

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Dasar Teori

2.1.1 Anak Usia Pra Sekolah

2.1.1.1 Pengertian

Usia prasekolah adalah usia anak pada masa prasekolah dengan rentang tiga hingga enam tahun (Potter dan Perry, 2019). Pengertian yang sama juga dikemukakan oleh Hockenberry dan Wilson (2019) bahwa usia prasekolah merupakan usia perkembangan anak antara usia tiga hingga lima tahun. Menurut Biehler dan Snowman (dalam Patmonodewo, 2019) bahwa yang dimaksud dengan anak prasekolah adalah mereka yang berusia 3-6 tahun.

Pra sekolah merupakan masa emas atau *golden age*, karena anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan tidak tergantikan pada masa mendatang. Menurut berbagai penelitian di bidang neurologi, terbukti bahwa 50% kecerdasan anak terbentuk dalam kurun waktu 4 tahun pertama. Setelah anak berusia 8 tahun perkembangan otaknya mencapai 80% dan pada usia 18 tahun mencapai 100% (Suyanto, 2018).

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa anak usia prasekolah merupakan periode kanak-kanak awal antara usia 3-5 tahun.

2.1.1.2 Proses Tumbuh Kembang Anak Usia Pra Sekolah

Pertumbuhan dan perkembangannya pra sekolah dibagi menjadi beberapa kelompok yaitu usia bayi lahir sampai dengan 12 bulan, usia *toddler* (balita) pada usia satu sampai tiga tahun, usia pra sekolah dalam rentang tiga sampai enam tahun, dan masa awal sekolah dalam usia enam sampai delapan tahun dan tumbuh kembang remaja. (Sujono, 2018).

2.1.1.3 Karakteristik Anak Usia Pra Sekolah

Masa usia pra sekolah disebut juga masa *Trotzalter*, artinya periode perlawanan atau masa kritis pertama. Terjadi karena ada perubahan yang hebat dalam diri anak yaitu mulai sadar akan “Aku”-nya, menyadari dirinya terpisah dengan lingkungannya, dia suka menyebut nama dirinya apabila berbicara dengan orang lain. Pertentangan antara kemauan diri dengan tuntutan lingkungan akan mengakibatkan ketegangan dalam diri anak : sikap membandel dan keras kepala. Pada masa ini, berkembang kesadaran dan kemampuan untuk memenuhi tuntutan dan tanggung jawab. Oleh karena itu orang tua perlu menghadapinya dengan bijaksana, penuh kasih sayang, dan tidak bersikap keras. (Haryadi, 2018)

Pra sekolah memiliki karakteristik yang berbeda dengan orang dewasa, karena pra sekolah tumbuh dan berkembang dengan banyak cara dan berbeda. Karakteristik pra sekolah sebagai berikut:

1. Memiliki rasa ingin tahu yang besar

2. Merupakan pribadi yang unik
3. Suka berfantasi dan berimajinasi
4. Masa potensial untuk belajar
5. Memiliki sikap egosentris
6. Memiliki rentan daya konsentrasi yang pendek
7. Merupakan bagian dari mahluk sosial (Sofia Hartati,2018)

Usia anak prasekolah dikatakan sebagai masa bermain.

Kegiatan bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan kebebasan batin untuk memperoleh kesenangan. Beberapa macam permainan anak untuk anak usia pra sekolah:

1. Permainan fungsi/gerak: melompat, naik turun tangga, berlarian dsb.
2. Permainan fiksi :pasaran, perang-perangan, masak-masakan
3. Permainan resptif/apresiasi :mendengarkan cerita, melihat gambar
4. Permainan konstruktif :membuat kue dari tanah liat, membuat kapal-kapalan dari kertas, membuat gunung dari pasir.
5. Permainan prestasi : sepak bola, kasti, bola basket (Haryadi, 2018)

2.1.1.4 Tahapan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah

Menurut Santrock (2019) periode perkembangan anak terdiri atas tiga periode yaitu anak (*childhood*), remaja (*adolescence*), dan dewasa (*adulthood*). Adapun priode anak itu diklasifikasi lagi menjadi beberapa periode, yaitu:

1. Periode Sebelum Kelahiran (*Pranatal*)

Karakteristik atau ciri psikologis anak pada masa ini, menurut Kartini Kartono, ciri-ciri yang sangat menonjol pada periode ini yaitu:

- a. Proses pertumbuhan yang cepat sekali. Bayi yang baru lahir dan sehat dengan cepat akan belajar menyesuaikan diri dengan alam lingkungannya dan melakukan tugas perkembangan tertentu
- b. Kemampuan mental dan daya akalnya pada umumnya berkembang lebih cepat dari kemampuan fisiknya
- c. Perkembangan kehidupan emosional bayi akan berkembang sesuai dengan pengaruh-pengaruh psikis ibunya. Jadi ada penularan emosional dari kaitan emosional yang amat kuat antara ibu dan anaknya
- d. Bayi yang baru lahir, menggunakan sebagian waktunya untuk tidur. Dengan bertambahnya usia bayi, waktu untuk istirahat dan tidur semakin berkurang dan berubah jadwalnya.

2. Masa Bayi (*Infacy*)

Periode bayi merupakan masa perkembangan yang merentang dari kelahiran hingga 18 atau 24 bulan. Masa ini ditandai dengan ciri sebagai berikut:

- a. Masa dasar pembentukan pola perilaku, sikap, dan ekspresi emosi
- b. Masa pertumbuhan dan perubahan berjalan cepat, baik fisik maupun psikologis

- c. Masa kurangnya ketergantungan
- d. Masa meningkatnya individualitas, yaitu saat bayi mengembangkan hal-hal yang sesuai dengan minat dan kemampuannya
- e. Masa permulaan sosialisasi
- f. Masa permulaan berkembangnya penggolongan peran seks, seperti terkait dengan pakaian yang dipakainya
- g. Masa yang menarik, baik bentuk fisik maupun perilakunya
- h. Masa permulaan kreativitas
- i. Masa berbahaya, baik fisik (seperti kecelakaan) atau psikologis (karena perlakuan yang buruk).

3. Masa Awal Anak-Anak (*Early Childhood*).

Periode awal anak adalah periode perkembangan yang merentang dari masa akhir bayi hingga usia 5 atau 6 tahun. Periode ini kadang-kadang disebut juga tahun-tahun pra sekolah “*pre school years*”. Selama masa ini, anak belajar untuk menjadi lebih mandiri dan memerhatikan dirinya. Mereka mengembangkan kesiapan sekolah (seperti mengikuti perintah dan mengenal huruf) dan menghabiskan banyak waktu untuk bermain dengan teman sebayanya.

Dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa Masa awal anak-anak adalah periode perkembangan yang merentang dari masa akhir bayi hingga usia 5 atau 6 tahun. Periode ini kadang-kadang

disebut juga tahun-tahun pra sekolah “ *preschool years*”. Dan tahun-tahun pertama ini merupakan saat yang kritis bagi perkembangan anak maka orang tuanyalah yang sangat berperan penting pada masa ini untuk memberikan contoh yang baik kepada anaknya

4. Masa Pertengahan dan Akhir Anak (*Midle and Late Childhood*)

Periode ini adalah masa perkembangan yang terentang dari usia sekitar 6 hingga 10 atau 12 tahun. Masa ini sering juga disebut tahun-tahun sekolah dasar. Anak pada masa ini sudah menguasai keterampilan dasar membaca, menulis, dan matematik (istilah populemnya calistung : baca, tulis, dan hitung). Yang menjadi tema sentral periode ini adalah prestasi dan perkembangan pengendalian diri.

2.1.1.5 Perkembangan Motorik Anak Usia Pra Sekolah

Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan halus. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Contohnya kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya. Sedangkan motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot-otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu, yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih. Misalnya, kemampuan memindahkan benda dari tangan, mencorat-

coret, menyusun balok, menggunting, menulis dan sebagainya (Sumantri, 2019).

2.2 Konsep Motorik Kasar

2.2.1 Pengertian

Motorik kasar adalah, merupakan kemampuan gerak yang dilakukan oleh sebagian besar, seluruh anggota tubuh maupun otot-otot besar. Supaya anak dapat beraktivitas, seperti menendang, berlari, dapat duduk, naik turun tangga, dan lain sebagainya, maka sangat diperlukan adanya motorik kasar (Adriana, 2020). Sedangkan Menurut Yuliansih (2021), motorik merupakan gerak tubuh yang ditimbulkan oleh tindakan, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Perkembangan motorik adalah proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak.

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Perkembangan motorik kasar meliputi penggunaan otot-otot kasar seperti tangan, kaki dan badan (Ditekris Diklusepa, 2019).

Pada prinsipnya, motorik kasar merupakan gerakan otot-otot besar. Yakni gerakan yang dihasilkan otot-otot besar seperti otot tungkai dan lengan. Misalnya gerakan menendang, menjejak, meraih dan melempar. Tujuan pendidikan fisik motorik atau disebut motorik kasar ini agar anak-

anak yang masih kecil adalah untuk mengembangkan keterampilan dan ketertarikan fisik jangka panjang (Sumantri, 2019)

Perkembangan motorik kasar adalah aspek perkembangan lokomosi (gerakan) dan postur (posisi tubuh) yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar anggota tubuh dengan otot-otot besar untuk melakukan sesuatu. Contohnya berjalan, berlari, melompat dan lain sebagainya. (Septiari, 2021). Menurut Samsudin (2019), motorik kasar adalah aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, meliputi gerakan kasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Sedangkan gerakan motorik kasar merupakan bagian dari aktivitas yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan.

Berdasarkan dari beberapa pengertian motorik kasar diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar adalah salah satu kecakapan atau keterampilan gerakan tubuh seseorang di saat menggunakan otot-otot besar menjadi suatu gerakan yang tepat dan cepat dalam beraktivitas misalnya seperti berjalan, berlari, melompat, bermain, dan lain-lain.

2.2.1.1 Fungsi Perkembangan Motorik Kasar

Fungsi perkembangan motorik kasar pada anak (Depdiknas dalam Erlinda, 2019) yaitu sebagai berikut:

1. Melatih kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan

2. Memacu pertumbuhan pengembangan fisik/ motorik, rohani, dan kesehatan anak.
3. Membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak
4. Melatih keterampilan/ ketangkasan gerak dan berpikir anak
5. Meningkatkan perkembangan emosional anak
6. Meningkatkan perkembangan sosial anak
7. Menumbuhkan perasaan menyenangkan dan memahami manfaat kesehatan pribadi.

2.2.1.2 Unsur-Unsur Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar setiap orang pada dasarnya berbeda-beda tergantung pada banyaknya gerakan yang dikuasainya. Memperhatikan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar unsur-unsurnya identik dengan unsur yang dikembangkan dalam kebugaran jasmani pada umumnya. Perkembangan motorik kasar merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Menurut Sumiyanti (2021), unsur-unsur keterampilan motorik kasar di antaranya adalah :

1. Kekuatan

Kekuatan yaitu kemampuan seseorang anak untuk dapat menggunakan kekuatan atau kelompok otot agar berfungsi untuk menahan, dan mengangkat beban.

2. Daya tahan

Daya tahan adalah kemampuan seorang anak untuk bekerja (bermain) atau berkegiatan dalam waktu yang cukup lama tanpa mengalami kelelahan yang berarti, seperti berjalan cepat, dan berlari.

3. Kecepatan

Kecepatan yaitu kemampuan seseorang untuk bergerak atau berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dalam waktu singkat, seperti berlari menuju tempat tertentu dengan cepat.

4. Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan seorang anak untuk mempertahankan posisi tubuh dan equilibrium secara bersamaan selama bergerak dan dalam keadaan tepat.

5. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan seseorang anak untuk menggabungkan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan yang tunggal secara efektif, seperti memantulkan bola ke lantai, koordinasi ini perlu mendapatkan stimulasi berulang sehingga anak dapat mahir melakukannya.

6. Kelincahan

Kelincahan, merupakan kemampuan seseorang untuk mengganti posisi dan arah dalam waktu yang singkat, seperti bermain kejar-kejaran, berlari berkelakkelok.

7. Ketepatan

Ketepatan, adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu objek atau sasaran.

2.2.1.3 Indikator dan Ciri Perkembangan Motorik Kasar Anak

Usia Pra Sekolah

Perkembangan motorik kasar berarti perkembangan pengendalian gerakan yang kasar melibatkan bagian badan yang luas yang digunakan dalam berlari, berjalan, melompat, meloncat, menangkap, melempar, dan sebagainya. Penelitian ini menggunakan indikator yang sesuai dengan Peraturan Menteri Kebudayaan nomer 137 tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini dan Peraturan Menteri Kebudayaan nomer 146 tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini sebagai kurikulum yang berlaku.

1. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan
2. Melakukan koordinasi gerakan mata-kaki tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam
3. Melakukan permainan fisik dengan aturan
4. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri
5. Melakukan kegiatan kebersihan diri

Menurut Sumantri (2019), yang menyatakan bahwa sebagai gerakan dasar motorik kasar adalah sebagai berikut:

1. Berjalan, meliputi jalan cepat, jalan lambat, jalan mundur, jalan dengan ujung jari, jalan dengan tangan di pinggang dan lain-lain.
Berdiri, meliputi berdiri dengan ujung kaki dan dihitung sampai 5, berdiri dengan satu kaki dan menghitung sampai 5, berdiri dengan cara sebelumnya dengan mata tertutup.
2. Keseimbangan, aktivitas ini dapat dilakukan pada papan titian.
Pertama berdiri di atas papan titian, berjalan dengan satu kaki pada papan titian dan satu kaki lainnya di lantai, berjalan pada papan titian dengan dua kaki, berjalan perlahan (ke depan), berjalan menyamping (dimulai dengan kaki yang dominan), berjalan dengan tas (benda lain) di atas kepala, berjalan perlahan (mundur) dan berjalan mundur dengan tas (sesuatu) di atas kepala.
3. Berlari, meliputi berlari cepat, berlari perlahan, berlari dengan ujung jari, berlari dengan tangan ke belakang, berlari dengan langkah pendek dan langkah panjang, berlari ke arah tertentu yang disebutkan guru dan seterusnya.
4. Melompat, meliputi, melompat di tempat ke atas dan ke bawah, melompat dengan satu kaki (engklek), melompat ke depan, melompat ke belakang, melompat ke udara dan melompat dengan membuat putaran (memutar), melompat dengan mata tertutup dan seterusnya.
5. Mencongklang, yaitu gerakan dengan langkah maju pada satu kaki dan satu kaki lainnya mengikuti namun dengan posisi tetap di

belakang. Gerakan ini dilakukan seperti gerakan kuda atau rusa berlari. Sebaiknya anak-anak dibantu melakukan gerakan dengan prosedur/cara yang benar.

6. Meloncat, mungkin merupakan gerakan tubuh yang cukup sulit bagi pra sekolah. Sebelum melakukan, pendidik harus menjelaskan cara melakukan gerakan meloncat. Gerakan ini dilakukan dengan cara melangkahkan satu kaki, ketika kaki tersebut berada di udara, kaki lainnya melangkah maju. Bermain bola, seperti melempar, menangkap, menendang, menyepak, menggiring, menggelinding, melambungkan.

2.2.2 Konsep Senam Fantasi

2.2.2.1 Pengertian

Senam fantasi merupakan aktivitas bermain dan kegiatan berfantasi dengan menggunakan metode yang lebih menekankan pada imajinasi anak yang disertai dengan proses gerakan dan melibatkan ekspresi diri terhadap fantasi dan pola gerak yang dihasilkan. Senam fantasi yang dapat diterapkan seperti senam fantasi bentuk meniru tanpa alat, dan senam fantasi bentuk cerita. Senam fantasi dapat dijadikan salah satu metode untuk mengembangkan perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kegiatan ini merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan

melambai tertiuip angin, atau bahkan menirukan gerakan alat transportasi ketika sedang melaju di jalanan (Daroyah, 2021).

Menurut Sari (2020), senam fantasi merupakan kegiatan berfantasi yang menekankan pada metodologi yang kreatif dan fleksibel yang menempatkan proses gerakan dan ekspresi diri terhadap fantasi lebih penting daripada pola gerak yang dihasilkan. Keunggulan dari senam fantasi ialah melatih anak mengembangkan imajinasi melalui gerakan yang membebaskan anak untuk berkreasi menirukan gerak gerak tingkah laku manusia, binatang serta gerakan benda-benda yang ada disekitarnya.

Senam fantasi adalah gerakan-gerakan yang dilakukan anak dengan cara meniru gerak-gerak atau tingkah laku manusia, binatang dan benda-benda. Senam fantasi merupakan kegiatan berfantasi yang menekankan pada metode yang kreatif dan fleksibel yang menempatkan proses gerakan dan ekspresi diri terhadap fantasi lebih penting daripada pola gerak yang dihasilkan (Martini, 2019).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa senam fantasi merupakan pembelajaran yang menggunakan gerak senam, lagu dan cerita. Pada senam fantasi anak TK tidak hanya melatih fisiknya, kegiatan ini juga dapat merangsang imajinasi dan khayal siswa.

2.2.2.2 Kegunaan Senam Fantasi

Gerakan yang ada di dalam senam fantasi dibuat lebih mudah dari senam-senam yang biasa dilakukan di taman kanak-kanak lainnya. Senam fantasi adalah suatu senam yang dilakukan anak-anak dengan cara menggerakkan anggota badan menirukan beberapa gerakan-gerakan sesuai dengan khayalannya. Misalnya menirukan gerakan hewan-hewan makan, menirukan gerakan pohon tertiuip angin dan sebagainya. Keunggulan dari senam fantasi ialah melatih anak mengembangkan imajinasi melalui gerakan yang membebaskan anak untuk berkreasi menirukan gerak gerak tingkah laku manusia, binatang serta gerakan benda-benda yang ada disekitarnya. Gerakan-gerakan senam bertujuan untuk mengembangkan motorik kasar pada anak. Anak dapat mengamati gerakan-gerakan motorik yang dilakukan teman-temannya atau sudah dilatihkan kepadanya (Hasmin, 2022).

Menurut Saputra (2020), senam fantasi memiliki beberapa kegunaan diantaranya yaitu:

1. Kemampuan gerak dasar anak tumbuh dan berkembang optimal.
2. Memberikan daya tarik anak terhadap pelaksanaan gerakan-gerakan senam fantasi.
3. Meningkatkan imajinasi anak yang diwujudkan dalam gerakan.
4. Pembelajaran berlangsung menyenangkan bagi anak.
5. Meningkatkan potensi yang ada dalam diri anak.

Keunggulan dari senam fantasi ialah melatih anak mengembangkan imajinasi melalui gerakan yang membebaskan anak untuk berkreasi menirukan gerak-gerik tingkah laku manusia, binatang serta gerakan benda-benda yang ada disekitarnya. Melalui pembelajaran senam fantasi anak akan terbiasa menggerakkan anggota tubuh, melatih kelenturan, keseimbangan dan koordinasi tubuh serta anak tidak akan merasa jenuh dalam belajar. Kegiatan ini tidak bersifat formal seperti kegiatan pembelajaran di dalam kelas lainnya. Aktivitas ini dapat dilakukan di luar ruangan, maupun di lapangan terbuka. Dengan menggunakan iringan musik, akan membuat anak lebih semangat dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Dalam kegiatan senam fantasi ini, anak dapat belajar untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan senam yang dicontohkan oleh para pendidik (Martini, 2019).

2.2.2.3 Jenis-Jenis Senam Fantasi

Menurut Hasmin (2022), jenis-jenis fantasi adalah sebagai berikut :

1. Fantasi mencipta

Fantasi yang terjadi atas inisiatif atau kehendak sendiri, tanpa bantuan orang lain atau jenis fantasi yang mampu menciptakan hal-hal baru. Fantasi macam ini biasanya lebih banyak dimiliki oleh para seniman, anak-anak, dan para ilmuwan.

2. Fantasi Tuntunan atau Terpimpin

Fantasi yang terjadi dengan bantuan pimpinan atau tuntutan orang lain. Dalam hal ini misalnya kalau kita sedang membaca buku, kita mengikuti pengarang buku itu dalam ceritanya.

Menurut Nurwati (2022), adapun macam-macam senam fantasi adalah :

1. Senam fantasi bentuk meniru tanpa alat. Contohnya anak-anak berlari menirukan gerakan binatang dan lain-lain.
2. Senam fantasi bentuk meniru menggunakan alat. Contohnya anak-anak mencoba untuk menggerakkan bagaimana cara mencangkul tanah dan lain-lain.
3. Senam fantasi bentuk cerita. Dalam senam fantasi bentuk cerita seolah-olah anak sebagai pelaku dalam sebuah cerita atau mengalami peristiwa.

2.2.2.4 Langkah-Langkah Pembelajaran Senam Fantasi

Langkah-langkah pembelajaran senam fantasi sama dengan langkah-langkah pembelajaran secara umum yaitu:

1. Tahap *warming up* (pemanasan)

Tahap pemanasan bertujuan untuk koordinasi fungsi fisik agar siap menerima pembebanan pada tahap latihan inti. Rangkaian gerak terdiri dari jalan ditempat, langkah kaki, stricing (penguluran), kaletenik (gerak dinamis).

2. Tahap *conditioning* (latihan inti)

Tahap inti terdiri dari gerak kontiyu ritmis dengan melibatkan otot-otot besar. Bagian ini melatih daya tahan paru jantung, memperbaiki komposisi tubuh, meningkatkan kekuatan otot, pengencangan maupun pengembangan otot.

3. Tahap *calling down* (pendinginan)

Pendinginan bertujuan untuk mengembalikan fungsi fisik seperti semula sampai jantung kembali normal. Rangkaian pendinginan dapat berupa trichingaerobik ringan.

Penelitian Nesi Novita (2024) menunjukkan kegiatan senam fantasi yang dilakukan sebanyak 2-3 kali dalam seminggu selama 2 minggu efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

2.2.3 Pengaruh Senam Fantasi terhadap Kemampuan Motorik Kasar

Perkembangan motorik kasar (*gross motor*) merupakan pengendalian tubuh melalui aktivitas yang terkoordinir antara susunan saraf, otak, otak dan urat saraf tukang belakang (*spinal cord*). Perkembangan motorik kasar berhubungan dengan pergerakan dan sikap tubuh yang memakai otot-otot sebagai dasar utama gerakannya. Selain itu, perkembangan motorik kasar merupakan aspek yang dapat menarik perhatian, karena mudah diamati.

Beberapa cara yang dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak pada anak usia dini, yaitu melalui aktivitas bermain seperti bermain bola, menari, bermain peran, olahraga dan senam. Senam adalah salah satu olahraga yang dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk

mengembangkan motorik kasar anak. Berbagai macam senam salah satunya yaitu senam fantasi.

Senam fantasi adalah aktivitas bermain dari kegiatan berfantasi dengan menggunakan metode yang lebih menekankan pada imajinasi anak yang disertai dalam proses gerakan dan melibatkan ekspresi diri terhadap fantasi dan pola gerak yang dihasilkan. Senam fantasi yang dapat diterapkan seperti senam fantasi seperti meniru dengan alat dan senam fantasi dengan bentuk cerita (Huda, 2021).

Pelaksanaan senam fantasi juga sangat menarik karena dapat melibatkan kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, gerakan lokomotor, nonlokomotor, dan mengikuti aturan sesuai arahan guru. Faktor atraksi dari senam fantasi adalah anak-anak bebas bergerak sesuai imajinasinya. Guru mengarahkan dengan memberikan stimulasi narasi yang melibatkan emosi anak sehingga munculah imajinasi anak untuk bergerak sesuai arahan. Dengan demikian penerapan senam fantasi dapat berpengaruh terhadap motorik kasar anak (Fadlun, 2019).

Senam fantasi dapat dijadikan salah satu metode untuk mengembangkan perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kegiatan ini merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan melambai tertiuip angin, atau bahkan menirukan gerakan alat transportasi ketika sedang melaju di jalanan.

Senam fantasi sesuai dengan dunia anak prasekolah yaitu dunia bermain dan sesuai sifat anak yang senang menirukan apa yang dilihat dan tertarik dengan hal baru. Setelah dilakukan senam fantasi, kemampuan motorik kasar anak meningkat khususnya dalam gerak lokomotor (melompat, jinjit, meloncat), sehingga diperoleh kesimpulan bahwa senam fantasi berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar pada anak usia prasekolah.

2.3 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

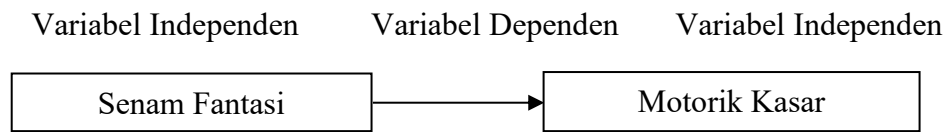
Sumber: Sumantri, (2019), Nurwati (2022)

Keterangan:

————— : Variabel diteliti

----- : Variabel tidak diteliti

2.4 Kerangka konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

2.5 Hipotesis Penelitian

H_0 : Tidak ada pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia pra sekolah TK Al-Huda Muara Kulam Kabupaten Musi Rawas Utara Sumatera Selatan.

H_a : Ada pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia pra sekolah TK Al-Huda Muara Kulam Kabupaten Musi Rawas Utara Sumatera Selatan