

MODU**L****2****PERKEMBANGAN MOTORIK
DAN APLIKASINYA**

Pendahuluan

Modul ini mengungkap beberapa hal penting mengenai perkembangan motorik dan sosial yang terjadi pada manusia. Karena diketahui bahwa karakteristik manusia cenderung berubah-ubah. Tentu saja perubahan itu disebabkan faktor internal maupun eksternal pada dirinya. Kondisi inilah yang sering mengemuka dalam menentukan klasifikasi manusia.

Klasifikasi manusia dalam pertumbuhannya sangat berubah-ubah, baik aspek kognitif, afektif, maupun motoriknya kesemuanya itu memfasilitasi tentang perkembangan manusia. Namun hal tersebut bukan merupakan sebuah gambaran nyata dari seseorang. Dalam perilakunya terdapat sebuah sistem yang sangat kompleks, pertukaraan timbal balik antara kognitif, afektif, dan motorik. Karena perubahan yang terjadi relatif sedikit, sehingga tidak ada konsekuensi yang jelas dalam kehidupan seseorang.

Perubahan-perubahan lainnya merupakan hal yang harus dicermati karena dapat berimplikasi terhadap perkembangan motorik manusia seperti aspek sosial, emosional, dan fisikal. Modul 2 ini akan mengkaji hubungan timbal balik antara perkembangan motorik manusia dengan tingkah laku sosial. Tingkah laku sosial dapat mempengaruhi perilaku gerak seseorang. Oleh karena itu diyakini sekali bahwa perkembangan motorik yang kuat berpengaruh terhadap perkembangan sosial seorang individu.

Secara khusus perkembangan motorik manusia ini bertujuan untuk memenuhi berbagai kebutuhan dirinya dalam membina fisik/jasmani, sosial maupun psikologis dan mengembangkan potensinya yang memiliki karakter unik untuk mencapai kematangan secara optimal agar dapat menjadi manusia yang berkepribadian utuh.

Untuk itulah, maka setelah mempelajari modul ini para mahasiswa diharapkan mampu menjelaskan pengaruh perkembangan sosial terhadap perkembangan motorik. Secara spesifik harapan tersebut meliputi:

1. Mahasiswa mampu memahami tentang pengertian perkembangan sosial.
2. Mahasiswa mampu memahami tentang perkembangan harga diri dan aktivitas fisik.
3. Mahasiswa mampu memahami pengaruh sosial selama masa perkembangan.
4. Mahasiswa mampu menerapkan konsep perkembangan sosial dalam meningkatkan kemampuan motorik.

Kegiatan Belajar 1

PERKEMBANGAN MOTORIK HUBUNGANNYA DENGAN PERKEMBANGAN SOSIAL

Sosialisasi merupakan sebuah proses interaksi dan perkembangan melalui apa yang dipelajari oleh manusia. Menurut Coacley (1993) bahwa faktor yang mempengaruhi sosialisasi adalah (1) siapakah mereka dan bagaimana mereka bergaul dalam dunia sosialnya dan tempat tinggalnya dan (2) orientasi yang dipakai sebagai dasar tingkah laku individu dan kelompok dalam dunia yang sama.

Melalui interaksi sosial, sosialisasi dapat meliputi beberapa hal dimana seseorang berhasil mengumpulkan informasi tentang masyarakat. Hal-hal yang berhubungan dengan sosial ini meliputi: observasi, penarikan kesimpulan, peniruan, coba-coba, dan yang paling penting yaitu melalui interaksi sosial. Pengaruh-pengaruh lainnya disekitar kita sangat penting dalam menentukan bahwa orang tua, saudara kandung, guru, pelatih, dan kawan-kawan dapat memiliki sejumlah pengaruh dalam pilihan-pilihan yang kita buat dalam kegiatan fisik. Pada gilirannya tingkah laku yang dipilih adalah yang paling dominant mempengaruhi keterampilan kita untuk menyesuaikan pilihan-pilihan kita dengan nilai-nilai sosial yang dominant juga. Pilihan aktivitas motorik dapat mempengaruhi identitas diri kita, mobilitas sosial, prestasi, tingkah laku maskulin dan feminim bahkan perkembangan moral sekalipun.

Pada dasarnya proses tersebut menyatu dengan perkembangan saat masa kanak-kanak, namun proses sosialisasi itu terus menerus memfasilitasi fungsi seseorang dengan masyarakat seluruhnya mulai kanak-kanak hingga dewasa. Sosialisasi ini dapat mencakup beberapa hal yang diperoleh seseorang yaitu informasi tentang masyarakat. Namun hal yang terpenting dari pengkajian ini adalah interaksi sosial. Meskipun ada pengaruh lainnya disekitar kita, namun sangat penting bagi kita adalah

kapan dan bagaimana seseorang dapat mencapai tingkat kemampuan motorik tertentu.

Proses sosialisasi mengajarkan pada seseorang tentang bagaimana anggota masyarakat berperan sesuai dengan peran sosialnya. Sebuah peran sosial merupakan perilaku yang diharapkan oleh anggota kelompok sosial tertentu terhadap situasi tertentu. Ada beberapa peranan sosial dalam masyarakat, misalnya guru, dokter, pengacara, pelatih, dll. Peranan masyarakat tersebut memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik manusia.

Sekumpulan praduga tentang perilaku ini secara formal disebut dengan istilah “norma”. Norma-norma sosial dapat menunjang atau justru menghalangi perkembangan motorik seseorang tergantung pada perspektif seseorang terhadap norma yang berlaku tersebut. Sebagai contoh, pada beberapa wilayah di Indonesia, norma itu dipaksakan oleh masyarakat terhadap sekelompok masyarakat lainnya. Contoh lainnya, norma remaja pria menganggap bahwa kegiatan olahraga sebagai suatu keharusan dalam mengangkat citra diri dan prestasi. Jadi, keberhasilan sosial itu sangat tergantung pada keberhasilan para atletnya dalam sebuah event olahraga.

A. Perkembangan Harga Diri dan Olahraga

Harga diri (self esteem) merupakan sebuah nilai yang ditempatkan dalam diri manusia. Hal ini jangan dicampur adukan dengan konsep diri (self concept) yang merupakan persepsi kita tentang dirinya secara sederhana. Harga diri dan konsep diri telah banyak dipelajari dengan berbagai hasil penelitian. Jadi, harga diri merupakan sebuah nilai yang ditempatkan pada diri kita sebagai manusia sedangkan konsep diri merupakan persepsi kita tentang diri sendiri.

Hasil penelitian Gruber pada Isaacs dan Payne (1995) menemukan sebuah hasil kajian meta analisis yang menjelaskan bahwa aktivitas olahraga mempengaruhi harga diri dan konsep diri secara signifikan.

Secara keseluruhan bahwa 66% anak-anak yang memiliki keterlibatan dalam aktivitas fisik/olahraga akan lebih memiliki konsep diri dan harga diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak melakukan aktivitas fisik/olahraga.

Anak-anak hingga orang dewasa yang memiliki gangguan emosional, mental, keterbelakangan pendidikan, dan ekonomi lemah akan menunjukkan nilai konsep diri dan harga diri yang tinggi manakala dibarengi dengan aktivitas fisik, karena aktivitas fisik dapat mempengaruhi *endorphine* atau *monamine* (neuro transmitter otak).

Hasil penelitian Harter (1988) menyebutkan bahwa harga diri menyusun langkah-langkah yang diperkirakan, contoh anak kecil tidak dapat mengungkapkan pendapatnya secara konsisten karena keterbatasan kemampuan kognitifnya. Anak-anak tidak akan mampu membedakan antara kompetensi kognitif dengan aktivitas fisiknya, hal ini bukan berarti bahwa anak-anak tidak memiliki rasa harga diri. Pada usia >8 tahun anak baru dapat mengungkapkan perasaan harga dirinya. Hasil penelitian Harter ini dapat disimpulkan bahwa individu yang tingkat harga dirinya lebih tinggi akan bersikap gembira dan memancarkan sinar energi yang lebih tinggi, sementara itu rendahnya harga diri akan memiliki pengaruh pada rendahnya perilaku. Jadi tidak diragukan lagi bahwa perubahan *mood* ini setidaknya mempengaruhi perkembangan motorik secara tidak langsung. Keikutsertaan gerak secara sederhana dapat mempengaruhi konsep diri secara positif.

B. Pengaruh Sosial Selama Masa Perkembangan

Secara umum pengaruh sosial dapat terjadi pada siapa saja selama individu itu hidup dan bersosialisasi dengan lingkungannya. Adapun pengaruh sosial itu sendiri dapat dibagi menjadi beberapa tahap kehidupan manusia, yaitu: (1) masa balita, (2) masa kanak-kanak, (3) masa remaja, dan (4) masa dewasa

1. Pengaruh Sosial Selama Masa Balita

Awal kehidupan sering disebut dengan istilah egosentris atau asosial artinya manusia masih dalam keterbatasan berperilaku dengan lingkungannya. Contoh kehidupan bayi yang baru lahir sangat terbatas ruang lingkup interaksinya. Murt dan Newman (1991) melakukan penelitian mengenai susunan kasih sayang pada masa balita, yaitu: (1) pada awalnya bayi hanya menggenggam, (2) menghisap, dan (3) menunjuk gerakan-gerakan refleks. Bayi juga secara visual dapat memandang, menangis, dan tersenyum dalam usahanya untuk mempertahankan kontak sosial yang akrab dengan obyek kasih sayang.

Pada tahap tiga bulan berikutnya, bayi itu mengalami kemajuan yang cepat dalam membedakan antara orang lain dengan orang yang sudah dikenalnya. Pada tahap antara 7 bulan s/d 12 bulan, bayi menjadi seorang penggerak, kemampuannya ini memungkinkan sang bayi untuk mencari sentuhan fisik dengan obyek kasih sayang. Pada tahap selanjutnya, bayi belajar mengontrol kegunaan tangan untuk mencapai respon sentuhan sosial secara manual. Pergaulan sosial yang lebih luas menjadikan bayi tersebut lebih aktif dalam lingkungan. Lebih lanjut, hal tadi dapat mempertinggi kemampuan motoriknya.

2. Pengaruh Sosial Selama Masa Anak-anak

Walaupun hubungan timbal balik sosial selama masa pertumbuhan terbatas sebab kurangnya hubungan sosial, intelektual, dan kemampuan motorik pada masa balita, namun pengaruh sosial mulai meluas sepenuhnya pada masa anak-anak. Keluarga sebagai contohnya, merupakan perantara sosial utama selama masa anak-anak. Meskipun beberapa pengaruh keluarga berkurang karena pengaruh *trend* budaya saat ini, namun keluarga masih memberikan pengaruh yang lebih banyak pada anak daripada pengaruh lainnya. Tontonan televisi (TV) dan pola asuh dari *baby sitter* dan prasekolah pada usia dini merupakan perantara sosial penting lainnya.

Bagaimana dengan permainan pada anak? Apakah sebaiknya dilakukannya sendiri atau harus dengan orang lain? Ini pula merupakan kekuatan sosial utama selama masa anak-anak. Kegiatan yang menyenangkan cukup penting dalam perkembangan keterampilan memecahkan masalah, kreativitas, bahasa, dan aktivitas gerak lainnya.

Perantara sosial utama lainnya, meskipun pada umumnya bukan merupakan sebuah faktor penting pada anak-anak adalah sekolah. Pada lingkungan sekolah guru dan pelatih memainkan peranan penting bagi anak dalam pengkajian kebudayaan.

Setuju tidaknya keluarga terhadap usaha keras anaknya juga penting dalam menentukan kebiasaan melakukan aktivitas gerak di masa yang akan datang. Bagaimanapun juga, mengabaikan tingkah laku motorik anak secara negative dapat menyebabkan perilaku tersebut hilang. Oleh sebab itu, keluarga tersebut dapat membentuk tingkah laku gerakan anak-anaknya.

Snyder dan Spreitzer (1973) melakukan penelitian mengenai pengaruh keluarga terhadap keterlibatan anak dalam kegiatan olahraga. Kesimpulannya bahwa olahraga pada umumnya dimulai pada masa anak-anak, jadi apabila minat orang tua itu tinggi, maka partisipasi atau minat anak pada olahraga akan tinggi. Dengan kata lain, minat berolahraga anak sangat dipengaruhi oleh minat orang tua terhadap olahraga tersebut.

Oleh karena itu, masa sosialisasi olahraga sebaiknya diberikan pada masa anak-anak dan orang tua memiliki peran penting dalam mendorong anak untuk terlibat aktif dalam kegiatan olahraga. Bahkan ayah dapat menjadi peramal penting dalam menyeleksi cabang olahraga yang paling cocok untuk anaknya. Hal ini membuktikan bahwa ayah, kawan, dan guru merupakan orang yang mempunyai pengaruh signifikan bagi anak-anak dalam berolahraga.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka keluarga lebih bersifat integral dalam proses sosialisasi untuk melakukan aktivitas motorik/olahraga. Dampak yang ditimbulkan dari kebiasaan berolahraga

tersebut menjadikan anak lebih percaya diri dan mudah bergaul di lingkungannya.

Pembinaan dan pengembangan potensi anak bangsa dapat diupayakan melalui pembangunan diberbagai bidang yang didukung oleh atmosfer masyarakat belajar. Anak yang kedudukannya sebagai tunas bangsa dan penerus cita-cita perjuangan bangsa perlu mendapatkan posisi dan fungsi strategis dalam pembangunan. Terutama pembangunan pendidikan yang menjadi bagian integral dalam pembangunan suatu bangsa dan kunci pembangunan potensi anak yang seyogiannya dilaksanakan dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat. Hal ini terbukti dengan banyaknya pembahasan tentang anak oleh para pakar dan praktisi melalui seminar dan konferensi baik nasional maupun internasional.

Pada usia anak factor yang mempengaruhi perkembangan gerak pada, yaitu: keturunan, makanan bergizi, masa pra-lahir, perkembangan IQ, pola asuh atau peran ibu, perlindungan yang berlebihan, kesehatan, perbedaan budaya dan ekonomi sosial, perbedaan jenis kelamin, dan adanya rangsangan dari lingkungan dan pendidikan jasmani.

Usia anak sedang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan perhatian khusus. Anak pada usia tersebut mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk perkembangan motoriknya. Artinya perkembangan gerak sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan gerak, dan kontrol gerak, Keterampilan gerak anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol gerak. Kontrol gerak tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik.

Berbagai manfaat dapat diperoleh anak ketika ia semakin terampil menguasai keterampilan geraknya. Selain kondisi badan semakin sehat karena bergerak, ia juga akan lebih mandiri dan percaya diri. Anak yang

baik perkembangan geraknya biasanya mempengaruhi keterampilan sosial yang positif.

Jadi pengaruh sosial guru, orang tua, dan pendidik lainnya diharapkan dapat menjadikan anak mampu bersosialisasi dengan lingkungan secara baik, sehingga perkembangan motorik dapat meningkat. Terutama upaya sosial pada anak yang ada di lingkungannya sendiri atau membaginya dengan orang lain yang ingin agar anak dapat berkembang secara baik dan benar di masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat sensitif terhadap rangsangan yang datang dari luar diri anak.

3. Pengaruh Sosial Selama Masa Remaja

Pada remaja peran orang tua sudah mulai menurun dan teman sebaya (peer group) sering menjadi lebih penting dalam memberikan pengaruh sosialnya. Orang tua, guru, dan figure dewasa lainnya mulai kehilangan kekuatan pengaruh dalam kehidupan remaja.

Teman sebaya menjadi sebuah kekuatan sosial baru dan lebih tersusun di banding kekuatan sosial anak pada masa lalu. Hal ini juga memiliki kapabilitas dalam pembentukan model berpakaian, gaya bicara, atau perilaku lainnya. Hubungan-hubungan semacam ini memberikan remaja sebuah makna persahabatan, dukungan, dan kegembiraan yang tidak didapati dari keluarganya.

Faktor-faktor penerimaan sosial lainnya meliputi prestasi akademik, karir, dan bakat yang dimiliki mendapatkan kehormatan dan penghargaan serta persetujuan akan menjadi semakin penting untuk teman-teman sebayanya. Oleh karena itu kesetiaan para teman sebaya itu menjadi harapannya. Hal ini berarti teman sebaya membawa seseorang dalam berpartisipasi dan berprestasi dalam aktivitas berolahraga.

Selama masa remaja ini saatnya menyukai dan ingin terlibat dalam berbagai bentuk permainan tim. Factor ini pada khususnya penting dalam mempengaruhi bentuk aktivitas gerak. Hal ini dikarenakan terjadinya

penambahan kemampuan sosial dan hubungan mereka dengan teman sebayanya yang sering berkelompok secara aktif. Para remaja memutuskan untuk berpartisipasi dalam tim, mencurahkan energi yang lebih banyak dalam upaya untuk memastikan keberhasilan tim dalam bertanding.

Berpartisipasi dalam aktivitas gerak melalui tim dapat mempengaruhi perkembangan remaja. Melalui partisipasi tim itulah, maka remaja akan belajar demi keberhasilan timnya. Konsep tim juga memberikan pelajaran agar remaja lebih peka dalam hal pembagian kerja. Artinya mereka menyadari bahwa setiap anggota memiliki tugasnya masing-masing dalam tim.

Dalam permainan tim ini, para remaja dituntut terhadap tanggung jawab sosial. Apabila mereka sebagai anggota kelompok tidak melaksanakan tugasnya, maka dapat diasingkan dan atau dicaci. Walaupun hal itu menjadi pengalaman yang tidak menyenangkan bagi remaja tersebut. Jadi tim dapat menjadi model untuk kehidupan para remaja pada umumnya.

Pada satu sisi, partisipasi tim mengajarkan remaja tentang pahitnya kegagalan dan senangnya keberhasilan, seperti halnya perasaan malu dan memalukan. Untuk lebih sukses lagi, permainan tim dapat dijadikan kesempatan untuk menunjukkan kerendahan hati serta kesederhanaan. Hal ini merupakan sebuah pelajaran penting yang dapat membantu remaja menghadapi situasi yang lebih sulit di kehidupan yang akan datang.

Jadi, saat ini peran remaja baik laki-laki maupun perempuan telah memperlihatkan peningkatan dalam berpartisipasi di bidang olahraga. Di bidang motorik kini sudah menjadi sangat bertambah dan diperkirakan akan dapat mempertinggi perolehan motorik yang tinggi pula pada bidang olahraga di kalangan remaja. Ini artinya, kesempatan para remaja laki-laki dan perempuan untuk berpartisipasi aktif dalam olahraga yang kian meningkat sampai level yang lebih tinggi.

4. Pengaruh Sosial Selama Masa Dewasa

Permulaan masa dewasa dimulai ketika masa remaja berakhir. Meskipun hal ini masih belum disetujui oleh para ahli tentang penempatan posisi usia dimulainya masa usia kedewasaan. Masa usia dewasa dimulai pada usia 20 tahun ke atas. Sayangnya pada masa dewasa biasanya keikutsertaan dalam kegiatan fisik atau olahraga mulai berkurang. Hasil penelitian Rudman (1984) menjelaskan bahwa usia merupakan factor yang menentukan keterlibatan seseorang dalam olahraga, jika dihubungkan dengan kelas sosial, level pada aktivitas fisik lambat laun akan berkurang dan hal inilah yang akan menyebabkan penurunan drastic pada penampilan gerak orang dewasa. Contoh, daya tahan, kekuatan, dan kelentukan akan menurun setelah menikah.

Penurunan kualitas gerak pada orang dewasa ini lebih sulit untuk diprediksi dibandingkan dengan penurunan yang terjadi pada anak atau remaja. Hal ini karena banyaknya factor yang terjadi pada orang dewasa. Tetapi, meskipun kebanyakan orang dewasa mengalami penurunan dalam performa geraknya tapi masih ada orang dewasa yang mengalami hal sebaliknya, yaitu mengalami peningkatan dalam hal kemampuan motoriknya.

Jika seseorang mengikuti aturan sosial yang berlaku dan tetap ikut aktif dalam kegiatan olahraga, maka akan dapat mengurangi efek penurunan kemampuan. Dalam kenyataannya orang dewasa akan mampu untuk meningkatkan kemampuan geraknya selama individu tersebut tetap aktif dalam kegiatan aktivitas motorik yang telah lama ditekuninya.

Ketiga factor, yaitu: kekuatan, daya tahan, dan kelentukan sering menjadi penyebab menurunnya kemampuan gerak. Hasil penelitian Rudman (1984) menjelaskan bahwa efek negative menurunnya ketiga factor tersebut biasanya terjadi pada pasangan yang berusia antara 18 s/d 34 tahun. Berkurangnya aktivitas fisik ini lebih dikarenakan telah terjadinya

penurunan level kebugaran dan sebagai akibat dari faktor penuaan dan penurunan perkembangan motorik di usia dewasa.

Bagi kebanyakan orang yang sudah memiliki pekerjaan tetap akan memiliki efek yang sama dalam jangka waktu lama. Pekerjaan biasanya menciptakan perubahan gaya hidup secara menetap dengan akibat dari adanya keterbatasan waktu untuk menikmati masa santai dan masa untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Orang dewasa yang sudah bekerja ini umumnya hanya memiliki sedikit ketertarikannya untuk melakukan aktivitas fisik. Jarang orang dewasa yang sudah bekerja ikut aktif sendirian berolahraga atau ada teman yang sama-sama senang melakukan olahraga di luar jam kerjanya. Hal ini bertentangan ketika masih usia sekolah, sangatlah mudah mencari teman untuk berolahraga bersama, tapi pada orang dewasa akan sulit untuk mengumpulkan teman-temannya untuk olahraga bersama.

LATIHAN 1

Supaya para mahasiswa lebih memahami Kegiatan Belajar 1 modul 2 ini, maka kerjakanlah latihan ini dengan cara membahas permasalahan berikut sesuai dengan petunjuk pembahasan yang disertakan untuk setiap pokok persoalan. Dalam pembahasannya dapat dilakukan secara individu atau kelompok belajar.

Bahaslah pertanyaan-pertanyaan berikut ini dalam lembar kerja Anda!

1. Bagaimana interaksi sosial itu dibangun dalam melakukan sosialisasi dengan lingkungannya? Pembahasannya difokuskan pada hal-hal yang berhubungan dengan sosial ini meliputi: observasi, penarikan kesimpulan, peniruan, dan coba-coba.
2. Tingkah laku apa yang paling dominant mempengaruhi interaksi sosial.? Pembahasannya difokuskan pada pengaruh lainnya disekitar kita, yaitu: orang tua, saudara kandung, guru, pelatih, dan kawan-kawan. Pada gilirannya tingkah laku yang dipilih adalah yang paling dominant mempengaruhi keterampilan kita untuk menyesuaikan pilihan-pilihan kita dengan nilai-nilai sosial yang dominant juga.
3. Bagaimana meningkatkan perasaan harga diri pada individu? Pembahasannya fokuskan pada hasil penelitian Harter mengenai bahwa individu yang tingkat harga dirinya lebih tinggi akan bersikap gembira dan memancarkan sinar energi yang lebih tinggi, sementara itu rendahnya harga diri akan memiliki pengaruh pada rendahnya perilaku.
4. Bagaimana pengaruh sosial yang terjadi pada siapa saja selama individu itu hidup dan bersosialisasi dengan lingkungannya? Pembahasannya fokuskan pada pengaruh sosial itu sendiri dapat dibagi menjadi beberapa tahap kehidupan manusia, yaitu: (1) masa balita, (2) masa kanak-kanak, (3) masa remaja, dan (4) masa dewasa

RANGKUMAN

Menurut kajian ilmu sosial bahwa perubahan *mood* individu sering terjadi karena lingkungan dan ini setidaknya mempengaruhi perkembangan motorik secara tidak langsung. Oleh karenanya, keikutsertaan gerak secara sederhana dapat mempengaruhi konsep diri secara positif.

Pada tahap usia bayi, unsur motorik yang digunakan terutama belajar mengontrol kegunaan tangan untuk mencapai respon sentuhan sosial secara manual. Pergaulan sosial yang lebih luas menjadikan bayi tersebut lebih aktif dalam lingkungan. Lebih lanjut, hal tadi dapat mempertinggi kemampuan motoriknya.

Pada tahap usia anak-anak pengaruh sosial guru, orang tua, dan pendidik lainnya dapat menjadikan anak mampu bersosialisasi dengan lingkungan secara baik, sehingga perkembangan motorik dapat meningkat. Terutama upaya sosial pada anak yang ada di lingkungannya sendiri atau membaginya dengan orang lain yang ingin agar anak dapat berkembang secara baik dan benar di masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat sensitif terhadap rangsangan yang datang dari luar diri anak.

Pada tahap usia remaja baik laki-laki maupun perempuan telah memperlihatkan peningkatan dalam berpartisipasi di bidang olahraga. Di bidang motorik kini sudah menjadi sangat bertambah dan diperkirakan akan dapat mempertinggi perolehan motorik yang tinggi pula pada bidang olahraga di kalangan remaja. Ini artinya, kesempatan para remaja laki-laki dan perempuan untuk berpartisipasi aktif dalam olahraga yang kian meningkat sampai level yang lebih tinggi.

Pada tahap usia dewasa penurunan kualitas gerak ini lebih sulit untuk diprediksi dibandingkan dengan penurunan yang terjadi pada anak atau remaja. Hal ini karena banyaknya factor yang terjadi pada orang dewasa. Tetapi, meskipun kebanyakan orang dewasa mengalami penurunan dalam performa geraknya tapi masih ada orang dewasa yang mengalami hal sebaliknya, yaitu mengalami peningkatan dalam hal kemampuan motoriknya.

TES FORMATIF 1

Pilihlah di antara empat (4) alternatif jawaban yang Anda anggap benar dengan mencantumkan salah satu huruf A, B, C, atau D!

- A. jika yang benar jawaban 1 dan 2
- B. jika yang benar jawaban 1 dan 3
- C. jika yang benar jawaban 2 dan 3
- D. jika semuanya benar

- 1) Menurut kajian ilmu sosial bahwa aktivitas motorik pada umumnya mampu meningkatkan:
 1. Konsep diri
 2. Harga diri
 3. Percaya diri
- 2) Pergaulan sosial pada anak balita akan lebih aktif dalam lingkungannya apabila bayi diberi perlakuan secara teratur dan sistematis berupa:
 1. Aktivitas motorik kasar
 2. Aktivitas motorik halus
 3. Aktivitas motorik terpadu
- 3) Pada tahap usia anak-anak pengaruh sosial yang paling kuat diberikan oleh:
 1. Teman sebaya
 2. Orang tua
 3. Guru
- 4) Pada tahap usia remaja baik laki-laki maupun perempuan peningkatan angka partisipasi di bidang olahraga cukup signifikan, terutama: Kesadaran gerak yang ada pada diri manusia memiliki fungsi untuk mengoptimalkan tubuh dalam beraktivitas dengan tujuan, agar:
 1. Sosialisasi
 2. Afiliasi
 3. Mobilisasi
- 5) Pada tahap usia dewasa penurunan kualitas gerak ini lebih sulit untuk diprediksi dibandingkan dengan penurunan yang terjadi pada anak atau remaja. Penurunan yang paling signifikan adalah:
 1. Daya tahan
 2. Kekuatan
 3. Kelentukan

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 1 yang terdapat pada bagian akhir modul 2 ini dan hitunglah jumlah jawaban Anda yang benar. Kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda dalam materi Kegiatan Belajar 1 yang telah dipelajari.

Rumus:

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Makna dari tingkat penguasaan Anda adalah:

| | |
|------------|---------------|
| 90% - 100% | = Baik Sekali |
| 80% - 89% | = Baik |
| 70% - 79% | = Cukup |
| < 70% | = Kurang |

Bila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat melanjutkan pada Modul selanjutnya, tetapi apabila tingkat penguasaan Anda kurang dari 80% maka Anda harus mempelajari kembali Kegiatan Belajar 1 modul ini, terutama pada bagian yang belum dikuasai.

Kegiatan Belajar 2

PERKEMBANGAN MOTORIK HUBUNGANNYA DENGAN PERSEPSI GERAK

Persepsi gerak telah menjadi salah satu terminologi yang sering digunakan dalam perkembangan motorik. Hampir semua perkembangan motorik berisi informasi luas mengenai konsep ini. Untuk itulah perlu paparan lengkap mengenai konsep persepsi dalam konteks perkembangan motorik.

A. Pengertian Perkembangan Persepsi Motorik

Biasanya konsep persepsi motorik mengacu pada aktivitas gerak dengan tujuan meningkatkan keterampilan akademik. Menurut Gallahue (1989) bahwa istilah ini mengacu pada program yang menyertakan anak-anak sebab kebanyakan perkembangan persepsi motorik terjadi sebelum anak itu masuk sekolah hingga berada di tingkat sekolah dasar. Secara umum program persepsi motorik ini berfungsi untuk melengkapi atau menggantikan aktivitas akademik dengan aktivitas gerak seperti membaca, menulis, dan memecahkan masalah. Jika aktivitas gerak dirancang secara rinci untuk meningkatkan kemampuan gerak, hal itu mendasari program persepsi motorik.

1. Pemaknaan Lain mengenai Persepsi Motorik

Pembahasan mengenai persepsi motorik sudah banyak diperbincangkan oleh para ahli. Haslinger (1971) menjelaskan bahwa persepsi motorik merupakan aktivitas gerak manusia yang didukung oleh gerak sukarela. Asumsinya bahwa istilah persepsi motorik tidaklah diciptakan hanya untuk menggantikan istilah pendidikan jasmani, persepsi motorik merupakan satu kesatuan yang berada di dalam pendidikan jasmani, tetapi program pendidikan jasmani dan program persepsi motorik

tidaklah sama. Sasaran hasil program pendidikan jasmani dapat lebih berbeda dibandingkan dengan program persepsi motorik.

Persepsi motorik yang sering diuraikan dalam hubungannya antara gerak manusia dan persepsi. Persepsi adalah proses dimana kita memperoleh kesadaran segera dari apa yang sedang terjadi di luar tubuh kita. Persepsi juga merupakan kemampuan untuk menerima informasi melalui pikiran sehat. Bagaimanapun informasi eksternal ini bukanlah suatu persepsi kecuali jika hal itu dirasakan.

Hubungan timbal balik antara persepsi dan gerak menjadi hal penting. Tanpa persepsi, seperti menerima melalui pikiran sehat dan sentuhan, melakukan gerak sederhana akan menjadi sulit. Jadi gerak aktif diperlukan untuk mengembangkan persepsi secara optimal. Program persepsi motorik sudah diperkenalkan karena memberikan nilai positif terhadap peningkatan kemampuan anak.

Sebuah hasil penelitian Hein's (1963) mengenai persepsi motorik ini, yakni dengan memberikan perlakuan pada seekor kucing selama 8 s/d 12 minggu di tempat gelap. Ternyata kucing yang aktif menunjukkan tanda-tanda kehidupan setelah diperoleh persepsi. Hasil penelitian ini telah digunakan untuk membenarkan program persepsi motorik. Program ini sering melibatkan anak-anak dalam aktivitas gerak yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan akademiknya, seperti berhitung, membaca, dan menulis.

2. Proses Persepsi Motorik

Bagaimanapun peran persepsi dalam menghasilkan gerak sudah dibuktikan dengan hasil penelitian para ahli. Namun, pertanyaan yang muncul bagaimana prosesnya? Biasanya, yang pertama dari proses persepsi motorik adalah mengenal dan mengolah informasi dari lingkungan. Setelah informasi masuk ke otak kemudian diproses hingga terjadi integrasi yang berhubungan dengan perasaan yang selanjutnya disimpan di memori untuk jangka panjang. Informasi mengenai gerak telah

berhubungan dengan perasaan yang terintegrasi dengan informasi masa lalu, maka terjadi pemilihan gerak yang dibuat untuk dikirim ke otot yang akhirnya akan menghasilkan gerakan.

Bagaimanapun, proses waktu itu belum lengkap sebab suatu ketika gerak itu terjadi, informasi adalah umpan balik kepada pemain untuk memungkinkan suatu gerak berkelanjutan. Umpan balik ini dimudahkan oleh informasi dari pikiran yang sehat. Informasi yang berhubungan dengan perasaan oleh karena itu membantu membuat pertimbangan tentang gerak dan mempengaruhi cara gerak atau gerak serupa yang akan dilakukan di masa depan. Jika informasi dari gerak yang asli tidak baik, maka suatu koreksi akan dibuatnya.

Jadi, jelas bahwa proses perkembangan persepsi motorik merupakan bagian dari suatu perkembangan anak yang mempunyai kaitan dengan perubahan dalam perilaku gerak, perubahan yang menghadirkan peningkatan dalam sensori dan proses membawanya kembali ke dalam syaraf yang menjadi dasar terjadinya perilaku gerak, seperti ketika usia anak-anak yang sering mengubah dan meningkatkan kemampuannya dengan menggunakan proses persepsi motorik. Dalam hal ini William (1983) menjelaskan mengenai proses perkembangan persepsi motorik sebagai berikut:

- a. Rangsangan lingkungan yang terkait dengan gerak.
- b. Otak menerima informasi melalui pusat syaraf.
- c. Informasi diproses di otak dengan mengintegrasikannya dengan gerakan yang ada sebelumnya.
- d. Suatu keputusan dibuat.
- e. Informasi dipancarkan ke otak untuk menghasilkan gerak yang diinginkan.
- f. Melakukan gerakan
- g. Menyimpan informasi gerak yang relevan untuk diintegrasikan dengan informasi gerak yang akan datang.

B. Komponen Perkembangan Persepsi Motorik

Komponen yang tercakup dalam perkembangan persepsi motorik terdiri dari: (1) kesadaran akan keseimbangan, (2) kesadaran akan ruang gerak, (3) kesadaran akan waktu, dan (4) kesadaran akan tubuh dan arah.

1. Kesadaran akan Keseimbangan

Kesadaran akan keseimbangan ini sering dikaitkan dengan persepsi motorik. Keseimbangan didefinisikan sebagai suatu posisi seimbang dengan mempertahankan unsur kekuatan. Keseimbangan ini merupakan bagian integral pada setiap tugas gerak. Keseimbangan juga berbanding terbalik dengan tingginya pusat berat badan. Dimensi postur tubuh dengan pertumbuhan normal, keseimbangan jelas dipengaruhi oleh perkembangannya.

Keseimbangan ini sudah diperlihatkan sejak awal manusia hidup. Janin telah dikenal berubah posisi dengan berputar sepanjang poros di dalam rahim ibu, gerakan ini secara khas diaktifkan oleh pinggul. Janin juga berubah posisi dengan mengubah pergerakan kakinya. Perubahan ini terjadi lebih dari 20 kali perjam sepanjang 6 bulan kehamilan.

Seiring dengan bertambahnya usia, keseimbangan semakin dibutuhkan dalam menopang tubuh agar dapat berdiri statis. Keseimbangan statis ini merupakan kemampuan untuk memelihara postur badan dalam posisi yang diinginkan saat diam. Sedangkan keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk memelihara postur badan dalam posisi yang diinginkan saat bergerak. Keseimbangan statis dan dinamis ini sering digunakan dalam berbagai aktivitas gerak manusia. Contoh, seorang penyelam menggunakan keseimbangan statis saat berdiri tanpa bergerak dan saat penyelam itu aktif berputar maka keseimbangan dinamis membantu menjaga posisi badan berada dalam posisi yang diinginkannya.

Kedua format keseimbangan ini telah secara ilmiah diteliti untuk memperoleh kesadaran yang lebih besar mengenai karakteristik yang

mendasari mekanisme keseimbangan. Clark dan Watkins (1984) melakukan penelitian mengenai keseimbangan statis pada anak 6 s/d 9 tahun. Anak-anak yang dijadikan subyek penelitian dicoba untuk menjaga keseimbangannya dalam berbagai posisi badan. Anak-anak juga diminta untuk memelihara posisi normal saat berdiri dengan kedua tangan diletakkan di samping pinggulnya, berdiri dengan satu kaki, dsb. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa anak-anak yang lebih tua usianya ternyata lebih mantap keseimbangannya dibandingkan dengan anak-anak yang lebih muda. Artinya anak yang lebih tua sudah memiliki tingkat kesadaran akan keseimbangan yang lebih baik, sehingga berbagai posisi keseimbangan baik statis maupun dinamis dapat dilakukan dengan baik.

2. Kesadaran mengenai Ruang

Kesadaran mengenai ruang adalah suatu konsep yang terkait dengan gerak yang sering ditekankan pada persepsi motorik. Kesadaran mengenai ruang adalah suatu pemahaman secara eksternal yang meliputi perorangan dan kemampuan individu untuk memfungsikan gerak dalam ruang. Kesadaran ruang ini mengenal sebagai lokalisasi egosentris yang mengedepankan lokalisasi sasaran. Lokalisasi egosentris adalah suatu kesadaran ruang yang berada dalam lingkungan diri seseorang. Lokalisasi sasaran adalah semakin meningkat kemampuan memahami ruang dikaitkan dengan obyek yang lain.

Para ahli percaya bahwa kesadaran ruang dapat dimudahkan melalui aktivitas gerak. Gerak sering memerlukan suatu pemahaman akan lingkungan, seperti yang sering diperlihatkan oleh pemain tennis. Jadi kesadaran ruang ini tidaklah hanya diuntungkan oleh banyak upaya gerak tetapi dapat ditingkatkan oleh keikutsertaannya dalam berbagai aktivitas gerak.

Hasil penelitian Thomas (1983) mengenai kesadaran ruang yang dilakukan kepada anak-anak usia 4 tahun dan 9 tahun. Mereka diminta

untuk mengingat penempatan dan jarak tongkat sebelum berlari. Ternyata anak usia 9 tahun lebih baik dalam hal kesadaran akan ruang dibandingkan dengan anak usia 4 tahun. Artinya pengalaman gerak yang diperoleh anak 9 tahun telah memberikan informasi lebih banyak, sehingga dalam melakukan gerak dalam ruang yang sudah ditentukan lebih mudah.

Hasil penelitian tersebut telah membuktikan bahwa anak-anak yang lebih tua menjadi terus meningkat dalam kesadaran ruangnya. Nampaknya anak yang lebih tua tersebut menggunakan strategi untuk mengingat jarak dan secara khas lebih berhasil dibandingkan dengan anak yang lebih muda. Bagaimanapun, arus bolak balik pada anak 5 s/d 12 tahun harus sudah diajarkan menggunakan strategi untuk mengingat jarak berlari secara konstan. Sesungguhnya anak usia 5 tahun telah diajari untuk menghitung langkah dengan mengingat seperti pada anak usia 9 tahun dan bahkan anak usia 12 tahun jauh lebih efektif dalam melakukan kesadaran ruang ini.

3. Kesadaran mengenai Waktu

Kesadaran mengenai waktu adalah suatu konsep yang terkait dengan gerak yang sering ditekankan pada persepsi motorik. Kesadaran waktu mengembangkan pemahaman yang berhubungan dengan waktu, seperti pemahaman mendekati bola dengan cepat. Jadi, kesadaran waktu ini merupakan suatu kemampuan untuk meramalkan waktu kedatangan suatu obyek, berdasarkan pada karakteristik kecepatan, laju benda, dan berat benda. Kesadaran waktu juga sering dikenal sebagai pemilihan waktu antisipasi persamaan waktu. Pemilihan waktu ini menjadi kemampuan seseorang untuk meramalkan kedatangan suatu obyek pada titik tertentu.

Dorfman (1977) melakukan penelitian mengenai kesadaran waktu ini kepada anak usia 6 s/d 19 tahun. Ternyata anak yang berumur 19 tahun lebih konsisten melakukan setiap gerakan dengan mahirnya dan

memperlihatkan suatu kesadaran waktu yang lebih cepat dibandingkan dengan anak yang lebih muda. Jadi, orang yang lebih dewasa lebih mantap dan akurat dibandingkan dengan orang dewasa muda atau anak-anak dalam hal kesadaran akan waktu ini.

4. Kesadaran mengenai Tubuh dan Arah

Kesadaran mengenai tubuh dan arah adalah suatu konsep yang terkait dengan gerak yang sering ditekankan pada persepsi motorik. Kesadaran tubuh juga dikenal sebagai gambaran tubuh yang secara berangsur-angsur mengembangkan kemampuan untuk mengetahui dan memahami nama dan fungsi bagian-bagian tubuh. Kesadaran tubuh adalah kemampuan untuk memahami bagaimana cara menghasilkan berbagai gerak untuk capaian gerak optimal yang berhubungan dengan konsep kesadaran arah.

Kesadaran arah adalah pemahaman dan aplikasi seperti konsep naik dan turun tangga. Kesadaran arah ini dapat ditingkatkan melalui aktivitas gerak yang biasanya tercakup dalam program persepsi motorik. Bagaimanapun, kesadaran arah adalah juga penting untuk meningkatkan kemampuan akademik seperti membaca, menulis dan berhitung. Kemampuan membaca sangat bergantung pada kemampuan untuk membedakan tulisan atas dasar arah. Namun demikian kesadaran arah ini dapat diperbaiki dikaitkan dengan aktivitas gerak tertentu dalam program persepsi motorik.

Meskipun belum ada penelitian yang lebih spesifik mengenai pengaruh kesadaran arah ini terhadap peningkatan kemampuan akademik, namun perlu dikaji lebih dalam dengan menyertakan anak-anak dalam aktivitas gerak berupa kesadaran arah yang spesifik dengan tujuan meningkatkan kemampuan akademik. Dengan upaya inidiharapkan akan lahir karya penelitian yang mampu membuka tabir mengenai kemamnfataan kesadaran arah dan tubuh ini implikasinya terhadap peningkatan kemampuan akademik anak.

C. Meneliti Efektivitas Program Persepsi Motorik

Melalui suatu proses mengenal sebagai meta analisis, Kavale dan Matson (1983) melakukan penelitian terhadap 180 hasil penelitian ilmiah mengenai program persepsi motorik. Proses ini secara statistik mengintegrasikan banyak sumber yang menguji topik yang sama. Lebih dari 60% hasil penelitiannya sudah dilaporkan dalam jurnal penelitian.

Para ahli telah sepakat bahwa program persepsi motorik memberikan pengaruh tidak langsung terhadap peningkatan kemampuan akademik anak seperti membaca dan berhitung. Para ahli itu mengusulkan agar program persepsi motorik ini dilibatkan dalam berbagai aktivitas akademik. Karena diyakini benar bahwa gerak menjadi medium sempurna dalam meningkatkan kemampuan akademik anak seperti membaca, mengeja, matematika, ilmu sosial, dan memecahkan masalah.

LATIHAN 2

Supaya para mahasiswa lebih memahami Kegiatan Belajar 2 modul 2 ini, maka kerjakanlah latihan ini dengan cara membahas permasalahan berikut sesuai dengan petunjuk pembahasan yang disertakan untuk setiap pokok persoalan. Dalam pembahasannya dapat dilakukan secara individu atau kelompok belajar.

Bahaslah pertanyaan-pertanyaan berikut ini dalam lembar kerja Anda!

1. Bagaimana program persepsi motorik ini berfungsi untuk melengkapi atau menggantikan aktivitas akademik? Pembahasannya difokuskan pada aktivitas gerak yang dirancang secara rinci untuk meningkatkan kemampuan gerak, hal itu mendasari program persepsi motorik.
2. Apa perbedaan antara persepsi motorik dengan pendidikan jasmani? Pembahasannya fokuskan pada sasaran hasil program pendidikan jasmani dapat lebih berbeda dibandingkan dengan program persepsi motorik.
3. Bagaimana hubungan timbal balik antara persepsi dan gerak? Pembahasannya difokuskan pada persepsi, seperti menerima melalui pikiran sehat dan sentuhan, melakukan gerak sederhana akan menjadi sulit. Jadi gerak aktif diperlukan untuk mengembangkan persepsi secara optimal. Program persepsi motorik sudah diperkenankan karena memberikan nilai positif terhadap peningkatan kemampuan anak.
4. Bagaimana proses perkembangan persepsi motorik itu terjadi? Pembahasannya difokuskan pada kajian dari William (1983) mengenai proses tersebut
5. Bagaimana pengaruh program persepsi motorik terhadap peningkatan kemampuan akademik anak? Pembahasannya difokuskan pada hasil penelitian Kavale dan Matson (1983)

RANGKUMAN

Walaupun persepsi motorik merupakan salah satu terminology pendidikan jasmani, namun persepsi motorik lebih fokus pada aktivitas gerak yang digunakan untuk meningkatkan capaian intelektual atau akademik.

Persepsi motorik juga menyiratkan suatu hubungan antara persepsi dan gerak manusia dan telah diakui orang yang ikut aktif dalam aktivitas gerak cenderung persepsinya lebih positif. Karena persepsi penting untuk proses gerak yang optimal. Proses ini akan memudahkan dalam perilaku gerak dengan mengakomodasi keluaran dan masukan berupa stimulant ke dan dari otak.

Kebanyakan gerak manusia terjadi melalui proses persepsi motorik, hanya gerak tertentu diyakini menjadikan kemampuan akademik meningkat. Seperti kesadaran keseimbangan, kesadaran ruang, kesadaran waktu, dan kesadaran tubuh dan arah.

Melalui suatu proses mengenal sebagai meta analisis, Kavale dan Matson (1983) melakukan penelitian terhadap 180 hasil penelitian ilmiah mengenai program persepsi motorik. Proses ini secara statistik mengintegrasikan banyak sumber yang menguji topik yang sama. Lebih dari 60% hasil penelitiannya sudah dilaporkan dalam jurnal penelitian.

Para ahli telah sepakat bahwa program persepsi motorik memberikan pengaruh tidak langsung terhadap peningkatan kemampuan akademik anak seperti membaca dan berhitung. Para ahli itu mengusulkan agar program persepsi motorik ini dilibatkan dalam berbagai aktivitas akademik. Karena diyakini benar bahwa gerak menjadi medium sempurna dalam meningkatkan kemampuan akademik anak seperti membaca, mengeja, matematika, ilmu sosial, dan memecahkan masalah.

TES FORMATIF 2

Berilah tanda (X) pada salah satu jawaban A, B, C, atau D yang paling tepat!

1. Persepsi motorik merupakan salah satu terminology yang sering digunakan dalam pembelajaran:
 - A. Kesenian
 - B. Bahasa
 - C. Pendidikan jasmani
 - D. Olahraga
2. Persepsi motorik juga menyiratkan suatu hubungan antara persepsi dan gerak manusia dan telah diakui orang yang ikut aktif dalam aktivitas gerak cenderung persepsinya lebih positif, kecuali:
 - A. Kesadaran ruang
 - B. Kesadaran waktu
 - C. Kesadaran jasmani
 - D. Kesadaran keseimbangan
3. Para ahli telah sepakat bahwa program persepsi motorik memberikan pengaruh tidak langsung terhadap peningkatan kemampuan akademik , kecuali:.
 - A. Kemampuan membaca
 - B. Kemampuan matematik
 - C. Kemampuan jasmani
 - D. Kemampuan memecahkan masalah
4. Karena persepsi penting untuk proses gerak yang optimal, maka kemampuan ini harus dipelihara melalui:
 - A. Latihan jasmani
 - B. Latihan membaca
 - C. Latihan memecahkan masalah
 - D. Latihan kesenian
5. Pemahaman mendekati bola dengan cepat dalam permainan sepak bola disebut:
 - A. Kesadaran ruang
 - B. Kesadaran waktu
 - C. Kesadaran jasmani
 - D. Kesadaran keseimbangan

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 2 yang terdapat pada bagian akhir modul 2 ini dan hitunglah jumlah jawaban Anda yang benar. Kemudian gunakan rumus di bawah ini untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda dalam materi Kegiatan Belajar 2 yang telah dipelajari.

Rumus:

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban Anda yang benar}}{5} \times 100\%$$

Makna dari tingkat penguasaan Anda adalah:

| | |
|------------|---------------|
| 90% - 100% | = Baik Sekali |
| 80% - 89% | = Baik |
| 70% - 79% | = Cukup |
| < 70% | = Kurang |

Bila Anda mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat melanjutkan pada Modul selanjutnya, tetapi apabila tingkat penguasaan Anda kurang dari 80% maka Anda harus mempelajari kembali Kegiatan Belajar 2 modul ini, terutama pada bagian yang belum dikuasai.

KUNCI JAWABAN

TES FORMATIF

Tes Formatif 1

- 1) D. Semua jawaban benar
Menurut kajian ilmu sosial bahwa aktivitas motorik pada umumnya mampu meningkatkan konsep diri, harga diri, dan percaya diri
- 2) A. Jawaban 1 dan 2 benar
Pergaulan sosial pada anak balita akan lebih aktif dalam lingkungannya apabila bayi diberi perlakuan secara teratur dan sistematis berupa aktivitas motorik kasar dan aktivitas motorik halus
- 3) C. Jawaban 2 dan 3 benar
Pada tahap usia anak-anak pengaruh sosial yang paling kuat diberikan oleh orang tua dan guru
- 4) A. Jawaban 1 dan 2 benar
Pada tahap usia remaja baik laki-laki maupun perempuan peningkatan angka partisipasi di bidang olahraga cukup signifikan, terutama: Kesadaran gerak yang ada pada diri manusia memiliki fungsi untuk mengoptimalkan tubuh dalam beraktivitas dengan tujuan untuk sosialisasi dan afiliasi
- 5) D. Semua jawaban benar
Pada tahap usia dewasa penurunan kualitas gerak ini lebih sulit untuk diprediksi dibandingkan dengan penurunan yang terjadi pada anak atau remaja. Penurunan yang paling signifikan adalah daya tahan, kekuatan dan kelentukan

Tes Formatif 2

1. C. Pendidikan jasmani
2. C. Kesadaran jasmani
3. C. Kemampuan jasmani
4. A. Latihan jasmani
5. B. Kesadaran ruang

DAFTAR PUSTAKA

- Cole, M., dan Cole Sheila, R., 1989, *The Development of Children*, San Diego-University of California, Scientific American Books.
- Gallahue, David L., 1989, *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents*, Edisi ke dua, Benchmark Press, Inc., USA.
- _____, 1996. *Developmental Physical Education for Today's Children*. Brown & Benchmark Publishers. USA
- Harris A.C., 1986, *Child Development*, St. Paul-USA., West Publishing Company.
- Harter. S. 1988. *Causes, correlates, and the functional role of global self-worth: A life-span perspective*. New Haven, CN: Yale University Press
- Haywood, M. Kathleen, 1993, *Life Span Motor Development*, Edisi kedua, Human Kinetics Publishers, USA.
- Isaacs, L.D., dan Payne, V.G., 1995, *Human Motor Development: A Lifespan Approach*, Edisi ke tiga, Mayfield Publishing Company, USA.
- Roberton, 1988, The Weaver's Loom: A Developmental Metaphor, In J.E. Clark dan J.H. Humphrey, *Advances in Motor Development Research 2*, New York: AMS Press.
- Rusli Lutan, 1988, *Belajar Keterampilan Gerak Pengantar Teori dan Metode*, Jakarta, P2LPTK, Ditjen Peguruan Tinggi.
- Santoso, Soegeng, 2000, *Problematika Pendidikan dan Cara Pemecahannya*, Jakarta, Penerbit Kreasi Pena Gading.
- Schmidt, R.A., 1988, *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*, Edisi ke dua, Champaign, IL: Human Kinetics, USA.
- _____, 1991, *Motor Learning and Performance: From Principles to Practice*, Human Kinetics Publishers, Ltd., USA.
- Sheda, Constance dan Small Christine, 1995, *Developmental Motor Activities for Therapy*, Arizona-USA: Therapy Skill Builders
- Sugiyanto, 2005, *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Winnick, P. Joseph, 1990, *Adapted Physical Education and Sport*, Illinois: Human Kinetics Books.
- Yudha, M.S., dan Amung, M., 2000, *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*, Jakarta, Depdiknas-Ditdasmen.
- Yudha, M.S., dan Husdarta J.S., 2000, *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta, Depdiknas-Ditdasmen.
- Yudha, M.S., Beny I., Rahmat H., dan Komar, H., 2001, *Metode Pengembangan Kemampuan Gerak: Penataran Tertulis Penyegaran Tipe A untuk Guru TK*, Bandung, Depdiknas, Ditdasmen, PPPGT.

