

**MANAJEMEN PEMBELAJARAN GERAK UNTUK ANAK**

Oleh:  
 Bayu Nugraha  
 PPS Universitas Negeri Yogyakarta

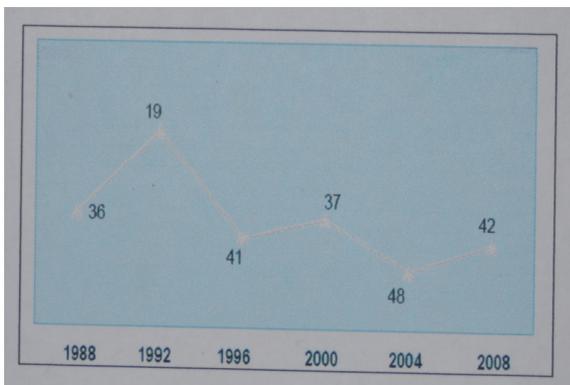
**Abstrak**

Manajemen pembelajaran gerak di taman kanak-kanak meliputi kegiatan merencanakan, melaksanakan, dan melakukan evaluasi. Kegiatan perencanaan yang dapat dilakukan adalah memahami kurikulum, melihat kebutuhan perkembangan anak, mempertimbangkan lingkungan, dan membuat program pembelajaran jangka panjang dan pendek. Pelaksanaan pembelajaran gerak untuk anak terbagi atas tiga tahap yaitu tahap pengenalan, tahap keahlian, dan tahap puncak. Kegiatan evaluasi/penilaian pembelajaran gerak dimulai dalam tiga kelompok yaitu penilaian terstruktur, tidak terstruktur, dan transdisiplin. Praktek pembelajaran gerak untuk anak TK dilakukan dengan pendekatan tematik integratif dan pendekatan saintifik.

Kata kunci : *manajemen pembelajaran, gerak dasar*

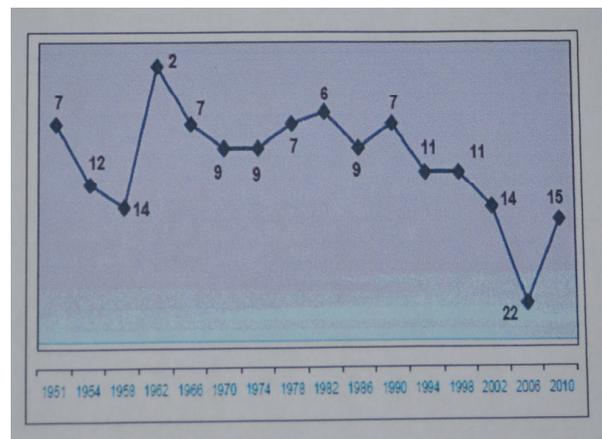
**A. PENDAHULUAN**

Prestasi olahraga Indonesia perlu mendapat perhatian yang serius. Berdasarkan data statistik olahraga tahun 2010, prestasi olahraga Indonesia mengalami peningkatan dan penurunan. Fluktuasi prestasi olahraga Indonesia terlihat pada olimpiade dan tahun 1988 sampai tahun 2008. Berikut ini data prestasi olahraga Indonesia di internasional.



Gambar 1. Prestasi Olahraga Indonesia dalam Olimpiade tahun 1988 sampai 2008  
 Sumber: Penyajian Data dan Informasi Statistik Keolahraaan 2010

Demikian pula dengan prestasi olahraga pada kejuaraan *Asian Game* juga mengalami penurunan dan mulai meningkat kembali pada tahun 2010. Berikut data tersebut.



Gambar 2. Prestasi Olahraga Indonesia dalam *Asian Game*  
 Sumber: Penyajian Data dan Informasi Statistik Keolahraaan 2010

Berdasarkan kedua data tersebut, Indonesia termasuk negara dengan prestasi olahraga yang tidak stabil. Hal ini

disebabkan oleh semakin meningkatnya prestasi olahraga negara-negara tetangga dan diikuti pula dengan kemunduran pembinaan olahraga di Indonesia. Ria Lumintarso (2013) juga mengatakan bahwa tidak stabilnya prestasi olahraga di Indonesia adalah karena rendahnya fondasi pembinaan gerak yang dilakukan sejak dini. Pengalaman gerak sejak dini merupakan dasar untuk membentuk pola gerak di masa mendatang. Semakin muda usia anak maka potensi pertumbuhan jasmani akan semakin baik. Pertumbuhan jasmani terbaik terjadi pada usia 10 hingga 15 tahun. Pada usia tersebut gerak dasar pada anak berpotensi untuk berkembang optimal. Untuk itu perlu perhatian serius dan orang tua dan guru dalam mengamati perkembangan motorik anak agar mampu mengarahkan bakat olahraga pada cabang tertentu.

Usia sebelum 10 hingga 15 tahun oleh Montessori (2012) juga disebut sebagai masa peka atau periode sensitif yaitu masa dimana anak menyerap segala sesuatu dan lingkungannya, positif atau negatif. Usia tersebut terjadi pada masa 0-8 tahun. Anak sangat peka dengan rangsangan yang didapat dan lingkungan. Terkait dengan pembinaan olahraga sejak dini dan potensi pertumbuhan jasmani yang potensial untuk dikembangkan pada masa remaja, tahap anak usia dini adalah tahap anak belajar untuk memupuk

minatnya terhadap olahraga (George Graham, Shirley Ann Halt, Melissa Parker, 1980). Untuk itu, anak perlu memperoleh pengalaman menyenangkan dalam melakukan pembelajaran gerak (Ria Lumintarso, 2013). Fakta tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain dan belajar gerak terjadi pada usia taman kanak-kanak, sekolah dasar dan sekolah menengah pertama. Guru menjadi bagian penting dalam merancang pembelajaran yang menarik dalam bentuk permainan untuk mengenalkan gerak pada anak. Dengan demikian, target pembinaan prestasi olahraga dilakukan melalui jenjang pendidikan formal. Guru olahraga dituntut untuk mampu merancang pembelajaran gerak yang menarik untuk anak-anak sehingga mampu menumbuhkan minat anak pada olahraga.

Namun berdasarkan data statistik keolahragaan tahun 2010, rasio guru penjaskes di Sekolah Dasar sejumlah 0,78. Rasio tersebut menjelaskan bahwa dalam 100 sekolah dasar hanya terdapat 78 guru olahraga. ini menunjukkan bahwa tidak semua sekolah dasar memiliki guru olahraga/penjaskes. SD memiliki rasio guru penjaskes terendah (Penyajian Data dan Informasi Statistik Keolahragaan, 2010). Padahal jika dilihat dan potensi pertumbuhan jasmani anak dalam melakukan gerak dasar

untuk mengarahkan anak pada bakat cabang olahraga tertentu terjadi pada masa anak berada di taman kanak-kanak, sekolah dasar dan sekolah menengah pertama (SMP). Salah satu cara untuk meningkatkan rasio tersebut adalah dengan menambah jumlah tenaga pengajar/guru untuk jenjang pendidikan tersebut. selain itu, cara lain yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan kompetensi guru olahraga dalam mengembangkan pembelajaran agar mampu memotivasi anak-anak untuk mencintai olahraga dengan harapan di masa mendatang mampu menjadi olahragawan.

Pembinaan gerak di usia taman kanak-kanak dilakukan oleh guru dalam bentuk permainan. Kenyataan yang ada adalah guru-guru TK tidak memiliki kompetensi khusus untuk melakukan pengelolaan pembelajaran gerak dalam membina prestasi olahraga anak sejak dini (KONI, 2013). Kemampuan mengelola pembelajaran gerak yang harus dimiliki guru yaitu meliputi kemampuan merencanakan, pelaksanaan, dan melakukan evaluasi dalam pembelajaran gerak. Berikut ini penjelasan sederhana tentang cara mengelola/manajemen pembelajaran gerak untuk anak.

## **B. PEMBAHASAN**

### **1. Gerak Dasar pada Anak**

Belajar gerak dapat diartikan sebagai perubahan tempat, posisi, kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat diamati secara objektif. Dalam belajar gerak, latihan merupakan suatu proses yang paling utama dalam rangka penguasaan keterampilan gerak.

Gerak mengacu pada sesuatu yang dapat diamati dalam perubahan letak beberapa bagian tubuh, Gerakan adalah tindakan puncak yang menjadi dasar proses motorik. Kata gerakan biasa diartikan secara luas namun secara umum berarti bahwa tindakan jelas dan bergerak. David L. Gallahue & John C. Ozmun (2006) menuliskan beberapa istilah gerakan yang sering digunakan, yaitu; 1) pola gerakan, 2) pola gerakan dasar, 3) keahlian olahraga. Gerak merupakan unsur utama dalam pengembangan motorik anak. Oleh karena itu, perkembangan kemampuan motorik anak akan dapat terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan yang dapat dilakukan. Di kelas permulaan prasekolah dan sekolah dasar istilah kemampuan gerak mengacu kepada pengembangan dan penghalusan

berbagai ragam gerakan dasar. Kemampuan gerak ini dikembangkan dan dihaluskan ke arah satu keadaan hingga anak-anak dapat menggunakannya dengan mudah dan efisien dalam lingkungannya. Apabila anak menjadi dewasa, kemampuan gerak yang dikembangkan ketika masih muda diterapkan pada berbagai ragam permainan dan olahraga lain yang diharapkan merupakan bagian dan pengalaman hidup sehari-hari. Kemampuan gerak dasar, seperti memukul objek dan bawah, samping atau dan atas umpamanya diterapkan dan dijumpai dalam sejumlah cabang olahraga dan kegiatan rekreasi.

Beberapa kategori gerakan (*category of movement*) yang dapat dimasukkan dalam menyusun permainan anak menurut David L. Gallahue & John C. Ozmun (2006) yaitu 1) kategori gerakan stabilisasi (*stability movements*) seperti putar pinggang, berputar ditempat, mendorong, menarik; 2) kategori gerakan lokomotif (*locomotion movements*) seperti berjalan, berlari, berbagai macam lompat, dan 3) kategori gerakan manipulasi (*manipulative movements*) seperti melempar, menangkap, menendang, memukul (*gross motor*) dan menjahit, menggantung, mengetik,

menggambar, mewarnai, berbagai macam seni melipat kertas (*fine motor*).

## 2. Manajemen Pembelajaran Gerak untuk Anak

Manajemen adalah kemampuan atau keterampilan khusus untuk melakukan suatu kegiatan baik dilakukan untuk diri sendiri, bersama orang lain atau melalui orang lain dalam mencapai suatu tujuan (Muhammad Joko Susilo, 2008). Manajemen pembelajaran gerak untuk anak adalah kemampuan untuk mengelola pembelajaran yang bernuansa gerak (motorik) dalam kelas. Kemampuan tersebut meliputi kemampuan merencanakan, melaksanakan, dan melakukan penilaian/asesmen dalam pembelajaran gerak.

Kemampuan merencanakan pembelajaran gerak secara umum menurut Muhammad Joko Susio (2008) yaitu 1) kemampuan memahami tingkat pencapaian perkembangan motorik anak berdasarkan kurikulum dan tahapan perkembangan gerak dasar anak, 2) kemampuan mengembangkan silabi sesuai dengan kondisi anak, 3) mengembangkan materi ajar dalam hal ini permainan gerak, 4) merumuskan indikator pencapaian kompetensi, dan 5) mengembangkan instrumen penilaian

gerak untuk anak. Jeniffer Wall & Nancy Murray (1994) mengatakan bahwa perencanaan diawali dengan melakukan pertimbangan untuk merencanakan yaitu kebutuhan anak, lingkungan, kurikulum yang digunakan, dan minat dan bakat anak. Tahap selanjutnya yaitu membuat perencanaan jangka panjang dalam bentuk program pengembangan tahunan, dilanjutkan dengan mengembangkan unit seperti menetapkan fokus bentuk gerak yang akan dikembangkan dan konsep gerak lalu melakukan perpaduan pada setiap unit.

Tahap lanjutan yang dilakukan adalah mengembangkan pembelajaran. Pembelajaran gerak untuk anak terbagi atas tiga tahap yaitu tahap pengenalan, tahap pengembangan konsep dan keahlian, dan tahap puncak. Tahap pengenalan didesain untuk mengajak anak melakukan pemanasan dengan mengembangkan kegiatan lokomotor seperti lari dan lompat, dan mengenalkan pada anak bentuk gerak yang akan dikembangkan. Tahap pengembangan konsep dan keahlian meliputi tahap mengenalkan konsep dan keahlian, mengetahui konsep yang dikembangkan dan pemberian penguatan, dan praktik keterampilan tersebut. Tahap puncak adalah tahap anak menggunakan keahlian

barunya dalam bergerak, mempelajarinya, dan mengkreasiannya dalam bentuk pembelajaran.

Kurikulum yang digunakan di taman kanak-kanak yaitu kurikulum 2013. Kurikulum ini menggunakan pendekatan tematik integratif dan saintifik. Pembelajaran dengan pendekatan tematik integratif adalah pembelajaran yang menggunakan tema sebagai pengait dalam pembelajaran. Ada enam prinsip pemilihan tema yaitu kedekatan, kekonkretan, kemenarikan, kesesuaian, ketersediaan, keinsidentalitas. Enam prinsip tersebut harus dipahami guru dalam memilih tema. Tema yang dipilih kemudian dikembangkan dalam sub-sub tema yang kemudian menjadi materi sebagai bahan untuk mengembangkan pembelajaran. Pengembangan materi mengacu pada penjabaran 5w 1 h yaitu *what, who, when, where, why, dan how* (Trianto, 2011).

Pendekatan saintifik yaitu pendekatan pembelajaran yang terdiri dari lima tahapan yaitu mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, menghubungkan sebab akibat, dan mengkomunikasikannya. Proses pembelajaran dengan pendekatan saintifik menempatkan anak sebagai subjek utama dalam pembelajaran. Guru harus

merancang pembelajaran yang sedapat mungkin mengarahkan anak pada kegiatan mengamati, memotivasi anak untuk bertanya dan apa yang diamati, bersama anak mengumpulkan berbagai informasi terkait dengan pertanyaan anak tersebut, lalu menghubungkan pengetahuan yang dimiliki anak dengan informasi baru yang diperoleh dalam tahap menghubungkan sebab akibat, dan mengkomunikasikan hasil yang diperoleh dan proses awal sampai dengan akhir pembelajaran. Anak aktif dalam belajar untuk mendapatkan informasi. Kaitannya dalam pembuatan perencanaan pembelajaran gerak untuk anak, guru merancang pembelajaran yang melibatkan tema dan sedapat mungkin merancang anak untuk aktif dalam pembelajaran (Kurikulum, 2013).

Pelaksanaan pembelajaran untuk anak menurut Slamet Suyanto (2008) meliputi beberapa prinsip yaitu 1) konkret dan dapat dilihat langsung, 2) bersifat pengenalan, 3) seimbang antara kegiatan fisik dan mental, 4) sesuai dengan tingkat perkembangan anak, 5) sesuai dengan kebutuhan individual, 6) mengembangkan kecerdasan, 7) kontekstual dan multikonteks, 8) terpadu dan 9) dilakukan sambil bermain. Prinsip ini hendaknya muncul dalam melaksanakan

pembelajaran gerak untuk anak. Kemampuan yang ketiga yaitu kemampuan melakukan penilaian pembelajaran gerak pada anak. Penilaian pembelajaran untuk anak dilakukan untuk membuat keputusan yang jelas tentang mengajar dan belajar, mengidentifikasi masalah signifikan yang mungkin membutuhkan intervensi berfokus bagi anak-anak individual, dan membantu program meningkatkan intervensi pendidikan dan perkembangan anak (NAEYC, 2004). Cara untuk menilai gerak anak dalam pembelajaran gerak melalui penanaman menurut Janice J. Beaty (2013) terbagi menjadi tiga yaitu tidak terstruktur, terstruktur, transdisiplin. Penilaian tidak terstruktur dilakukan untuk mengidentifikasi semua perilaku yang berlangsung selama sesi bermain. Penilaian terstruktur yaitu penilaian yang digunakan untuk sekumpulan perilaku bermain baku menggunakan mainan yang spesifik. Penilaian transdisiplin yaitu penilaian dengan menggunakan satu tim penilai serentak dalam mengamati anak, setiap tim mencari informasi yang spesifik. Penilaian ini berguna untuk mengamati perkembangan gerak anak agar dapat merancang program pembelajaran gerak yang selanjutnya. Penilaian gerak dapat dilakukan dua cara

yaitu 1) penilaian dengan kriteria menggunakan skala rating, ceklist, catatan anekdot, dan tulisan jurnal; 2) penilaian pendekatan normatif menggunakan tes keahlian, dan tes kebugaran (Jennifer Wall & Nancy Murray, 1994).

### C. KESIMPULAN

Guru berperan sebagai pengelola/manajer dalam pembelajaran gerak untuk anak. pembelajaran gerak untuk anak perlu direncanakan dengan baik agar mampu mengoptimalkan perkembangan motorik anak. Pembinaan prestasi olahraga dilakukan sejak usia dini melalui pendidikan formal. Pembinaan khusus yang menjadi perhatian adalah pendidikan jalur formal taman kanak-kanak. Guru TK harus memiliki pengetahuan tentang cara melakukan perencanaan, melaksanakan, dan melakukan evaluasi pembelajaran gerak untuk anak melalui kegiatan bermain.

### DAFTAR PUSTAKA

David L. Gallahue & John C. Ozmun. 2006. *Understanding Motor Development (Infants, Children, Adolescents, and Adults)*. New York: McGraw-Hill.

George Graham, Shirley Ann Holt, Melissa Parker. 1980. *Children Moving. A Teacher's Guide to Developing a Successful Physical Education Program*. California: Mayfield Publishing Company.

*Grand Strategi Pembangunan Olahraga Prestasi Nasional 2014-2024*. 2013. Jakarta: Komite Olahraga Nasional Indonesia.

Janice J. Beaty. 2013. *Observing Development of the Young Child Terjemahan Observasi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.

Jennifer Wall & Nancy Murray. 1994. *Children & Movement, Physical Education in The Elementary School*. USA: C.Brown Communications, Inc.

Maria Montessori. 2012. *The Montessori Method*. New York: Frederick A. Stokes Company

Mohammad Joko Susilo. (2008). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Manajemen Pelaksanaan dan Kesiapan Sekolah Menyongsongnya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

National Association for the Education of Young Children. 2004. *Where We Stand on curriculum, assessment, and program evaluation*. *Young Children*.

*Penyajian Data dan Informasi Statistik Keolahragaan*. 2010. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.

Ria Lumintuarso. 2013. *Pembinaan Mutilateral Bagi Atlet Pemula*. Yogyakarta: UNY Press.

Slamet Suyanto. 2008. *Strategi Pendidikan Anak*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.

Trianto. (2011). *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik Bagi Anak Usia Dini TKJRA dan Anak Usia Kelas Awal SD/MI*. Jakarta: Kencana.