BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa kanak-kanak merupakan periode keemasan yang tidak dapat terulang kembali, sehingga setiap proses di dalamnya harus diperhatikan dengan saksama. Anak usia dini merupakan individu pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Masa ini, khususnya pada rentang usia 0–6 tahun yang dikenal sebagai *golden age*, merupakan periode krusial dalam pembentukan dasar kepribadian, moral, dan spiritual anak (Jannah et al., 2026). Artinya, setiap aspek perkembangan pada masa ini saling berkelanjutan dan akan menentukan kualitas hidup anak di masa depan. Hal ini diperkuat oleh Rahmat (2018 dalam Mustikhatul et al., 2025) yang menyatakan bahwa perkembangan manusia secara umum ditandai oleh adanya proses perubahan pada struktur tubuh, meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, serta fungsi berbagai organ tubuh lainnya.

Dalam konteks pendidikan anak usia dini, perkembangan setiap aspek anak saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Lembaga PAUD memiliki tanggung jawab besar bukan hanya dalam mengasah kognitif, melainkan juga harus menyediakan ruang yang cukup bagi fisik anak untuk berkembang. Oleh karena itu, lembaga PAUD perlu memfasilitasi kegiatan yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga memberikan kesempatan luas bagi anak untuk bergerak aktif dan bereksplorasi. Kesempatan gerak yang tersedia diharapkan mampu mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal sesuai dengan fasenya (Utaminingtyas, 2019). Hal ini membuktikan bahwa lingkungan sekolah harus menjadi tempat yang aman sekaligus menantang bagi fisik anak. Di

lingkungan PAUD dan TK, perkembangan anak didukung melalui berbagai aktivitas fisik yang terintegrasi dalam kegiatan bermain sehari-hari (Mustaqim, 2024).

Kebutuhan anak untuk bergerak bukan sekadar luapan energi, melainkan cara alami tubuh untuk mengasah kematangan saraf dan ototnya. Karakteristik alami anak usia 5–6 tahun yang memiliki energi besar mendorong mereka untuk selalu aktif bergerak, bereksplorasi, maupun berinteraksi dengan lingkungannya. Aktivitas fisik inilah yang memegang peranan kunci dalam mengoordinasikan kerja otot dan saraf untuk mengembangkan keterampilan motorik, baik kasar maupun halus. Fokus pada kematangan motorik kasar menjadi sangat penting karena inilah fondasi utama bagi anak untuk melakukan gerakan yang lebih kompleks. Sejalan dengan hal tersebut, Tarigan dan Bukit (2022) menjelaskan bahwa pada rentang usia ini, anak menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar yang signifikan mencakup gerak lokomotor, non-lokomotor, dan gerak manipulatif.

Di antara ketiga jenis gerakan tersebut, penelitian ini memfokuskan pengkajian pada gerak manipulatif karena dalam pelaksanaannya anak perlu menyesuaikan koordinasi tubuh mereka dengan kontrol terhadap objek yang digunakan. Menurut Haywood & Getchell (2019), gerak manipulatif merupakan kemampuan anak dalam mengontrol objek menggunakan tangan atau kaki yang mencakup koordinasi untuk meraih, menggenggam, dan menangkap objek, serta kemampuan melontarkan objek dengan mengarahkan gaya seperti pada aktivitas melempar dan menendang. Berdasarkan karakteristik tersebut, penguasaan gerakan dasar ini menjadi indikator mendasar bagi kesiapan fisik anak. Hal ini

sejalan dengan Utoyo (2026) yang menegaskan bahwa kemampuan gerak manipulatif, seperti melempar dan menangkap benda, merupakan aspek penting dalam perkembangan motorik anak usia dini..

Penting untuk disadari bahwa perkembangan fisik anak tidak berdiri sendiri, melainkan berdampak langsung pada kelangsungan aktivitasnya sehari-hari. Secara teoritis, variasi aktivitas bermain yang dilakukan anak secara alami terbukti berkontribusi positif terhadap keterampilan gerak manipulatif anak dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Ardanari et al., 2020). Namun, penelitian empiris yang dilakukan oleh Malika et al. (2022) menemukan fakta di lapangan bahwa tingkat pencapaian keterampilan motorik kasar anak usia prasekolah pada kenyataannya masih menunjukkan hasil yang bervariasi atau berada pada kategori rata-rata, adanya kesenjangan antara kondisi ideal dengan realita capaian anak di lapangan ini memunculkan pertanyaan akademis mengenai sejauh mana kebiasaan gerak harian anak benar-benar berkaitan dengan keterampilan fisiknya. Oleh karena itu, penguasaan kemampuan gerak dasar yang matang diyakini akan menjadi modal utama bagi kesiapan anak untuk mengikuti berbagai aktivitas rutin jasmani selama berada di lingkungan sekolah.

Ketika anak merasa mampu melakukan gerakan fisik dengan baik, mereka akan lebih tanggap untuk mengeksplorasi rutinitas pergerakan yang baru. Namun, perlu dipahami bahwa kematangan gerak manipulatif tersebut tidak muncul secara tiba-tiba. Perkembangan motorik pada dasarnya menjadi suatu reaksi perubahan terhadap kesiapan otot dan syaraf dalam membentuk suatu gerak pada seseorang (Yudanto, 2020). Kesiapan sistem otot dan saraf ini tentunya sangat bergantung pada seberapa sering anak menggunakan tubuhnya untuk bergerak aktif di

kesehariannya. Secara teoritis, tingkat aktivitas fisik pada masa kanak-kanak memang memiliki keterkaitan dengan penguasaan keterampilan motorik harian mereka (Robinson et al., 2015). Berangkat dari hal tersebut, maka tinggi rendahnya tingkat intensitas aktivitas fisik yang ditunjukkan anak dalam pergerakan alaminya sehari-hari diasumsikan akan berjalan selaras dan menjadi faktor yang menyertai tingkat pencapaian kemampuan gerak manipulatif yang mereka miliki.

Secara ideal, rutinitas aktivitas fisik keseharian sejatinya memiliki peran penting dalam mendukung kematangan motorik kasar anak (Septianingsih, 2024), di mana kemampuan gerak manipulatif menjadi salah satu keterampilan spesifik yang sangat krusial di dalamnya. Pelaksanaan aktivitas fisik tersebut umumnya difasilitasi oleh lembaga PAUD dan TK melalui berbagai kegiatan yang sesuai dengan usia dan kemampuan anak (Mustaqim, 2024). Selain itu, guru dan tenaga pendidik berperan dalam membimbing serta mengarahkan kegiatan agar berlangsung secara aman, teratur, dan bermakna (Erdilanita & Fadhli, 2021). Namun, realita yang peneliti temukan saat melakukan observasi di lapangan menunjukkan kondisi yang berbeda. Ketersediaan kegiatan fisik di sekolah ternyata tidak secara otomatis menjamin seluruh anak akan bergerak dengan tingkat intensitas yang sama. Baik dalam kegiatan terstruktur maupun saat bermain di luar kelas, respons yang ditunjukkan anak sangat beragam. Ada anak yang antusias dan mampu mengikuti kegiatan dengan aktif, namun ada pula anak yang cepat merasa lelah, kurang berani mencoba, atau cenderung memilih aktivitas santai dan tidak terlibat secara aktif.

Tingkat intensitas aktivitas fisik ini menjadi poin yang menarik untuk diteliti, karena setiap tingkat partisipasi anak yang berbeda dapat berkaitan dengan kemampuan fisik mereka. Sejalan dengan hal tersebut, aktivitas fisik yang dilakukan secara konsisten dan bervariasi menjadi sarana efektif dalam mendukung perkembangan anak secara menyeluruh (Mayar & Sriandila, 2021). Kondisi inilah yang mendasari perlunya pengamatan aktivitas fisik secara lebih terukur. Dalam mengukur aktivitas fisik, Wicaksono & Handoko (2020) memaparkan bahwa terdapat tiga hal utama yang harus diperhatikan, yaitu intensitas, durasi, dan frekuensi. Di antara ketiga faktor tersebut, intensitas merupakan salah satu bagian yang diperhatikan dalam penelitian ini. Terkait hal ini, Maulana & Rochmania (2020) menjelaskan bahwa intensitas menunjukkan seberapa besar pengerahan tenaga suatu gerakan yang dilakukan dalam periode waktu tertentu, sehingga semakin aktif gerakan yang dilakukan per unit waktu, maka akan semakin tinggi pula tingkat intensitasnya. Menurut Larasati et al. (2021), Aktivitas fisik dengan intensitas sedang hingga berat diketahui memiliki peran penting dalam mendukung kemampuan motorik kasar anak.

Tingkat intensitas ini berkaitan erat dengan seberapa lama anak aktif bergerak selama mereka berada di sekolah. Sehubungan dengan hal tersebut, Wicaksono & Handoko (2020) secara spesifik merekomendasikan bahwa anak-anak pada rentang usia 5 hingga 17 tahun paling tidak harus mengakumulasikan 60 menit aktivitas fisik dengan intensitas sedang hingga berat setiap harinya. Kematangan fisik yang terbentuk dari rentang intensitas tersebut merupakan fondasi bagi anak agar mampu melakukan gerak manipulatif dengan baik, seperti melempar, menangkap, dan menendang. Berdasarkan paparan tersebut, observasi

terhadap aktivitas anak di luar jam terstruktur tidak cukup hanya dengan melihat seberapa lama mereka bergerak, melainkan untuk mengetahui apakah tingkat intensitas aktivitas fisik tersebut memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan gerak manipulatif anak.

Berdasarkan pengamatan awal yang dilakukan di TK Amal Shaleh pada kelas B usia 5–6 tahun, ditemukan adanya keragaman dalam tingkat intensitas aktivitas fisik anak saat berada di sekolah. Hal ini terlihat baik pada kegiatan terstruktur yang diarahkan guru seperti senam irama dan permainan motorik, maupun pada kegiatan tidak terstruktur saat anak bermain bebas pada jam istirahat. Pada pengamatan tersebut, terlihat bahwa tingkat intensitas aktivitas fisik setiap anak tidaklah sama di setiap momen kegiatan. Sebagai gambaran, pada kegiatan senam irama, dari 22 anak yang diamati, ada sekitar 12 anak yang mengikuti rangkaian gerakan secara penuh dari awal hingga akhir dan menunjukkan tingkat intensitas aktivitas fisik sedang hingga berat. Sementara itu, terdapat 6 anak yang hanya melakukan sebagian gerakan, dan sisanya 4 anak lebih banyak berdiri atau duduk menonton teman yang menunjukkan tingkat intensitas aktivitas fisik rendah atau pasif.

Kondisi perbedaan tingkat intensitas aktivitas fisik yang nyata ini juga ditemukan Kembali saat anak bermain bebas di luar jam pelajaran. Berdasarkan pengamatan tersebut, terlihat bahwa anak-anak dengan tingkat intensitas aktivitas fisik yang rendah memperlihatkan variasi yang berbeda dalam melakukan koordinasi gerakan saat bermain dengan objek tertentu. Perbedaan tingkat intensitas aktivitas fisik selama di sekolah ini diduga berkaitan dengan

kemampuan gerak manipulatif anak, seperti saat mereka mencoba melempar atau menendang bola di area bermain.

Fenomena tersebut menjadi alasan ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai apakah terdapat hubungan antara tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif anak. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keterkaitan antara kedua variabel tersebut pada anak usia 5–6 tahun di TK Amal Shaleh. Pada pelaksanaannya, guru di TK Amal Shaleh telah memiliki sistem penilaian rutin untuk memantau perkembangan tersebut. Penilaian kemampuan motorik kasar anak dilakukan melalui pengamatan langsung selama kegiatan pembelajaran, yang kemudian dicatat menggunakan kategori Belum Berkembang (BB), Mulai Berkembang (MB), dan Berkembang Sesuai Harapan (BSH). Instrumen yang digunakan sekolah tersebut berfungsi sebagai alat pemantauan harian dan pelaporan kepada orang tua sesuai indikator yang telah ditetapkan sekolah. Namun, untuk mendukung analisis data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen standar yang memiliki kriteria penilaian berskala internasional.

Berdasarkan kebutuhan tersebut, pengkajian ini akan menggunakan instrumen standar untuk mendapatkan data kuantitatif yang terukur. Pengukuran tingkat intensitas aktivitas fisik anak akan diobservasi secara sistematis pada jam istirahat sekolah menggunakan instrumen *Observational System for Recording Physical Activity in Children* (OSRAC-P) (Brown et al., 2002). Pengamatan di luar jam terstruktur ini sengaja dipilih untuk merekam tingkat pergerakan murni anak secara natural saat bermain bebas, tanpa adanya arahan atau instruksi khusus dari guru. Sementara itu, untuk menilai spesifikasi kemampuan gerak manipulatif

anak seperti gerakan melempar, menangkap, dan menendang—penilaian dilakukan menggunakan instrumen *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2) yang dibatasi khusus pada subtes manipulatif (Ulrich, 2000). Pengukuran ini murni dilakukan untuk memotret kemampuan aktual anak apa adanya, tanpa memberikan perlakuan (*treatment*) atau program pelatihan apa pun sebelumnya. Pendekatan ini selaras dengan tujuan penelitian yang berfokus untuk mencari hubungan secara alami, bukan untuk menguji pengaruh dari sebuah tindakan.

Langkah ini diambil agar hasil pengukuran variabel sesuai dengan standar instrumen yang digunakan dalam penelitian mengenai tingkat intensitas aktivitas fisik dan kemampuan gerak manipulatif anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Vikana (2022) yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Meskipun sama-sama menggunakan instrumen TGMD-2, pengkajian ini secara spesifik berfokus menilai kemampuan gerak manipulatif anak. Selain itu, penelitian ini juga memiliki kebaruan (*novelty*) karena dilakukan pada lokasi yang berbeda, sekaligus menggunakan instrumen yang berbeda pula dalam mengukur tingkat intensitas aktivitas fisik anak.

Berdasarkan latar belakang di atas, dilakukan pengkajian lebih lanjut dalam penelitian yang berjudul: **"Hubungan Tingkat Intensitas Aktivitas Fisik Dengan Kemampuan Gerak Manipulatif Anak Usia 5–6 Tahun Di TK Amal Shaleh Medan".** Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai hubungan antara tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif anak di TK Amal Shaleh.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kemampuan gerak manipulatif anak usia 5–6 tahun di TK Amal Shaleh, antara lain:

1. Anak-anak menunjukkan perbedaan kemampuan gerak manipulatif yang diduga akibat perbedaan tingkat intensitas aktivitas fisik saat di sekolah.
2. Anak-anak dengan tingkat intensitas aktivitas fisik rendah diduga menunjukkan hambatan dalam melakukan koordinasi gerakan melempar, menangkap, dan menendang.
3. Adanya dugaan mengenai hubungan antara tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif pada anak usia 5–6 tahun di TK Amal Shaleh yang memerlukan pengujian statistik lebih lanjut.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka penelitian ini dibatasi pada sebagai berikut:

1. Subjek penelitian dibatasi pada anak usia dini kelompok B (rentang usia 5–6 tahun) di TK Amal Shaleh.
2. Variabel bebas difokuskan pada tingkat intensitas aktivitas fisik anak (diam/pasif, gerakan lambat, sedang, hingga cepat) yang diukur menggunakan instrumen Observational System for Recording Physical Activity in Children (OSRAC).
3. Variabel terikat dibatasi pada kemampuan gerak manipulatif anak yang mencakup koordinasi kontrol objek (melempar, menangkap, dan

menendang) menggunakan instrumen Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2).

4. Pengamatan tingkat intensitas aktivitas fisik dilakukan pada saat jam istirahat (aktivitas bebas) di lingkungan sekolah untuk mendapatkan gambaran intensitas yang alami, sedangkan penilaian gerak manipulatif dilakukan melalui tes langsung.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif pada anak usia 5–6 tahun di TK Amal Shaleh?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif anak usia 5-6 tahun di TK Amal Shaleh Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

   Hasil penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pendidikan anak usia dini, khususnya dalam memahami hubungan tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif. Penelitian

ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan keilmuan terkait stimulasi motorik dan perkembangan fisik anak usia dini.

2. Manfaat Praktis
   a. Bagi Guru dan Tenaga Pendidik, Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya tingkat intensitas aktivitas fisik dalam mendukung kemampuan gerak manipulatif anak, sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan guru dalam merancang kegiatan bermain yang mendukung koordinasi gerak anak.
   b. Bagi orang tua, Penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi bagi orang tua untuk memahami bahwa tingkat intensitas aktivitas fisik anak sehari-hari berpengaruh pada kematangan gerak manipulatifnya, sehingga orang tua dapat lebih mendukung keaktifan fisik anak di rumah.
   c. Bagi Pembaca dan Peneliti Selanjutnya, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji hubungan antara tingkat intensitas aktivitas fisik dengan kemampuan gerak manipulatif anak usia dini dengan cakupan dan variabel yang lebih luas.