



### *Efforts to Improve Fine and Gross Motor Development in Early Childhood: Literature Review*

Muhammad Fajril Rifaldo<sup>1</sup>, Herman Tarigan<sup>2</sup>, Mika Aprilia<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Lampung, Indonesia

Email Korespondensi: [mfajrilrifaldo@fkip.unila.ac.id](mailto:mfajrilrifaldo@fkip.unila.ac.id)

#### **ABSTRACT**

*Changes in movement abilities from babies to adults which involve various aspects, such as behavior and movement abilities, are the definition of motor development. A literature review uses information on "motor understanding" and "efforts to improve motor development in children". 5 articles with different titles have been obtained. The aim of this research is to describe in more detail fine gross motor skills and efforts to improve motor skills in childhood. Several methods that can be used from the results of research by applying several training methods to improve motor skills in early childhood show that there is an increase in motor skills after being given this training method, so it is important to make efforts to improve motor skills in early childhood because it really affects their cognitive and psychomotor skills.*

**Keywords:** Ability, motor skills, early childhood

### **Upaya Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus dan Kasar pada Anak Usia Dini: Literatur Riview**

#### **ABSTRAK**

Perubahan kemampuan bergerak dari bayi hingga dewasa yang melibatkan berbagai aspek, seperti perilaku dan kemampuan gerak merupakan pengertian dari perkembangan motorik. Sebuah tinjauan literatur menggunakan informasi “pengertian motorik” dan “upaya meningkatkan perkembangan motorik pada anak”. Telah diperoleh 5 artikel dengan judul yang berbeda. Tujuan penelitian ini ingin menguraikan lebih detail mengenai kemampuan motorik halus kasar serta upaya meningkatkan keterampilan gerak pada masa kanak-kanak. Beberapa cara yang bisa digunakan dari hasil penelitian dengan menerapkan beberapa metode latihan upaya meningkatkan keterampilan motorik pada anak usia dini menunjukkan ada peningkatan keterampilan motorik setelah diberikan metode latihan itu, jadi penting untuk adanya upaya peningkatan motorik anak usia dini sebab amat berpengaruh pada kognitif juga psikomotornya.

**Kata Kunci:** kemampuan, motorik, anak usia dini

© 2022 FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG

ISSN 2621-5659

Informasi Artikel

Dikirim : 24 November 2024

Diterima : 8 Desember 2024

Dipublikasikan : 20 Desember 2024

▣ Alamat korespondensi: Universitas Lampung, Jalan. Nawawi Gelar Dalam No.88  
Kecamatan Rajabasa, Kota Bandar Lampung, Indonesia.

## PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah sosok yang sedang menjalani tahap perubahan dan kemajuan yang begitu cepat (Rezieka et al., 2022a). Motorik merupakan istilah yang berawal dari “motor” yang menurut Gallahue mencakup aspek biologis atau sistem yang memicu terlaksananya sebuah gerakan. Gerak/movement ialah hasil akhir dari sebuah perbuatan yang berdasarkan pada proses motorik. Sebab motorik/motor menimbulkan terjadinya gerak/movement, maka dalam kegiatan sehari-hari tidak membedakan antara motorik dan gerak (Nofianti, 2020).

Menurut (Firdaus et al., n.d.) transformasi kemampuan bergerak dari masa bayi hingga dewasa yang mencakup bermacam elemen perbuatan dan keterampilan motorik disebut perkembangan motorik. Dengan adanya pendidikan untuk anak usia dini, pertumbuhan motorik anak mampu diupayakan demi tumbuh secara ideal juga maksimal. Tujuan penelitian ini ingin menguraikan lebih detail mengenai kemampuan motorik halus kasar serta upaya meningkatkan keterampilan gerak pada masa kanak-kanak.

## METODE

Sebuah tinjauan literatur dengan sumber informasi “pengertian motorik” dan “upaya meningkatkan perkembangan motorik pada anak”. Jurnal yang digunakan berisi penting dalam peningkatan kemampuan motorik pada anak usia dini. Peneliti memperoleh sebanyak 5 artikel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti mendapatkan 5 artikel di Google Scholar dengan menggunakan kata kunci “pengertian motorik” dan “upaya meningkatkan perkembangan motorik pada anak” yang akan diuraikan ditabel berikut.

**Tabel 1.** Tabel Literatur Riview

<b>NO</b>	<b>Nama Penerbit</b>	<b>Tahun Terbit</b>	<b>Hasil Penelitian</b>
<b>1.</b>	Alwi Fahruzy Nasution dan Imanuddin Siregar	2023	Hasil penelitian menunjukkan bahwa motorik halus anak meningkat melalui kegiatan mengecap dengan sayuran. Anak-anak menjadi lebih lihai ketika menggerakkan jari-jari mereka dan

			memiliki kontrol yang kian bagus saat mengontrol gerakan tangannya. Selain itu, anak-anak juga menunjukkan minat yang tinggi dalam kegiatan ini, dengan antusiasme yang tinggi dalam mencoba berbagai jenis sayuran.
2.	Rita Nofianti	2020	Hasil menunjukkan perkembangan motorik halus anak dapat meningkat sesudah melakukan gerakan menggunting dengan menggunakan template, mengembangkan minat belajar anak sejak dini dan mengembangkan kreativitasnya sejak dini dengan mengikuti proses belajar mengajar melalui kegiatan PAUD Al-Hikmah Sukaraya.
3.	Dara Gebrina Rezieka, Erni Munastiwi, Na'imah, Asyiful Munar, Aknes Aulia, dan Abda Billah Faza Muhammadkan Bastian	2022	Menunjukkan bahwa hasil penelitian setelah menyelesaikan tiga set kegiatan mosaik, seluruh anak secara berangsur mampu menggunakan jari-jarinya dengan cekatan. Sinyal kognitif anak dapat tercermin pada fungsi jari-jarinya yang menandakan adanya peningkatan kemampuan motorik halus nya.
4.	Efri Febriani	2016	Menunjukkan hasil bahwa perkembangan motorik kasar pada peserta didik TK AK-Hidayah Plaosan Tahun Ajaran 2015-2016 bisa meningkat sesudah dilatih melalui teknik permainan lompat tali.

5.	Salpina Simahate, dan Abdul Munip	2020	Dari hasil memaparkan bahwa aspek fisik motorik anak down syndrome lebih berkembang pasca dikasih gerakan motorik berupa lokomotor. Anak bisa melaksanakan gerakan-gerakan motorik misal berlarian, merangkak, berjalan, memanjat, meluncur, bergerak-gerak, melompat, berguling, dan melompat-lompat..
----	-----------------------------------	------	---

Dari hasil tabel penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan menerapkan beberapa metode latihan upaya meningkatkan keterampilan motorik pada anak usia dini menunjukkan ada peningkatan keterampilan motorik setelah diberikan metode latihan itu, jadi penting untuk adanya upaya peningkatan motorik anak usia dini sebab amat berpengaruh pada kognitif juga psikomotornya.

Tertuang dalam UU Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 butir 14 (Rezieka et al., 2022b) anak usia dini ialah didefinisikan sebagai anak yang berusia antara 0-6 tahun yang mendapatkan stimulasi pendidikan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental agar mereka siap untuk memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Era ini diakui sebagai masa keemasan atau golden age yang hadir cuman sekali dan tak bisa terulang. Pada saat inilah pertumbuhan anak berlangsung dengan pesat, sehingga diperlukan program pendidikan yang mampu merangsang dan memperkuat semua aspek perkembangan anak. Salah satu elemen yang sangat penting untuk dikembangkan adalah keterampilan fisik motorik. Karakteristik anak usia dini yang dipaparkan oleh (Nguh Arya Yudaparmita et al., 2021), yaitu:

1. Mempunyai sifat egois yang masih naif

Anak-anak terjebak dalam batasan perasaan dan pemikiran yang sempit, melihat dunia luar melalui lensa pandangan mereka sendiri, berdasarkan pengetahuan dan

pemahaman yang dimiliki. Sebab itu, anak masih belum dapat menangkap makna sejati dari berbagai peristiwa dan beradaptasi dengan kehidupan orang lain.

## 2. Hubungan Sosial Primitif

Kegiatan ini menunjang tumbuh kembang anak.

Keterampilan motorik merupakan hasil perbuatan seseorang ketika melakukan suatu tindakan, baik tindakan non-olahraga maupun olahraga (Ngurah Arya Yudaparmita et al., 2021). Serupa dengan potensi dasar, kemampuan untuk bergerak ialah kemajuan umum pada individu saat melaksanakan suatu aksi untuk perkembangan pertumbuhan serta pertumbuhan anak. Proses dimana anak mendapatkan kemampuan dan model gerakan yang dapat mereka lakukan disebut juga perkembangan motoric. Keterampilan motorik diperlukan untuk mengendalikan tubuh (Hayati & Tawati, 2021). Perkembangan motorik mengacu pada kemajuan dalam penguasaan gerakan fisik lewat tindakan sistem saraf pusat, saraf, dan otot yang terorganisir. Pengendalian ini sangat bergantung pada kemajuan refleks dan kegiatan yang ada sejak lahir.. Misalnya, keterampilan motorik kasar mengajarkan anak untuk melibatkan gerak semua tubuhnya. Sementara itu, keterampilan motorik halus merupakan suatu gerak yang cuman mempengaruhi sebagian tertentu anggota tubuh juga digerakkan atas otot-otot kecil, misal kemampuan memakai jari atau menggerakkan pergelangan tangan dengan benar (Ngurah Arya Yudaparmita et al., 2021). Menurut (Hayati & Tawati, 2021) menyatakan keterampilan motorik ada dua, yakni motoric halus dan motoric kasar. Keterampilan motorik halus memerlukan keterampilan yang lebih kompleks.

Kemampuan mereka untuk beraksi dengan memanfaatkan otot-otot kecil dinamakan motorik halus, contohnya menggenggam benda, menulis, meremas-remas, menggambar, menyusun balok, dan sebagainya (Sulaeman et al., 2022). Sekilas aktivitas ini lebih terlihat seperti bermain dibandingkan belajar. Namun sebenarnya ini adalah pelajaran untuk balita, dan anak-anak dapat menggunakan aktivitas ini sebagai bentuk peningkatan keterampilan halus anak, selain itu dibutuhkan juga koordinasi mata serta tangannya. Salah satu contoh usaha mengembangkan keterampilan motoric anak usia dini lewat aktivitas mencicipi

sayur ialah langkah vital (Wathon, n.d.). Mereka menggunakan jari mereka untuk mencicipi dan menjelajahi permukaan sayuran. Dengan mengekspresikan dan menggerakkan jari secara terkendali serta meningkatkan koordinasi tangan-mata. Dengan melibatkan anak dalam kegiatan tersebut secara rutin, kemampuan motorik halusnya dapat meningkat. Kegiatan ini juga mencakup rangsangan sensorik yang penting untuk tumbuh kembang anak. Anak-anak akan merasakan tekstur sayuran yang berbeda ada yang halus, kasar, licin, atau berbulu, ini membantu meningkatkan kesadaran sensorik dan meningkatkan koordinasi tangan-mata (Wathon, n.d.).

Istilah yang digunakan untuk menggambarkan gerakan tubuh yang memerlukan penggunaan otot-otot besar, yang dipengaruhi oleh tahapan perkembangan anak disebut juga dengan motorik kasar. Misal, kemahiran ber duduk, kemahiran menendang, gerakan lari, naik turun anak tangga, dan lain sejenisnya (Rezieka et al., 2022b). Gerakan motorik kasar merujuk pada gerak tubuh yang mengikutsertakan otot-otot utama atau sebagian besar otot badan, beserta seluruh anggota tubuh yang terdampak oleh perkembangan diri (Pratiwi & Kristanto, n.d.). Pada program pendidikan di sekolah, terdapat pembelajaran motorik kasar yang mengikutsertakan gerakan fisik yang memerlukan keseimbangan dan koordinasi tubuh. Semua bagian tubuh dapat ikut terlibat dalam proses belajar mengajar ini. Sebagai ilustrasi aktivitas seperti lari, jalan, lompat.

Gerakan lempar/lambungkan dan tangkap dengan cermat ialah keterampilan dasar dalam seni memanipulasi. Dalam hal ini, momentum objek bisa diberhentikan dan dikontrol dengan kedua tangan, hal ini memberikan dampak positif pada kemampuan motorik anak-anak (Lesmana Alim, n.d.). Pada prinsipnya, teknik menangkap dilakukan dengan menempatkan tangan pada posisi yang sesuai saat mengambil objek yang bergerak, kemudian memegang dengan kedua tangan, lalu menguasai setelah objek diambil (Lesmana Alim, n.d.). Permainan lompat tali merupakan permainan tradisional, dengan bermain permainan tersebut bisa membantu anak meningkatkan keterampilan gerakan tubuh serta meningkatkan kemampuan kelincahan dan ketangkasan tubuh, dan juga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi serta membantu anak melepaskan emosinya (Febriani,

2015). Saat belajar, anak terlihat begitu aktif dalam mengembangkan keterampilan fisik motoriknya. Mereka begitu bersemangat dan antusias ketika bermain dengan hati yang dipenuhi kegembiraan.

## **SIMPULAN**

Untuk mendukung pertumbuhan fisik dan kognitif, serta psikomotorik anak-anak dibutuhkan perkembangan motorik. Melalui pendidikan anak usia dini/PAUD kita bisa mengembangkan kemampuan motorik kasar dan halus secara optimal melalui berbagai aktivitas yang melibatkan permainan yang melibatkan gerakan tubuh besar disebut motorik kasar dan aktivitas yang mengembangkan kemampuan tangan disebut motorik halus. Peningkatan keterampilan motorik amat berperan dalam mendukung koordinasi tangan-mata, keseimbangan, serta kemampuan anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Jadi, penting untuk memanfaatkan teknik latihan yang sesuai dan cocok dengan tahapan perkembangan anak untuk membantu mereka mencapai kemajuan terbaik dalam mengembangkan keterampilan motorik pada usia dini.

## **REFERENSI**

- Febriani, E. (2015). *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*.
- Firdaus, A., Yulianingsih, Y., Hayati, T., Raudhatul, I., Jadaria, A., Wetan, C., Cileunyi, K., & Bandung, K. (n.d.). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Ritmik*.
- Hayati, T., & Tawati, A. (2021). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Metode Demonstrasi Menggunakan Kertas Kokoru*.
- Lesmana Alim, M. (n.d.). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Melambungkan dan Menangkap dengan Berbagai Media Anak Usia Dini di TK Al-Fajar Pekanbaru*.
- Ngurah Arya Yudaparmita, G., Surya Adnyana, K., & Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja, S. (2021). *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permasinan Tradisional Pada Peserta Didik*. 2(2), 183–190.  
<http://jurnal.stahnmpukuturan.ac.id/index.php/edukasi>

- Nofianti, R. (2020). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Melalui Kegiatan Menggunting Dengan Menggunakan Pola Pada Anak Usia Dini*. 13(1).
- Pratiwi, Y., & Kristanto, M. (n.d.). *Upaya Meningkatkan Kemandirian Anak Melalui Media Pilar Karakter 2 pada TK B di RA Pelangi Nusantara 02 Semarang Tahun Ajaran 2013/2014*.
- Rezieka, D. G., Munastiwi, E., Na'imah, N., Munar, A., Aulia, A., & Bastian, A. B. F. M. (2022a). Memfungsikan Jari Jemari melalui Kegiatan Mozaik sebagai Upaya Peningkatan Motorik Halus Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4321–4334.  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2501>
- Rezieka, D. G., Munastiwi, E., Na'imah, N., Munar, A., Aulia, A., & Bastian, A. B. F. M. (2022b). Memfungsikan Jari Jemari melalui Kegiatan Mozaik sebagai Upaya Peningkatan Motorik Halus Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4321–4334.  
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2501>
- Sulaeman, D., Rifki, M., & Utami, D. (2022). *Upaya Meningkatkan Motorik Halus Melalui Pembuatan Kembang Kelapa pada Kelompok A di TK Mahabbah Kecamatan Majalaya Kabupaten Karawang*.  
<https://doi.org/10.47353/pj.v2i1.1859>
- Wathon, A. (n.d.). *Upaya Peningkatan Motorik Halus Anak Melalui Kegiatan Mengecap dengan Sayuran pada Kelompok B*.