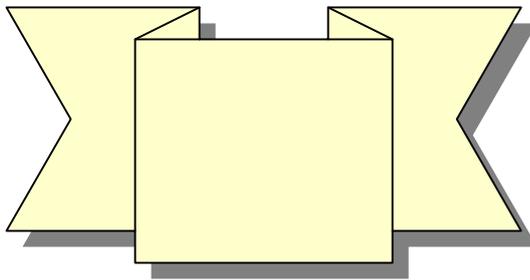


# **DIKTAT PERKEMBANGAN MOTORIK**



**Oleh:**

**Hj. Endang Rini Sukamti, MS**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2007**

---

**PENULISAN DIKTAT INI DIBIYAI DENGAN ANGGARAN DIPA  
UNY TAHUN 2007.01.PNPB (6670)  
SK DEKAN: 76a TAHUN 2007, TANGGAL 4 JUNI 2007  
NOMOR PERJANJIAN: 984.h/H.34.16/PP/2007  
TANGGAL 4 JUNI 2007**

## A. Pendahuluan

### 1. Pengertian Perkembangan Motorik

- Menurut Hurlock (1998) – perkembangan motorik: perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir.
- Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1992) – perkembangan: proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh ke arah keadaan yang makin terorganisasi dan terspesialisasi.

Perkembangan terjadi dalam bentuk perubahan kualitatif, kuantitatif atau kedua-duanya secara serempak.

Perkembangan gerak “*motor development*”: suatu proses sejalan dengan bertambahnya usia – secara bertahap dan bersinambung gerakan individu meningkat dari sederhana, tidak terorganisasi, tidak terampil – keterampilan gerak yang kompleks dan terorganisasi dengan baik – penyesuaian keterampilan – proses penuaan.

- Menurut Zulkifli (2001) - perkembangan motoris: gerakan-gerakan tubuh yang dimotori dengan kerjasama antara otot, otak dan saraf. Ciri-ciri gerakan motoris: gerak dilakukan dengan tidak sengaja, tidak ditujukan untuk maksud-maksud tertentu. Gerak yang dilakukan tidak sesuai untuk mengangkat benda dan gerak serta.
- Menurut Keogh – perkembangan gerak: perubahan kompetensi atau kemampuan gerak dari mulai bayi (infancy) sampai masa dewasa (adulthood) serta melibatkan berbagai aspek perilaku manusia, kemampuan gerak dan aspek perilaku yang ada pada manusia mempengaruhi perkembangan gerak dan perkembangan gerak sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia.

## 2. Keterampilan Motorik

- Hal penting dalam mempelajari keterampilan motorik:
  - kesiapan belajar
  - kesempatan belajar
  - kesempatan berpraktek
  - model yang baik

- bimbingan
- motivasi
- setiap keterampilan motorik harus dipelajari secara individu
- keterampilan sebaiknya dipelajari satu demi satu.
- Cara umum mempelajari keterampilan motorik:
  - belajar coba dan galat (trial and error)
  - meniru
  - pelatihan
- Kategori fungsi keterampilan motorik
  - keterampilan bantu (self-help)
  - keterampilan bantu sosial (social-help)
  - keterampilan bermain
  - keterampilan sekolah

## **B. Prinsip-Prinsip Perkembangan Motorik**

### 1. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik

- ✚ Sebagian kondisi yang mempengaruhi laju perkembangan motorik:

- ❖ Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan
- ❖ Semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak
- ❖ Kondisi pralahir yang menyenangkan terutama gizi mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahir.
- ❖ Kelahiran yang sukar apabila ada kerusakan otak akan memperlambat perkembangan motorik
- ❖ Kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan akan mempercepat perkembangan motorik
- ❖ Anak yang IQ tinggi perkembangannya lebih cepat dibanding IQ normal atau di bawah normal
- ❖ Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik
- ❖ Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik

- ❖ Rangsangan dan dorongan dari orang tua, kecenderungan anak yang lahir pertama lebih baik daripada anak yang lahir kemudian
- ❖ Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik
- ❖ Cacat fisik akan memperlambat perkembangan motorik
- ❖ Perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi

## 2. Prinsip Perkembangan Motorik

- ✚ Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf
- ✚ Belajar keterampilan motorik tidak terjadi sebelum anak matang
- ✚ Perkembangan motorik mengikuti pola yang diramalkan
- ✚ Dimungkinkan menentukan norma perkembangan motorik
- ✚ Perbedaan individu dalam laju perkembangan motorik

## C. Dasar-Dasar Perkembangan Motorik

### 1. Sumbangan Kemampuan Motorik

- ❖ Kesehatan yang baik
- ❖ Katarsis emosional
- ❖ Kemandirian
- ❖ Hiburan diri
- ❖ Sosialisasi
- ❖ Konsep diri

### 2. Urutan Perkembangan Motorik

#### ❖ Bagian kepala

- Ocular melakukan gerakan: 4 minggu
- “Senyum social” (untuk menanggapi senyuman orang lain): 3 bulan
- Koordinasi mata: 4 bulan
- Menegakkan kepala: dalam posisi tengkurap: 1 bulan, dalam posisi duduk: 4 bulan

#### ❖ Bagian batang tubuh

- Membalik – dari miring ke telentang: 2 bulan, dari terlentang ke miring: 4 bulan, lengkap: 6 bulan

- Duduk – menarik ke posisi duduk: 4 bulan, dengan bantuan: 5 bulan, tanpa bantuan: 9 bulan
- Organ eliminasi – pengendalian usus: 2 tahun, pengendalian kandung air seni: 2-4 tahun

#### ❖ Tangan

- Gerakan bertahan: 2 minggu
- Mengisap jempol: 1 bulan
- Menggenggam dan menjangkau: 4 bulan
- Memegang dan menggenggam: 5 bulan
- Memungut benda dengan ibu jari: 8 bulan

#### ❖ Kaki

- Mengesot: 6 bulan
- Merangkak; 7 bulan
- Maju perlahan-lahan – pada tangan dan lutut: 9 bulan, pada kedua tangan dan kedua kaki: 10 bulan
- Berdiri – dengan bantuan: 8 bulan, tanpa bantuan: 10 bulan
- Berjalan – dengan bantuan: 11 bulan, tanpa bantuan: 12-14 bulan

### 3. Karakteristik Perkembangan Motorik

- Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur 0-1 tahun
- Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 1-2 tahun
- Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 2-3 tahun
- Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 3-4 tahun
- Karakteristik perkembangan motorik anak prasekolah umur > 4-5 tahun
- Karakteristik perkembangan motorik remaja: usia 10-18 tahun, 18- mati

### 4. Tahap-Tahap Perkembangan Motorik

- Tahap praketerampilan:
  - ❖ Tingkatan refleksi
  - ❖ Tingkatan integrasi sensoris
  - ❖ Perkembangan pola gerakan dasar
- Tahap pengembangan keterampilan
- Tahap keterampilan:

- ❖ Penghalusan keterampilan
- ❖ Tahap penampilan
- ❖ Pola kemunduran

## 5. Konsep Dasar Gerak

### ➤ Kemampuan gerak dasar

✚ Kemampuan lokomotor: memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas. Berjalan, berlari dan sebagainya

✚ Kemampuan non-lokomotor: dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Menekuk, dan meregang, mendorong dan menarik dan sebagainya.

✚ Kemampuan manipulatif: lebih banyak melibatkan tangan dan kaki tetapi bagian tubuh yang lain juga dapat digunakan.

### ➤ Macam-macam gerakan

✚ Gerakan instinktif: dorongan dari dalam diri untuk memuaskan dorongan itu.

✚ Gerakan refleks: dorongan datang dari luar berbentuk perangsang.

- ✚ Gerakan spontan (impulsif); dorongan atau perangsangnya datang dari dalam diri sendiri, mulanya dirasakan sebagai tidak bertujuan.

#### **D. Persepsi Gerak**

Kemampuan perseptual merupakan kesanggupan dalam menginterpretasikan dari adanya rangsang yang selanjutnya memberikan jawaban adanya rangsang tersebut.

1. Pengembangan Kesadaran Gerak Perseptual
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gerak Perseptual
3. Gerak Perseptual dan Pendidikan Jasmani

#### **E. Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus**

- Motorik kasar: memacu kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya seperti:
  - nonlokomotor
  - lokomotor
  - manipulatif

- Motorik halus: memacu kemampuan anak beraktivitas dengan menggunakan otot-otot halus.

#### 1. Jenis Aktivitas

#### 2. Jenis Tes

- Tes Intelegensi individual (tes IQ)
- Tes prestasi
- Tes psikomotor
- Tes proyeksi
- Tes perilaku adaptif

### **F. Perkembangan Susunan Syaraf**

#### 1. Syaraf Motorik

- medulla spinalis
- substansi retikularis medulla oblongata pons dan mesensefalon
- ganglia basalis
- serebelum
- korteks motorik

#### 2. Syaraf Sensorik

- Perasaan kulit yang dapat menyebabkan adanya perasaan nyeri paha dan siku.
- Perasaan sendi otot dan tendo menyebabkan dapat mengetahui bagian dari tubuh jika sedang bergerak, arah pergerakan dan sikap gerak.
- Perasaan visera yaitu adanya perasaan bagian dalam tubuh hangat, dingin dan nyeri dalam.

### 3. Syaraf Campuran

## DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, Elizabeth B. 1998. *Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, John W. 2002. *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Soetjiningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Sugiyanto dan Sudjarwo. 1992. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan kebudayaan.
- Sutapa, Panggung. *Pengamatan Skill Motorik dan Fisik dalam Upaya menjadikan Sosok Manusia Berkualitas*. Yogyakarta: FIK UNY
- 2002. *Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah*. Jakarta: Ditjen Olahraga Depdiknas.