

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak yang masih dalam tahap masa bayi hingga batas usia 6 tahun dikenal sebagai anak usia masa *golden age*, menurut pihak Subdirektorat Pendidikan Anak Dini Usia (PAUD) yang mengartikan bahwa anak usia dini sebagai anak pada antara usia 0-6 tahun (Afifah, 2021). Pada rentang usia ini, dari usia 0-6 tahun, anak mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan otak yang sangat signifikan, yang sering disebut sebagai masa keemasan. Pada periode penting ini, anak memerlukan perhatian ekstra, karena rangsangan yang diterima dapat berdampak pada pertumbuhan otak mereka serta kemampuan akademis di masa depan (Rongcai, 2021). Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan setiap ciri dari tahapan perkembangan pada mereka agar anak dapat tumbuh kembang dengan baik. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1 Butir 14 menjelaskan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk mendukung perkembangan anak sejak lahir hingga usia 6 tahun. Upaya ini bisa dilakukan melalui pemberian stimulasi melalui pendidikan yang bertujuan untuk membantu pertumbuhan jasmani dan rohani, sehingga anak dapat memiliki kesiapan yang matang untuk melanjutkan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi. Oleh karena itu, pendidikan pada anak usia dini memiliki peran yang sangat penting dalam menyediakan kegiatan yang akan mengembangkan kemampuan dan keterampilan mereka. Salah satu bentuk pendidikan anak usia dini yang diselenggarakan secara formal adalah taman kanak-kanak (TK). TK menyelenggarakan program pendidikan untuk anak berusia empat hingga enam tahun, melalui rangsangan pendidikan yang mencakup aspek fisik dan psikologis, guna mendukung perkembangan anak dan mempersiapkan mereka untuk memasuki pendidikan selanjutnya. Salah satu aspek yang sangat penting dalam tumbuh kembang anak usia dini adalah kemampuan perkembangan aspek motorik kasar, yaitu kemampuan anak dalam menggunakan otot besar yang melibatkan koordinasi tubuh, seperti berjalan, berlari, melompat, dan menyeimbangkan diri.

Perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak usia dini sangat berpengaruh terhadap semua aspek pertumbuhannya secara menyeluruh. Meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak memiliki berbagai keuntungan. Peningkatan keterampilan motorik kasar dapat berkontribusi pada kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik pada anak-anak dan remaja (Yulaika & Dewi, 2019). Keterampilan motorik merupakan fondasi untuk pertumbuhan perilaku dan menciptakan kesempatan baru untuk pembelajaran (Hafidzah & Purwanti, 2025). Sedangkan menurut Perkembangan motorik kasar memiliki peran yang sangat penting dalam membangun keterampilan kemampuan fisik, rasa percaya diri, dan kesiapan anak untuk menghadapi aktivitas sehari-hari. Anak yang memiliki keterampilan motorik kasar yang baik akan lebih mampu mengatur gerakan tubuh, mempertahankan posisi yang benar, serta memiliki stamina dan kelincihan yang lebih baik. Di sisi lain, anak-anak yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar kemungkinan besar menghadapi kesulitan dalam koordinasi gerakan, keseimbangan tubuh, dan rasa percaya diri.

Salah satu tanda signifikan dari kemajuan motorik kasar adalah stabilitas tubuh (*balance*), baik stabilitas yang bersifat tetap (berada di posisi tertentu) maupun yang bergerak (mempertahankan posisi saat beraktivitas). Stabilitas yang optimal memberikan kesempatan bagi anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik dengan aman, efektif, dan teratur (Kholif, 2025). Keseimbangan yang baik membantu anak untuk melaksanakan berbagai kegiatan dengan koordinasi yang rapi dan efektif, seperti berjalan lurus, berdiri di atas satu kaki, atau melompat dengan stabil. Namun, banyak anak kecil sebenarnya menghadapi masalah dalam mempertahankan keseimbangan, yang disebabkan oleh minimnya aktivitas fisik dan permainan yang melibatkan gerakan tubuh secara keseluruhan (Kurniasih, 2025).

Kemampuan motorik kasar memiliki hubungan erat dengan pengaturan gerakan anggota tubuh, karena banyak jenis olahraga melibatkan penggunaan otot besar yang berasal dari bagian kaki dan memerlukan kerja sama dari berbagai bagian tubuh. Tanpa adanya rangsangan yang disertai bimbingan dari seorang guru, anak-anak tidak akan dapat lagi meningkatkan kemampuan motorik kasarnya. Rangsangan tambahan yang diberikan akan meningkatkan peluang

bagi anak untuk mengembangkan kemampuan motorik kasarnya. Salah satu metode untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian dari program kurikuler yang dirancang untuk mengembangkan bakat, minat, kreativitas, serta potensi peserta didik. Kegiatan ini dilaksanakan di luar jam pelajaran formal, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan memperluas dan meningkatkan kemampuan siswa sesuai dengan bidang yang diminati. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat melatih keterampilan komunikasi dan kerja sama antar siswa, tanpa adanya konsentrasi yang baik, kemampuan yang dimiliki siswa tidak dapat berkembang secara optimal (Inten, 2017). Tapak Suci adalah sebuah cabang seni pertarungan pencak silat yang berada di bawah naungan persyarikatan muhammadiyah dan mengusung filosofi “Berani karena benar, takut karena salah”. Tapak Suci tidak hanya melibatkan pada aspek fisik, tetapi juga menanamkan nilai-nilai moral, disiplin, dan sportivitas, serta meningkatkan kekuatan dan keseimbangan tubuh (Yarmani, 2021).

Gerakan dasar dalam Tapak Suci, seperti posisi kuda-kuda, pukulan, tendangan, elakkan, dan tangkisan, melibatkan seluruh tubuh dan memerlukan koordinasi otot besar. Oleh karena itu, ini sangat bermanfaat untuk merangsang perkembangan motorik kasar anak. Latihan-latihan ini mengharuskan anak untuk mempertahankan keseimbangan, menyesuaikan posisi tangan dan kaki, serta mengatur gerakan agar tetap stabil. Selain dengan cara ini, latihan Tapak Suci tidak hanya membantu anak dalam meningkatkan kekuatan dan kecepatan, tetapi juga memperbaiki keeluasaan koordinasi dan keseimbangan mereka (Safi'i, 2024). Kurangnya koordinasi dan keseimbangan tubuh pada anak-anak. Banyak anak berusia 5-6 tahun yang masih kesulitan untuk berdiri dengan satu kaki secara stabil, menemui kesulitan saat berjalan di garis lurus, atau melompat dengan kedua kaki secara bersamaan. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan keseimbangan sebagai salah satu tanda dari perkembangan motorik kasar belum optimal. Tapak Suci, yang merupakan salah satu jenis pencak silat, dapat menjadi pilihan kegiatan ekstrakurikuler yang efektif untuk merangsang perkembangan motorik kasar dan keseimbangan anak. Tapak Suci

adalah seni bela diri yang tidak hanya berfokus pada kebugaran fisik, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai disiplin, rasa percaya diri, tanggung jawab, dan sportivitas.

Gerakan inti dalam tapak suci seperti kuda-kuda, pukulan, tangkisan, dan tendangan melibatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, serta kekuatan otot besar. Misalnya, posisi kuda-kuda membantu melatih stabilitas dan keseimbangan bagian bawah tubuh, sedangkan gerakan tangkisan dan pukulan melatih sinergi antara tangan dan kaki. Untuk anak-anak prasekolah, gerakan ini bisa dijadikan permainan yang menyenangkan sambil tetap mempertahankan inti dari latihan fisiknya. Dalam kegiatan ini, anak belajar mematuhi aturan, bersikap sabar, berkolaborasi dengan teman. Ini sejalan dengan sasaran pendidikan untuk anak usia dini yang menekankan keseimbangan dalam perkembangan fisik motorik. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Tangse & Dimiyati, 2021).Mengungkap bahwa kegiatan ekstrakurikuler tapak suci dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, karena dari hasil yang ditunjukkan anak rata-rata mengalami peningkatan pada perkembangan motorik kasarnya setelah diberikan perlakuan. Pada penelitian terdahulu hanya mengkaji pengaruh kegiatan ekstrakurikuler tapak suci pada perkembangan motorik, akan tetapi pada penelitian ini akan mengkaji secara spesifik pengaruh ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan anak. Kajian penelitian ini akan lebih fokus atau spesifik pada pengaruh keseimbangan bukan pada perkembangan motorik kasar secara keseluruhan.

Kegiatan ekstrakurikuler memiliki beberapa fungsi penting, di mana mereka memberikan kesempatan bagi siswa untuk menerapkan pengetahuan yang dimiliki serta memperoleh wawasan baru melalui pembelajaran mandiri. Pencak silat tapak suci memiliki peran yang signifikan sebagai salah satu bentuk seni bela diri. Kegiatan ini berfungsi sebagai media pendidikan fisik dan spiritual, mengajarkan disiplin, toleransi, kerja keras, nilai-nilai agama, serta cinta terhadap perdamaian (Shilviana & Hamami, 2020). Kegiatan ini juga berkontribusi pada kesehatan dengan berolahraga dan keseimbangan yang menyeimbangkan aspek fisik dan spiritual serta meningkatkan produktivitas (Setyawan, 2018).

Hasil observasi awal yang dilakukan di TK Aisyiyah Bebekan Sidoarjo menunjukkan adanya perbedaan kemampuan motorik kasar antara anak yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tapak suci dan anak yang baru mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tapak suci. Anak-anak yang rutin mengikuti kegiatan tapak suci terlihat memiliki postur tubuh yang lebih baik, gerakan yang lebih gesit, kemampuan menjaga keseimbangan yang lebih optimal, serta menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi saat melakukan aktivitas fisik, seperti berjalan di atas garis, melompat, dan berlari. Namun demikian, berdasarkan data hasil observasi ditemukan bahwa terdapat 10 anak yang mengalami permasalahan pada keseimbangan tubuh. Permasalahan tersebut terlihat dari jumlah tersebut, sebanyak 3 anak belum mampu melakukan gerakan berlari zigzag dengan baik, 4 anak mengalami kesulitan dalam menjaga keseimbangan saat mengangkat satu kaki, dan 3 anak belum mampu berjalan di atas papan titian dengan seimbang.

Perkembangan motorik anak didefinisikan sebagai peningkatan kemampuan gerak yang dicapai melalui latihan fisik yang berulang, terencana, dan terstruktur. Perkembangan motorik kasar, khususnya, tidak berkembang secara otomatis seiring bertambahnya usia, tetapi memerlukan latihan fisik yang melibatkan penggunaan otot besar dan koordinasi seluruh tubuh. Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini (5-6 tahun) sangat penting karena berkontribusi pada kemampuan anak untuk mengontrol gerakan tubuh, salah satunya adalah keseimbangan. Menurut teori Gallagher, keseimbangan adalah kemampuan anak untuk mengendalikan posisi tubuhnya baik secara statis (diam) maupun dinamis (bergerak). Anak-anak harus diberi kesempatan untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang membutuhkan koordinasi tubuh, pengulangan gerakan, dan kontrol postur untuk meningkatkan kemampuan ini. Aktivitas ekstrakurikuler tapak suci dilakukan secara sistematis, terstruktur, dan berulang. Pada kegiatan di tapak suci, anak-anak melakukan berbagai gerakan, seperti kuda-kuda, tendangan, pukulan, dan jurus. Gerakan-gerakan ini melatih kemampuan kontrol postur, keseimbangan statistik dan dinamis, koordinasi gerak, kekuatan otot, dan kelincahan. Latihan tapak suci mengajarkan anak-anak untuk mempertahankan keseimbangan tubuh saat bergerak dan mempertahankan posisi

tertentu melalui stimulus gerakan yang konsisten.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil pengamatan awal terhadap perkembangan motorik kasar anak, khususnya pada aspek keseimbangan tubuh dan keterampilan gerak, ditemukan adanya variasi kemampuan yang cukup signifikan antar anak. Perbedaan tersebut terlihat dalam kemampuan anak saat melakukan berbagai aktivitas fisik yang menuntut keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan. Kondisi ini menunjukkan bahwa stimulasi motorik yang diterima anak, baik melalui pembelajaran di sekolah maupun melalui kegiatan tambahan di luar jam pelajaran, belum sepenuhnya memberikan hasil yang optimal dan merata.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Masih dijumpai beberapa anak yang belum menunjukkan kemampuan keseimbangan tubuh secara optimal, yang terlihat dari kesulitan berjalan diatas papan titian, mempertahankan keseimbangan tubuh ketika berdiri dengan satu kaki, serta melakukan gerakan berlari secara zig-zag
2. Anak-anak yang tidak mengikuti ekstrakurikuler Tapak Suci cenderung memiliki keterbatasan dalam aspek koordinasi gerak dan kelincahan apabila dibandingkan dengan anak yang mengikuti kegiatan tersebut.
3. Pelaksanaan pembelajaran motorik kasar di sekolah belum sepenuhnya mampu memberikan stimulasi yang merata dalam upaya meningkatkan keseimbangan tubuh dan keterampilan gerak anak.
4. Perbedaan kemampuan keseimbangan serta tingkat kepercayaan diri anak dalam melakukan aktivitas fisik diduga berkaitan dengan partisipasi anak dalam kegiatan ekstrakurikuler Tapak Suci.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini agar lebih fokus dan tidak melebar, berikut pembatasan masalahnya:

1. Penelitian ini dibatasi pada kemampuan keseimbangan tubuh anak usia dini yang diukur menggunakan pendekatan kuantitatif.
2. Subjek penelitian adalah anak kelompok B di TK Aisyiyah

Bebek Sidarjo yang dijadikan sebagai satu kelompok perlakuan.

3. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain One Group pretest–posttest, yang meliputi pretest, pemberian perlakuan berupa kegiatan ekstrakurikuler tapak suci, dan posttest.
4. Aspek keseimbangan yang diteliti mencakup kemampuan berjalan di atas garis atau papan titian, berdiri dengan satu kaki, serta melakukan gerakan pencak silat tapak suci
5. Penelitian ini difokuskan pada perkembangan motorik kasar anak, khususnya kemampuan keseimbangan tubuh.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat keseimbangan tubuh anak sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tapak suci usia 5-6 tahun?
2. Apakah terdapat pengaruh signifikan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan tubuh anak usia dini 5-6 tahun?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui peningkatan keseimbangan tubuh anak usia 5-6 tahun melalui kegiatan ekstrakurikuler tapak suci
2. Untuk mengetahui pengaruh signifikan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan tubuh anak usia dini 5-6 tahun.

F. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat Teoritis
 1. Hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai referensi untuk perkembangan motorik kasar terhadap keseimbangan tubuh anak usia dini 5-6 tahun.
- b. Manfaat Praktis
 1. Bagi anak : penelitian ini diharapkan membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar terhadap keseimbangan tubuh anak melalui ekstrakurikuler tapak suci.
 2. Bagi guru : penelitian ini diharapkan menjadi acuan dalam mengembangkan motorik kasar terhadap keseimbangan tubuh anak melalui ekstrakurikuler tapak suci.
 3. Bagi orang tua : penelitian ini diharapkan orang tua memberikan pemahaman pentingnya stimulus perkembangan

motorik kasar terhadap keseimbangan tubuh anak melalui aktivitas ekstrakurikuler tapak suci.

4. Bagi lembaga : penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan terhadap lembaga cara mengembangkan kemampuan keseimbangan tubuh melalui ekstrakurikuler tapak suci.
5. Bagi peneliti : penelitian diharapkan pada studi ini dapat memanfaatkan guna untuk menambah wawasan dan sebuah pengalaman untuk mempraktikkan langsung adanya pengaruh ekstrakurikuler tapak suci untuk membangun perkembangan motorik kasar terhadap keseimbangan tubuh anak usia 5-6 tahun

