses, dan produk.

Jadi, guru bisa menilai hasil pembelajaran motorik saat para anak mempersiapkan praktik, sekaligus ketika proses berlangsung, yaitu sewaktu mereka sedang melakukan praktik dan sesudahnya, dengan cara mengetes mereka, sehingga akan tampak hasil yang diperoleh (produk).

B. Metode Observasi

Penilaian terhadap hasil pembelajaran motorik di sekolah juga dapat dilakukan dengan metode observasi. Metode observasi juga dikenal dengan sebutan metode pengamatan. Metode ini dapat dilakukan untuk mengukur tingkah laku para anak di sekolah, termasuk proses terjadinya kegiatan yang bisa diamati, baik dalam situasi yang sebenarnya maupun situasi buatan. Artinya, metode observasi dapat digunakan untuk mengukur ataupun menilai hasil pembelajaran motorik sekaligus proses pembelajaran motorik yang diadakan di sekolah. Dalam metode ini, beberapa hal yang bisa dinilai adalah tingkah laku para anak saat melakukan praktik, kegiatan diskusi para anak dan tingkat keaktifan mereka, serta tingkat partisipasi para anak dalam simulasi.

Observasi dalam pembelajaran motorik dilakukan saat proses berlangsung. Misalnya, ketika berolahraga, melakukan praktik/ penelitian, dan lain sebagainya. Dalam konteks ini, seseorang guru terlebih dahulu harus menetapkan kisi-kisi tingkah laku yang akan diobservasi, kemudian membuat pedoman agar memudahkan dalam pengisian observasi.

Pengisian hasil observasi dalam pedoman yang dibuat oleh guru dalam pembelajaran motorik dapat diisi secara bebas dalam bentuk uraian mengenai tingkah laku para anak yang tampak untuk diobservasi. Selain itu, seorang guru juga bisa memberi tanda *check list* pada kolom jawaban hasil observasi.

C. Tes untuk Mengukur Ranah Motorik Anak

Agar guru dapat mengetahui dan mengukur penampilan atau kinerja (*performance*) yang telah dikuasai oleh para anak dari kegiatan pembelajaran motorik disekolah, maka ia dapat mengadakan tes mengukur ranah motorik.

Sebenarnya, ada banyak bentuk tes yang bisa dilakukan oleh guru, diantaranya ialah tes simulasi dan tes unjuk kerja. Nah, penjelasan selengkapnya dari kedua bentuk tes tersebut adalah sebagai berikut.

1. Tes Simulasi

Tes simulasi dapat dilakukan apabila dalam sebuah kegiatan pembelajaran motorik tidak memakai alat yang sebenarnya (guru dan sekolah tidak memiliki alat pembelajaran secara lengkap). Dengan demikian, agar guru bisa menilai ataupun mengukur peragaan penampilan para anak, maka ia dapat mengadakan tes simulasi.

Dalam tes simulasi, guru harus menyediakan bantuan peralatan tiruan, sehingga para anak mampu memperagakan keterampilan motorik seolah-olah mereka menggunakan peralatan yang sebenarnya. Dengan cara ini guru dapat menilai penguasaan keterampilan motorik dengan bantuan peralatan tiruan yang disediakan.

2. Tes Unjuk Kerja (Work Sample)

Tes unjuk kerja dalam motorik adalah kebalikan dari tes simulasi. Dalam tes unjuk kerja, seorang guru harus menyediakan peralatan yang sebenarnya, sesuai dengan tema pelajaran yang sedang dibahas. Para anak dituntut (diarahkan) untuk mempergunakan peralatan yang sebenarnya (bukan tiruan).

Tujuan tes unjuk kerja adalah guru dapat mengetahui sejauh mana para anak telah menguasai aplikasi teori pembelajaran motorik yang sudah diajarkan di sekolah. Dengan tes ini, guru juga dapat mengetahui para anak telah menguasai dan terampil dalam menggunakan alat-alat atau belum. Contoh sederhana dalam pembelajaran tentang berlalu lintas, dengan tes unjuk kerja, para anak dituntut

mampu melakukan praktik pengaturan lalu lintas di lapangan yang sebenarnya (jalan raya).

Adapun yang perlu digaris bawahi adalah guru dapat memperoleh tes simulasi dan tes unjuk kerja dengan cara melakukan observasi secara langsung ketika para anak melakukan observasi secara langsung ketika para anak melakukan kegiatan pembelajaran motorik yang diadakan di sekolah. Dalam hal ini, guru bisa menggunakan lembar observasi dengan dua cara, yaitu daftar cek (check list) dan skala penilaian (rating scale).

Sementara itu, gerakan motorik para anak di sekolah dapat diukur menggunakan alat ukur berupa skala penilaian terentang, yaitu:

- a. Istimewa,
- b. Baik,
- c. Kurang baik,
- d. Sedang,
- e. Tidak baik (buruk), dan
- f. Buruk sekali.

D. Menilai dan Mengukur Hasil di lapangan

Satu hal yang tidak boleh dilupakan oleh guru yang mengajar para anak dalam pembelajaran motorik adalah ia harus sering turun ke lapangan untuk mengukur dan menilai kemampuan mereka dalam pembelajaran motorik. Pasalnya, kegiatan belajar yang banyak berhubungan dengan ranah motorik para anak di sekolah ialah praktik nyata yang mesti dilakukan diluar kelas, seperti aula, lapangan, ataupun praktikum di laboratorium.

Sebenarnya, dalam kegiatan praktik untuk menunjang motorik para anak, juga terdapat ranah kognitif dan afektif. Namun, kedua ranah tersebut sangat sedikit jika dibandingkan dengan ranah motorik yang ditekankan oleh guru dalam pembelajaran tersebut.

Hampir semua kegiatan pembelajaran motorik tidak bisa dinilai dan diukur, kecuali hal tersebut dilakukan di lapangan (luar kelas). Misalnya, kemampuan motorik para anak yang dibina dalam belajar matematika yang berkaitan dengan kemampuan mengukur (dengan satuan tertentu, baik satuan baku maupun tidak baku), sekaligus menggambar bentuk-bentuk geometri (bangun datar, bangun ruang, garis, sudut, dan lain-lain). Semua itu harus dilakukan dilapangan karena menekankan aspek motorik para anak. Jika dilakukan di dalam kelas, maka mereka hanya akan mendapatkan pengetahuan kognitif.

Hal-hal yang diukur atau dinilai dalam ranah motorik para anak meliputi berbagai hal berikut.

1. Gerak refleks, yaitu respons motorik atau gerak tanpa sadar yang muncul ketika para anak mempraktikkan atau mengerjakan sesuatu. Sedangkan, gerakan dasar adalah gerakan yang mengarah kepada keterampilan kompleks yang khusus.
2. Gerak dasar fundamental (*basic fundamental movements*), yakni pola gerakan yang melibatkan bagian tubuh yang berbeda, seperti kaki, lengan, dan kepala, termasuk keterampilan tertentu, misalnya berjalan, berlari, melompat, menangkap, melempar, memukul, menarik, dan lain sebagainya. Gerakan dasar fundamental juga dikenal sebagai gerakan yang muncul tanpa latihan, tetapi dapat diperhalus melalui praktik yang terpolat dan bisa ditebak. Secara umum, gerak dasar fundamental terdiri atas tiga macam gerak, yaitu lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.
3. Keterampilan perseptual, yaitu kemampuan para anak dalam memahami dan menginterpretasikan informasi sensori atau kemampuan intelek untuk mencari makna dari data yang diterima oleh berbagai indra. Keterampilan perseptual merupakan suatu keterampilan yang dapat dipelajari motorik di sekolah bisa memberikan dampak secara langsung

terhadap kecakapan perseptual mereka. Keterampilan perseptual meliputi berbagai hal berikut ini.

- a. Diskriminasi kinestetik, yaitu kemampuan untuk menginterpretasi (menafsirkan) perbedaan stimulus yang masuk melalui indra kinestetik. Indra kinestetik adalah sistem pengolahan informasi serta persepsi tubuh atas pergerakan otot, badan, dan citra tubuh.
 - b. Diskriminasi visual, yakni kemampuan untuk mengidentifikasi bentuk secara terperinci, baik itu bentuk orientasi, warna, maupun ukuran.
 - c. Diskriminasi auditoris, yaitu kemampuan mengingat perbedaan antara bunyi-bunyi fonem serta mengidentifikasi kata-kata yang sama dengan kata-kata yang berbeda. Atau, kemampuan untuk memahami maupun menginterpretasikan segala sesuatu yang didengar oleh para anak.
 - d. Diskriminasi taktis.
 - e. Keterampilan perseptual yang terkoordinasi.
4. Keterampilan fisik, yaitu keterampilan yang secara fisik menjadi kebutuhan para anak di sekolah dan luar sekolah sebagai bekal dalam mengatasi tantangan ataupun rintangan, termasuk menyelesaikan berbagai persoalan. Adapun yang termasuk keterampilan fisik antara lain:
- a. Tali- menali,
 - b. Semapor (dalam pelajaran atau kegiatan kepramukan),
 - c. Memahami peta topografi, peta pita, dan kompas beserta cara menggunakannya dan membuat panorama,
 - d. Isyarat dan sandi, serta
 - e. Menaksir tinggi, lebar, berat, dan lain sebagainya.
5. Gerakan terampil (*skilled movements*), yakni gerakan yang memerlukan belajar, seperti keterampilan dalam olahraga serta keterampilan dalam

bermain gitar dan lain-lain. Gerakan keterampilan juga didefinisikan sebagai gerakan yang dapat mengontrol berbagai tingkatan gerak secara terampil, tangkas, dan cekatan dalam melakukan gerakan yang sulit dan rumit (kompleks).

6. Komunikasi nondiskusi (tanpa bahasa atau melalui gerakan), yang meliputi beberapa hal berikut.
 - a. Gerakan ekspresif, yaitu gerak indah yang dapat menggetarkan perasaan manusia. Sedangkan, gerak indah ialah gerak yang mengandung ritme tertentu. Kata “indah” identik dengan bagus, yang bisa memberikan kepuasan batin manusia. Gerakan semacam ini banyak terdapat dalam seni tari.
 - b. Gerakan interpretatif, yakni gerakan-gerakan yang terjadi berdasarkan gerakan estetis dan kreatif.

BAGIAN 9

PERSIAPAN TEKNIS DAN BERBAGAI TAHAPAN PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Menerapkan teori aplikasi pengajaran motorik di sekolah tentu tidak bisa dijalankan secara serampangan. Sebab, ada persiapan teknis tertentu yang harus dilakukan oleh guru sebelum melakukan pembelajaran motorik bagi para anak. Meskipun pembelajaran motorik biasanya dilakukan di luar teknis yang sangat matang. Tanpa persiapan, pembelajaran tersebut tidak dapat mengarah kepada sasaran yang diinginkan.

Merancang persiapan pembelajaran motorik sangat penting dilakukan oleh guru. Pasalnya, ketika guru menjalankan fungsinya sebagai pendidik atau pelatih dalam pembelajaran motorik, ia akan mendapatkan banyak pertanyaan yang muncul, misalnya program apa yang sesuai dengan kebutuhan para anak? Metode apa yang harus dipilih dalam pembelajaran motorik? Dan, strategi apa saja yang diterapkan dalam pembelajaran motorik agar anak dapat belajar secara efektif?

Seluruh pertanyaan tersebut merupakan persoalan yang dihadapi oleh guru yang mengadakan pembelajaran motorik. Dan, semua itu tidak bisa terjawab tanpa adanya persiapan teknis yang dilakukan. Bahkan, guru akan merasa kesulitan dalam menentukan porsi dan cara memulai pembelajaran motorik tanpa adanya persiapan. Oleh karena itu, pada bab ini, akan dijelaskan secara terperinci mengenai masalah yang berkaitan dengan strategi dan persiapan teknis pembelajaran motorik.

Persiapan teknis pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah harus disesuaikan dengan anak yang dilibatkan dalam kegiatan pembelajaran tersebut. Pemahaman terhadap anak diarahkan kepada

persoalan tentang seberapa jauh anak sudah mengenal keterampilan yang diajarkan dalam pembelajaran motorik.

Berdasarkan pengalaman anak tersebut, maka tingkat kemampuan anak dapat dikelompokkan berdasarkan tahapan pembelajaran. Tahapan pembelajaran ini akan membantu guru dalam menentukan tugas pembelajaran motorik yang diberikan kepada para anak.

Demi kelancaran perancangan tugas yang akan diberikan kepada para anak di sekolah, guru atau pembimbing pembelajaran motorik perlu mengenal tahapan pembelajaran motorik. Misalnya, dalam pelajaran pendidikan jasmani, berdasarkan pengenalan para anak terhadap pengalaman gerak,

pembelajaran motorik dalam pendidikan jasmani dapat dikelompokkan menjadi tiga tahapan, yaitu tahapan pemahaman konsep gerak, tahapan gerak (*motor stage*), dan tahapan otonom.

A. Tahapan Pemahaman Konsep Gerak

Pada tahapan pertama ini, tugas yang harus dipelajari oleh para anak dalam pembelajaran motorik merupakan tugas yang benar-benar baru. Bagi mereka yang baru mengikuti pembelajaran motorik, mereka akan dipersulit oleh berbagai keputusan yang harus dibuat berikut.

1. Bagaimana cara berdiri dalam sikap yang baik?
2. Dimana lengan harus disiapkan?
3. Kapan gerak harus dimulai?
4. Kemana pandangan harus diarahkan?

Pada tahapan pertama ini, biasanya masalah yang dihadapi oleh para anak adalah penguasaan informasi tentang cara melaksanakan tugas gerak. Mereka akan selalu memunculkan beberapa pertanyaan berikut.

1. Kapan melakukannya?
2. Apa yang harus dilihat?

3. Bagaimana caranya?

Pertanyaan-pertanyaan tersebut selalu muncul dalam benak para anak yang pertama kali mengikuti pembelajaran motorik (keterampilan gerak). Oleh karena itu, dalam hal ini, guru harus membantu mereka yang masih baru mengikuti pembelajaran motorik, khususnya dalam aspek atau materi yang belum pernah dikenal sebelumnya. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan menyampaikan informasi sejelas-jelanya tentang tugas yang harus dipelajari dan dikerjakan oleh mereka.

Gurupun harus sering memberikan instruksi, demonstrasi, film, dan informasi lisan lainnya yang sangat berguna bagi para anak. Misalnya, ketika mereka melakukan baris-berbaris, maka guru tidak hanya memberikan penjelasan mengenai cara berbaris yang baik, melainkan ia juga harus melakukan baris-berbaris bersama mereka agar mereka bisa melihat contoh yang nyata dan konkret.

Salah satu tujuan pembelajaran motorik adalah memungkinkan para anak mengalihkan informasi masa lalu ke tugas yang dihadapi. Misalnya, dalam pelajaran pendidikan jasmani (olahraga), ada banyak keterampilan gerak yang mempunyai ciri keterampilan gerakan yang kira-kira sudah dipelajari oleh mereka, sehingga mereka pun mempunyai gambaran yang jelas.

Pertambahan kemampuan dalam tahapan ini biasanya sangat cepat. Itu menunjukkan bahwa strategi pembelajaran sudah ditemukan oleh para anak. Jangan terlalu dirisaukan jika penampilan pada tahapan ini masih kelihatan kaku, kasar, belum pasti, dan belum disertai gerak yang tepat (timing). Semua itu merupakan tanda awal peningkatan kemampuan pada waktu berikutnya.

Keterlibatan pikiran dalam proses belajar pada tahapan ini masih cukup besar, sehingga menuntut banyak perhatian.

Oleh karena itu, guru harus mencegah pemberian informasi yang terlalu banyak dan berlangsung secara bersamaan. Misalnya, pemberian penjelasan taktik permainan bersamaan dengan menguraikan teknik gerak. Ini justru akan mengacaukan perhatian para anak. Sebaiknya, berilah informasi setahap demi setahap, sehingga mereka mampu memahami secara sempurna.

B. Tahap Gerak (Motor Stage)

Tahapan berikutnya dalam pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah adalah tahapan gerak atau tahapan asosiatif. Pada tahapan ini, mereka berhasil memecahkan masalah-masalah pemahaman tentang tugas, instruksi, atau arahan yang diberikan oleh guru. Sehingga, fokus mereka berpindah ke pengorganisasian pola gerak yang lebih efektif untuk meningkatkan aksi. Misalnya, jika pembelajaran motorik berkaitan dengan senam pagi (pendidikan jasmani), maka dalam tahapan ini, mereka telah menguasai bentuk dan urutan gerak.

Guru dapat melihat indikasi bahwa para anak sudah memahami serta menguasai bentuk dan urutan gerak dalam gerakan tubuh yang dilakukan oleh para anak. Pasalnya, gerak tubuh merupakan wujud dari penguasaan bentuk gerakan. Dengan demikian, dalam tahapan ini, tingkatan keterampilan mereka naik dari tahapan pemahaman menuju tahapan aksi.

Pada tahapan ini, hal yang harus dilakukan oleh guru adalah mendorong para anak agar menunjukkan sikap dan kontrol yang terjaga, disertai keyakinan yang meningkat dalam gerakan. Mereka harus didorong supaya dapat memberikan perhatian detail terhadap gerakan.

Dalam materi pembelajaran motorik lainnya, misalnya keterampilan yang memerlukan kecepatan gerak, seperti bulu tangkis, para anak mulai membangun program gerak untuk menyelesaikan gerakan. Sedangkan, dalam gerakan lebih lambat, seperti keseimbangan dalam senam, mereka

membangun cara untuk memanfaatkan respons yang menghasilkan umpan balik. Saat itu, efisiensi gerakan mereka mulai meningkat, pengeluaran energy semakin berkurang sebagai akibat otot yang berfungsi semakin relevan dengan tugas gerak, serta keterlibatan pikiran ketika bergerak semakin berkurang.

Para anak harus didorong agar dapat menemukan cirri lingkungan yang dapat dijadikan sebagai tanda-tanda untuk mengatur ketepatan waktu berangkat. Antisipasi dapat berkembang secara cepat, yang membuat gerak lebih halus dan tidak terburu-buru.

Selain itu, dalam tahapan ini, para anak juga didorong supaya dapat merasakan dan memahami kesalahan sendiri. Tahapan ini biasanya berlangsung lebih dari pada tahapan pemahaman konsep gerak. Artinya, mereka mungkin bisa tetap berada pada tahapan gerak ini tanpa pernah meningkat ke tingkat berikutnya dalam beberapa lama. Boleh jadi, dalam beberapa minggu, beberapa bulan, bahkan lebih lama daripada itu.

C. Tahapan Otonom

Tahapan berikutnya yang harus dilalui dalam pembelajaran motorik adalah tahap otonom. Tahapan ini akan dimasuki secara bertahap oleh para anak setelah mereka banyak melakukan latihan. Tahapan otonom ini melibatkan perkembangan gerak otomatis. Ketika para anak telah memauki tahapan otonom dalam pembelajaran motorik, mereka akan melakukan gerakan secara refleks tanpa dipikirkan sebelumnya. Peralnya, gerakan mulai muncul hanya karena ada rangsangan, tanpa instruksi atau arahan lisan dari guru.

Munculnya gerakan secara refleks hanya karena rangsangan (tanpa adanya instruksi) dapat terjadi lantaran adanya program gerak yang sudah terbentuk dalam otak para anak selama mereka mengikuti rangkaian pembelajaran motorik. Program gerak dalam otak mereka adalah suatu

rangkaian mekanisme yang mengontrol terbentuknya gerak. Misalnya, pembelajaran senam kesegaran jasmani dengan alunan musik senam (salah satu materi pembelajaran motorik) akan membuat mereka merentangkan tangan ke samping ataupun mengangkat kaki dan menggelengkan kepala. Ini terjadi karena dalam otak mereka telah terbentuk program gerak yang seirama dengan musik yang didengarkan.

Program gerak itulah yang mengontrol aksi para anak ketika bergerak dalam waktu yang relatif lama. Adapun yang menjadi pertanyaan adalah apakah setiap anak pasti dapat memasuki tahapan terakhir (tahapan otonom) dalam pembelajaran motorik? Tentunya, tidak semua anak bisa memasuki tahapan yang terakhir ini dalam waktu yang sama.

Dalam pembelajaran motorik, keberhasilan seorang anak memasuki tahapan otonom bergantung pada kualitas dan tingkat latihan yang dilakukan, serta caranya melakukan latihan tersebut. Seorang anak dapat memasuki tahapan otonom dalam pembelajaran motorik di sekolah disebabkan oleh meningkatnya otomatisasi indra dalam menganalisis pola-pola lingkungan. Hal ini dilandasi oleh beberapa hal pokok berikut.

1. Menurunnya tuntutan perhatian seorang anak terhadap cara pelaksanaan gerak. Artinya, ia tidak lagi memikirkan cara bergerak, posisi bergerak, dan lain-lain. Ia telah berhasil menguasai bentuk gerak secara sempurna, sehingga gerak tersebut bisa muncul hanya dengan sebuah rangsangan.
2. Pada saat yang sama, seorang anak telah terbebas dari kegiatan kognitif tingkat tinggi. Dengan ungkapan lain, untuk melakukan sebuah gerakan, ia tidak perlu memikirkannya dengan panjang lebar ataupun menganalisis, sehingga ia dapat bergerak secara langsung dengan tepat dan terarah sesuai dengan yang diinginkan.

3. Seorang anak memiliki keyakinan dan kepercayaan tinggi dalam mengambil keputusan-keputusan tentang strategi permainan (gerakan) secara benar. Artinya, ia telah mampu memahami dengan sangat cepat mengenai waktu melakukan gerakan, seperti:
 - a. Melangkahkan kaki,
 - b. Merentangkan tangan ke samping,
 - c. Menarik sesuatu (tali),
 - d. Mengulur,
 - e. Menggelengkan kepala,
 - f. Menoleh ke kiri, kanan, atas, dan bawah,
 - g. Mengumpan,
 - h. Menendang,
 - i. Memukul,
 - j. Menerima pukulan,
 - k. Menghindar,
 - l. Maju, dan
 - m. Bersuara.
4. Seorang anak juga dapat meningkatkan bentuk dan gaya dalam gerakan, sehingga setiap gerakan yang dilakukan diiringi dengan penguasaan yang sangat mendalam. Logikanya adalah apabila ia belum menguasai sebuah gerakan, seperti menendang bola, tentu saja ia tidak bisa menendang bola dengan bentuk dan gaya tendangan yang sangat indah. Sebaliknya, jika ia telah mampu memperlihatkan gaya dan bentuk tendangan yang indah, maka dapat dipastikan bahwa ia telah menguasai sebuah tendangan.
5. Keyakinan diri dan kemampuan untuk menilai kesalahan diri lebih berkembang. Artinya, ketika seorang anak dapat memasuki tahapan otonom dalam pembelajaran motorik di sekolah yang disebabkan oleh

meningkatnya otomatisasi indra, maka pada saat bersamaan, ia telah mampu merasakan dan mengidentifikasi benar atau tidaknya tindakan yang dilakukan. Misalnya, ketika ia menendang bola ke arah gawang dengan pola gerakan yang salah, ia akan merasa bahwa tendangannya salah, walaupun bola berhasil masuk ke mulut gawang. Atau, say ia melakukan senam di sekolah dan melakukan sebuah gerakan yang salah, maka ia akan merasa dan meyakini bahwa gerakannya itu salah, meskipun guru tidak menegurnya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa persiapan teknis dalam pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah harus disesuaikan dengan tahapan-tahapan yang ada. Keberhasilan mereka dalam memahami dan menguasai keterampilan motorik bergantung pada tahapan-tahapan tersebut secara sempurna, maka mereka akan berhasil menguasai materi pembelajaran motorik yang diberikan.

BAGIAN 10

SIKAP GURU DALAM MEMBERIKAN MOTIVASI, INSTRUKSI, DAN DEMONSTRASI SAAT PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Seorang guru yang mengajar pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah tentu harus mengetahui caranya bersikap saat pembelajaran berlangsung. Mengajar pembelajaran motorik berbeda jauh dengan mengajar pembelajaran kognitif maupun afektif, baik dari sikap guru, metode mengajar yang dipakai, maupun suasana dan kondisi belajar yang dialami oleh anak.

Oleh karena itu, sebelum menentukan program pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah, seorang guru harus mengetahui caranya bersikap di tengah mereka. Dalam konteks itu, perlu juga memperhatikan mengenai beberapa faktor yang berhubungan dengan sesuatu yang harus dipersiapkan sebelum proses pembelajaran motorik berlangsung. Hal itu meliputi tiga hal pokok, yaitu pemberian motivasi, penyajian demonstrasi, dan pemberian instruksi.

Pada bab ini, akan dijelaskan secara terperinci mengenai sikap guru dalam memberikan motivasi, instruksi, dan demonstrasi saat pembelajaran motorik di sekolah. Penjelasan pada bab ini dinilai sangat penting karena dari sinilah, guru akan betul-betul memahami cara mengaplikasikan teori pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah.

A. Memotivasi Motorik Anak

Sikap pertama yang harus dilakukan oleh seorang guru saat pembelajaran motorik disekolah adalah memotivasi motorik para anak. Banyak guru yang tidak menyadari mengenai pentingnya pemberian motivasi motorik kepada para anak ketika pembelajaran berlangsung.

Tidak sedikit diantara guru yang justru mengabaikan masalah motivasi. Padahal, motivasi motorik para anak dalam pembelajaran motorik menjadi faktor penentu keberhasilan mereka dalam menjalankan segala rangkaian dan proses pembelajaran. Meskipun mengikuti pembelajaran mereka tidak berkenan berlatih atau melakukan praktik. Jika pun berlatih, itu tidak dilandasi dengan keseriusan yang tinggi.

Sebagai contoh, jika pembelajaran motorik tersebut berupa pendidikan jasmani yang diterapkan dalam bentuk olahraga sepak bola maka mereka akan menunjukkan beberapa hal, seperti tidak menendang bola secara benar (serius), tidak berlari (mengejar bola), dengan berlari kencang, tidak bergairah dalam menangkap bola, tidak menggiring bola (memenendang seenaknya), sserta tidak bersemangat dalam mencetak gol ke gawang lawan. Oleh karena itu, sebagai akibatnya, hasil motorik yang diperoleh para anak tidak akan maksimal. Dalam hal ini seorang guru akan dianggap gagal dalam menerapkan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah.

Sebaliknya, seorang anak yang mendapat motivasi penuh dari gurunya dalam pembelajaran motorik akan selalu menghabiskan waktu dan usahanya untuk melakukan tugas yang diberikan dengan sebaik-baiknya. Anak tersebut akan berlatih lebih serius, serta melakukan praktik dan melaksanakan tugas dengan penuh semangat dan konsentrasi, sehingga mendapatkan keterampilan motorik yang maksimal. Selain itu, motivasi yang diberikan oleh guru kepadanya dalam pembelajaran motorik akan dapat mengarahkan kepada pembelajaran yang lebih efektif.

Lantas, yang menjadi pertanyaan adalah bagaimana cara memberikan motivasi kepada para anak ketika pembelajaran motorik berlangsung? Intinya, memberikan motivasi dalm pembelajaran motorik tidak hanya dengan motivasi lisan. Namun, ada beberapa langkah yang perlu dilakukan oleh seorang guru dalam memotivasi mereka, yang dilakukan dengan dua cara, yakni memperkenalkan

keterampilan serta menetapkan tujuan belajar. Adapun penjelasan detail mengenai kedua cara tersebut adalah sebagai berikut.

1. Memperkenalkan Keterampilan

Cara pertama yang dapat dilakukan oleh guru untuk memberikan motivasi dalam pembelajaran motorik adalah memperkenalkan keterampilan. Cara ini harus dilakukan sebelum pembelajaran motorik dilakukan, atau diperkenalkan kepada para anak pada awal pembelajaran motorik agar mereka termotivasi sejak awal hingga akhir. Jangan sampai memperkenalkan keterampilan setelah pembelajaran dilakukan.

Dan, supaya tujuan tersebut tercapai, maka upaya memperkenalkan harus dikaitkan dengan dua hal utama, yaitu:

- a. Makna keterampilan dan pembelajaran, serta
- b. Manfaat keterampilan tersebut bagi para anak yang mengikuti kegiatan pembelajaran motorik.

Para ahli dalam dunia pendidikan meyakini bahwa memberikan penjelasan tentang manfaat suatu keterampilan akan menjadikan para anak memiliki tujuan dan arah yang tepat dalam belajar. Artinya, mereka akan mengerti tujuan pembelajaran motorik yang sedang dijalankan.

Sebagai contoh, dalam pelajaran agama yang dijalankan secara motorik, para anak akan mengetahui manfaat sikap tolong-menolong antar sesama manusia. Saling memberi, saling menghormati keyakinan, gotong royong dan sebagainya.

Selain manfaat motorik yang diajarkan, guru juga harus menjelaskan tentang cara keterampilan itu ditampilkan dalam tingkat yang sebenarnya. Hal ini akan meningkatkan motivasi para anak dalam mengikuti pembelajaran dan menjalankan semua tugas yang diberikan. Contoh sederhana, pemutaran video sepak bola Liga Inggris yang menampilkan klub-klub besar dengan gaya permainan yang sangat memukau.

Di kelas yang sedang belajar sepak bola, guru mesti menyadarkan para anak permainan sepak bola sangatlah menyenangkan. Dengan pengetahuan dan kesadaran semacam itu, mereka akan menerima rangsangan motivasional agar selalu belajar dengan giat, sehingga mendapatkan hasil yang sangat memuaskan.

2. Menetapkan Tujuan Belajar

Guru juga bisa memberikan motivasi motorik kepada para anak dalam pembelajaran motorik dengan cara menetapkan sasaran atau tujuan belajar motorik. Sebenarnya, tidak hanya guru yang dapat menetapkan sasaran atau tujuan belajar motorik. Penetapan sasaran atau tujuan belajar motorik pun bias dilakukan oleh beberapa pihak, yaitu guru sendiri, guru bersama para anak, serta anak sendiri.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh para praktisi pendidikan memberikan gambaran bahwa para anak yang diminta menetapkan tujuan belajar sendiri justru menunjukkan hasil belajar yang lebih baik dari pada anak yang hanya diminta melakukan tugas belajar tujuannya telah ditetapkan oleh seorang guru. Sebab, dalam pembelajaran motorik, ketika seorang anak menetapkan tujuannya sendiri, maka penetapan tersebut akan memberi pengaruh luar biasa terhadap perkembangan motorik, semangat, serta perjuangannya.

Sebagai contoh, seorang anak menetapkan tujuan agar menjadi pemain yang baik dalam tim sepak bola sekolah, sehingga dapat menjadi juara dalam setiap ajang kompetisi antar sekolah. Penetapan tujuan tersebut akan membuatnya semakin giat berlatih, serta selalu melaksanakan arahan guru dan pelatih dengan cermat. Oleh karena itu, guru yang mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah sebaiknya meminta kepada mereka supaya mencoba menetapkan tujuan pembelajaran motorik sendiri.

Tentunya, tidak cukup sampai disana, guru pun mesti meminta mereka berjanji agar berjuang sekuat tenaga dalam menggapai tujuan yang telah ditetapkan. Cara semacam itu dapat menjadi motivasi yang sangat kuat bagi para anak dalam pembelajaran motorik.

Meskipun demikian, setiap guru yang mengadakan pembelajaran motorik harus menyadari bahwa tujuan yang ditetapkan oleh para anak bisa dicapainya hanya melalui latihan dan usaha bersama, serta dengan dukungan dan bimbingan guru secara intens. Apabila Selain itu saat menetapkan tujuan pembelajaran motorik, yang harus diingat adalah kemampuan para anak. Artinya, tujuan pembelajaran motorik mesti disesuaikan dengan kemampuan mereka dan guru. Kesesuaian antara tujuan dan kemampuan sangat penting diperhatikan karena tujuan yang terlalu tinggi dan tidak dapat dicapai justru akan meruntuhkan minat mereka. Sebaliknya, tujuan yang terlalu rendah dan mudah akan menurunkan motivasi.

3. Pengetahuan Tentang Hasil

Banyak penelitian yang menyumbangkan konsep bahwa “belajar sendiri tidak membuat pembelajaran menjadi sempurna” adalah penelitian tentang pembuatan garis pada orang-orang yang ditutup matanya. Ketika tidak diberitahu tentang hasil dari apa yang dikerjakan, anak tidak akan memperlihatkan kemajuan dalam latihannya. Maka, guru harus menyadari tentang hasil dalam proses pembelajaran motorik. Istilah pengenalan hasil atau pemberitahuan hasil ini biasanya digunakan untuk menggambarkan umpan balik yang diberikan oleh sumber eksternal (guru) atau melalui usaha anak sendiri.

Pengetahuan hasil, menurut Knapp (1976), dalam praktiknya bertindak sebagai pedoman bagi para pembelajar dalam praktik-praktik berikutnya serta berfungsi sebagai dasar pemilihan tentang apa yang baik dalam pembelajaran sebelumnya. Dengan adanya pengetahuan tersebut, anak akan segera melakukan penyesuaian-penyesuaian terhadap gerak-gerakannya, sehingga mengarah pada gerakan yang pergerakan lebih benar secara teknis. Pergerakan yang benar yang dilakukan berulang-ulang akan mengarah pada tercapainya tingkat otomatis secara lebih cepat.

Beberapa hasil penelitian sejauh ini mengarahkan para peneliti untuk menyimpulkan bahwa umpan baliktambahan memberi manfaat pada anak. Karna dapat meningkatkan motivasi anak, karena dapat meningkatkan motivasi anak dan memperbaiki tingkat perhatian pada tanda-tanda yang tepat. Salah satu tambahan dari informasi tambahan tersebut adalah adanya kecenderungan untuk terlalu mengandalkannya. Untuk menghindarinya, maka tanda-tanda tersebut harus dihilangkan pada suatu tahap yang tepat.

B. Membentuk Instruksi Kepada Para Anak

Sikap kedua yang harus dilakukan oleh seorang guru saat pembelajaran motorik disekolah adalah memberi instruksi kepada para anak. Pemberian instruksi dari seorang guru kepada mereka termasuk salah satu prosedur tetap dalam setiap pembelajaran motorik.

Instruksi tersebut bisa diberikan secara lisan (diucapkan) maupun tulisan. Instruksi dalam pembelajaran motorik bertujuan memberikan informasi tentang aspek yang paling penting dari suatu keterampilan yang sedang dipelajari dan dipraktikkan. Namun, yang harus diingat oleh guru ketika mengadakan pembelajaran motorik adalah informasi yang dapat ditangkap oleh system memori sangat terbatas. Jika seorang guru memberikan instruksi terlalu banyak kepada para anak, mereka akan sulit menangkap instruksi yang diberikan karna memori otak tidak sanggup menampung semua instruksi.

Dalam hal ini, banyaknya pemberian instruksi haruslah tetap diperhitungkan. Instruksi seorang guru yang terlalu banyak dalam pembelajaran motorik akan segera terlupakan oleh para anak. Instruksi guru bentuk lisan pun kadang dibatasi oleh ketepatan dan kebenarannya.

Atas dasatr itu, guru yang memberikan instruksi kepada para anak dalam pembelajaran motorik harus memperhatikan beberapa hal berikut ini.

1. Instruksi yang diberikan kepada para anak haruslah singkat dan bersifat langsung. Jangan sampai memberikan instruksi melalui orang kedua. Misalnya,

dalam permainan sepak bola, seorang guru olahraga harus memberikan instruksi secara langsung kepada para anak (pemain) ketika permainan berlangsung. Instruksi itu harus singkat, misalnya “mundur kebelakang”, “kawal pemain nomor 8”, “setiap kali mendapatkan bola”, “berikan kepada pemain nomor 5”, dan lain sebagainya.

2. Instruksi harus ditekankan pada satu atau dua konsep umum. Contohnya, dalam pelajaran olahraga sepak bola, jika guru melihat para anak bermainjelek tanpa kerja sama, maka ia cukup memberikan instruksi dengan berucap, “setiap kali memperoleh bola umpankan pada kawan yang berada pada posisi bebas, jangan bawa sendiri”.

3. Guru harus memberikan instruksi yang bermakna dan menghubungkannya dengan sesuatu yang telah dipelajari oleh anak sebelumnya. Jika mereka belum menerima teori sebelum praktik, maka jangan memberikan instruksi mengenai teori baru saat praktik.

4. Memberikan instruksi yang paling cocok terlebih dahulu, kemudian susulkan detailnya bersamaan dengan pelaksanaan latihan. Semua metode pemberian instruksi dalam pembelajaran motorik akan sangat relvan bagi para anak, terutama jika yang dihadapi adalah para anak pemula.

Jadi memberikan instruksi kepada para anak dalam pembelajaran motorik merupakan kemampuan yang harus dikuasai oleh setiap guru. Tujuan utamanya adalah mereka mendapatkan gambaran yang menyeluruh tentang keterampilan motorik yang akan dan sedang dipelajari. Selain itu, kemampuan ini akan memperjelas cara dan metode dalam mencapainya.

C. Penyajian Demonstrasi

Hal ketiga yang harus dilakukan oleh seorang guru saat pembelajaran motorik disekolah adalah menyajikan demonstrasi kepada para anak. Demonstrasi merupakan media yang paling baik dalam pembelajaran motorik. Dalam hal ini, mereka lebih mudah memahami aplikasi pembelajaran motorik dengan penyajian

demonstrasi karna menggunakan alat-alat bantu visual, seperti gambar, klip film, video, atau demonstrasi secara langsung yang dilakukan oleh guru.

Demonstrasi dalam pembelajaran motorik sangat mutak dilakukan karna pemahaman para anak terhadap keterampilan motorik yang sedang dipelajari tidak cukup disajikan (diajarkan) dengan kata-kata, tetapi lebih baik dikuatkan oleh gambaran yang nyata tentang gerakan yang akan dipelajari.

Pembelajaran mengamati berarti para anak menambah informasi dengan hanya mengamati penampilan orang lain. Prosedur ini merupakan bagian dari upaya membuat mereka bisa mengamati (*observational learning*). Setelah itu mempraktikkan secara nyata.

Adapun yang harus diingat adalah hasil pembelajaran motorik-terutama dalam latihan tahap awal-timbul dari aktivitas mengamati dan menirukan aksi orang lain. Sementara itu, model atau demonstrasi yang ditampilkan bisa dilakukan dengan berbagai cara yaitu dilakukan oleh guru, dikerjakan oleh kawan (anak lain), serta memakai alat atau film.

Pada prinsipnya, siapapun yang menyajikan demonstrasi tidak menjadi masalah. Hanya saja, yang menjadi titik tekan adalah demonstrasi yang disajikan harus menampilkan gambaran dari keterampilan yang sedang dipelajari para anak dan akan dipraktikkan oleh mereka setelah mengamati demonstrasi.

Berdasarkan demonstrasi yang diamati, para anak akan mendapatka beberapa manfaat. Selain memungkinkan mereka memperoleh gambaran tentang gerakan motorik yang akan dipelajari dan dipraktikkan, hal ini juga memberikan gambaran ideal tentang usaha yang harus dilakukan anak agar mendapat hasil yang maksimal.

Saat demonstrasi, guru harus mendorong para anak agar memperhatikan demonstrasi tersebut secara saksama. Pasalnya, peragaan demonstrasi tidak akan efektif dalam pembelajaran motorik apabila mereka sebagai pengamat tidak memberikan perhatian penuh.

Ada beberapa langkah yang harus dilakukan oleh guru guna mendorong para anak ketika demonstrasi. *Pertama*, para anak harus didorong penuh agar memberikan perhatian terhadap demonstrasi atau gerak yang ditampilkan. *Kedua*, para anak didorong supaya merekam gambaran yang muncul dalam demonstrasi. *Ketiga*, para anak harus didorong agar dapat menampilkan atau melakukan sendiri, sebagaimana yang mereka amati dalam demonstrasi.

Selain ketiga langkah tersebut, hal yang tidak kalah pentingnya dilakukan adalah guru mesti menunjukkan berbagai hal penting saat demonstrasi. Misalnya, dalam pelajaran seni tari, guru harus menunjukkan dalam demonstrasi dan menekankan cara tangan bergerak atau kaki dikoordinasikan dengan tangan selama tahap tertentu dari gerak yang sedang dipelajari. Cara semacam ini akan membuat para anak dapat menguasai keterampilan motorik dengan sangat mudah sesuai tujuan yang diinginkan. Disisi yang lain, sebagai pegangan untuk mengoptimalkan pemberian demonstrasi kepada para anak dalam pembelajaran motorik, sebaiknya guru berpedoman dalam empat hal berikut ini.

1. Guru harus mendorong para anak agar mengamati contoh (demonstrasi) yang diberikan dengan perhatian penuh.
2. Ketika demonstrasi diamati oleh para anak, guru mesti menyampaikan informasi sebanyak mungkin yang di proses oleh kemampuan mereka.
3. Demonstrasi bisa memberikan pengaruh yang luar biasa terhadap keterampilan yang sedang dipelajari, asalkan demonstrasi tersebut disajikan lebih dari sekali.
4. Alangkah lebih baik jika dapat menampilkan demonstrasi yang diperagakan oleh guru atau kawan anak, bukan dalam bentuk film.

BAGIAN 11

PENERAPAN PRINSIP PRAKTIK DALAM PEMBELAJARAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah tentu tidak terlepas dari praktik (latihan secara langsung). Sebab, sebagaimana yang telah disinggung pada uraian sebelumnya, pembelajaran motorik dalam pendidikan merupakan aspek yang berhubungan dengan tindakan atau perilaku (latihan dan praktik nyata) yang ditampilkan oleh para anak setelah menerima suatu materi dari guru. Artinya, mereka berlatih serta melakukan berbagai praktik berdasarkan pengetahuan dan pengembangan dari materi yang disampaikan oleh guru.

Prestasi belajar yang diperoleh para anak dari pembelajaran motorik adalah kemampuan dalam masalah skill atau keterampilan kemampuan bertindak, yang semuanya itu diperoleh dari banyaknya latihan dan praktik yang dilakukan. Semakin banyak mereka berlatih dan melakukan praktik, semakin bagus hasil yang akan diperoleh. Hasil belajar aspek motorik ini merupakan tingkah laku yang nyata dan dapat diamati. Maka, seorang guru yang menyelenggarakan pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah harus mengetahui penerapan prinsip-prinsip latihan dan praktik dalam pembelajaran motorik. Sebab, dalam pelaksanaan latihan dan praktik, diperlukan pengolahan secara saksama.

Sebenarnya, ada banyak hal yang perlu dipertimbangan dalam latihan dan praktik, baik dari segi jumlah maupun kualitas. Oleh karena itu, berikut akan dijelaskan secara terperinci mengenai prinsip praktik dalam pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah.

A. Prinsip Jumlah Praktik

Hal yang paling penting dalam pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah adalah praktik langsung (secara nyata). Proses praktik yang

dilakukan oleh para anak di sekolah secara intens akan menyebabkan terjadinya perubahan dalam keterampilan mereka.

Jumlah praktik dalam pembelajaran motorik menunjukkan faktor waktu yang dihabiskan oleh mereka di sekolah. Semakin banyak anak melakukan praktik yang berkaitan dengan pelajaran tertentu, semakin besar kemungkinan keterampilan tingkat tinggi yang dapat dicapai oleh mereka. Jadi, untuk mencapai kesuksesan dalam pembelajaran dan keterampilan motorik, guru dituntut memperbanyak atau memaksimalkan jumlah praktik. Misalnya, praktik bermain gitar, praktik menolong orang, praktik melakukan kegiatan ibadah atau ritual keagamaan, praktik meneropong, praktik bermain bola, praktik menggunakan mikroskop, dan lain sebagainya.

Seberapa banyak jumlah praktik yang ideal dilakukan dalam pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah? Menjawab pertanyaan ini memang tidaklah mudah. Hal itu ditentukan oleh jenis keterampilan serta orang yang melakukannya.

Para ahli berpendapat bahwa jumlah praktik dalam pembelajaran motorik ditentukan oleh adanya *overlearning*. Maksudnya, ketika target ideal pembelajaran motorik telah tercapai, maka pada praktik berikutnya, jumlah praktik yang dilakukan oleh para anak harus melebihi tahapan itu atau harus ada pengulangan lebih dari jumlah minimal. Adapun gambaran prosesnya adalah sebagai berikut.

1. Pada minggu pertama, jika para anak melakukan tiga kali praktik dalam pembelajaran matematika atau pelajaran olahraga selama 1 jam dan mendapatkan hasil yang maksimal, maka praktik pada minggu berikutnya perlu dilakukan selama 1 jam 30 menit atau melebihi sebelumnya, sehingga keterampilan motorik yang telah diperoleh mereka pada minggu sebelumnya benar-benar melekat dalam otak.

2. Jika suatu keterampilan benar-benar dianggap telah dikuasai, maka guru bisa memulai dengan pembelajaran motorik dan keterampilan baru.

Sementara itu, yang harus menjadi catatan adalah dalam penerapan praktik. Semakin lama pelaksanaannya, perkembangan yang ditunjukkan harus semakin baik, dan para anak pun semakin aktif. Sehingga, semakin lama, hasil yang diperoleh juga semakin menunjukkan kesempurnaan. Sebaliknya, semakin lama pelaksanaannya, ternyata hasil yang diperoleh justru tidak menampakkan perubahan sama sekali – apalagi semakin buruk – maka pembelajaran motorik tersebut dapat dikatakan gagal total.

Selain jumlah praktik dalam pembelajaran motorik, hal pokok lain yang harus diperhatikan oleh guru dalam hal praktik adalah kualitas praktik itu sendiri. Para anak boleh saja mengeluarkan seluruh upaya dalam masa praktik yang sangat panjang. Namun, jika dalam masa tersebut sama sekali tidak ada penekanan kualitas praktik, maka mereka akan frustrasi dan bosan melakukan kegiatan praktik karena tidak menemukan dan merasakan adanya kemajuan dalam kegiatan praktik.

Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap guru yang mengadakan (menekankan) pembelajaran motorik bagi para anak di sekolah untuk selalu terampil mengorganisasi dan merancang kegiatan praktik secara efektif. Dalam hal ini, ada banyak hal yang harus diperhatikan oleh setiap guru agar dapat merancang kegiatan praktik secara efektif dan efisien, diantaranya ialah :

1. Kondisi- kondisi tertentu, seperti kesadaran belajar terkait tujuan dan arah kegiatan praktik
2. Hasil yang dicapai, serta
3. Motivasi belajar.

Ketiga hal tersebut menentukan kualitas praktik dalam pembelajaran motorik. Apabila seorang guru tidak memperhatikan semuanya itu, maka kegiatan praktik tidak akan berjalan secara efektif dan efisien, sehingga tidak bisa memberikan hasil yang maksimal bagi para anak.

B. Metode Bimbingan dalam Praktik

Teknik atau metode bimbingan dalam praktik (pembelajaran motorik) adalah metode yang paling umum dalam kegiatan praktik. Dalam hal ini, para anak dituntun dengan berbagai cara untuk memulai menguasai berbagai keterampilan motorik. Dalam pengembangannya, metode bimbingan mempunyai beberapa tujuan. Namun, tujuan yang paling utama adalah mengurangi kesalahan – kesalahan dan memastikan bahwa pola yang tepat sudah dilakukan oleh para anak.

Penggunaan metode bimbingan dalam pembelajaran motorik sangat penting, terutama dalam pelajaran yang melibatkan gerakan – gerakan fisik yang bisa mendatangkan bahaya. Misalnya, cabang – cabang olahraga yang berbahaya, seperti sepak bola, senam, renang, dan lain sebagainya. Bantuan yang diberikan oleh guru dalam bentuk bimbingan dapat memperkecil timbulnya bahaya atau menghilangkan rasa takut yang dirasakan oleh para anak ketika menjalankan praktik.

Dalam pembelajaran motorik, guru sering kali berfungsi sebagai pembimbing. Oleh karena itu, seorang guru harus mengetahui cara menerapkan metode bimbingan dalam praktik ketika mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak. Tanpa menguasai penerapan metode bimbingan, kegiatan praktik (pembelajaran motorik) bisa menjurus kepada hal-hal yang berbahaya. Akibatnya, para anak yang mengikuti pembelajaran motorik akan menjadi korban. Metode bimbingan terdiri atas beberapa jenis, tergantung pada pembelajarannya.

Berikut beberapa metode bimbingan yang sering kali digunakan dalam praktik pembelajaran motorik.

1. Bimbingan yang longgar, yaitu bimbingan yang hanya memberikan sedikit bantuan untuk tampil. Misalnya, guru yang memberi bimbingan kepada pembelajaran sepak bola atau pembelajaran seni, seperti menari. Dalam kedua pembelajaran tersebut, seorang guru hanya membimbing para anak dengan cara memberikan tanda – tanda yang berbentuk arahan ketika membantu mereka agar mengerti tentang tugas yang dilakukan. Misalnya, memberikan isyarat dengan tangan kepada seorang anak supaya menendang bola secara melambung atau mengumpan bola ke tengah. Dalam bimbingan longgar semacam ini, keaktifan guru dalam praktik sangat minim karena tidak harus ikut bermain, terlibat secara langsung, maupun memberi contoh secara langsung.
2. Bimbingan yang ketat dan ada kontak langsung dengan para anak. Dalam metode ini, seorang guru terlibat aktif dengan kegiatan yang dilakukan oleh mereka. Bahkan, guru bisa saja melakukan praktik yang sama, sebagaimana yang dilakukan oleh mereka. Misalnya, dalam pembelajaran berenang, saat membimbing, seorang guru perlu berenang secara langsung, terjun ke kolam renang, dan memberi contoh tentang cara berenang yang benar.

Namun, harus diingat adalah setiap bimbingan yang diberikan oleh guru terhadap para anak hanya berupa bantuan yang bersifat sementara (selama praktik). Harapannya, ketika bimbingan (bantuan) dihilangkan, pada tahapan berikutnya, mereka mampu melakukan dengan lebih baik, tanpa harus bergantung pada guru. Beberapa penelitian mengenai metode ini telah memberikan gambaran yang jelas mengenai waktu, jenis kondisi, dan jenis keterampilan yang hendaknya digunakan.

C. Syarat Penerapan Metode Bimbingan dalam Praktik

Penerapan metode bimbingan dalam pembelajaran motorik tidak selamanya memberikan hasil yang maksimal. Sebab, suatu metode bimbingan memiliki kelebihan dan kekurangan. Di satu sisi, bimbingan yang diberikan guru kepada para anak saat melakukan praktik justru kurang mendukung tercapainya keterampilan motorik, jika bimbingan yang diberikan pada waktu latihan sangat dominan.

Jika para anak dibimbing secara berlebihan dan tidak diberi ruang kebebasan untuk berekspresi, maka mereka tidak akan mampu mempertahankan kemajuan keterampilan motorik setelah bimbingan dihentikan. Artinya, bimbingan yang terlalu dominan hanya akan membuat mereka memiliki ketergantungan penuh terhadap guru (pembimbing) dalam melakukan berbagai praktik, sehingga akan menghambat perkembangan motorik secara mandiri.

Dengan demikian, salah besar jika ada anggapan yang menerangkan bahwa bimbingan dianggap efektif guna menampilkan sesuatu jika bimbingan itu terus ada selama praktik. Padahal, yang benar adalah bimbingan tidak harus ada dalam setiap praktik. Sebab, terkadang guru membimbing para anak, tetapi kadang membiarkan mereka ber kreativitas dan berekspresi secara mandiri. Tanpa bimbingan guru sekalipun, anak sebenarnya masih bisa memberikan penampilan yang bagus.

Di sisi lain, bimbingan guru terhadap para anak dalam pembelajaran motorik dapat memberikan efek positif, asalkan bimbingan tersebut dilakukan berdasarkan syarat – syarat pokok dalam pembelajaran motorik dapat memberikan manfaat – khususnya guna menunjang keterampilan motorik anak – maka yang menjadi persyaratan adalah bimbingan tersebut harus diterapkan pada dua kondisi praktik berikut.

1. Praktik Dini

Dalam praktik yang sangat dini, yaitu ketika para anak mengembangkan keterampilan motorik dari hal yang paling sederhana, atau baru pertama kali mengikuti pembelajaran motorik, maka prosedur bimbingan dapat berguna/bermanfaat. Prosedur itu dapat membantu mereka dalam beberapa hal berikut.

- a. Menangkap gambaran dasar dari suatu ketrampilan yang dipelajari secara langsung. Praktik dini yang tidak diringi dengan bimbingan guru hanya akan mempersulit para anak.
- b. Memberikan petunjuk umum kepada para anak tentang sesuatu yang harus dilakukan, baik ketika praktik maupun setelahnya.
- c. Memberikan informasi tentang tindakan yang perlu dilakukan. Namun, yang perlu diperhatikan oleh guru adalah bimbingan harus segera dihentikan apabila para anak mulai menunjukkan kemandirian, yaitu ketika mereka telah mampu melakukan tugas tanpa bimbingan guru.

2. Tugas Berbahaya

Selain praktik dini, penggunaan prosedur bimbingan perlu digunakan dalam situasi yang sangat berbahaya, atau ketika para anak melakukan kegiatan praktik yang dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Misalnya, praktik atau penelitian yang berkaitan dengan pelajaran fisika dan kimia yang sering kali menggunakan zat – zat kimia dan aliran listrik. Praktik semacam ini sangat berbahaya apabila tidak dibimbing, karena mereka bersinggungan dengan zat – zat kimia dan aliran listrik yang dapat mengancam keselamatan, seperti terjadinya kebakaran.

Contoh lainnya, bimbingan fisik tertentu, misalnya penggunaan sabuk penopang yang sering kali digunakan oleh pesenam dalam mempelajari

gerakan baru yang fungsinya mencegah terjadinya cedera. Jika alat yang diperlukan tidak tersedia, maka guru atau pelatih harus memberikan bimbingan semacam ini tidak bisa dihindarkan oleh guru, karena dapat mengarahkan para anak kepada hal-hal yang membahayakan.

Akan tetapi, saat kemampuan para anak sudah meningkat tajam, maka bimbingan guru dikurangi secara bertahap. Meskipun demikian, guru masih tetap siap mendampingi, jika sewaktu-waktu bimbingan masih diperlukan. Dalam konteks semacam itu, prosedur bimbingan mempunyai nilai manfaat lain, yaitu mengurangi rasa takut atau keraguan mereka. Terkait itu, kepercayaan bahwa mereka tidak akan cedera dapat menambah konsentrasi terhadap praktik atau pembelajaran motorik yang sedang dilakukan.

BAGIAN 12

PENERAPAN TEORI PEMBERIAN CONTOH PEMBELAJARAN MOTORIK TERHADAP ANAK

Dalam pembelajaran motorik, seorang guru tentu dituntut untuk bisa memberikan contoh mengenai pelajaran yang diberikan kepada para anak di sekolah. Beberapa materi pembelajaran motorik terdiri atas beberapa gerakan maupun praktik yang sangat kompleks, misalnya lempar lembing, lontar martil, rangkaian gerakan dalam senam, berenang, bermain musik, dan praktik ibadah (pelajaran agama).

Nah, karena hal-hal tersebut termasuk keterampilan motorik yang kompleks, maka muncul beberapa pertanyaan penting. *Pertama*, bagaimana seorang guru bisa mengajarkan keterampilan yang kompleks tersebut? *Kedua*, apakah guru cukup memberi contoh seluruh gerakan, lalu meminta para anak untuk berlatih atau mempraktikkan, sebagaimana yang telah dicontohkan guru? *Ketiga*, perlukah guru memperagakan keterampilan tertentu secara berulang-ulang, sehingga para anak mendapat gambaran secara kompleks?

Jika seorang guru merasaharus menampilkan semua aspek keterampilan tersebut sekaligus kepada para anak (dari awal hingga akhir), ia pasti merasa kesulitan. Bahkan, mereka akan merasa dijejeli terlalu banyak informasi jika harus mempelajari keterampilan demikian secara langsung.

Ketika seorang guru hendak memberikan contoh dalam pembelajaran motorik terhadap para anak, maka hal pertama yang harus dipertimbangkan olehnya adalah bagaimana mereka mampu mengingat semua keterampilan atau gerakan yang dicontohkan? Selain itu, guru juga harus mempertimbangkan cara melatih para anak dan lokasi mereka berlatih.

Nah, supaya dapat menjawab semua pertanyaan tersebut, guru hendaknya mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak guna mengetahui aplikasi metode pemberian contoh pembelajaran motorik terhadap mereka, baik secara keseluruhan maupun sebagian. Ulasan pada bab ini akan membimbing guru agar mengetahui waktu yang tepat dalam memberikan contoh motorik secara keseluruhan atau sebagian.

A. Pemberian Contoh Motorik Secara Keseluruhan

Seorang guru yang mengajar pembelajaran motorik bagi para anak bisa memberikan contoh keterampilan motorik secara keseluruhan. Dalam hal ini, guru perlu menampilkan keterampilan motorik secara utuh, dari awal hingga akhir, dihadapan anak. Guru pun memperagakan seluruh gerakan atau keterampilan secara langsung, atau bisa saja guru menggunakan media lain, seperti film.

Dalam pelaksanaannya, apabila guru ingin memberikan contoh keterampilan motorik secara keseluruhan, maka ia harus mengikuti beberapa tahapan berikut.

1. Tahapan Pembukaan

Pada tahapan ini, guru harus memperkenalkan keterampilan motorik yang akan dipelajari atau dipraktikkan oleh para anak. Guru dapat melakukan tahapan pertama ini dengan menjelaskan dan memperkenalkan keterampilan motorik kepada anak dengan beberapa cara, yaitu:

- a. uraian lisan,
- b. demonstrasi secara langsung,
- c. penayangan gambar,
- d. penayangan foto, dan
- e. lembaran tugas.

Namun, pada intinya, tahapan pertama ini harus memberikan gambaran utuh (keseluruhan) tentang keterampilan yang akan dipelajari

ataupun dipraktikkan oleh para anak, sehingga mereka lebih mudah mengerti tentang tujuan dan arah pembelajaran motorik yang akan dilakukan.

2. Tahapan Percobaan

Pada tahapan ini, guru mesti memberi kesempatan kepada para anak agar mencoba menguasai keterampilan dengan cara melakukan sendiri secara utuh dari keseluruhan rangkaian keterampilan yang diajari atau dicontohkan oleh guru. Misalnya, dalam pelajaran tari, setelah guru memberikan contoh gerakan, maka mereka harus melakukan sendiri (menari secara langsung). Atau, jika keterampilan motorik yang dipelajari tersebut berupa berenang di kolam renang, maka mereka mesti mencoba berenang secara langsung di kolam renang, mulai dari gerakan awal hingga akhir.

3. Tahapan Review

Pada tahapan ini, guru melakukan evaluasi sederhana mengenai percobaan yang telah dilakukan para anak. Guru dapat mengundang mereka supaya saling mengungkapkan masalah-masalah ataupun kendala yang mereka rasakan secara langsung selama melakukan percobaan.

Selain bertanya kepada para anak mengenai kendala yang dihadapi selama melakukan percobaan, guru juga harus menjelaskan mengenai kesalahan-kesalahan yang ditemukan selama anak melakukan percobaan. Tidak hanya mengungkapkan kesalahan, tetapi yang lebih penting adalah guru harus memberikan perbaikan seputar kesalahan yang dilakukan oleh mereka ketika melakukan percobaan, sehingga mereka dapat melakukan perbaikan secara mandiri. Dengan demikian, anak akan mempunyai gambaran yang sangat jelas tentang kekurangan dan kelebihan mereka dalam pembelajaran motorik yang dilakukan.

4. Tahapan Pengujian

Dalam tahapan ini, seorang guru memberikan kesempatan sekali lagi kepada para anak untuk melakukan percobaan (praktik) dengan tujuan agar mereka dapat memperbaiki kesalahan dan kekurangan dalam percobaan sebelumnya.

Pada tahap ini, diusahakan tidak terjadi kesalahan, sebagaimana dalam percobaan sebelumnya (pertama). Apabila dalam percobaan kedua masih terjadi kesalahan, maka percobaan kedua ini tetap dilakukan secara keseluruhan, yang kemudian dilakukan *review* kembali. Demikian seterusnya hingga keterampilan mereka sudah dicapai dengan baik. Dalam hal ini, guru harus memiliki kesabaran yang tinggi selama mereka melakukan percobaan.

5. Tahapan Pemantapan

Tahapan ini merupakan tahapan terakhir dalam metode pemberian contoh keterampilan motorik secara keseluruhan kepada para anak. Tahapan ini dilakukan setelah anak dan guru beberapa kali terlibat dalam proses *review* dan percobaan ulang.

Pada tahapan ini, hendaknya guru semakin spesifik dalam memberikan umpan balik yang berguna memantapkan keterampilan motorik para anak. Artinya, mereka dituntun untuk menguasai keterampilan motorik secara maksimal. Guru harus menganggap bahwa praktik atau percobaan yang dilakukan bukan lagi sekedar pembelajaran, tetapi perlu dimaknai sebagai praktik yang sebenarnya.

Sebagai contoh, dalam pelajaran otomotif, maka dalam tahapan pemantapan, para anak harus diberi kepercayaan sepenuhnya untuk menyetir mobil di jalan bebas-setelah melewati rangkaian proses yang sangat ketat. Dengan demikian, kemampuan mereka semakin meningkat.

B. Pemberian Contoh Motorik secara Sebagian

Dalam pembelajaran motorik, guru juga dapat memberikan contoh keterampilan motorik dengan cara membagi keterampilan menjadi beberapa bagian. Dalam metode ini, guru mulai mengajarkan bagian-bagian terkecil dari suatu keterampilan motorik yang akhirnya digabungkan menjadi suatu keterampilan yang utuh.

Dalam pelaksanaannya, apabila guru ingin memberikan contoh keterampilan motorik dengan metode ini (membagi keterampilan menjadi bagian-bagian), maka ia harus mengikuti beberapa tahapan berikut:

1. Tahapan Pembukaan

Tahapan pertama ini bisa dikatakan sama dengan tahapan pertama pemberian contoh pembelajaran motorik secara keseluruhan, sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya. Pada tahapan ini, guru dituntut memberikan pengertian yang utuh tentang materi atau keterampilan motorik yang akan dipelajari dan dipraktikkan oleh para anak. Selain itu, dalam tahapan ini, guru dituntut memperkenalkan (menjelaskan) kepada para anak mengenai keterampilan motorik yang akan dipelajari, mulai dari hal-hal kecil secara keseluruhan. Sehingga, mulai tahapan ini, mereka akan memiliki gambaran yang utuh tentang keterampilan motorik yang akan dipelajari.

2. Tahapan Analisis

Dalam tahapan ini, guru harus memperkenalkan bagian-bagian yang membangun keterampilan motorik yang akan dipelajari oleh para anak, yaitu urutan-urutan gerakan atau proses pelaksanaannya, serta fungsi setiap bagian motorik.

Keduanya harus diterangkan secara jelas kepada para anak, sehingga mereka akan mengerti sepenuhnya. Penjelasan ini juga akan memberikan

manfaat kepada mereka guna melatih nalar kritis dalam melihat terbangunnya suatu keterampilan motorik.

3. Tahapan Melatih

Pada tahapan ini, guru dituntut melatih bagian-bagian secara berurutan. Dalam tahapan ini, guru harus melatih para anak setahap demi setahap mengenai keterampilan motorik yang akan diajarkan.

4. Tahapan Sintesis

Setelah setiap bagian yang membangun suatu keterampilan bisa dikuasai, guru melanjutkan dengan melatih motorik secara keseluruhan, tanpa terkecuali. Hal ini penting dilakukan karena meskipun setiap bagian telah dikuasai oleh para anak, tetapi biasanya untuk menyatukan ke dalam satu keterampilan yang utuh, bagi sebagian anak merupakan hal yang sulit-khususnya bagi anak yang mempunyai kemampuan dasar yang cukup rendah. Oleh karena itu, pelaksanaan tahapan ini memerlukan waktu yang cukup lama, dengan pemberian umpan balik yang cukup pula.

C. Pemberian Contoh Motorik dengan Metode Campuran

Ketika melakukan pembelajaran motorik, guru juga dapat memberikan contoh keterampilan motorik dengan metode campuran (*whole-part method*), yaitu perpaduan dari kedua cara yang sudah dijelaskan sebelumnya, dengan menggabungkan kelebihan-kelebihan dari keduanya. Pemberian contoh motorik dengan metode campuran adalah sebagai berikut.

1. Tahapan Pembukaan

Tahapan pertama ini sama dengan tahapan pertama dalam metode keseluruhan atau sebagian, sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya.

2. Tahapan Percobaan

Dalam tahapan ini, guru mengajak para anak agar melakukan praktik secara keseluruhan. Semua anak harus melakukan praktik, tanpa

terkecuali, agar mengenal keterampilan motorik yang sedang diajarkan seutuhnya.

3. Tahapan Review

Tahapan ini menuntut guru melakukan evaluasi sederhana mengenai percobaan yang telah dilakukan oleh para anak terkait keterampilan motorik, sebagaimana yang telah dilakukan dalam pemberian contoh secara keseluruhan. Namun, yang harus dicatat adalah metode campuran, guru mesti menekankan pada masalah-masalah yang dihadapi oleh mereka sebagai suatu unit yang terpisah agar dapat dilatih secara terpisah pula. Pengoreksian atau diskusi yang dilakukan dalam tahapan ini lebih bersifat individual, sehingga setiap anak bisa melihat kekurangannya masing-masing.

4. Tahapan Melatih Bagian

Pada tahapan ini, guru harus dapat mengidentifikasi berbagai kesalahan yang masih terjadi atau ditemukan dari tahapan percobaan. Jika sebuah kesalahan telah ditemukan, maka guru meminta para anak untuk melakukan percobaan lagi, tetapi khusus bagian yang salah.

Sebagai contoh, jika seorang anak melakukan kesalahan gerakan dasar dalam pelajaran seni tari, maka guru hanya meminta anak yang bersangkutan supaya mengulangi gerakan dasar tersebut, bukan mengulangi gerakan secara keseluruhan. Inilah yang membedakan antara metode campuran dengan metode yang telah dijelaskan sebelumnya.

5. Tahapan Sintesis

Pada tahapan ini, guru dituntut melihat hasil percobaan yang dilakukan oleh para anak. Jika latihan setiap bagian motorik telah dirasa cukup, maka guru harus segera melanjutkan latihan. Jika setiap kesalahan atau kelemahan sudah diperbaiki, maka guru perlu menyuruh setiap anak untuk mencoba lagi melakukannya secara keseluruhan.

6. Tahapan Pemantapan

Dalam tahapan ini, seorang guru dituntut melakukan latihan atau praktik secara bergantian, yaitu latihan bagian, kemudian latihan keseluruhan, lalu kembali ke latihan bagian, dan demikian seterusnya. Tujuannya adalah memantapkan kemampuan motorik para anak, sehingga mereka menguasai pembelajaran motorik seutuhnya (tidak setengah-setengah).

BAGIAN 13

PENERAPAN PENGATURAN LATIHAN DALAM PEMBELAJARAN MOTORIK

Persoalan yang sering kali di pertanyakan dalam pembelajaran motorik adalah mutu yang hasil belajar dan latihan yang masih rendah. Hal ini sebenarnya bertalian erat dengan kurangnya jumlah curahan waktu aktif belajar atau berlatih yang tersedia bagi para anak.

Kemampuan guru atau pelatih dalam mengatur pembelajaran motorik sangat menentukan jumlah curahan waktu aktif belajar. Dalam pengaturan latihan yang baik, guru harus mengalokasikan waktu yang cukup bagi para anak, sehingga jumlah latihan memenuhi syarat yang diperlukan.

Persoalan lain yang juga penting adalah kemampuan guru dalam memberikan umpan balik. Umpan balik diakui terkait langsung dengan penciptaan kualitas latihan (pembelajaran motorik). Pemberian umpan balik yang tepat berperan sebagai unsur pengukuh, yang fungsinya memberikan informasi yang tepat tentang sesuatu yang telah diperbuat dan mesti diperbuat oleh para anak (khusus mengenai umpan baik dalam pembelajaran motorik akan dijelaskan pada bab berikutnya).

Jumlah latihan dan kualitas latihan menjadi masalah utama dalam menciptakan latihan yang efektif. Mengingat jumlah dan kualitas pembelajaran motorik sangat ditentukan oleh kemampuan pengaturan latihan dan proses latihan, maka kemampuan seorang guru dalam hal ini sangat diperlukan. Oleh karena itu, bab ini secara khusus membahas secara detail tentang cara guru mengatur latihan dan pemberian umpan balik dalam pembelajaran motorik. Selain itu, bab ini juga mengkaji faktor – faktor yang mendasari keduanya.

Untuk mengetahui pengaturan latihan dalam pembelajaran motorik, maka hal pertama yang harus diketahui dan dikuasai oleh seorang guru adalah bentuk pengaturan latihan itu sendiri. Dalam praktiknya, terdapat banyak bentuk pengaturan latihan dalam pembelajaran motorik. Terkait itu, mesti diingat bahwa setiap bentuk pengaturan latihan dalam pembelajaran motorik memiliki kelebihan dan kekurangan. Oleh karena itu, seorang guru harus dapat memilih bentuk pengaturan latihan yang tepat bagi para anak. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan hasil pembelajaran motorik yang memuaskan dan bisa dipertanggungjawabkan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Atas dasar itu, menjadi sebuah keniscayaan bagi setiap guru yang mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak untuk mengetahui aplikasi pengaturan latihan bagi mereka di sekolah.

Dalam konteks itu, ada beberapa bentuk pengaturan latihan dalam pembelajaran motorik yang saling berkaitan dan berkesinambungan antara satu dengan lainnya yang harus diketahui oleh guru, yaitu melatih tugas jamak, latihan motorik secara terpusat dan acak, serta melatih keterampilan motorik tunggal.

A. Melatih Tugas Jamak

Bentuk pengaturan latihan yang pertama dalam pembelajaran motorik yang harus dikuasai oleh guru adalah melatih tugas jamak. Bentuk pengaturan latihan yang pertama ini dapat dikatakan sebagai hal yang baru dalam wacana pelatihan dan pembelajaran motorik saat ini.

Melatih tugas jamak adalah bentuk pengaturan latihan dalam pembelajaran motorik yang perlu digunakan ketika seorang guru hendak mengajarkan beberapa keterampilan sekaligus dalam satu waktu, seperti satu minggu, satu hari, ataupun satu pertemuan. Adapun contoh keterampilan yang diajarkan dalam satu waktu adalah teknik *service*, *smash*, dan *dropshot* dalam bulu tangkis.

Dalam latihan ragam keterampilan yang telah disebutkan, tentunya muncul beberapa pertanyaan berikut ini.

1. Bagaimana cara seorang guru mengatur latihan agar ketiga keterampilan tersebut dilakukan oleh para anak secara keseluruhan, tanpa terkecuali, dalam satu waktu?
2. Apakah seorang guru akan mengatur latihan ketiga keterampilan tersebut secara berurutan satu per satu?
3. Apakah seorang guru akan mengatur latihan ketiga keterampilan tersebut secara acak tanpa memperhatikan urutan?
4. Apakah seorang guru membiarkan para anak memilih sendiri dengan risiko akan muncul keterampilan yang kurang mendapatkan tekanan?

Untuk menjawab semua pertanyaan tersebut, guru harus mengetahui cara pengaturan latihan untuk tugas jamak. Dalam hal ini, ada dua cara pengaturan latihan yang lazim dilakukan untuk tugas jamak (lebih dari satu tugas motorik), yaitu pengaturan latihan terpusat (*blocked practice*) dan latihan acak (*random practice*).

B. Latihan Motorik Secara Terpusat

Sebagian guru belum mengerti tentang pengaturan latihan terpusat. Pengaturan latihan terpusat dapat digambarkan dengan contoh ini. Guru mengambil keputusan untuk melatih ketiga keterampilan sekaligus dalam pelajaran bulu tangkis (olah raga/pendidikan jasmani), yaitu teknik *service*, *smash*, dan *dropshot*.

Hal pertama yang dilakukan oleh guru terhadap para anak adalah menyuruh mereka melakukan praktik (berlatih) keterampilan servis. Guru memerintahkan mereka untuk menyelesaikan latihan keterampilan servis terlebih dahulu sebanyak 75 kali.

Setelah para anak menyelesaikan latihan keterampilan servis sebanyak 75 kali dan telah dirasa cukup, guru kembali menyuruh mereka

berlatih keterampilan *smash* dengan jumlah pengulangan yang sama, yaitu 75 kali. Seusai keterampilan *smash* itu dipelajari (dipraktikan) sebanyak 75 kali, guru bisa memerintahkan kepada mereka untuk berpindah ke latihan keterampilan *dropshot* dengan jumlah pengulangan seperti keterampilan *service* dan *smash*, yakni 75 kali.

Sebenarnya, latihan terpusat dapat dimengerti dengan sangat mudah, yaitu menyelesaikan suatu keterampilan terlebih dahulu sebelum berpindah ke keterampilan lainnya. Dengan demikian, para anak akan terpusat pada satu keterampilan motorik (satu tugas) sebelum berpindah ke keterampilan motorik (tugas) lain. Latihan terpusat merupakan cara yang lazim dipilih. Cara ini dianggap khas karena memungkinkan mereka berlatih secara terfokus atau melatih satu keterampilan berulang kali tanpa terganggu kegiatan lain.

Secara latihan terpusat - sebagaimana yang digambarkan dalam penjelasan sebelumnya - bisa berlaku bagi semua materi pelajaran yang diajarkan secara motorik, tidak hanya pendidikan jasmani. Gambaran tersebut juga dapat diterapkan dalam pelajaran agama, matematika, praktik kimia, fisika, maupun biologi, PKN, Bahasa Indonesia, bahasa Inggris dan lain sebagainya.

Dalam pembelajaran motorik, cara semacam ini sangat tepat dilakukan oleh setiap guru guna melatih kemampuan motorik para anak dalam berbagai materi pelajaran. Sebab cara itu sangat memungkinkan bagi mereka untuk berkonsentrasi penuh dan mengoptimalkan kemampuan motorik.

C. Latihan Motorik Secara Acak

Selain penerapan latihan motorik secara terpusat, seorang guru mengadakan pembelajaran motorik bagi para anak juga harus mengetahui

penerapan latihan motorik secara acak. Tidak sedikit juga dari kalangan guru yang tidak mengetahui cara menerapkan latihan motorik secara acak.

Sebagai contoh, dalam pelajaran pendidikan jasmani yang diisi dengan pembelajaran olahraga bulu tangkis, seorang guru dapat mengatur latihan (pembelajaran) keterampilan motorik secara berbeda bagi para anak. Dalam hal ini guru dapat meminta kepada mereka agar melakukan latihan tiga keterampilan sekaligus, yaitu teknik *service*, *smash* dan *dropshot*, dengan cara selang seling. Jika seorang anak telah melakukan pukulan servis sebanyak 1 kali, berarti ia bisa langsung melakukan *smash*, kemudian *dropshot* dan kembali melakukan servis lagi, demikian seterusnya.

Dengan demikian, setiap anak diperbolehkan melakukan latihan keterampilan motorik secara acak, selang – seling, tanpa harus menunggu penguasaan satu keterampilan. Penguasaan para anak terhadap sebuah keterampilan motorik akan muncul seiring dengan seiringnya mereka melakukan latihan secara selang – seling. Jadi, setiap keterampilan dilakukan secara berurutan tanpa harus menunggu dikuasai terlebih dahulu. Latihan keterampilan motorik semacam ini menyerupai sebuah putaran dalam lingkaran. Jumlah latihan atau setiap pukulan setiap gerakan motorik tidak terlalu banyak, yakni 3 atau 5 kali, lalu beralih kepada keterampilan berikutnya.

Berdasarkan ilustrasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan latihan motorik secara acak merupakan latihan motorik yang memberikan kesempatan kepada para anak untuk melakukan berbagai bagian keterampilan motorik dalam waktu bersamaan, tanpa dipisahkan oleh jenis keterampilan. Mereka seolah berputar untuk melakukan semua keterampilan dengan cara acak.

Lantas, yang menjadi pertanyaan adalah pengaturan latihan manakah yang paling efektif untuk pembelajaran motorik bagi para anak di

sekolah yang menghasilkan keterampilan motorik paling optimal? Dan, penerapan latihan motorik dilakukan secara terpusat ataukah acak?.

Boleh jadi, tidak banyak orang yang mengetahui bahwa sebenarnya penerapan latihan motorik secara acak justru dapat memberikan hasil yang lebih baik dari pada penerapan latihan motorik terpusat. Dalam hal ini, banyak keunggulan yang dimiliki oleh latihan motorik secara acak ketimbang latihan motorik secara terpusat.

Pertama, dari segi penguasaan gerakan antara latihan motorik secara terpusat dan latihan motorik secara acak, anak yang berlatih keterampilan motorik secara acak ternyata lebih unggul dari pada anak yang berlatih keterampilan motorik secara terpusat. Keterampilan motorik anak yang diperoleh dari latihan secara acak lebih menonjol dari pada keterampilan motorik anak yang diperoleh dari latihan secara terpusat.

Kedua, ketika kemampuan anak diukur setelah proses latihan, baik dengan tes acak maupun tes terpusat, keterampilan anak yang diperoleh dari latihan secara acak ternyata lebih unggul dalam segala hal. Kenyataan ini tentu membingungkan banyak pihak, khususnya kalangan guru atau pendidik, serta memunculkan sebuah pertanyaan, mengapa hasil pembelajaran motorik dengan metode latihan motorik secara acak justru lebih unggul ketimbang metode latihan motorik secara terpusat?.

Ada alasan ilmiah yang membuat latihan motorik secara acak justru lebih unggul dari pada metode latihan motorik secara terpusat. Alasannya, kemampuan motorik anak yang diperoleh dari perubahan keterampilan yang terjadi harus bersifat menetap dan mampu dialihkan ke situasi dan waktu lain. Dengan dasar pemikiran tersebut, dapat diketahui bahwa pengaturan latihan terpusat memang dapat meningkatkan keterampilan anak lebih pesat dari pada latihan acak, jika tes langsung dilaksanakan saat latihan.

Meskipun demikian, ketika dites beberapa waktu kemudian, anak dari kelompok terpusat ternyata dilampaui kemampuannya oleh anak kelompok acak. Ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan latihan acak sebenarnya lebih unggul dari pada latihan terpusat. Latihan acak menyebabkan anak memiliki kemampuan untuk mengalihkan (transfer) keterampilan keadaan lain. Dengan ungkapan lain, latihan motorik secara acak mendorong anak memiliki keterampilan yang menetap. Selain alasan tersebut, ada pula alasan lain yang membuat penerapan latihan motorik secara acak lebih unggul dari pada penerapan latihan motorik secara terpusat.

Para pakar pendidikan di negara – negara maju, seperti Amerika, Australia, Inggris, Belanda dan Prancis, menyebutkan beberapa alasan di balik keunggulan latihan motorik secara acak. *Pertama*, adanya gejala lupa yang wajar timbul dalam diri anak selama proses latihan (pembelajaran) motorik. Jika guru menerapkan latihan motorik secara terpusat, maka gejala lupa dalam diri anak akan muncul manakala keterampilan yang sudah dipelajari tertindih oleh keterampilan lain yang baru dikuasainya. Lain halnya jika guru menerapkan latihan motorik secara acak, maka gejala lupa dalam diri anak seolah terus dikikis oleh pengulangan yang berkali – kali dilakukan secara selang – seling, dalam tempo relatif singkat.

Kedua, dari segi kebermaknaan, apabila guru menerapkan latihan motorik secara acak, berarti ia seolah menampilkan tugas yang berbeda dari pada sebelumnya bagi anak. Terkait sistem memori dalam otak, keberbedaan ini akan dianggap lebih bermakna karena selalu merangsang pikiran sebelumnya. Sebaliknya, jika guru menerapkan latihan motorik secara terpusat, maka proses pengingat ini tidak pernah terjadi, sehingga akan berlangsung secara menonton.

Dengan demikian, menurut hipotesis tersebut, meningkatkan keberbedaan dan kebermaknaan ini menghasilkan ingatan yang lebih tahan lama. Dan, hal tersebut muncul dari latihan motorik secara acak, sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya. Namun, bukan berarti guru dapat meninggalkan latihan motorik secara terpusat. Keunggulan yang diperlihatkan oleh latihan acak sekadar sebagai dorongan bahwa latihan acak jangan sampai diabaikan.

D. Melatih Keterampilan Motorik Tunggal

Hal yang sering kali dijumpai oleh guru dalam pembelajaran motorik di sekolah adalah pengajaran keterampilan motorik tunggal. Misalnya, guru mengajarkan keterampilan menjahit kepada para anak. Secara umum, keterampilan menjahit tidak terbagi menjadi beberapa bagian. Dalam konteks tersebut, ada beberapa pertanyaan yang muncul.

1. Bagaimana pengaturan latihan dapat dilaksanakan bila keterampilan motorik yang akan dipelajari (dipraktikkan) hanya satu atau tunggal?
2. Apakah prinsip pengacakan masih berlaku? Atau, lebih baik mengambil latihan terpusat?

Sebagaimana latihan untuk tugas jamak, latihan terpusat untuk keterampilan tunggal juga dipandang kurang efektif. Lantas, yang menjadi pertanyaan adalah bagaimanakah pengaturan latihan yang tepat jika keterampilan motorik yang dipelajari oleh para anak hanya satu?.

Cara yang dapat ditempuh adalah pengaturan latihan yang bervariasi atau latihan lazim disebut *variable practice*. Latihan yang bervariasi melatih banyak kemungkinan dalam variasi keterampilan motorik anak. Ketika anak dihadapkan pada pembelajaran suatu jenis motorik, latihannya harus dirancang agar bervariasi. Jika memungkinkan, bisa diupayakan agar dalam latihan, anak mengalami berbagai kondisi yang terjadi dalam keadaan sebenarnya.

Misalnya, jika anak diharapkan mampu bermain baik dalam permainan bulu tangkis yang memiliki variasi gerak, ia harus diberi variasi sebanyak mungkin ketika mempelajari salah satu teknik dasar. Contohnya, dalam latihan *smash*, ia harus melatih *smash* dengan ketinggian dan arah bola yang berbeda. Itulah inti latihan bervariasi.

BAGIAN 14

EVALUASI PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH

Gagasan bahwa perkembangan motorik tidak dapat diamati menimbulkan pertanyaan, bagaimanakah kemajuan pembelajaran itu dapat diukur? Apa yang harus disimpulkan apabila terjadi peningkatan keterampilan motorik pada satu pembelajaran di lain pihak, sedangkan pembelajara lain tdak terlihat peningkatannya? Persoalan lainnya yang harus diwaspadai adalah bagaimana jika perilaku yang baru dikuasai itu hilang pada masa-masa berikutnya?

Tidak seorang pun yang dapat memastikan apa yang terjadi dalam diri anak ketika ia belajar. Hal itu diibaratkan sebagai anak memasuki kotak hitam, dan keluar lalu dengan penampilan yang berbeda. Orang yang melihat anak itu masuk kontak hitam semata-mata hanya dapat menduga apa yang terjadi di dalamnya. Oleh karena itu, menanyandakan diri sepenuhnya pada perubahan keterampilan tanpa proses belajar dan latihan akan menyesatkan.

Jika seorang guru, orang tua, atau pembina melihat grafik menanjak, ia mengetahui bahwa anak memang mengalami kemajuan. Jumlah keberhasilan akan meningkat setiap kali anak melakukan latihan. Jumlah kesalahan yang dilakukan akan berkurang ketika anak semakin rajin berlatih.

A. Pengertian dan Tujuan Evaluasi Motorik

1. Pengertian

Evaluasi perkembangan motorik adalah suatu cara menemukan bagaimana proses pembelajaran dapat memberikan tanda-tanda pencapaian kemampuan dan tahapan pada anak atau adakah proses pembelajaran lain yang dapat mempengaruhi terhadap anak, jadi, evaluasi itu sangat diperlukan untuk mengukur sampai sejauh mana proses pembinaan atau pengembangan

motorik yang diberikan oleh guru, orang tua, atau pembina berdampak terhadap perubahan anak.

2. Tujuan

Evaluasi motorik bertujuan untuk memberi makna dari hasil yang telah diraih oleh anak, tetapi makna itu tidak diberikan dalam bentuk kuantitatif (angka). Angka yang muncul dalam penilaian akan berdampak psikologis, yaitu dapat membuat anak menjadi tidak menyukai perlakuan yang diberikan oleh orang tuanya atau gurunya. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan evaluasi motorik adalah proses dan hasil. Proses artinya kegiatan yang berhubungan dengan upaya interaksi anak dengan guru, orang tua, atau lingkungannya. Hasil adalah sesuatu yang dicapai anak setelah proses pembelajaran berakhir.

B. Prinsip-Prinsip Evaluasi

Pelaksanaan evaluasi pada anak prasekolah berbeda dengan evaluasi yang dilakukan di sekolah. Ada beberapa prinsip dasar yang harus diperhatikan dalam mengavaluasi anak prasekolah yaitu:

1. Menyeluruhkan, artinya tidak dilakukan secara terpisah dengan proses pembelajaran, mengingat evaluasi tersebut lebih banyak menilai proses perilaku anak dan hasil perbuatan anak yang pada umumnya tidak dapat dilakukan dengan tes tertulis
2. Berkesinambungan, artinya harus dilakukan secara terencana, bertahap, dan terus-menerus, hal itu dilakukan agar informasi yang diperoleh betul-betul berasal dari gambaran perkembangan proses pembelajaran motorik pada anak prasekolah
3. Berorientasi pada tujuan, artinya dalam menetapkan indikator harus menggunakan acuan standar. Guru, orang tua, atau pembina dapat menilai hasil kegiatan anak melalui indikator yang terwujud dalam perilaku dan kemampuan tersebut

4. Objektif, artinya penilaian dilakukan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Prasangka, keinginan, dan prasaaan tertentu tidak boleh mempengaruhi penilaian yang dilakukan
5. Mendidik, artinya penilaian yang dapat digunakan untuk membina dan memberikan dorongan kepada semua anak dalam meningkatkan hasil pertumbuhan dan perkembangannya;
6. Kebermaknaan, artinya hasil penilaian harus memiliki arti, baik bagi orang tua, guru, pembina, anak itu sendiri, maupun pihak lain yang memerlukan.

Jadi, evaluasi perkembangan motorik merupakan upaya untuk memperoleh informasi atau data yang akurat mengenai penguasaan keterampilan motorik anak prasekolah. Secara garis besar, evaluasi perkembangan motorik berfungsi sebagai berikut:

1. Memberikan umpan balik (feedback) dengan segera untuk memperbaiki dan mengembangkan kegiatan
2. Memberikan informasi tentang tingkat keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak agar dapat memperbaiki dan meningkatkan bimbingan dan motivasi
3. Sebagai bahan pertimbangan untuk menepatkan anak dalam kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuannya;
4. Sebagai bahan masukan bagi pihak terkait yang memerlukan dalam memberikan pembinaan selanjutnya

C. Instrumen Evaluasi

Mengingat bahwa, evaluasi terhadap anak prasekolah itu sangat sesintif, pengamat harus hati-hati, baik dalam menentukan instrumen evaluasi maupun interpretasinya. Instrumen evaluasi perkembangan motorik anak prasekolah harus dikembangkan atas dasar kemungkinan keterampilan gerak yang mesti

dicapai anak prasekolah sesuai dengan tingkat perkembangannya, yaitu instrumen dalam bentuk pengamatan (observasi) dan catatan.

1. Pengamatan (observasi)

Pengamatan digunakan untuk merekam proses dan hasil dari suatu aktivitas sehari-hari anak prasekolah baik di rumah, taman penitipan, kelompok bermain maupun TK, berdasarkan pengamatan langsung terhadap sikap dan perilakunya. Pengamatan itu dapat memberikan informasi yang sangat berharga dalam merencanakan suatu program dan menjadi aspek perencanaan integral sebagai seorang pendidik

Berikutnya ini contoh penilaian yang dapat dilakukan melalui pengamatan

Memperlihatkan sifat-sifat umum anak

1. Suasana hati anak seperti senang, sedih, dan marah
2. Kemauan anak untuk mengambil sesuatu atas keinginan sendiri
3. Kesetiakawanan dalam bermain
4. Kedisiplin dan taat pada aturan
5. Kejujuran
6. Kesepansantunan
7. Memperhatikan sifat-sifat kurang sehat
8. Tidak mampu mengendalikan emosi ketika sedih atau marah
9. Kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran motorik (pendiam)
10. Belum dapat berjalan secara mandiri
11. Suka bercakap-cakap
12. Malas dan tidak mau berusaha

Kamampuan anak yang perlu diperhatikan

1. Menggunakan konsep waktu yang sederhana, misalnya sekarang kemarin, besok, atau lusa
2. Membedakan bermacam-macam rasa, bau, atau suara
3. Melakukan percobaan sederhana
4. Cara memegang alat tulis
5. Cara meronce
6. Cara bermain dengan tanah liat

Untuk melaksanakan pengamatan dengan baik pengamat harus terlatih menyiapkan format penilaian sesuai dengan keperluan. Setiap anak diamati sendiri-sendiri dan hasil pengamatan dicatat. Catatan diutamakan bagi anak yang lebih mengalami kesulitan dan anak yang sudah sangat maju dari anak lainnya. Hal ini dimaksudkan agar pengamat terlalu berbebani oleh banyaknya anak yang dinilai setiap hari. Berikut ini diberikan contoh format penilaian dengan menggunakan teknik pengamatan atau observasi.

FORMAT EVALUASI TINGKAT PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH USIA
0-1 TAHUN

NO	Keterampilan Motorik	Tingkat Keterampilan
1	Bermain dengan tangan	
2	Mengamati mainan yang ada dalam genggamana mencoba meraup suatu benda	
3	Melempat dan mengambil barang yang dilemparkan sambil diamati yang terjadi	
4	Menahan barang yang dipegangnya	
5	Memegang benda kecil dengan telunjuk dan ibu jari	
6	Menunjuk titik tertentu misalnya mata boneka	
7	Membuka Lembaran Buku/Majalah	
8	Mengangkat Kaki Dan Memainkan Jari Tangan Di Depan Matanya	
9	Mengangkat Kepala Ketika Ditengkurapkan	
10	Duduk dengan bantuan dan kepala tegak	
11	Mengangkat dada saat tengkurap dengan bertumpu pada tangan	
12	Duduk tanpa ditopang	

13	Mencoba berdiri sendiri dengan berpegangan	
14	Berjalan jika dipegang/berpegangan	

Keterangan tingkat keterampilan

- Dapat melakukan sendiri
- Perlu bantuan
- Perlu bantuan yang bersifat paksaan

FORMAT EVALUASI TINGKAT PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH USIA
>1-2 TAHUN

NO	Keterampilan Motorik	Tingkat Keterampilan
1	Meletakkan gelas di atas gelas	
2	Mencoret-coret	
3	Menyusun balok dua sampai tiga balok	
4	Mencoba makan sendiri dengan sendok atau membuka buku	
5	Senang mendengarkan musik dan mengikuti irama	
6	Latihan berjalan tanpa dipegang	
7	Berjalan mantap	
8	Berjalan mundur satu sampai tiga langkah	
9	Berlari tanpa jatuh	
10	Naik turun tangga dengan berpegangan	
11	Memanjat kursi orang dewasa, merangkak naik tangga	
12	mulai meloncat dan melompat walau sederhana	

Keterangan tingkat keterampilan

- Dapat melakukan sendiri
- Perlu bantuan
- Perlu bantuan yang bersifat paksaan

FORMAT EVALUASI TINGKAT PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH USIA
>2-3 TAHUN

NO	Keterampilan Motorik	Tingkat Keterampilan
1	Meronce/merangkal manik-manik	
2	Mengaduk air di gelas dengan sendok	
3	Membuka tutup botol yang bergulir (membuka dengan memutar tutu botol)	
4	Mengambar garis lurus	
5	Menyusun balok tiga hingga lima buah	
6	Berjalan mantap	
7	Berjalan mundur	
8	Naik turun tangga	
9	Memanjat	
10	Melompat dengan dua kaki sekaligus berjingkat - jingkat	
11	Belajar meniti	

Keterangan tingkat keterampilan

- Dapat melakukan sendiri
- Perlu bantuan
- Perlu bantuan yang bersifat paksaan

FORMAT EVALUASI TINGKAT PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH USIA
>3-4 TAHUN

NO	Keterampilan Motorik	Tingkat Keterampilan
1	Meremas kertas	
2	Memakai dan Membuka pakaian dan sepatu sendiri	
3	Menggambar garis lingkaran dan garis silang (garis tegak dan datar)	
4	Menyusun menara empat sampai tujuh balok	
5	Mengekspresikan motorik lari dengan irama sederhana	
6	Melempar bola	
7	Berjalan dengan baik (keseimbangan tubuh makin baik)	
8	Berjalan dengan baik (kesimbangan tubuh main baik)	
9	Berlari di tempat	
10	Naik turun tangga tanpa berpegangan	
11	Melompat dengan satu kaki secara bergantian	
12	Merayap dan merangkak lurus ke depan	
13	Melakukan senam dengan mengikuti contoh	

Keterangan tingkat keterampilan

- Dapat melakukan sendiri
- Perlu bantuan
- Perlu bantuan yang bersifat paksaan

FORMAT EVALUASI TINGKAT PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK PRASEKOLAH USIA

>4-5 TAHUN

NO	Keterampilan Motorik	Tingkat Keterampilan
1	Menempel	
2	Mengerjakan teka teki (puzzle) (menyusun potongan-potongan gambar)	
3	Menjahit sederhana	
4	Makin terampil menggunakan jari tangan (mewarnai dengan rapi)	
5	Mengisi pola sederhana (dengan sobekan kertas, dan stempel)	
6	Mengancingka kancing baju	
7	Menggambar dengan motorik naik turun bersambung (seperti gunung atau bukit)	
8	Menarik garis lurus, lengkung, dan miring	
9	Mengekspresikan gerakan dengan irama bervariasi	
10	Melempar dan menangkap bola	
11	Melipat kertas	
12	Berjalan di atas papan titian (keseimbangan tubuh)	
13	Berjalan dengan bahagia variasi (maju mundur, ke samping)	
14	Memanjat dan bergelantung (berayun)	
15	Melompati parit atau guling	
16	Melakukan senam dengan motoriknya sendiri	

Keterangan tingkat keterampilan

- Dapat melakukan sendiri
- Perlu bantuan
- Perlu bantuan yang bersifat paksaan

Catatan Anekdot

Pencatatan anekdot merupakan kumpulan catatan tentang sikap dan perilaku anak yang khusus, baik positif maupun negatif. Contoh pencatatan anekdot adalah sebagai berikut:

- a. Anak membantu temannya dalam kegiatan tertentu.
- b. Anak bertengkar dengan temannya.
- c. Anak mengalami kecelakaan, misalnya jatuh, muntah-muntah, atau terluka.

Catatan anekdot itu merupakan sumber informasi yang cukup informasi yang cukup informatif dan akurat. Jika seorang anak mengalami peristiwa khusus berkali-kali atau secara periodik, pengamat dapat melakukan penilaian dan mengambil kesimpulan bahwa anak itu mengalami sesuatu hal yang perlu penanganan khusus. Contoh format penilaian dengan teknik pencatatan anekdot sebagai berikut:

FORMAT EVALUASI DENGAN PENCATATAN ANEKDOT PADA ANAK PRASEKOLAH

Nama Anak:.....

Tanggal	Peristiwa	Interprelasi

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun, Yudha M. Saputra. 1999/2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Dan Menengah.
- Agus Mahendra Dan Anung Ma'mun, 1998, *Teori Belajar dan Pembelajaran Motorik*, Bandung: IKIP Bandung Press.
- Arinkonto, Suharsimi, 2001. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidika*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mahendra, Agus. 2006. *Teori Belajar Mengajar Motorik*. Bandung: FPOK-UPI
- Richard Decaprio. 2013. *Aplikasi teori pembelajaran motorik di sekolah*. DIVA Press. Banguntapan Jogjakarta.
- Richard Decaprio. 2017. *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siswa*. DIVA Press. Banguntapan Jogjakarta.
- Rusli Lutan, 1988, *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*, Jakarta, P2LPTK, Ditjen Perguruan Tinggi.
- Santrock, John W. 2010. *Perkembangan Peserta Didik*. Tanpa Kota: University Press.
- Setyo Sari, Punaji dan Sihkabuden. 2005. *Media Pembelajaran Malang*. Elang Mas
- Sudjono, Anas. 2008. *Pengantar Evaluasi Pendidik*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudjana, Nana. 1989. *Penilaian Hasil Proses Belajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset.
- Toho Cholik Muthohit. 2002. *Model Perkembangan Motorik Anak Prasekolah*. Direktur Jendral Olahraga. Jakarta

BIODATA PENULIS



Sunanto, lahir di kabupaten Sampit Kalimantan Tengah tahun 1984. Pendidikan terakhir S2 Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Surabaya (2011-2013) Jalur Beasiswa Unggulan calon dosen Indonesia didanai DIKTI. Saat ini sedang menempuh studi Doktorat di Universitas Negeri Surabaya Prodi Pendidikan Dasar. Buku yang pernah ditulis dan Ber ISBN yakni Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Panduan Tes Fisik Motorik Kasar Sekolah Dasar Olahraga Hockey, Panduan Tes Kondisi Fisik Senam Aerobik, Curhat Ku Pada Tuhan. Aktif dalam penelitian ilmiah, 2 kali lolos Hibah Penelitian yang didanai DIKTI. Merupakan Dosen PGSD Universitas NU Surabaya (2015-Sekarang), 3 kali lolos menjadi dosen DPL merdeka belajar kampus merdeka, pengalaman mengajar di kampus Universitas Adi Buana Surabaya (2013) Universitas Tadulako Sulteng (2013) STKIP Bangkalan (2014).



Berda Asmara, lahir di Kota Surabaya tahun 1987, awal pendidikan perguruan tinggi D2 PGTK UNESA (Universitas Negeri Surabaya) lulus tahun 2009 lalu melanjutkan studi lagi S1 PG-PAUD di Unesa lulus tahun 2013, lanjut lagi studi S2 Pendidikan Dasar Konsentrasi PAUD di Universitas Negeri Surabaya lulus tahun 2015, dan saat ini sedang menempuh studi Doktorat di UNESA Prodi Pendidikan Dasar. Buku yang ditulis dan ber ISBN yaitu Media Pembelajaran PAUD APE dari Bahan Daur Ulang dan Colors Flip Book For Young Learner. Pernah menerima hibah penelitian yang didanai oleh DIKTI 2x, aktif dalam penelitian ilmiah. Merupakan Dosen S1 PGPAUD di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (UNUSA) mulai tahun 2014 – hingga saat ini serta ASESOR BAN PDM (2018 - Sekarang)



Dewi Widiana Rahayu, lahir di Sidoarjo, 15 Oktober 1989. Pendidikan S2 Pendidikan Dasar Universitas Negeri Surabaya 2011-2013) Sekretaris program studi PGSD unusa 2016-sekalaran, Dosen PGSD unusa 2014-sekarang, saat ini sedang menempuh studi Doktorat di Universitas Negeri Malang Prodi Pendidikan Dasar, lolos Hibah PDP 2020 Penelitian Pengaruh Sikap Toleransi Terhadap Perilaku Agresif Siswa SD di Kota Surabaya, DPL kampus kampus mengajar.



PENERBIT
PONPES JAGAD 'ALIMUSSIRRY (Anggota IKAPI)
"Komunitas Ilmuwan Spiritualis"