

PANDUAN REMEDIAL BUAT ANAK BERKESULITAN BELAJAR

[Share](#)

Today at 20:22

[Bagian ke-3 - Habis]

Diterjemahkan **Untung S. Drazat dan disunting Musjafak Assjari**

Dari *Appendix The Hidden Handicapped*, karya **Gordon Sorfentein**

Paramount Community Company, Australia, h. 151 – 181

MASALAH MOTORIK ATAU GERAK

A. Koordinasi Gross Motorik (Gerak Kasar)

Anak yang memiliki masalah koordinasi gross motorik biasanya terlihat clumsy (kikuk) canggung, dan kaku. Ia kurang terlatih dalam aktivitas olah raga, dan biasanya lebih betah duduk di bangku kelasnya. Masalah ini biasanya akan berkaitan dengan konsep diri yang rendah dan perasaan tak adekuat.

Aktivitas gross motorik merupakan aplikasi dari kemampuan menggerakkan otot-otot dan bagian-bagian tubuhnya, mengendalikan gerakan sesuai maksud dan kondisi tubuh, serta kondisi lingkungan-ruang, seperti lateralisasi dan gravitasi. Treatment berikut diarahkan untuk memperhalus, mengefektifkan dan meningkatkan perasaan “sadar” orientasi ruang dan tubuhnya sendiri. Sebaiknya program dibuat individual karena anak seperti ini biasanya kurang dapat melakukan kegiatan bersamaan.

Prosedur Remedial

1. Suruh anak melakukan aktivitas lokomotor, seperti berjalan maju, mundur, atau ke samping. Bisa juga berjalan menelusuri garis lurus atau berkelok yang sengaja dibuat di lantai. Pada mulanya bentuk garis tebal, kemudian secara bertahap garis itu diperkecil. Gerak berjalan bisa divariasikan dengan berbagai posisi tangan, misalnya berjalan sambil membawa sesuatu, mendorong kursi, memantul-mantulkan bola ke lantai, atau berjalan dengan mata tertuju ke arah lain.

2. Suruh anak meniru gerak berjalan binatang.

- Jalan Gajah

Badan dibungkukkan ke depan seperti orang ruku', sambil berjalan lengan dijulurkan ke depan dan digoyangkan ke kanan ke kiri.

- Lompat Kelinci

Letakkan kedua tangan di lantai, lutut ditekuk, lalu hentakkan kaki sambil melompat ke depan.

- Jalan Kepting

Kedua tangan sebagai capit lalu berjalan maju-mundur dengan pelahan dan cepat.

- Jalan Bebek

Berjalan dengan berjongkok; lutut ditekuk dan tangan berperan sebagai sayap.

- Jalan Cacing

Posisi merangkak, pertama buat gerakan kecil dengan tangan lalu dengan kaki.

3. Jalan Bulan (Moon Walk)

Anak disuruh meniru gerakan kanguru berjalan atau astronot yang berjalan di bulan.

4. Tanda Loncatan

Buatlah tanda di lantai sebagai tanda loncatan untuk kaki kanan dan kiri, misalnya warna

merah untuk kanan dan biru untuk kiri, atau tulisan “kanan” dan “kiri”. Anak disuruh melompat ke kanan dan ke kiri dengan paduan tanda itu.

5. Kotak Mainan (Box Game)

Letakkan dua buah kotak bekas sepatu, satu di depan satu di belakang. Suruh anak melompat dari kotak belakang ke kotak depan, lalu memindahkan kotak yang seka-rang ada di belakangnya ke depan. Begitu seterusnya. Variasikan gerakan dengan menggunakan kaki secara bergantian saat meloncat, atau dengan tangan secara bergantian saat memindahkan kotak.

6. Berjalan di Tangga

Letakkan sebuah tangga secara membujur di lantai. Suruh anak berjalan di dalam tangga itu tanpa menyentuh anak tangganya. Variasikan dengan gerakan maju, mundur, dan melompat.

7. Hantu Salju

Suruh anak telentang di lantai dan menggerakkan tungkai atau lengannya sesuai aba-aba. Mulailah dengan aba-aba gerakan sepasang, misalnya “Angkat kedua kaki tinggi-tinggi”, “Rentangkan kedua tangan lalu raih kepala”. Lanjutkan dengan aba-aba gerakan tunggal, misalnya “Rentangkan tangan kiri”, “angkat kaki kanan”. Terakhir, aba-aba untuk gerakan menyilang, misalnya “Gerakan kaki kirimu ke kanan dan kaki kananmu ke kiri”, “Pegang kaki kanan dengan tangan kiri” dan seterusnya.

8. Halang Rintang

Buatlah rintangan dari kotak, hulahop, papan luncur, kursi, atau yang lainnya. Suruh anak berjalan dengan melompati, menyusup ke bawah, atau mengitari rintangan itu.

9. Skate board merupakan teknik lain yang baik untuk aktivitas gross motorik tubuh. Hal ini dapat dilakukan dengan meletakkan skate board di perut, di lutut, atau bisa juga dengan berdiri di atasnya. Skate board sendiri bisa dimainkan di lantai yang rata, landai atau bergelombang.

10. Jumping Jack

Anak dirusuh meloncat, ketika kaki direnggangkan tepukkan tangan di atas kepala. Sebagai variasi, suruh anak meloncat sambil membelokkan atau memutar badan ke kanan, ke kiri, ke arah utara, selatan, dan seterusnya.

11. Hopping

Anak disuruh melompat dengan sebelah kaki. Ketika turun dari loncatan, masukkan kaki ke hulahop yang di letakkan di lantai. Pola lompatan dilakukan dengan irama, misalnya pola kiri-kiri-kanan-kanan, atau kiri-kiri-kanan, ataupun kanan-kanan-kiri.

12. Melambung atau Memantul

Anak disuruh melambung atau loncat memantulkan diri di atas trampolin (jaring pegas), kasur pegas, atau matras.

13. Skipping

Aktivitas ini tergolong sulit untuk anak yang memiliki koordidasi gerak rendah. Karena gerakan ini memadukan irama, keseimbangan, dan koordinasi gerak. Jadi, anak perlu bimbingan untuk melakukan skipping.

14. Bermain Hoolahoop

Siapkan hulahoop berbagai ukuran. Masukkan hulahop di lengan, kaki, atau pinggang. Suruh anak menggoyang-goyangkannya, memantul-mantulkan bola di dalam hulahop, atau melompat di deretan hulahop.

15. Bermain Tali

Seuntai tali yang panjang bisa digunakan untuk berbagai latihan. Suruh anak mem-buat silhuet tubuh dengan tali, gunakan untuk mengajarkan body image. Atau suruh anak melakukan petunjuk-petunjuk berikut: “Ikat kursi dengan tali, lilitkan di bagian bawah meja, dan lewati kap lampu. Tali juga dapat digunakan untuk kegiatan bermain loncat-loncatan dengan gerak maju-mundur, atau menelusuri bentangan tali, membuat bentuk atau bidang, membuat huruf atau angka dengan tali, dan seterusnya.

B. Koordinasi Fine Motroik (Motorik Halus)

Anak yang memiliki masalah koordinasi motorik kasar biasanya mengalami kesulitan menggunakan atau memanfaatkan benda-benda serta melakukan tugas-tugas yang menggunakan jari tangan. Masalah ini kerap muncul pada saat disuruh mewarnai gambar, menulis, mengikat sepatu, mengancingkan baju, dan menggunting. Bisa saja anak yang memiliki kemampuan bagus dalam motorik kasar tetapi buruk dalam motorik halus.

Prosedur Remedial

1. Menelusuri.

Telusuri garis, bentuk-bentuk gambar, pola, huruf, atau angka yang dibuat di kertas. Untuk mengarahkan anak dapat digunakan tanda panah, warna atau angka-angka.

2. Mengisi Air

Tuangkan air ke sebuah tabung yang taraf takarannya tertera. Untuk meningkatkan taraf kesulitan, kurangi jumlah airnya dan perhalus skala takarannya. Gunakan pula air berwarna-warni untuk menarik perhatian anak.

3. Menggunting

Suruh anak menggunting kertas yang bergambar bentuk-bentuk geometris seperti bujur sangkar, persegi panjang, dan segitiga. Gunakan warna sebagai petunjuk arah guntingannya.

4. Mengikat

Lubangi sebuah papan. Suruh anak memasukkan tali sepatu dan mengikatkannya di lubang itu.

5. Meronce dan mengaitkan manik-manik pada seutas benang.

6. Membaca, Menulis, Menggambar

Buku-buku yang berisi tugas mewarnai gambar, menyambung pola titik-titik dengan garis, dan buku bacaan yang disediakan bagi anak-anak TK dapat digunakan untuk mengembangkan kemampuan fine motorik dan koordinasi mata-tangan.

7. Mengkliping Pola Baju

Guntinglah gambar-gambar baju, lalu dikliping. Suruh anak melakukan kegiatan menggunting dan mengkliping ini dengan batasan waktu tertentu.

8. Meniru Pola

Anak disuruh mengamati pola geometris dan menjiplak atau menyalinnya di kertas.

9. Menjepit Kertas

Kegiatan menjepit kertas berguna untuk mengembangkan kemampuan koordinasi mata-tangan dan kontrol fine motorik.

10. Bermain Kelereng, Kartu, dan Tebakan Angka

Permainan-permainan ini dapat mengembangkan kemampuan koordinasi mata-tangan, gerak ritmis, serta gerak tangan dan jari.

11. Membentuk objek dengan tanah liat atau lempung dapat memperkuat otot-otot jari. Untuk meningkatkan taraf kemampuannya, suruh anak membuat berbagai bentuk,

binatang atau objek-objek dengan lebih detail.

12. Suruh anak memasukkan kancing baju ke seuntai benang lalu ditisikkan pada kain.

13. Suruh anak menggambar pola baju di kertas, kemudian “jahitlah” dengan menggunakan benang dan jarum.

14. Aktivitas yang menggunakan “kancing jepret”, mengancingkan baju, mengikat sepatu, dan sejenisnya dapat mengembangkan koordinasi fine motorik.

15. Lingkaran

Suruh anak membuat lingkaran besar di papan tulis atau kertas. Gunakan satu tangan dan dengan dua tangan. Sebelah tangan pola lingkarannya searah jarum jam dan yang sebaliknya lagi berlawanan dengan jarum jam.

Bagian ke-3 Habis

Atau lihat selengkapnya di www.untungsdrazat.blogspot.com



Thofik lagi Latihan lagu Mars Anak Pantara-1:
Sampai nungging, hurufnya kekecilan nih...

Updated 19 minutes ago · [Comment](#) · [Like](#)[Unlike](#) · [Report Note](#)

Write a comment...



[Comment](#)

In this note



[Wanita Tak Berselera](#)



[Aida Novianty](#)



[Arifin Ipin Mohammad](#)



[Babyliza Siregar](#)



[Debbie Wurara](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Destina Deasy](#)



[Dwijo Susilo](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Fachzenil Jannis](#)



[Indri Yustianingsih](#)



[Hery Susanto](#)



[Im Imandala](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Lukman Kadarsah](#)



[Maryati Yati](#)



[Yayasan Ayo Main](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Wina Melissa](#)



[Theresia Maryanti](#)



[Susanti Susan](#)



[Rinati Adrin](#)



[Rosa Elvina Saad](#)



[Dina Budiyaniti](#)



[Kulsum Karyawaty](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Nur Sabaniah](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Ida Faridah](#)



[Krisna Suharto](#)



[Musjafak Assjari](#)
[Notes](#)[Notes about](#)
(remove tag)



[Basuki Rakhmat](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Hastin Puji Widayati](#)



[Ningrum Suhaeti](#)



[Sekolah Tetum](#)
[Notes](#)[Notes about](#)



[Suharsiwi Soeratman](#)
[Create an Advert](#)
[XI Love My Family](#)



[Children are a gift form God. they bring a lot of happiness in the lives of all the people associated with them. Share your Love!](#)

[Like](#)

[Unlike](#)

You like this.

[XStart a Mafia Family](#)



[With over 5 million players daily, your friends are likely playing already! Show them who's boss. Click here to play for free.](#)

[Like](#)

[Unlike](#)

You like this.

[More Ads](#)

Facebook © 2009

[English \(UK\)](#)

- [About](#)

- [Advertising](#)
- [Developers](#)
- [Careers](#)
- [Terms](#)
- ■

- [Find Friends](#)
- [Privacy](#)
- [Mobile](#)
- [Help](#)