

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Anak Usia Dini**

###### **a. Pengertian Anak Usia Dini**

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia 0–6 tahun sejak dilahirkan. Pada tahap ini, anak memiliki karakteristik yang khas dan berbeda antara satu dengan yang lainnya sesuai dengan tahapan perkembangan usianya (Amini, 2014). Masa anak usia dini sering disebut sebagai *Golden Age*, yaitu periode yang sangat penting dan menentukan dalam kehidupan anak. Periode ini dikatakan sebagai masa kritis karena pertumbuhan dan perkembangan anak berlangsung sangat cepat, terutama pada tahun-tahun awal kehidupannya. Setiap anak memiliki keunikan tersendiri, baik dari segi kemampuan, perilaku, maupun gaya belajarnya, sehingga tidak dapat diperlakukan secara sama antara satu anak dengan anak lainnya. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan, metode pembelajaran, serta stimulasi yang beragam dan disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing anak. Meskipun demikian, secara umum perkembangan anak dapat dikelompokkan berdasarkan rentang usia tertentu yang memiliki karakteristik perkembangan yang relatif serupa.

Anak usia dini merupakan kelompok anak yang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang mencakup berbagai aspek, antara lain perkembangan bahasa dan komunikasi, kemampuan kognitif yang meliputi kemampuan berpikir, kreativitas, kecerdasan emosional, serta kecerdasan spiritual, perkembangan sosial emosional yang berkaitan dengan perilaku, sikap, dan nilai keagamaan, serta perkembangan keterampilan motorik kasar dan motorik halus (Devianti, 2020). Tahapan-tahapan tersebut berkembang sesuai dengan tingkat usia dan karakteristik perkembangan anak. Masa usia dini merupakan periode yang sangat tepat untuk memberikan berbagai bentuk stimulasi perkembangan, karena pada usia ini anak memiliki kemampuan yang tinggi dalam menyerap berbagai informasi yang diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran.

Berbagai upaya yang dilakukan pengembangan yang terencana untuk mempersiapkan stimulasi, model pembelajaran, metode, teknik, perencanaan, media, serta instrumen edukatif yang mendukung proses perkembangan anak secara optimal. Upaya tersebut bertujuan untuk memfasilitasi perkembangan anak pada seluruh aspek sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik setiap tahapan usia. Dengan demikian, pemahaman yang mendalam mengenai perkembangan anak usia dini menjadi hal yang sangat penting (Dewi, 2017).

Menurut Bab I Pasal 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 32 Tahun 2002, anak didefinisikan sebagai seseorang yang belum mencapai usia 18 tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan. Selain itu, menurut Undang-Undang Sisdiknas Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 28 Ayat (1), rentang usia anak usia dini adalah dari 0 sampai 6 tahun. Undang-undang menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah upaya pelatihan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun, dengan memberikan rangsangan pendidikan yang membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak sehingga anak siap untuk melanjutkan pendidikan lebih lanjut (Sofyan, 2018) menurut Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), anak usia dini adalah anak-anak yang berusia antara 0 dan 6 tahun dan termasuk anak-anak yang menerima layanan dan anak-anak yang tidak bersedia menerima lembaga pendidikan anak usia dini.

#### **b. Karakteristik Anak Usia 5-6 Tahun**

Semua pengalaman yang dialami anak secara tidak langsung akan melekat padanya. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami sifat-sifat anak usia dini agar mereka dapat memadukan perkembangan anak secara menyeluruh. Beberapa orang percaya bahwa ini adalah beberapa ciri anak usia dini:

1. Unik, yaitu ciri-ciri anak yang berbeda dari orang lain. Anak-anak memiliki bawaan, minat, dan latar belakang kehidupan mereka sendiri.
2. Egosentris, yaitu anak-anak yang lebih cenderung melihat dan memahami situasi dari sudut pandang dan

kepentingannya sendiri. Bagi anak-anak, sesuatu itu penting sepanjang itu berkaitan dengan mereka sendiri.

3. Aktif dan energik, sehingga anak biasanya menikmati aktivitas. Anak seolah-olah tidak pernah berhenti beraktivitas, lelah, atau bosan selama tidurnya. Selain itu, ketika anak diberi tugas yang baru dan menantang.
4. Rasa ingin tahu yang kuat dan semangat untuk banyak hal. Dengan kata lain, anak cenderung memperhatikan, berbicara, dan mengintip berbagai hal yang dia lihat dan dengar, terutama yang baru.
5. Berjiwa petualang dan eksploratif, anak-anak yang didorong oleh rasa ingin tahu yang kuat dan senang mengeksplorasi, mencoba, dan belajar hal-hal baru.
6. Spontan, yaitu perilaku yang ditampilkan oleh anak biasanya cukup asli dan tidak tertutup-tutupi sehingga menunjukkan apa yang sedang dipikirkan dan dirasakannya.
7. Senang dan kaya dalam fantasi, yang berarti bahwa anak-anak menikmati hal-hal yang imajinatif. Anak itu tidak hanya senang mendengar orang lain bercerita tentang fantasinya, tetapi dia juga senang bercerita kepada orang lain.
8. Masih mudah frustrasi, yang berarti anak masih mudah kecewa ketika mereka melihat sesuatu yang tidak memuaskan mereka. Jika keinginannya tidak terpenuhi, ia mudah menangis dan marah.

## **2. Perkembangan Motorik**

### **a. Perkembangan Motorik Kasar**

Anak usia dini merupakan periode keemasan (Golden age) dalam kehidupan seorang anak, yaitu tahap yang paling optimal untuk mengembangkan dan menstimulasi berbagai aspek perkembangan, seperti kemampuan motorik, seni, bahasa, serta kemampuan kognitif. Anak yang berada pada rentang usia sejak lahir hingga mencapai enam tahun termasuk dalam kategori anak usia dini atau masa emas (Sanusi & Khaerunnisa, 2022).

Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 28 ayat (1), anak usia dini

didefinisikan sebagai anak yang berada pada rentang usia sejak lahir hingga enam tahun. Pendidikan anak usia dini merupakan suatu bentuk pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun. Dalam proses menuju jenjang pendidikan selanjutnya, anak diberikan pembelajaran dan stimulasi yang mencakup berbagai aspek perkembangan, salah satunya adalah perkembangan motorik (Sabilla, 2020).

Motorik merujuk pada seluruh bentuk gerakan yang dapat dilakukan oleh tubuh manusia. Perkembangan motorik pada anak dimulai ketika anak mulai mempelajari dan menguasai berbagai pola gerakan yang terkoordinasi dengan baik (Ruiz-Esteban et al, 2020). Aktivitas motorik secara umum diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar melibatkan penggunaan otot-otot besar, seperti otot kaki, lengan, dan punggung, pada contoh keterampilan motorik kasar antara lain berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan menendang bola. Perkembangan motorik kasar berperan penting dalam meningkatkan kekuatan fisik, keseimbangan, serta koordinasi gerak tubuh secara menyeluruh. Keterampilan ini umumnya berkembang sejak usia dini melalui berbagai aktivitas bermain dan latihan fisik yang terstruktur.

Perkembangan fisik motorik adalah perubahan bertahap dalam kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang dicapai melalui interaksi antara komponen kemampuan (naturalisasi) dan latihan atau pengalaman selama kehidupan (pengalaman) (Hidayat, 2009). Selama perkembangan ini, kedua syaraf motorik kasar dan halus tumbuh bersamaan dengan pertumbuhan otot dan syaraf. Akibatnya, setiap gerakan kecil merupakan hasil dari pola interaksi yang kompleks, unik, terorganisasi, dan terinternalisasi dari berbagai bagian dari sistem dalam tubuh yang dikendalikan oleh otak, yang menghasilkan perkembangan berbagai keterampilan motorik pada anak.

#### **b. Faktor yang mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar Anak**

Perkembangan motorik kasar memiliki faktor yang dapat mempengaruhi proses perkembangannya. Menurut (Hasnida., 2015) ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan

motorik kasar, sebagai berikut:

1. Kematangan: Kemampuan anak untuk melakukan kegiatan motorik sangat bergantung pada seberapa matang syaraf yang mengatur gerakan.
2. Urutan: Pada usia lima tahun, dengan kemampuan motorik yang kompleks yakni kemampuan untuk mengatur gerakan motorik secara seimbang telah berkembang.
3. Latihan : Anak usia dini harus melakukan latihan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan motorik mereka.
4. Motivasi: motivasi anak yang harus didukung oleh dari luar diri anak.
5. Pengalaman : Latihan dan pendidikan gerak pada anak usia dini lebih fokus pada pengayaan gerak dan memberikan pengalaman yang membuat anak senang. Agar motorik (daya gerak) anak berkembang dengan sebaik mungkin, mereka memerlukan instruksi dan pelatihan.

#### **c.Indikator Perkembangan Motorik Kasar pada Keseimbangan Anak Usia 5-6 Tahun**

Kemampuan motorik kasar, yaitu kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotif, dan non-lokomotif, serta mengikuti aturan. Selain itu, ada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 5-6 Tahun yang mencakup kemampuan motorik kasar ideal yang meliputi: a) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; b) meniru gerakan mata, kaki, tangan, dan kepala dalam meniru tarian atau senam; c) melakukan permainan fisik dengan aturan; d) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri; dan e) melakukan kegiatan kebersihan diri

Pada pendapat (Maghfiroh, 2020) dan (Beaty, 2013) dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak yang ditetapkan dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014, yang menggunakan lima indikator: a) Keseimbangan: melewati papan titian dengan meniru gerakan pesawat terbang, b) Kekuatan: lompat menggunakan kedua kaki secara bersamaan, lompat menggunakan salah satu kaki, dan lompat menggunakan kedua kaki secara bersamaan, dan lompat menggunakan kedua kaki

secara bersamaan, c) Kelincahan: berlari zig-zag, berlari mengikuti garis, d) Koordinasi: melompat sesuai gambar pijakan yang telah dibuat, e) Kelenturan : memindahkan bola dari bagian kanan tubuh ke bagian kiri tubuh dengan posisi duduk..

### **3. Keseimbangan**

#### **a. Pengertian Keseimbangan Tubuh**

Komponen kondisi fisik salah satunya adalah keseimbangan, yang merupakan keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuhnya agar dapat berdiri dengan kedua kaki atau sebelah kaki tanpa terjatuh posisinya, ini sangat penting terutama bagi atlet beladiri yang sering melakukan putaran untuk menendang dan berdiri dengan sebelah kaki. (Harsono, 1988) mengatakan keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan sistem saraf otot-otot tersebut dalam posisi atau sikap yang efektif saat bergerak.

Keseimbangan, menurut (Irwan, 2004). adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap tubuh yang tepat pada saat melakukan gerakan. Kemampuan seseorang untuk mengendalikan organ-organ saraf dan ototnya saat melakukan gerakan cepat dengan pergeseran letak titik berat badan yang cepat, baik dalam keadaan statistik maupun dinamis, dikenal sebagai keseimbangan.

#### **b. Jenis-jenis keseimbangan**

Keseimbangan memiliki beberapa jenis yang perlu diketahui. Menurut (Harsono, 1988) ada dua jenis keseimbangan, sebagai berikut:

1. Keseimbangan statistik (statis balance): Dalam keseimbangan statistik, ruang gerakan sangat kecil. Misalnya, seseorang dapat berdiri di atas dasar yang sempit, seperti balok keseimbangan atau rel kereta api, menggunakan tangan untuk berdiri, dan mempertahankan keseimbangan setelah berputar-putar di tempatnya.
2. Keseimbangan dinamis, juga dikenal sebagai keseimbangan dinamis, adalah kemampuan seseorang untuk bergerak dari satu tempat ke tempat lain dengan mempertahankan keseimbangan. Contohnya antara lain menari, latihan kuda atau palang sejajar, ski air, skating, sepatu roda, dan lain sebagainya.

### **c. Pentingnya keseimbangan dalam perkembangan Motorik Anak**

Keseimbangan, salah satu kemampuan penting dalam perkembangan motorik anak, membangun berbagai keterampilan gerak lainnya. Kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi stabil saat bergerak atau diam disebut keseimbangan. Kemampuan ini muncul sebagai hasil dari kerja yang sama antara sistem saraf pusat, sistem vestibula telinga dalam, dan otot tubuh, serta Indera penglihatan yang berfungsi untuk mengontrol postur dan posisi tubuh. Keseimbangan adalah salah satu indikator penting perkembangan motorik yang sehat pada anak karena proses integratif ini. Perkembangan motorik anak secara bertahap dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf dan pengalaman gerak yang diperoleh anak dari stimulasi lingkungan, menurut (Gallahue, 2012).

Motorik berhubungan langsung dengan semua jenis gerakan tubuh dalam proses perkembangan keterampilan motoris. Faktor-faktor yang mempengaruhi termasuk otot, sistem saraf, dan otak. Ketiga elemen ini saling berfungsi dengan cara yang positif, sehingga memfasilitasi perbaikan dalam kondisi motoris secara keseluruhan (Wardah, 2017). Perkembangan motorik kasar pada anak terjadi lebih awal dibandingkan dengan motorik halus. Contohnya, anak cenderung lebih dahulu dapat menggenggam benda-benda besar daripada yang kecil. Ini disebabkan oleh ketidakmampuannya dalam mengontrol gerakan jari untuk keterampilan motorik halus, seperti meronce, menggunting, dan aktivitas lainnya.

Penguasaan keterampilan motorik kasar lainnya bergantung pada keseimbangan. Anak-anak yang memiliki keseimbangan yang baik akan lebih mudah melakukan olahraga seperti berjalan, berlari, melompat, mengayuh, dan bersepeda. Dengan kemampuan ini, anak-anak dapat menggerakkan anggota tubuh mereka dengan aman, teratur, dan efektif. Namun, keterlambatan keseimbangan dapat menghambat kemampuan anak untuk menguasai tahapan motorik yang lebih kompleks dan meningkatkan kemungkinan terjatuh atau mengalami cedera saat bergerak. Sebagai hasil dari penelitian yang dilakukan oleh

Andrianova (2023), pendidikan gerak yang didasarkan pada koordinasi memiliki efek yang signifikan terhadap peningkatan keseimbangan kemampuan anak usia dini, terutama ketika diberikan secara sistematis dan berulang kali.

Perkembangan keseimbangan mempengaruhi fungsi fisik selain fungsi sensori motor dan kognitif anak. Dengan meningkatnya keseimbangan, anak-anak belajar mengintegrasikan berbagai informasi sensorik seperti proprioseptif, vestibular, dan visual, yang menghasilkan koordinasi tubuh yang lebih baik. Stimulasi ini meningkatkan kemampuan kontrol diri anak, konsentrasi, dan kesiapan mereka untuk merespons rangsangan lingkungan belajar. Selain itu, penelitian telah menunjukkan bahwa latihan keseimbangan meningkatkan fungsi kognitif karena latihan ini mengaktifkan area otak yang bertanggung jawab atas perencanaan gerak dan mengolah informasi (Amaliyah, 2021).

Perkembangan kepercayaan diri anak juga dipengaruhi oleh keseimbangan. Ketika anak-anak mampu melakukan aktivitas seperti berdiri dengan satu kaki, berjalan lurus, atau melakukan senam sederhana, mereka mengalami pengalaman sukses, yang menumbuhkan rasa percaya diri dan mendorong mereka untuk mencoba aktivitas fisik lainnya, keberhasilan dalam tugas perkembangan motorik dapat meningkatkan keinginan dan harga diri anak (Hurlock, 1991). Oleh karena itu, terbentuknya keseimbangan membantu perkembangan sosial-emosional anak dan kesiapan mereka untuk pembelajaran lebih lanjut. Ini juga penting untuk perkembangan motorik.

#### **4. Tapak Suci**

##### **a. Sejarah dan Pengertian Tapak Suci**

Tapak Suci Putera Muhammadiyah, adalah juga dikenal sebagai organisasi seni bela diri otonom dalam persyarikatan muhammadiyah. PB IPSI juga menetapkan sebagai salah satu lembaga penting dalam perkembangan pencak silat Indonesia. Berawal dari KH Syuhada dari Banjarnegara, Jawa Tengah. Pada tahun 1872, dia memiliki putra, Ibrahim. Ibrahim belajar pencak dari sang ayah hingga dia menjadi pendekar pencak, namun dia tetap mempertahankan agamanya. Ibrahim

kemudian dikenal dengan nama KH Busyro Suhada. Ia terisi mendalami ilmu pencak silat hingga akhirnya memiliki tiga seorang murid, yaitu Achyat, Yasin, dan jenderal Soedirman. Selain membina dan mengajarkan ilmu pencak silat kepada para muridnya, KH Busyro Syuhada juga melakukan perjalanan adu kaweruh atau uji ilmu keluar wilayah asalnya, salah satunya ke Yogyakarta.

Pada tahun 1921, KH Busyro Syuhada bertemu dengan kakak beradik A. Dimyati dan M. Wahib dalam kegiatan adu kaweruh yang dilakukan bukan sebagai bentuk tantangan, melainkan sebagai sarana berbagi dan memperdalam ilmu. Dalam pertemuan tersebut, A. Dimyati dan M. Wahib dengan penuh keikhlasan memohon agar KH Busyro Syuhada berkenan menjadi guru mereka. Selanjutnya, pada tahun 1925, A. Dimyati berhasil mendirikan sebuah perguruan pencak silat yang diberi nama perguruan kauman, sedangkan M. Wahib memiliki seorang murid bernama Syamsuddin. Berkat kegigihan M. Wahib bersama muridnya, Syamsuddin kemudian berinisiatif mendirikan perguruan baru yang diberi nama Seranoman, sesuai dengan nama daerah setempat. Perguruan yang dipimpin oleh Syamsuddin tersebut berkembang pesat dan memiliki banyak murid, salah satunya adalah Pendekar Moh. Zahid. Moh. Zahid tidak sempat mendirikan perguruan sendiri karena wafat pada usia muda pada tahun 1948. Meskipun demikian, sebelum wafat, ia telah memiliki murid bernama Moh. Barie Irsjad. Moh. Barie Irsjad memperoleh pendidikan pencak silat dari Moh. Zahid dan, dengan dukungan M. Syamsuddin, A. Dimyati, serta M. Wahib, kemudian mendirikan sebuah perguruan yang diberi nama Kasegu, yang diambil dari nama senjata ciptaannya. Seiring berjalannya waktu, terjadi dinamika internal dalam perguruan tersebut, di mana para siswa Kasegu mengusulkan agar seluruh perguruan yang ada di satukan dalam satu wadah perguruan. Gagasan tersebut disampaikan oleh Moh. Barie Irsjad kepada para gurunya sebagai perwakilan dari perguruan Kasegu. Pendekar besar M. Wahib kemudian memberikan restu kepada Moh. Barie Irsjad untuk mendirikan perguruan

baru sebagai kelanjutan dari perguruan kauman yang berdiri sejak tahun 1925. Akhirnya, pada tanggal 31 Juli 1963, Moh. Barie Irsjad dengan dukungan Moh. Rustam Djundab dan Moh. Djakfal secara resmi mendirikan perguruan tapak suci putera muhammadiyah. Untuk mendukung perkembangan perguruan tersebut, beberapa murid dari para guru dan pendekar terkemuka turut dilibatkan. Pada masa awal pendiriannya, Djarnawi Hadikusumo ditetapkan sebagai Ketua Umum Perguruan Tapak Suci Putera Muhammadiyah.

**b. Prinsip dan Tujuan Tapak Suci**

Organisasi pencak silat berbasis Islam salah satunya tapak suci putera muhammadiyah berlandaskan pada tiga prinsip utama: beriman dan bertakwa kepada Allah SWT, bebas dari syirik, dan mulia karena iman dan ilmu. Prinsip pertama menegaskan bahwa setiap gerakan, teknik, dan latihan dalam tapak suci harus dilakukan dengan kesadaran bahwa semua kemampuan manusia adalah amanah dari Allah SWT. Prinsip ketiga, mulia karena iman dan ilmu, mengajarkan bahwa kehormatan seseorang tidak diukur dari kekuatan bela dirinya, tetapi dari akhlak, pengetahuan, kedisiplinan, dan ketundukan hingga kebenaran. Tapak Suci menanamkan keyakinan bahwa kekuatan bela diri tidak berasal dari kekuatan gaib, melainkan dari latihan yang tekun, pelatihan fisik yang benar, ketajaman mental, dan pertolongan Allah SWT. Sejalan dengan prinsip ini, tujuan utama Tapak Suci adalah untuk membangun individu muslim yang berakhlak mulia, matang secara spiritual, dan memiliki kemampuan untuk melindungi diri dan lingkungan mereka dari kezaliman. Perkembangan mental, karakter, dan kepribadian orang yang dibina di tapak suci lebih dari sekedar fisik. Hal ini dilakukan untuk membangun individu yang disiplin, berani, bertanggung jawab, dan siap menghadapi tantangan kehidupan. Selain itu, kemampuan bela diri tidak digunakan untuk sombong atau menyerang tanpa alasan; sebaliknya, mereka digunakan untuk menegaskan kebenaran, membela yang lemah, dan membantu masyarakat.

Tapak suci juga mendidik individu muslim yang kuat

secara fisik, cerdas secara mental, dan teguh secara akidah. Dengan kata lain, tapak suci membangun kader yang siap mengabdikan kepada umat, masyarakat, bangsa, dan agama, sehingga ilmu pencak silat yang dipelajari menjadi alat dakwah dan amal saleh, bukan alat kesalahan atau penyimpangan.

c. **Manfaat Tapak Suci Terhadap Motorik Kasar**

Bermain adalah cara untuk meningkatkan keterampilan gerakan anak dan mengajarkan mereka cara mengatasi tantangan yang nyata (Montolalu, 2009: 4.31). Bermain selalu menarik bagi anak-anak karena membuat mereka merasa nyaman dan tidak stres. Anak-anak akan selalu mencari alat bermain. Peningkatan aktivitas fisik anak dengan bermain akan terjadi.

Aktivitas fisik ini akan meningkatkan keyakinan diri yang sehat dan penilaian diri yang positif. Anak-anak dapat dengan mudah berinteraksi dengan orang lain melalui olahraga. Olahraga dapat membantu anak-anak yang kurang percaya diri dan tertutup untuk meningkatkan kepercayaan diri dan pergaulan. Salah satu olahraga yang dapat meningkatkan keyakinan diri anak adalah pencak silat dan beladiri. Olahraga pencak silat menggunakan banyak unsur psikomotor, kognitif, dan mental.

Tapak suci memiliki manfaat untuk perkembangan motorik anak, menurut (Aulia., 2023). ada beberapa manfaat tapak suci untuk perkembangan motorik kasar, sebagai berikut:

1. Meningkatkan keseimbangan anak : Berbagai kegiatan yang menyenangkan, seperti berputar, engklek, memutar, berjalan jinjit, berjalan di atas papan titian, bersepeda, dan sebagainya, digunakan untuk melatih keseimbangan tubuh anak. Mereka percaya bahwa bermain membantu mereka menjaga keseimbangan dan mengeluarkan tenaga mereka, sehingga bermain sangat penting bagi anak-anak agar tidak berdampak negatif.
2. Meningkatkan otot-otot anak : Anak usia dini memiliki otot dan tulang yang lebih kuat, yang meningkatkan kemampuan mereka untuk melompat dan lari. Anak yang berusia 5-6 tahun, pada usia tersebut, anak telah banyak

melakukan berbagai gerakan motorik sederhana, seperti berjinjit, jingkrak, melompat, serta berlari ke berbagai arah. Ketika memasuki usia lima tahun, anak menunjukkan tingkat keberanian yang lebih tinggi dibandingkan dengan saat berusia empat tahun

3. Meningkatkan kekuatan kuda-kuda anak: Pada saat siswa melakukan gerakan teknik dasar seperti tendangan, kuda-kuda, dan pukulan, struktur gerakan mereka sudah benar, tetapi cara mereka melakukan gerakan secara keseluruhan, seperti pasang kuda-kuda dan mengambil posisi tendangan lalu melakukan tendangan, masih kurang tepat.

## **B. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Pada penelitian sebelumnya objek penelitian adalah sama Tapak Suci dan siswa usia dini sampai SD, meskipun demikian, fokus penelitian berbeda. Penelitian sebelumnya lebih menekankan Tapak Suci sebagai sarana untuk membangun karakter. Pada penelitian ini lebih menekankan perkembangan motorik kasar dan keseimbangan tubuh. Oleh karena itu, penelitian ini memasukkan aspek fisik anak yang belum dibahas dalam penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Robbani & Fihayati, (2025) mengungkapkan bahwa kegiatan di Tapak Suci membantu siswa meningkatkan pembentukan karakter anak usia sekolah dasar..

Penelitian ini tersebut menggunakan desain PTK (*action research*) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan masing-masing siklus terdiri dari empat pertemuan. Subjek penelitian adalah siswa kelas III SD Muhammadiyah 1 Muntilan, Kabupaten Magelang. Variabel penelitian meliputi disiplin anak sebagai variabel input, kegiatan tapak suci sebagai variabel proses, serta peningkatan perilaku disiplin sebagai variabel output. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan tapak suci mampu meningkatkan perilaku disiplin siswa, yang ditunjukkan oleh peningkatan sebesar 68,88% pada siklus I dan 85% pada siklus II. Pada kegiatan Tapak Suci terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku disiplin siswa sekolah dasar. Pada penelitian ini berbeda dengan penelitian (Syihabudin 2025) yang menjelaskan pada karakter siswa bukan disiplin pada anak.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Nur Azizah , (2023) menemukan bahwa kegiatan ekstrakurikuler di Tapak Suci memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak-anak berusia lima hingga enam tahun. Penelitian yang dilakukan dengan desain quasi eksperimen menunjukkan bahwa berbagai aspek motorik kasar, seperti kekuatan, kelincahan, dan keseimbangan, telah meningkat. Meskipun memiliki kesamaan pada penggunaan kegiatan Tapak Suci dan subjek usia 5-6 tahun, fokus penelitian tersebut masih berada pada motorik kasar secara umum. Berbeda dengan penelitian ini yang lebih spesifik meneliti efektivitas Tapak Suci terhadap keseimbangan tubuh, yaitu salah satu aspek dari motorik kasar. Pada penelitian ini memberikan penguatan bahwa Tapak Suci efektif untuk perkembangan fisik anak, fokus penelitian ini tetap pada motorik kasar secara umum, meskipun terdapat kesamaan dalam penggunaan kegiatan Tapak Suci di antara subjek berusia 5-6 tahun. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini meneliti bagaimana Tapak Suci membantu keseimbangan, salah satu komponen motorik kasar. Penelitian ini mendukung gagasan bahwa membantu pada perkembangan fisik anak

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu yang Relevan

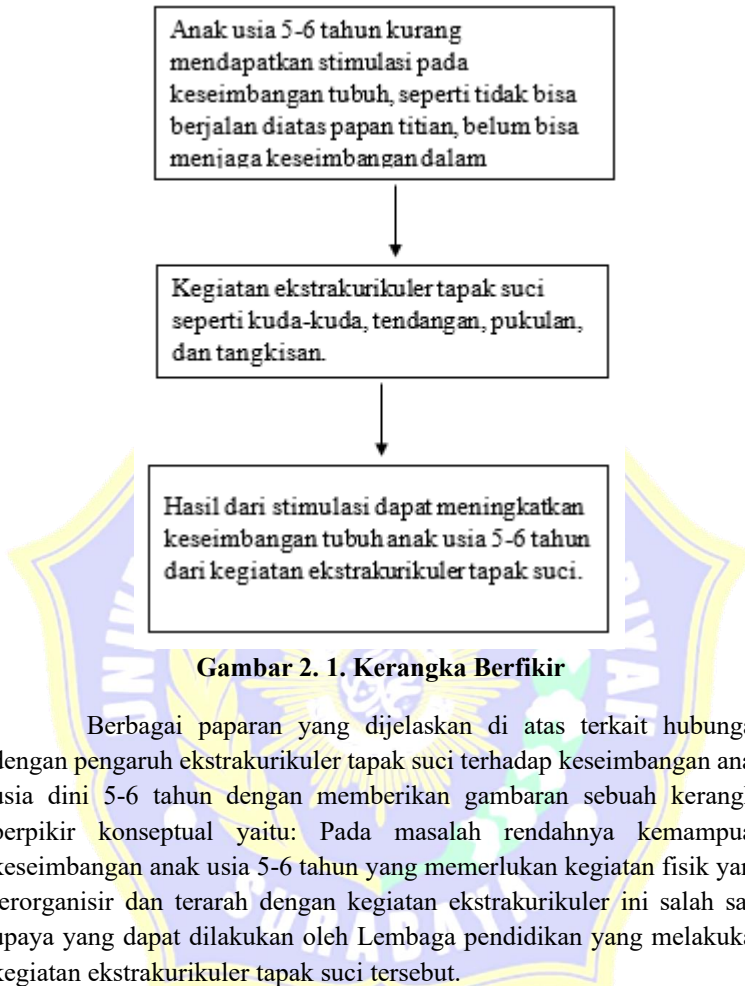
| No | Judul                                                                                                                           | Tahun | Perbedaan                                                                                                                                                                  | Persamaan                                                                                                                                                                    |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Pengaruh Program Ekstrakurikuler Tapak Suci Terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Sekolah Dasar di Sd Muhammadiyah 1 Krembung | 2025  | Perbedaan antara penelitian dan kajian ini adalah penelitian ini berfokus pada kegiatan ekstrakurikuler tapak suci pada pembentukan karakter anak Sekolah dasar, sedangkan | Persamaan penelitian ini dengan penelitian sekarang Adalah mengkaji ekstrakurikuler tapak suci dan penelitian ini dengan penelitian sekarang menggunakan metode kuantitatif. |

| No | Judul                                                        | Tahun | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                                             | Persamaan                                                                                                                                                                                                                      |
|----|--------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                              |       | penelitian sekarang fokus pada kegiatan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan anak usia 5-6 tahun                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                |
| 2. | Upaya Meningkatkan Disiplin Anak Melalui Kegiatan Tapak Suci | 2021  | Perbedaan antara penelitian dan kajian ini Adalah penelitian berfokus pada kegiatan ekstrakurikuler tapak suci pada peningkatan kedisiplinan anak, sedangkan penelitian sekarang fokus pada penelitian kegiatan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan anak usia 5-6 tahun. | Persamaan penelitian ini dengan penelitian sekarang Adalah mengkaji kegiatan ekstrakurikuler tapak suci pada kedisiplinan anak dan menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian sekarang menggunakan metode kuantitatif. |
| 3. | Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler                            | 2023  | Pada Perbedaan antara                                                                                                                                                                                                                                                                 | Persamaan penelitian ini dengan                                                                                                                                                                                                |

| No | Judul                                                                                     | Tahun | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Persamaan                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | r Tapak Suci Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TK ABA 2 Pendil |       | <p>penelitian dan kajian ini Adalah penelitian berfokus pada kegiatan ekstrakurikuler tapak pada kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun, pada penelitian ini membahas motorik secara luas atau secara umum, sedangkan penelitian sekarang fokus pada penelitian kegiatan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan anak usia 5-6 tahun.</p> | <p>penelitian sekarang Adalah mengkaji kegiatan ekstrakurikuler tapak suci pada perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun dan menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian sekarang menggunakan metode kuantitatif dan bertujuan pada keseimbangan anak usia 5-6 tahun</p> |

### C. Kerangka Berpikir

Adapun bagan kerangka berpikir dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:



**Gambar 2. 1. Kerangka Berfikir**

Berbagai paparan yang dijelaskan di atas terkait hubungan dengan pengaruh ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan anak usia dini 5-6 tahun dengan memberikan gambaran sebuah kerangka berpikir konseptual yaitu: Pada masalah rendahnya kemampuan keseimbangan anak usia 5-6 tahun yang memerlukan kegiatan fisik yang terorganisir dan terarah dengan kegiatan ekstrakurikuler ini salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh Lembaga pendidikan yang melakukan kegiatan ekstrakurikuler tapak suci tersebut.

Usaha pada peningkatan keseimbangan tubuh anak usia 5-6 tahun pada kelompok B TK Aisyiyah Bebekan Taman Sidoarjo ini dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler tapak suci. Kegiatan ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan tubuh anak usia dini 5-6 tahun ini di aplikasikan menggunakan pre-Eksperimental dengan *desain one group pretest-posstest design*. Cara ini dilakukan dengan adanya pretest Ketika kegiatan ekstrakurikuler tapak suci sebelum dilakukan (*treatment*), kemudian dilakukan kegiatan ekstrakurikuler Kembali yang

disebut *posttest*. Penelitian ini diberikan kepada anak yang akan menghasilkan pengaruh yang positif pada kemampuan keseimbangan tubuh anak, sehingga dengan kegiatan ekstrakurikuler tapak suci ini dapat meningkatkan keseimbangan tubuh anak usia 5-6 tahun.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis penelitian ini dirumuskan untuk mengetahui pengaruh ekstrakurikuler tapak suci terhadap keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun di TK Bebekan Taman Sidoarjo. Hipotesis yang diajukan terdiri atas hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ). Hipotesis nol ( $H_0$ ) menyatakan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler tapak suci tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun, karena itu kemampuan keseimbangan tubuh anak sebelum diberi perlakuan dianggap tidak berbeda secara nyata dengan kemampuan setelah mengikuti ekstrakurikuler tapak suci, sedangkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) menyatakan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler tapak suci berpengaruh secara signifikan terhadap keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun. Aktivitas tapak suci yang mencakup latihan gerak, koordinasi, dan pengendalian tubuh dinilai mampu meningkatkan kemampuan keseimbangan statis maupun keseimbangan dinamis anak. Pada hal ini menunjukkan adanya perbedaan hasil pengukuran keseimbangan tubuh anak antara sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) dan setelah diberikan perlakuan (*posttest*).

1.  $H_0$ : Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun setelah mengikuti ekstrakurikuler tapak suci di TK Bebekan Taman Sidoarjo.
2.  $H_a$ : Terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun setelah mengikuti ekstrakurikuler tapak suci di TK Bebekan Taman Sidoarjo.

