

PROSIDING

SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018

GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)

Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)

Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)

Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Tahapan Perkembangan Gerak Refleks Pada Anak <i>Dody Yogaswara</i>	364
Hubungan Intelligence Quotient Dengan Kemampuan Melempar Bola Berumbai Pada Target <i>Dian Pertiwi, Marli Perangin-angin</i>	370
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Melalui Modifikasi Media Kayu <i>Eni Yusnita Pardede, Atikah Rahman</i>	378
Penilaian Perkembangan Anak Usia Dini <i>Mhd. Fazar Affandi, Muhammad Amin Syhaputra</i>	385
Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani <i>Alan Alfiansyah Putra Karo-Karo, Reza Wibowo</i>	386
Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Penggunaan Media Yang Dimodifikasi <i>Iskandar Fahmi, Janner Sanjaya</i>	396
Model Pengembangan Gerak Dasar Manipulatif Pendidikan Anak Usia Dini (Paud) Lely <i>Nurul Fadhillah, Prima Nanda</i>	400
Profil Kondisi Fisik Atlet Atletik Kabupaten Langkat Persiapan Porprovsu Tahun 2014 <i>Mulia Romadi Harahap, Rian Handika</i>	404
Kepemimpinan Dalam Pendidikan Dan Pembelajaran Di Tinjau Dari Sudut Guru Dan Siswa <i>Ahmad Tarmizi, Risky Hasan</i>	408
Pembelajaran Tolak Peluru Gaya O'brien Menggunakan Media Modifikasi <i>Riki Prastian, Iswanta Ginting</i>	414
Penerapan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Pencak Silat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VII <i>Arian Juliardy</i>	420
Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Ikor FIK Unimed Tentang Standarisasi Sebagai Personal Trainer <i>Zulaini, Novita Sari Harahap, Rika Nailuvar Sinaga, Andhyka Eka Putra</i>	425
Pengaruh Metode Permainan Dan Minat Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Dasar Lari Sekolah Dasar Negeri 105345 <i>Edi Moerianto</i>	431



TAHAPAN PERKEMBANGAN GERAK REFLEKS PADA ANAK

Dody Yogaswara

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Abstrak. Perkembangan motorik itu berupa gerak refleks dan gerak sadar. Gerak refleks merupakan gerak yang terjadi tanpa disadari dan terjadi secara tiba-tiba. Pada bayi gerak refleks tersebut sangat penting untuk diketahui terutama oleh ibunya. Karena gerakan itu merupakan indikator perkembangan seorang bayi, apakah ia berkembang dengan baik atau tidak. Pada awalnya sebagian besar gerakan bayi dipicu oleh refleks, gerakan naluriah sebagai tanggapan terhadap rangsangan. Pada anak usia balita, gerak refleks pada umumnya tidak berlangsung hingga melampaui ulang tahun pertama. Namun demikian, sebagian gerak refleks akan bertahan dalam waktu yang lebih lama bahkan selama hidupnya pada orang normal dan sehat. Gerak refleks bukan hanya merupakan salah satu aspek perkembangan manusia yang menarik, melainkan juga menjadi salah satu hal yang sangat penting bagi kehidupan umat manusia. Manusia lahir hanya dengan sedikit kemampuan yang dapat dilakukan secara sadar dan dengan mobilitas yang sangat terbatas. Manusia pada saat baru lahir (neonatal) sangat tidak berdaya dan sangat menggantungkan diri pada orang lain dan pada refleks untuk perlindungan dan kelangsungan hidupnya.

Kata Kunci : *Perkembangan Gerak, Gerak Refleks, Perkembangan Anak*

PENDAHULUAN

Belajar gerak secara khusus dapat diartikan sebagai suatu proses perubahan atau modifikasi tingkah laku individu akibat dari latihan dan kondisi lingkungan. Studi tentang gerak manusia tidak terlepas dengan ilmu gerak, kinesiologi, performance manusia, pendidikan jasmani, dan *body movement*. Perilaku gerak dibagi menjadi tiga bagian, yaitu: teori gerak, belajar gerak dan perkembangan gerak. Dengan kata lain, gerak (*movement*) adalah kulminasi dari suatu tindakan yang didasrkan oleh proses motorik. Karena motorik (*motor*) menyebabkan terjadinya suatu gerak (*movement*), maka setiap penggunaan kata motorik selalu dikaitkan dengan gerak dan didalam penggunaan sehari-hari sering tidak dibedakan antara motorik dengan gerak. Namun yang harus selalu diperhatikan adalah bahwa gerak yang dimaksudkan disini bukan hanya semata-mata berhubungan dengan gerak seperti yang kita lihat sehari-hari, yakni gerak anggota tubuh (tangan, lengan, kaki, dan tungkai) melalui alat gerak tubuh (otot dan rangka). Tetapi gerak yang didalamnya melibatkan fungsi motorik seperti otak, saraf, otot dan rangka.

Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan halus. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Perkembangan motorik beriringan dengan proses pertumbuhan secara genetis atau kematangan fisik anak, Contohnya kemampuan duduk, menendang, berlari, naik-turun tangga dan sebagainya. Sedangkan motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot-otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu, yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih. Misalnya, kemampuan memindahkan benda dari tangan, mencoret-coret, menyusun balok, menggunting,



menulis dan sebagainya. Kedua kemampuan tersebut sangat penting agar anak bisa berkembang dengan optimal.

PEMBAHASAN

PERKEMBANGAN GERAK REFLEKS ANAK

Manusia dalam hidupnya selalu tumbuh dan berkembang. Perkembangan tersebut meliputi salah satunya perkembangan motorik, baik motorik halus ataupun motorik kasar. Perkembangan motorik itu berupa gerak refleks dan gerak sadar. Gerak refleks merupakan gerak yang terjadi tanpa disadari dan terjadi secara tiba-tiba. Pada bayi gerak refleks tersebut sangat penting untuk diketahui terutama oleh ibunya. Karena gerakan itu merupakan indikator perkembangan seorang bayi, apakah ia berkembang dengan baik atau tidak. Pada awalnya sebagian besar gerakan bayi dipicu oleh refleks, gerakan naluriah sebagai tanggapan terhadap rangsangan.

Perilaku gerak pada anak sudah muncul saat masih dalam kandungan ibu dan bulan pertama setelah lahir. Sebagian besar gerak yang dilakukan anak masih bersifat refleks artinya setiap gerakan dilakukan tidak secara sukarela, namun sebagai respon terhadap rangsangan tertentu. Contoh, apabila diberikan rangsangan berupa sentuhan pada telapak tangan bayi, maka telapak tangan tersebut akan menutup. Hal ini akan terus menerus dilakukan oleh bayi apabila mendapat rangsangan yang sama. Jadi gerak refleks dilakukan secara tidak sukarela oleh bayi, namun sebagai upaya tidak sadar yang dilakukan oleh bayi.

TAHAPAN GERAK REFLEKS PADA ANAK

Proses belajar dan penampilan gerak anak dipengaruhi oleh kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal mencakup karakteristik yang melekat pada individu, seperti tipe tubuh, motivasi atau atribut lainnya yang membedakan seseorang dengan yang lainnya. Kondisi eksternal mencakup kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat diluar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal itu meliputi kondisi lingkungan pengajaran dan bahkan lingkungan sosial-budaya yang lebih luas.

Pada anak usia balita, gerak refleks pada umumnya tidak berlangsung hingga melampaui ulang tahun pertama. Namun demikian, sebagian gerak refleks akan bertahan dalam waktu yang lebih lama bahkan selama hidupnya pada orang normal dan sehat. Gerak refleks bukan hanya merupakan salah satu aspek perkembangan manusia yang menarik, melainkan juga menjadi salah satu hal yang sangat penting bagi kehidupan umat manusia. Manusia lahir hanya dengan sedikit kemampuan yang dapat dilakukan secara sadar dan dengan mobilitas yang sangat terbatas. Manusia pada saat baru lahir (neonatal) sangat tidak berdaya dan sangat menggantungkan diri pada orang lain dan pada refleks untuk perlindungan dan kelangsungan hidupnya.

Selain gerak refleks yang dilakukan tanpa kesadaran, ada juga gerak refleks yang dilakukan dengan sadar (*postular reflex*). Gerak refleks ini dianggap sebagai dasar dari gerakan-gerakan pada masa



datang, karena rangsangan timbul dari pusat otak. Gerak refleks postural ini diintegrasikan, dimodifikasi, dan diterapkan secara langsung ke dalam pola-pola gerakan secara sadar yang lebih kompleks. Contoh, gerak refleks berjalan, seorang bayi jika diangkat dengan kedua kaki menyentuh lantai, maka tekanan pada telapak kaki akan merangsang kaki untuk melakukan aksi berjalan. Jadi, gerak refleks memberikan suatu gerak otomatis untuk mencapai gerakan-gerakan pada masa datang. Gerak refleks ini akan digabung dengan pola-pola gerak yang dilaksanakan secara sadar dan diperlukan untuk memulai gerak dengan mengembangkan otot. Bentuk-bentuk perilaku gerak yang dilakukan secara tidak sadar pada usia dini sangatlah penting dalam menentukan tingkat kematangan syaraf pada bayi.

2.1. JENIS - JENIS GERAK REFLEKS PADA ANAK

Bentuk gerakan pada tahapan ini tidak direncanakan, merupakan dasar dari perkembangan motorik. Melalui gerak refleks bayi memperoleh informasi tentang lingkungannya, seperti reaksi terhadap sentuhan, cahaya, suara. Gerakan ini berkaitan dengan meningkatnya pengalaman anak untuk mengenal dunia pada bulan-bulan pertama mengenal kehidupan setelah kelahiran. Oleh karena itu kegiatan bermain sangat penting untuk menolong anak belajar tentang dirinya dan dunia luar. Tahapan gerak refleks terbagi atas dua bentuk yaitu;

1. Refleks sederhana (0-4 bulan)

Gerak ini dikelompokkan sebagai kumpulan informasi, mencari makanan, dan respon melindungi. Mengumpulkan informasi membutuhkan rangsangan untuk berkembang. Kemampuan mencari makanan dan respon melindungi merupakan bentuk alami yang dimiliki manusia. Contoh gerak refleks sederhana seperti, bertumbuh dan menghisap.

2. Refleks tubuh (4 bulan – 1 tahun)

Refleks ini berkaitan dengan saraf motorik untuk keseimbangan, gerakan berpindah (lokomotor) dan manipulative (menjalankan) yang kemudian akan terkontrol. Refleks langkah dasar dan merangkak terkait dengan gerakan dasar untuk berjalan.

2.2. PRINSIP – PRINSIP PERKEMBANGAN GERAK REFLEKS PADA ANAK

Perkembangan motorik tergantung pada kematangan otot dan syaraf. Perkembangan bentuk kegiatan motorik yang berbeda sejalan dengan perkembangan daerah (areas) sistem syaraf yang berbeda. Karena perkembangan pusat syaraf yang lebih rendah, yang bertempat dalam urat tulang syaraf belakang, pada waktu lahir berkembangnya lebih baik ketimbang pusat syaraf yang lebih tinggi yang berada dalam otak, maka gerak refleks pada waktu lahir lebih baik dikembangkan dengan sengaja ketimbang dibiarkan berkembang sendiri. Dalam waktu yang singkat sesudah lahir, gerak refleks penting yang diperlukan untuk hidup seperti mengisap, menelan, berkedip, merenggutkan lutut, dan refleks unit daging tempurung lutut, bertambah kuat dan terkoordinasi secara lebih baik. Tahapan perkembangan gerak refleks yang dialami anak saat usia balita, sebagai berikut:

1. Tahap Gerak Refleks Telapak Tangan (*palmar grasp refleks*)



Tahapan gerak refleks telapak tangan merupakan salah satu dari seluruh refleks bayi yang paling dikenal dan merupakan salah satu yang paling awal muncul pada usia balita. Gerak refleks ini merupakan respons yang ditampilkan terhadap rangsangan yang halus pada telapak tangannya. Apabila telapak tangan dirangsang dengan apa saja, maka keempat jari tangan secara spontan akan menutup, meskipun ibu jari tidak memberikan respons terhadap rangsangan ini. Namun gerak refleks tangan ini menjadi ciri khas dari perkembangan motorik yang diperlihatkan anak balita. Jadi pada tahapan ini anak balita sudah memiliki kemampuan menggunakan telapak tangannya sebagai alat komunikasi dengan ibunya, seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

2. Tahap Gerak Refleks Menghisap (*sucking refleks*)

Tahapan gerak refleks menghisap dilakukan oleh bibir yang mendapat rangsangan, misalnya sentuhan susu ibu. Rangsangan ini sebenarnya menimbulkan dua respons yang berkaitan dengan menghisap. (1) terbentuk tekanan negatif di dalam oral sehingga timbul aksi menghisap, dan (2) lidah akan menimbulkan tekanan positif, lidah akan menekan ke arah atas dan sedikit ke arah depan dengan setiap aksi menghisap. Setelah diberikan rangsangan yang sesuai akan terjadi serangkaian gerakan menghisap, masing-masing gerakan ini terdiri dari penerapan tekanan positif dan negatif secara serentak. Jadi, pada tahapan ini bayi sudah memiliki kemampuan menghisap seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

3. Tahap Gerak Refleks Pencarian (*search refleks*)

Tahapan gerak refleks pada pencarian ini membantu bayi mendapatkan sumber makanan dan kemudian refleks menghisap membuat bayi dapat mencerna makanan. Refleks ini pada umumnya dapat ditimbulkan dengan sentuhan lembut pada daerah sekitar mulut. Jadi, pada tahapan ini anak sudah memiliki kemampuan melakukan pencarian sesuatu dengan gerakannya seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

4. Tahap Gerak Refleks Moro (*moro refleks*)

Tahapan gerak refleks moro paling bermanfaat untuk mendiagnosis kematangan neurologis bayi. Gerak refleks ini sering kali muncul pada saat lahir dan berakhir pada saat bayi berumur 4 s/d 6 bulan. Salah satu rangsangan untuk membangkitkan refleks moro adalah dengan jalan menelentangkan bayi di atas kasur. Rangsangan ini akan membuat lengan, jari-jari, dan kaki meregang. Jadi pada tahapan ini anak sudah memiliki kemampuan melakukan gerak refleks moro seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

5. Tahap Gerak Refleks tidak Simetrik Leher (*asymmetrical tonic neck refleks*)

Tahapan gerak refleks tidak simetrik leher pada umumnya dapat dilihat pada bayi yang lahir prematur. Refleks ini dapat muncul jika bayi dalam keadaan telungkup. Jika kepala bayi diputar ke salah satu sisi atau yang lainnya, maka anggota tubuh yang searah dengan perputaran tersebut akan membuka, sedangkan anggota tubuh pada arah berlawanan akan menutup. Gerak refleks ini biasanya paling



bertahan hingga bayiberusia 2 s/d 3 bulan,selanjutnya akan menghilang. Jadi, pada tahapan ini anak sudahmemiliki kemampuangerak refleks tidak dimentrik seperti yang tampak pada gambardi bawah ini.

6. Tahapan Gerak Refleks Simetrik Leher (*symmetrical tonic neck refleks*)

Tahapan gerak refleks simetrik pada leher memberikan respons yang sama dengan anggota tubuhnya. Respons simetris ini dapat timbul dengan jalan menempatkan bayi dalam posisi duduk yang ditumpu (dipegang orang dewasa). Jika bayi dimiringkan cukup jauh ke belakang, maka leher akan memanjang, yang sesuai dengan refleks membuka tangan dan menutup kaki. Namun, apabila dimiringkan ke depan maka terjadi refleks yang sebaliknya. Apabila refleks ini bertahan lama akan menimbulkan hambatan pada kemampuan bayi dalam mengangkat kepala dengan sadar saat berada dalam posisi telungkup. Jadi, pada tahapan ini anak sudah memiliki kemampuan refleks simetrik pada bagian leher seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

7. Tahap Gerak Refleks Telapak Kaki (*plantar grasp refleks*)

Tahapan gerak refleks ini normalnya dapat dilihat pada anak mulai dari sejak lahir hingga sepanjang tahun pertama usia bayi tersebut. Refleks ini dapat ditimbulkan dengan jalan menerapkan sedikit tekanan, biasanya dengan ujung jari, pada tumit kaki, yang membuat seluruh jari kaki menutup. Gerakan menutup ini sebagai upayanya untuk menangkap rangsangan. Refleks ini harus lebih dahulu dilampaui sebelum anak dapat berdiri dengan tegak, berdiri sendiri, dan berjalan. Jadi, pada tahapan ini anak sudah dapat melakukan gerak refleks telapak kaki seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

8. Tahap Gerak Refleks kedua Telapak Tangan (*palmar mandibular refleks*)

Tahapan gerak refleks ini dapat muncul dengan jalan menerapkan tekanan secara serentak terhadap telapak dari masing-masing tangan, sehingga akan menimbulkan semua atau salah satu dari respons berikut: mulut terbuka, mata tertutup, dan leher menekuk. Gerak refleks ini juga timbul jika tangan bayi itu dirangsang. Refleks ini biasanya hilang setelah bayi berumur 3 bulan. Jadi, pada tahapan ini anak sudah dapat melakukan gerak refleks dengan dua tangan seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

9. Tahap Gerak Refleks Berjalan Kaki (*stepping refleks*)

Tahapan gerak refleks ini merupakan gerakan yang sangat penting yang dilakukan secara sadar, yaitu berjalan kaki. Gerak ini dapat ditimbulkan dengan mengangkat bayi pada posisi tegak dengan kaki menyentuh lantai. Tekanan pada telapak kaki akan membuat kaki mengangkat dan selanjutnya diturunkan. Aksi kaki ini sering muncul secara bergantian, dan oleh karena mirip dengan gerakan berjalan yang masih pemula. Refleks ini sering disebut juga dengan refleks berjalan, namun tidak disertai oleh stabilitas atau gerakan lengan yang terjadi jika berjalan secara sadar. Jadi, pada tahapan ini anak sudah dapat melakukan gerak refleks berjalan kaki seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

10. Tahap Gerak Refleks Berenang (*swimming refleks*)

Tahapan Gerak refleks ini sangat luar biasa, karena gerakannya seperti orang berenang gaya dada. Gerakan ini umumnya dilakukan dengan tidak sadar. Untuk menimbulkan respons ini, bayi harus



dipegang dalam posisi telungkup (horizontal) seperti di atas sebuah permukaan meja atau lantai, di atas air, atau di dalam air. Respons terhadap rangsangan ini adalah gerakan tangan dan kaki seperti berenang yang terkoordinasi dengan sangat baik. Gerakan-gerakan ini dapat diamati mulai dari minggu ke 2 setelah lahir dan akan tetap bertahan hingga bayi berumur 5 bulan. Pengenalan gerakan ini memberikan kontribusi yang sangat besar terhadap popularitasnya program berenang pada bayi. Jadi, pada tahapan ini anak sudah dapat melakukan gerak berenang seperti yang tampak pada gambar di bawah ini.

KESIMPULAN

Manusia dalam hidupnya selalu tumbuh dan berkembang. Perkembangan tersebut meliputi salah satunya perkembangan motorik, baik motorik halus ataupun motorik kasar. Perkembangan motorik itu berupa gerak refleks dan gerak sadar. Gerak refleks merupakan gerak yang terjadi tanpa disadari dan terjadi secara tiba-tiba. Pada bayi gerak refleks tersebut sangat penting untuk diketahui terutama oleh ibunya. Karena gerakan itu merupakan indikator perkembangan seorang bayi, apakah ia berkembang dengan baik atau tidak. Pada awalnya sebagian besar gerakan bayi dipicu oleh refleks, gerakan naluriah sebagai tanggapan terhadap rangsangan. Bentuk gerakan pada tahapan ini tidak direncanakan, merupakan dasar dari perkembangan motorik. Melalui gerak refleks bayi memperoleh informasi tentang lingkungannya, seperti reaksi terhadap sentuhan, cahaya, suara. Gerakan ini berkaitan dengan meningkatnya pengalaman anak untuk mengenal dunia pada bulan-bulan pertama mengenal kehidupan setelah kelahiran. Oleh karena itu kegiatan bermain sangat penting untuk menolong anak belajar tentang dirinya dan dunia luar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S, dkk., *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Gerak Refleks Anak*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Lutan, R, 1988, *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori Dan Metode*, Jakarta : P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud
- Rahyubi, H, 2012, *Teori-Teori Belajar Dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Bandung: Penerbit Nusa Media.
- Suryanto, S, 2005. *Dasar-dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.
- Yusuf, 2006. *Perkembangan Refleksi Anak*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.