

URUTAN PERKEMBANGAN GERAK KETERAMPILAN DAN PENILAIAN KETERAMPILAN YANG BERVARIASI

Halimatun Saddiah¹, Ibnah Ainun Muspiran Bugis², Siti Panisa Putri³, Kader Munir⁴

¹Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STIT Al-Washliyah Binjai

Email : halimatunsaddiah36@gmail.com

²Pendidikan Islam Anak Usia Dini, STIT Al-Washliyah Binjai

Email : Musfirah_ainun20@gmail.com

³Pendidikan Islam Anak Usia Dini. STIT Al-Washliyah Binjai

Email : sitipanisaputri@gmail.com

⁴STIT Al-Washliyah Binjai

Email: Kadermunir@stiaw-binjai.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan gerak merupakan suatu hal yang penting bagi anak usia dini. Gerakan akan berkembang dengan seiring waktu menunjukkan kematangan sistem saraf, otot, serta terlibatnya dalam lingkungan yang mempengaruhi perkembangan motorik. Penting bagi guru untuk melakukan proses pembelajaran jasmani yang bervariasi agar perkembangan gerak anak usia dini berjalan dengan baik. Perkembangan gerak dan keterampilan motorik merupakan aspek penting dalam pertumbuhan anak yang harus diperhatikan secara sistematis dan berkelanjutan. Urutan perkembangan gerak dimulai dari gerak refleks, gerak dasar hingga keterampilan motorik kompleks yang dipengaruhi oleh usia, lingkungan perkembangan gerak dan metode penilaian yang tepat, pendidik dan orang tua dapat memberikan intervensi yang sesuai untuk menunjang keterampilan anak secara optimal. dan stimulasi yang diterima. Keterampilan tersebut mencakup motorik kasar (berjalan, melompat, melempar) dan motorik halus (menulis, menggambar, meronce) yang berkembang secara bertahap. Penilaian keterampilan dilakukan secara bervariasi baik secara kualitatif maupun kuantitatif melalui observasi langsung. Variasi penilaian ini penting untuk mengidentifikasi potensi dan hambatan perkembangan anak secara holistik. Dengan memahami urutan

Kata kunci : perkembangan gerak, keterampilan motorik, penilaian bervariasi, anak usia dini, evaluasi motorik

ABSTRACT

Movement development is crucial for early childhood. Movement develops over time, reflecting the maturity of the nervous system and muscles, as well as engagement with the environment, which influences motor development. It is crucial for teachers to implement a varied physical education process to ensure the proper development of early childhood movement. Movement and motor skill development are crucial aspects of child development that must be systematically and continuously addressed. The sequence of movement development, from reflexes to basic movements to complex motor skills, is influenced by age, environment, and stimulation. These skills include gross motor skills (walking, jumping, throwing) and fine motor skills (writing, drawing, stringing), which develop gradually. Skill assessments are conducted using a variety of qualitative and quantitative methods through direct observation. This variety of assessments is crucial for identifying potential and obstacles to a child's holistic development. By understanding the sequence of movement development and appropriate assessment methods, educators and parents can provide appropriate interventions to optimally support children's skills.

Keywords: movement development, motor skills, varied assessments, early childhood, motor evaluation

PENDAHULUAN

Perkembangan gerak merupakan bagian penting dalam tumbuh kembang anak. Gerakan yang berkembang seiring waktu menunjukkan kematangan sistem saraf, otot, serta keterlibatan lingkungan dalam pembelajaran motorik. Dalam proses

pendidikan jasmani, penting bagi guru untuk memahami urutan perkembangan keterampilan gerak serta bagaimana menilai keterampilan tersebut secara bervariasi untuk mendukung perkembangan optimal peserta didik.

Perkembangan gerak merupakan salah satu aspek penting dalam tumbuh kembang anak yang tidak bisa dipisahkan dari proses belajar dan pengalaman hidup sehari-hari. Kemampuan anak dalam bergerak, mengkoordinasikan anggota tubuh, dan mengendalikan gerakan tubuhnya merupakan indikator penting dari kematangan motorik dan fungsi neurologisnya. Keterampilan motorik juga berkaitan erat dengan kemampuan kognitif, sosial, dan emosional. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai urutan perkembangan gerak keterampilan sangat penting, khususnya dalam dunia pendidikan, khususnya pendidikan jasmani.

Dalam dunia pendidikan, terutama pada jenjang usia dini hingga sekolah dasar, perkembangan gerak anak menjadi salah satu fokus utama. Hal ini karena pada usia tersebut, anak-anak berada pada tahap emas perkembangan motorik yang sangat pesat. Mereka mulai menguasai keterampilan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, hingga keterampilan yang lebih kompleks seperti melempar, menangkap, dan menendang. Jika tahap ini tidak ditangani dengan baik melalui pembelajaran yang sesuai, maka potensi perkembangan fisik dan motorik anak dapat terhambat. Oleh karena itu, pemahaman tentang tahapan perkembangan keterampilan gerak ini menjadi penting bagi guru, orang tua, dan pelatih olahraga.

Keterampilan motorik dibagi menjadi dua jenis utama, yaitu keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus. Keterampilan motorik kasar mencakup aktivitas-aktivitas yang menggunakan kelompok otot besar seperti 3 berlari, melompat, dan melempar, sedangkan keterampilan motorik halus lebih berkaitan dengan gerakan kecil dan halus seperti menulis, menggantung, dan meronce. Kedua jenis keterampilan ini berkembang secara bertahap dan harus disesuaikan dengan usia serta karakteristik masing-masing anak.

Selain memahami tahapan perkembangan gerak, penting juga untuk memperhatikan bagaimana keterampilan tersebut dinilai. Penilaian keterampilan motorik yang bervariasi dapat memberikan gambaran yang lebih holistik mengenai kemampuan peserta didik. Tidak hanya menilai dari aspek hasil akhir, tetapi juga dari proses, teknik, usaha, dan strategi yang digunakan oleh siswa saat melakukan suatu aktivitas fisik. Metode penilaian yang bervariasi juga memungkinkan guru untuk lebih adil dalam memberikan penilaian, karena mempertimbangkan berbagai aspek, termasuk kemampuan individual, minat, serta gaya belajar siswa.

Namun dalam praktiknya, masih banyak guru atau pelatih yang belum sepenuhnya memahami konsep perkembangan gerak dan belum menerapkan penilaian keterampilan secara variatif. Akibatnya, pembelajaran menjadi kurang efektif dan tidak mampu mendorong peserta didik untuk berkembang secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana keterampilan motorik berkembang dan bagaimana menilai keterampilan tersebut dengan pendekatan yang lebih fleksibel dan beragam.

Dengan demikian, melalui makalah ini, penulis ingin menjelaskan secara sistematis mengenai urutan perkembangan gerak keterampilan serta memberikan wawasan tentang bentuk-bentuk penilaian keterampilan yang bervariasi dan aplikatif. Harapannya, makalah ini dapat menjadi bahan rujukan dan inspirasi bagi para pendidik, pelatih, maupun mahasiswa dalam memahami serta menerapkan pendekatan yang lebih tepat dalam mendampingi proses tumbuh kembang anak melalui aktivitas gerak.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menjelaskan pendekatan, rancangan kegiatan, ruang lingkup atau objek, bahan dan alat utama, tempat, teknik pengumpulan data, definisi operasional variabel penelitian, dan teknik analisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gerak merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara sistem saraf pusat, otot, dan lingkungan. Gerak dapat didefinisikan sebagai perubahan posisi tubuh atau bagian tubuh yang disebabkan oleh kontraksi otot, baik secara sadar maupun tidak sadar. Dalam konteks pendidikan jasmani dan perkembangan anak, gerak lebih menekankan pada aktivitas fisik yang terorganisir, bertujuan, dan dapat diamati secara langsung. Gerakan menjadi salah satu indikator penting dalam tumbuh kembang seorang anak karena menunjukkan adanya perkembangan fisik, neurologis, dan kognitif. Gerak dapat diklasifikasikan menjadi dua bentuk utama, yaitu gerak refleks dan gerak terkontrol. Gerak refleks biasanya muncul pada bayi sebagai respons otomatis terhadap rangsangan, seperti menggenggam atau mengedipkan mata. Sedangkan gerak terkontrol merupakan gerakan yang dilakukan secara sadar dan disengaja, seperti berjalan, berlari, atau melempar bola. Seiring bertambahnya usia dan meningkatnya kematangan sistem saraf, gerakan yang awalnya bersifat spontan dan tidak terarah mulai berubah menjadi lebih terkoordinasi dan bertujuan. Sementara itu, keterampilan motorik merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan tubuh secara efisien, terkoordinasi, dan terarah. Keterampilan motorik melibatkan proses neurologis yang kompleks, mulai dari perencanaan gerakan di otak, pengiriman sinyal ke otot, hingga pelaksanaan gerakan yang sesuai dengan tujuan. Keterampilan motorik sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena menjadi dasar dari berbagai aktivitas manusia, baik yang sederhana maupun kompleks, seperti makan, menulis,

bermain, hingga berolahraga. Keterampilan motorik dibagi menjadi dua jenis utama, yaitu motorik kasar dan motorik halus:

1. Keterampilan Motorik Kasar Merupakan keterampilan yang melibatkan penggunaan otot-otot besar. dalam tubuh untuk melakukan gerakan yang luas dan dinamis. Contohnya termasuk berjalan, berlari, melompat, melempar, menendang, dan memanjat. Keterampilan motorik kasar biasanya berkembang lebih awal dibanding motorik halus, karena sangat terkait dengan perkembangan postur dan keseimbangan tubuh. Perkembangan keterampilan motorik kasar sangat penting dalam mendukung aktivitas fisik anak serta membentuk dasar untuk keterampilan olahraga yang lebih kompleks di kemudian hari.
2. Keterampilan Motorik Halus Melibatkan otot-otot kecil, terutama yang berada di tangan dan jari, untuk melakukan gerakan yang lebih presisi dan terkontrol. Contoh dari keterampilan motorik halus adalah menggenggam pensil, mengikat tali sepatu, menulis, atau memindahkan benda kecil. Keterampilan ini biasanya berkembang secara bertahap dan sangat dipengaruhi oleh latihan dan pengalaman anak dalam menggunakan tangan dan matanya secara bersamaan (koordinasi mata-tangan).³
3. Selain pembagian tersebut, keterampilan motorik juga dapat dikategorikan berdasarkan kondisi lingkungan saat gerakan dilakukan, yaitu:
 - a. Keterampilan terbuka (open skills): keterampilan yang dilakukan dalam situasi yang berubah-ubah dan tidak dapat diprediksi, seperti bermain sepak bola atau bulu tangkis.
 - b. Keterampilan tertutup (closed skills): keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang stabil dan terkontrol, seperti senam atau latihan melempar ke target diam.
 - c. Secara keseluruhan, keterampilan motorik sangat berperan penting dalam kehidupan anak karena menjadi dasar untuk kemandirian, kepercayaan diri, dan partisipasi dalam aktivitas sosial maupun akademik. Dalam konteks pendidikan jasmani, keterampilan motorik bukan hanya dipelajari untuk tujuan fisik semata, tetapi juga untuk mendukung aspek perkembangan kognitif dan afektif siswa. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang pengertian dan jenis keterampilan motorik sangat diperlukan oleh para pendidik, khususnya dalam merancang pembelajaran yang efektif dan sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik.

Penilaian merupakan bagian integral dalam proses pembelajaran, termasuk dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Melalui penilaian, guru dapat mengukur sejauh mana peserta didik telah menguasai keterampilan tertentu, serta memahami kebutuhan dan perkembangan mereka. Dalam konteks pendidikan jasmani, penilaian keterampilan gerak tidak hanya berfokus pada hasil akhir, seperti mencetak gol atau melompat paling tinggi, tetapi juga mencakup proses, teknik, usaha, dan sikap saat melakukan gerakan. Namun, pendekatan penilaian yang terlalu kaku, hanya mengandalkan satu jenis metode atau hanya menilai aspek fisik semata, bisa membuat pembelajaran menjadi tidak adil dan kurang efektif. Oleh karena itu, diperlukan penilaian keterampilan yang bervariasi, yang mampu mengakomodasi keragaman kemampuan, gaya belajar, dan karakteristik siswa.

Penilaian keterampilan yang bervariasi adalah proses evaluasi yang menggunakan berbagai metode, teknik, dan instrumen untuk menilai kemampuan peserta didik dalam melakukan suatu keterampilan motorik. Tujuannya bukan hanya untuk mengetahui siapa yang paling unggul dalam aktivitas fisik, tetapi juga untuk:

1. Menghargai proses belajar
2. Memberikan umpan balik yang membangun
3. Meningkatkan motivasi belajar
4. Mendukung perkembangan motorik, kognitif, dan efektif peserta didik secara seimbang.

Penilaian yang bervariasi memperhatikan bahwa setiap peserta didik unik dan memiliki kekuatan masing-masing, sehingga pendekatan penilaian yang digunakan pun harus fleksibel, menyeluruh, dan berorientasi pada perkembangan. Berikut ini adalah beberapa jenis metode penilaian keterampilan motorik yang dapat digunakan secara bervariasi dalam pembelajaran:

1. Observasi Langsung Metode ini dilakukan dengan mengamati langsung performa peserta didik saat melakukan suatu gerakan. Observasi bisa bersifat: Kualitatif: menilai aspek teknik, keluwesan, keseimbangan, koordinasi, Kuantitatif: menilai dari segi angka, misalnya berapa kali bola berhasil ditangkap, berapa detik waktu lari, dll. Untuk memperjelas observasi, biasanya digunakan rubrik penilaian atau lembar observasi dengan indikator tertentu.
2. Rubrik Penilaian Kinerja Rubrik adalah alat yang berbasis kriteria dan tingkatan performa. Misalnya : Skor 1-4 untuk aspek seperti postur tubuh, koordinasi, konsisten gerak., Rubrik bisa bersifat analitik (menilai setiap aspek secara terpisah) atau holistik (menilai keseluruhan performa).
3. Penilaian Diri (Self-Assessment) Siswa diminta menilai keterampilan mereka sendiri berdasarkan refleksi dan pemahaman terhadap kriteria tertentu, Tujuannya untuk: Meningkatkan kesadaran diri, Mendorong tanggung jawab terhadap proses belajar, Mengembangkan sikap kritis dan evaluatif terhadap performa sendiri.

4. Penilaian Teman Sebaya (peer Assessment) Siswa menilai temannya berdasarkan panduan atau rubrik. Metode ini bertujuan untuk meningkatkan interaksi dan kerja sama, mengajarkan empati dan rasa saling menghargai, dan memberikan perspektif alternatif terhadap penilaian.
5. Portofolio Keterampilan Merupakan kumpulan dokumen atau bukti perkembangan keterampilan peserta didik selama periode waktu tertentu. Bisa berisi foto atau video saat berlatih, jurnal refleksi siswa, lembar evaluasi guru, dan hasil tes performa. Portofolio memungkinkan guru melihat progres siswa secara menyeluruh, bukan hanya dari satu kali penampilan.
6. Tes keterampilan spesifik Digunakan untuk mengukur penguasaan suatu keterampilan secara tektis. Contohnya: Tes lempar bola, Tes lompat jauh berdiri, Tes keseimbangan
7. Analisis Video (Video Recording) Gerakan peserta didik direkam dan kemudian dianalisis bersama guru atau teman sekelas. Metode ini bermanfaat untuk memberikan gambaran visual yang objektif, membantu siswa melihat dan memahami kesalahan atau keunggulan teknik, dan cocok digunakan dalam pembelajaran olahraga atau seni gerak. Agar penilaian berjalan baik dan berdampak positif pada proses belajar, penilaian harus mengikuti prinsip yaitu harus objektif dan adil, autentik, berbasis proses dan hasil, berbasis proses dan hasil, berorientasi pada perkembangan, memberi umpan balik, Bervariasi dan fleksibel. Adapun manfaatnya yaitu membantu guru mengetahui kekuatan dan kelemahan tiap siswa, memberikan gambaran perkembangan keterampilan dari waktu ke waktu, dan meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri siswa, Serta dapat menghindari diskriminasi terhadap siswa yang memiliki keterbatasan fisik.

SIMPULAN

Urutan perkembangan gerak keterampilan adalah tahapan-tahapan sistematis yang dilalui oleh seseorang (biasanya anak-anak) dalam menguasai kemampuan motorik, mulai dari gerakan dasar hingga gerakan kompleks dan terampil. Contoh tahapannya yaitu gerak dasar, gerak dasar manipulatif, dan gerak dasar spesifik atau terampil. Penilaian keterampilan bervariasi adalah proses mengevaluasi kemampuan gerak seseorang melalui berbagai metode, teknik, dan kriteria yang disesuaikan dengan jenis keterampilan, tingkat kemampuan, dan konteks pelaksanaan. Contoh Penilaian:

1. Penilaian kualitatif: berdasarkan pengamatan, seperti postur tubuh, keluwesan, koordinasi.
2. Penilaian kuantitatif: berdasarkan hasil ukur, seperti jumlah lemparan yang tepat sasaran, waktu tempuh lari.
3. Penilaian formatif dan sumatif: dilakukan selama proses belajar (formatif) dan di akhir kegiatan (sumatif).
4. Penilaian bervariasi penting agar bisa memberikan gambaran menyeluruh tentang kemampuan dan perkembangan peserta didik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada bapak dosen H.Kader Munir, S.Sos.I, S.Pd, M.Pd Atas segala bimbingan, arahan dan waktu yang telah bapak luangkan dalam proses penyusunan jurnal kami. Tanpa dukungan, arahan, bantuan, dan masukan bapak dosen, kami tidak akan dapat menyelesaikan jurnal ini dengan baik. Semoga ilmu dan kebaikan yang bapak dosen berikan menjadi amal jariyah dan membawa keberkahan. Atas perhatian bapak dosen sekali lagi kami ucapkan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Carolyn Meggit, Memahami Perkembangan Anak (Jakarta: PT Indeks, 2012)
- Decaprio, Richard. (2013). Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah. Yogyakarta: DIVA Press.
- Fadlillah. (2014). Desain Nilai Pembelajaran PAUD. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2010).
- Understanding Motor Development. McGraw-Hill. Morrison, G.S. (2012). Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Indeks. Novan A.W. (2014).
- Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. Yogyakarta: Gava Media Papalia, D.E. (2014).
- Menyelami Perkembangan Manusia. Jakarta: Salemba Humanika. Rahantoknam, B. E.
- Perkembangan Motorik dan Belajar Gerak Pada Anak-anak Sekolah Dasar. Jakarta: Yayasan Pengembangan Olahraga Indonesia, 2014