

Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak	ISSN Cetak : 2477-4189	Diterima : 27 Oktober 2016
Vol. 2 (2), 2016	ISSN Online : 2477-4715	Direvisi : 19 November 2016
DOI:-		Disetujui : 4 Desember 2016

Available online on: <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/alathfal>

## Alternatif Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Dengan Aktivitas Akuatik (Berenang)

**Yudha Febrianta**

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: [yudha.febrianta@yahoo.co.id](mailto:yudha.febrianta@yahoo.co.id)

### **Abstract**

*Early childhood is the golden age that have just come onces in a lifetime and can not be repeated. At that time the child is specifically easy to receive various stimuli from the surrounding environment. The development of the child occurring since the age of 0-4 years old of the same magnitude with the developments in the age of 4-8 years. Swimming is a sport that involves all the muscles in all parts of the body. Water sports also launched vital organs such as the heart and lungs to trained in accordance with their performance. Because swimming makes the muscles of the chest and lungs inflate and create the capacity the greater. So that supports the ability of physical or motor development of children to be good. As for the benefits of swimming in early childhood, among others, the following : (a) Increase IQ, (b) Easy to learn, (c) high endurance, (d) Forming kepribadaian, (e) Establish a close relationship with the child, (f) Provide stimulation on the motor, (g) to Train self-confidence and courage of the child, (h) Train the social skills of the child, (i) Accelerating growth , (j) Trains the sense of balance, (k) used to the water, (l) Assist the development of terms, (m) That are not easily surprised, (n) So not fussy at bath, (o) Assist the adaptation of the baby in another place, (p) Help the child to think, learn and problem solving, (q) the Means of expression of the child.*

**Keywords:** *motoric ability; aquatic activity*

### **Abstrak**

Pendidikan anak usia dini merupakan masa dini bagi anak merupakan masa emas (*the golden age*) yang hanya datang sekali seumur hidup dan tidak dapat diulang. Dimana ppada masa itu anak

secara khusus mudah menerima berbagai stimulus dari lingkungan sekitarnya. Perkembangan anak yang terjadi sejak usia 0-4 tahun sama besarnya dengan perkembangan yang terjadi pada usia 4-8 tahun. Berenang adalah olahraga yang melibatkan semua otot di seluruh bagian tubuh. Olahraga air ini juga melancarkan organ-organ vital seperti jantung dan paru-paru hingga terlatih sesuai dengan kinerjanya. Karena berenang membuat otot dada dan paru-paru mengembang dan membuat kapasitas semakin besar. Sehingga mendukung kemampuan fisik atau motorik anak menjadi baik. Adapun manfaat berenang pada anak usia dini antara lain, sebagai berikut : (a) Meningkatkan IQ, (b) Mudah belajar, (c) Daya tahan tubuh tinggi, (d) Membentuk kepribadian, (e) Menjalin kedekatan dengan anak, (f) Memberikan stimulasi pada motorik, (g) Melatih rasa percaya diri dan keberanian anak, (h) Melatih kemampuan sosial anak, (i) Mempercepat pertumbuhan , (j) Melatih keseimbangan, (k) Terbiasa dengan air, (l) Membantu perkembangan syarat, (m) Agar tidak mudah terkejut, (n) Agar tidak rewel saat mandi, (o) Membantu adaptasi bayi di tempat lain, (p) Membantu anak untuk berfikir, belajar dan problem solving, (q) Sarana berekspresi anak.

**Kata kunci:** kemampuan motoric; aktivitas akuatik

## Pendahuluan

Pertumbuhan dari perkembangan anak usia dini merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia dimasa depan. Dengan demikian, untuk menyiapkan sumber daya yang berkualitas perlu diberikan stimulus secara holistik dari proporsional kepada anak sehingga memberikan hasil yang optimal dalam pertumbuhan dari pekembangannya. Konsep tersebut sejalan tujuan dari pembangunan nasional yaitu membangun manusia seutuhnya. Artinya membangun bukan saja ditujukan untuk mengejar kemajuan fisik, melainkan membangun sumber daya manusia dalam mempersiapkan generasi penerus yang berkualitas. Menurut Fasli Jalal (Buletin Padu,2002:9) bahwa tantangan yang harus dijawab diantaranya dengan ketersediaan sumber daya manusia yang sanggup menghadapi tantangan yang ada. Pengembangan sumber daya manusia dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, yang antara lain ditandai oleh semakin meningkatnya mutu kehidupan bangsa dari martabat bangsa Indonesia di tengah-tengah peradaban dunia. Secara umum permasalahan pendidikan yang sangat mendasar masih berkisar pada belum tercapainya pemerataan dan rendahnya kualitas hasil pendidikan.

Pendidikan anak usia dini merupakan masa dini bagi anak merupakan masa emas (*the golden age*) yang hanya datang sekali seumur hidup dan tidak dapat diulang. Dimana ppada masa itu anak secara khusus mudah menerima

berbagai stimulus dari lingkungan sekitarnya. Perkembangan anak yang terjadi sejak usia 0-4 tahun sama besarnya dengan perkembangan yang terjadi pada usia 4-8 tahun. Ketika usia itu biasanya anak usia dini sudah bisa mengerti dan memahami apa saja yang ada di lingkungan sekitarnya. Masa usia dini merupakan masa yang paling tepat dalam mengembangkan aspek fisik, motorik kasar, motorik halus serta sosial emosional, bahasa, moral dan agama. Untuk mengembangkan fisik motorik kepada anak harus dimulai sejak anak masih dini sehingga membantu anak agar bisa mengenal dan mengerti apa yang telah diajarkan orang tuanya. Melalui kegiatan gerak dasar dan olahraga anak usia dini dikenalkan dengan berbagai gerakan-gerakan dasar seperti tengkurap, berdiri, berjalan, menendang dan sebagainya. Pengenalan fisik motorik, yang merupakan motorik kasar pada anak seperti gerakan-gerakan dasar pada anak dikenalkan melalui kegiatan berolahraga

Banyak cara untuk menstimulasi anak usia 0-5 tahun, salah satunya dengan cara bermain. Karena pada usia tersebut merupakan masa emas pertumbuhan otak, di mana stimulasi, perkembangan kognisi, sosial dan emosi anak mencapai tahap optimal.

Dalam mengembangkan aspek motorik pada anak sebenarnya banyak cara yang dapat dilakukan oleh orang tua atau pengajar. Antara lain cara mengembangkan aspek motorik pada anak dengan melakukan kegiatan di dalam air. Anak dapat bermain dalam air sesuka mereka. Anak dapat bermain aktif di dalam air sesuka mereka dengan berbagai permainan dan gerak. Namun, harus ada pengawasan khusus apabila anak bermain di air.

Salah satu kegiatan yang bermanfaat bagi anak di dalam air yaitu berenang atau aktifitas akuatik. Manfaat berenang bagi kesehatan sangat penting, berenang juga memiliki khasiat super bagi tubuh. Berenang merupakan salah satu olah raga air yang banyak dilakukan orang-orang sebagai kegiatan hobi yang menyenangkan, salah satu efek manfaatnya adalah badan yang terlihat tinggi.

Berenang memang menjadi aktivitas menyenangkan di kalangan semua usia. Sekarang berenang juga di jadikan sebagai sarana rekreasi keluarga, karena di tempat-tempat renang sekarang banyak di fasilitasi berbagai macam permainan. Hal tersebut merupakan cara yang tepat untuk memperkenalkan olahraga renang pada anak-anak melalui permainan.

## **Pembahasan**

### **Kemampuan Motorik Kasar**

Menurut Decaprio (2013: 18) motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar yang ada dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri.

Sujiono (2010: 1.13) berpendapat bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar dari otot-otot besar pada tubuh anak.

Sedangkan menurut Rahyubi (2012: 222) aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya.

Dari beberapa diskripsi diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa, motorik kasar adalah sebuah gerakan yang dilakukan anak, menggunakan otot-otot besar yang ada di dalam tubuhnya, dimana otot-otot besar ini menjadi dasar dari gerakan yang dilakukan anak.

Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Mengembangkan kemampuan motorik kasar sangat diperlukan agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Seefel (dalam Moelichatoen, 1999), menggolongkan tiga ketrampilan motorik anak, yaitu:

- a. Ketrampilan loko motorik : berjalan, berlari, melompat, meluncur.
- b. Ketrampilan non lokomotor (menggerakkan bagian tubuh dengan anak diam di tempat) : mengangkat, Mendorong, melengkung, berayun, menarik.
- c. Ketrampilan manipulatif (memproyeksi) dan menerima atau menangkap benda : menangkap, melempar.

## Permainan dan Bermain

### Pengertian

Permainan dan bermain memiliki arti dan makna tersendiri bagi anak. Permainan memiliki arti sebagai sarana mensosialisasikan diri (anak) artinya permainan digunakan sebagai sarana membawa anak ke alam masyarakat. Mengenalkan anak menjadi anggota suatu masyarakat, mengenal dan menghargai masyarakat. Permainan sebagai sarana untuk mengukur kemampuan dan potensi diri anak. anak akan menguasai berbagai macam benda, memahami sifat-sifatnya maupun peristiwa yang berlangsung di dalam lingkungannya.

Bermain merupakan istilah yang digunakan secara bebas sehingga arti utama mungkin hilang, arti yang paling tepat ialah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir ( Hurlock, 2005), menurut Brooks, dkk. oleh Hurlock (2005) bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Menurut Foster (1973) yang dikutip oleh Hurlock, 2005 bermain adalah kegiatan yang dilakukan sesuai keinginan sendiri untuk memperoleh kesenangan, sedangkan menurut Smith (1991) oleh Hurlock, 2005 bermain adalah ungkapan bahasa secara alamiah yang diekspresikan melalui bio-psiko-sosial yang berhubungan dengan lingkungan.

Bermain adalah kegiatan yang dilakukan secara sukarela tanpa paksaan sehingga tidak menjadi beban tetapi menyenangkan dan memberi kepuasan bagi anak, selain itu bermain akan memberikan pengalaman dan pembelajaran bagi anak.

Permainan dan bermain bagi anak mempunyai beberapa fungsi dalam proses tumbuh kembang anak. Fungsi bermain terhadap sensoris motoris anak penting untuk mengembangkan otot-otot dan energi yang ada. Aktivitas sensorik motorik merupakan komponen yang paling besar pada semua usia, namun paling dominan pada bayi. Pada bayi seyogyanya mendapatkan stimulasi visual, pendengaran (verbal), sentuhan (taktil), dan stimulasi kinestetis (gerak).

Bermain dapat dilakukan dengan dan/atau tanpa alat permainan. Anak dapat menggunakan segala sesuatu yang ada didekatnya untuk bermain atau hanya dengan dirinya sendiri. Anak relatif bebas melakukan berbagai hal dalam permainan yang dilakukannya. Tidak ada paksaan bagi anak harus melakukan.

Dalam bermain anak melakukan berbagai kegiatan yang berguna untuk mengembangkan dirinya. Anak mengamati, mengukur, membandingkan, bereksplorasi, meneliti, dan masih banyak lagi yang dapat dilakukan anak. Situasi ini seperti ini sering dilakukan tanpa disadari bahwa ia telah melatih dirinya dalam beberapa kemampuan tertentu sehingga ia memiliki kemampuan baru.

Beberapa ahli psikologi memberi pandangan mereka tentang bermain

- a. Karl Groos mengemukakan bahwa bermain merupakan proses penyiapan diri untuk menyandang peran sebagai orang dewasa.
- b. Lazarus menyatakan bahwa bermain akan membangun kembali energi yang hilang sehingga diri mereka segar kembali.
- c. Sciller dan Spencer menyatakan bahwa bermain merupakan wahana untuk menggunakan energi yang berlebih sehingga anak terlepas dari tekanan.

Dari beberapa pandangan yang telah dikemukakan tersebut dapat dinyatakan bahwa bermain merupakan proses belajar baik disadari anak atau tidak anak lelah belajar sesuatu yang berguna bagi hidupnya. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa bermain bagi anak sangat besar manfaatnya.

### Karakteristik

Berdasarkan batasan dan pandangan bermain yang telah dikemukakan tersebut, dapat dinyatakan bahwa bermain memiliki karakteristik sebagai berikut :

- a. Bermain sebagai simbolis
- b. Memiliki penuh warna
- c. Bermain sebagai aktivitas
- d. Bermain sebagai sesuatu yang menyenangkan
- e. Bermain dilakukan atas kemauan sendiri (sukarela)
- f. Bermain sebagai *rule-governed*
- g. Bermain sebagai aktivitas satu episode

Dengan mengetahui ketujuh karakteristik tersebut dapat dinyatakan bahwa tidak semua aktivitas adalah permainan, dan tidak semua pengalaman yang penuh arti melibatkan permainan. Bagaimanapun masing-masing dari unsur itu menentukan karakter permainan.

Situasi bermain yang dilakukan anak sendiri, sering kali belum sepenuhnya dapat digunakan sebagai suatu situasi pembelajaran. Anak bermain

dengan kegiatan yang tidak berstruktur. Smith dan Noah (1998) mengemukakan bahwa bermain dengan stuktur yang tidak jelas akan berbahaya bagi perkembangan anak karena tidak belajar banyak. Tetapi dengan melihat kebutuhan anak, bermain dapat dijadikan sebagai pendekatan pembelajaran.

Menurut Dorothy, Roy, dan Simin (1977) bermain terdiri dari beberapa jenis yaitu bermain bebas, bermain dengan bimbingan, dan bermain dengan diarahkan. Ada juga yang melihat bermain dari jumlah anak yang terlibat. Ada yang bermain sendiri, berdua atau beramai-ramai. Bentuk-bentuk bermain ini dapat diterapkan dalam pendidikan anak termasuk kegiatan pendidikan di TK sebagai kegiatan belajar.

Bermain sebagai pendekatan pembelajaran, harus memperhatikan semua aspek dalam bermain. Permainan yang akan dilakukan harus direncanakan agar dapat membawa anak ke dalam situasi yang merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. dengan kata lain bermain membantu anak membentuk kemampuan lebih terarah dan mendasar.

Perkembangan fisik bagi anak-anak melibatkan dua wilayah koordinasi motorik penting, yaitu gerakan yang dikendalikan oleh otot-otot besar atau kasar dan yang dikendalikan oleh otot-otot kecil atau halus. Perkembangan motorik merupakan salah satu aspek pertumbuhan anak-anak yang begitu jelas dan terlihat, kadang kita menerimanya begitu saja. Sander (2006) menjelaskan bahwa sebagian besar anak secara alami mengembangkan setidaknya tingkat minimal kemampuan fisik hanya dengan bergerak di lingkungan rumah dan eskolah mereka setiap hari. Tetapi terlalu banyak anak tidak pernah mendapat kesempatan mengasah kemampuan fisik ke tingkat di mana mereka merasa mampu terlibat dalam permainan populer dan kegiatan fisik. Anak-anak yang tidak berpartisipasi atau tidak aktif secara fisik adalah anak yang mungkin mengalami kelebihan berat badan atau kegemukan.

Dengan memberikan anak untuk menikmati bermain aktif setiap hari memberikan manfaat tidak hanya meningkatkan perkembangan fisik dan menjaga anak tetap sehat, tetapi juga dapat melawan masalah kesehatan saat tumbuh lebih besar. Anak-anak membutuhkan banyak kesempatan untuk menggerakkan tubuhnya secara bebas dan percaya diri untuk menjadi bugar dan sehat. Anak-anak perlu mendapatkan keseimbangan antara permainan fisik dan kegiatan yang lebih tenang. Permainan yang penuh energi sering kali melibatkan interaksi dengan anak-anak lain, sehingga mengembangkan ketrampilan sosial anak. Anak belajar ketrampilan koordinasi melalui permainan aktif dan mengikuti aturan-aturan sederhana. Bermain aktif membantu mereka menguasai kemampuan, seperti menjaga keseimbangan, melompat, berlari serta memanjat.

Para ahli merekomendasikan agar anak-anak menghabiskan setidaknya satu jam perharinya untuk bermain aktif. Saat otak anak berkembang, begitu pula kemampuan tubuh untuk melakukan hal-hal tertentu.



## Berenang

Berenang bagi anak mungkin sangat mengasikkan dan merupakan olahraga yang banyak menggunakan ragam otot. Ada beberapa alasan baik untuk membawa anak berenang karena hal ini akan memberikan anak kesadaran tentang apa yang harus dilakukan ketika di dalam air dan membuat mereka lebih aman berada di dalam air atau sekitarnya. Ketika di air anak akan bisa belajar mengambang, memutar, merenggangkan dan bergerak dalam air jauh mereka sebelum mereka menguasai gaya apa pun. Meniup gelembung di air serta masuk dan ke luar air secara aman adalah keterampilan yang bermanfaat pula. Alat bantu seperti ban lengan, *armdisc*, *woggle*, dan baju renang berpelampung pinggang memberi anak kesempatan untuk menggerakkan lengan serta kakinya secara bebas di dalam air. Namun, hal tersebut tidak menjamin anak tidak tenggelam, sehingga orang tua atau pengajar harus tetap berada di dekatnya dan mengawasinya setiap saat.

Berenang adalah olahraga yang melibatkan semua otot di seluruh bagian tubuh. Olahraga air ini juga melancarkan organ-organ vital seperti jantung dan paru-paru hingga terlatih sesuai dengan kinerjanya. Karena berenang membuat otot dada dan paru-paru mengembang dan membuat kapasitas semakin besar. Berenang juga efektif membakar lemak. Menurut penelitian, 25% dari kalori bisa terbakar dengan berenang secara rutin. Selain itu, renang juga menguatkan tulang dan melenturkan urat syaraf, ini yang membuat daya tahan tubuh meningkat, sehat dan bugar.

Sebuah proyek penelitian Universitas Griffith menganalisa lebih 10 ribu anak lima tahun ke bawah untuk mengetahui pengaruh berenang terhadap perkembangan fisik, sosial, intelektual, dan kemampuan bahasa. Seperti dilansir dari Times of India, Profesor Robyn Jorgensen menyatakan bahwa anak yang memiliki rutinitas berenang cenderung lebih percaya diri dibandingkan dengan anak seusianya yang tak memiliki rutinitas tersebut.

Penelitian yang dilakukan setidaknya sudah berjalan selama dua tahun untuk merekam perkembangan anak-anak selama belajar berenang. Data yang mereka dapat cukup positif, anak-anak yang mengikuti sekolah berenang terlihat berkembang lebih bagus dalam kehidupannya.

Manfaat berenang pada anak usia dini antara lain, sebagai berikut :

### Meningkatkan IQ

Hasil penelitian di Melbourne, Australia menunjukkan secara statistis IQ anak-anak yang diajarkan berenang sejak bayi lebih tinggi ketimbang anak-anak yang tak diajarkan berenang atau diajarkan berenang setelah usia 5 tahun. Anak-anak tersebut diukur IQ-nya ketika mereka berusia 10 tahun. Tak hanya itu pertumbuhan fisik, emosional, dan sosialnya pun lebih baik. Hal ini disebabkan olah gerak tubuh mempengaruhi perkembangan otak dan pembentukan jaringan syaraf. Kelancaran sistem peredaran darah yang merupakan efek lain dari berenang juga menjamin otak tidak kekurangan nutrisinya serta menghalau berbagai penyakit.

Anak yang dilatih berenang akan mendapati tubuhnya dalam keadaan bugar sehingga mudah baginya untuk konsen terhadap suatu pelajaran. Dampak ini tentu akan mempengaruhi perkembangan secara umum.

### **Lebih mudah belajar**

Penelitian lain menunjukkan bayi lebih gampang diajarkan berenang ketimbang orang dewasa, karena bayi tak pernah memiliki faktor X semisal bahaya. Dikarenakan bayi belum mengerti bahaya dan sangat menyukai air sehingga ia pun akan suka diajak berenang. Hal itulah yang membuat bayi lebih mudah belajar berenang.

### **Daya tahan tubuh tinggi**

Renang termasuk jenis olahraga yang bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan seseorang. Olah raga renang adalah salah satu pilihan terbaik untuk bayi, karenan kebanyakan bayi suka dengan air. Otot-otot yang kaku dan keletihan dapat menyebabkan bayi rewel dan kurang optimal dalam pertumbuhan. Aktivitas dalam air saat renang dapat mengendurkan otot sehingga ia akan tertidur dan lelap dan lebih jarang menangis setelahnya. Selain itu, renang juga dapat melancarkan peredaran darah yang berdampak pada peningkatan daya tahan tubuh si buah hati. Gerakan dalam olahraga renang ini salh satunya juga dapat memperkuat jantung dan paru-paru.

Jangan takut anak akan masuk angin atau sakit bila berenang. Apabila berenang dilakukan dengan benar justru dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak. gerakan yang dilakukan saat anak berenang akan memperlancar sirkulasi darah dan kerja organ-organ tubuhnya. Juga, otot-otot tubuhnya akan kian lentur dan kuat sehingga daya tahan tubuhnya menjadi tinggi. Keuntungan lain adalah diduga anggota gerakan badan si kecil ketika berenang akan merangsang saraf-saraf tepinya. Kalau sudah begini, syaraf di otak akan menjadi aktif.

### **Membentuk kepribadian**

Berenang juga sarana tepat untuk membentuk kepribadian. Biasanya anak yang suka belajar berenang akan tumbuh menjadi anak yang percaya diri, bahagia, mandiri, dan gampang menyesuaikan diri. Bermain di air dapat membuat anak gembira.

### **Menjalin kedekatan dengan anak**

Yang paling penting adalah kedekatan orang tua dengan anak bisa terjalin kian erat. Semburan air dan canda ayah ibu adalah kebahagiaan yang akan selalu melekat dalam ingatannya.

### **Memberikan stimulasi pada motorik**

Bermain dalam air dapat membuat anak bergerak. Dengan gerakan tubuhnya tersebut akan membantu menguatkan ototnya dan akan merangsang saraf-saraf pada tubuhnya meskipun gerakan anak dalam berenang belum sempurna.

### **Melatih rasa percaya diri dan keberanian anak**

Memasukkan bayi ke dalam air juga dapat membentuk rasa kepercayaan diri. Bayi yang dilatih berenang akan membentuk mekanisme perlawanan



terhadap rasa takut. Mekanisme menghakau rasa takut yang dapat mendingkrak kepercayaan diri pada anak. Dengan melihat kolam renang yang luas akan membuat anak untuk tertarik menjelajahnya sehingga akan melatih anak untuk percaya diri serta keberaniannya. Amak akam mencoba aneka permainan yang tersedia di dalam kolam renang. Hal ini juga dapat membuat ikatan emosi lebih dekat apabila kita ikut mendampingi anak berenang.

### **Melatih kemampuan sosial anak**

Bermain di dalam air merupakan hal yang menyenangkan bagi bayi. Ia akan tertawa ceria dan bergerak aktif. kecerdasan ini akan membentuk kecerdasan emosi bagi buah hati. Dengan berenang bersama-sama di kolam renang umum akan membuat anak untuk beradaptasi dan bersosialisasi dengan teman yang lain. Sebaiknya selagi latihan renang para orang tua ataupun pengajar memberisiratan air atu permainan kecil bagi anak.

### **Mempercepat pertumbuhan**

Olah raga renang diduga dapat meningkatkan tinggi badan seseorang. Masa balita adalah masa pesat dalam pertumbuhan, sehingga mengajaknya berenang merupakan usia terbaik untuk membuat buah hati menjadi tinggi.

### **Melatih keseimbangan**

Bayi yang dilatih renang akan menunjukkan keseimbangan yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak dilatih berenang.

### **Terbiasa dengan air**

Bila sejak bayi sudah dilatih berenang , maka bayi akan menjadi terbiasa dengan air, sehingga ia tidak mudah panik ketika saat tercebur dalam genangan air. Hal ini merupakan salah satu kebiasaan yang harus dibiasakan sejak kecil berkaitan dengan keselamatan dalam air.

Anak yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi akan terlihat lebih percaya diri, anak akan mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapinya terutama pada saat bergerak. Kemudian penampilan anak juga akan berbeda dengan anak yang memiliki kemampuan motorik rendah. Anak akan berkembang kemampuan motoriknya dengan kegiatan akuatik yang diajarkan di sekolah maupun pada saat latihan sendiri.

## **Simpulan**

Permainan dan bermain bagi anak mempunyai beberapa fungsi dalam proses tumbuh kembang anak. Fungsi bermain terhadap sensoris motoris anak penting untuk mengembangkan otot-otot dan energi yang ada. Aktivitas sensorik motorik merupakan komponen yang paling besar pada semua usia.

Berdasarkan batasan dan pandangan bermain dapat dinyatakan bahwa bermain memiliki karakteristik sebagai berikut : (a) Bermain sebagai simbolis, (b) Memiliki penuh warna, (c) Bermain sebagai aktivitas, (d) Bermain sebagai sesuatu yang menyenangkan, (e) Bermain dilakukan atas kemauan sendiri (sukarela), (f) Bermain sebagai *rule-governed*, (g) Bermain sebagai aktivitas satu episode

Dengan mengetahui ketujuh karakteristik tersebut dapat dinyatakan bahwa tidak semua aktivitas adalah permainan, dan tidak semua pengalaman yang penuh arti melibatkan permainan. Bagaimanapun masing-masing dari unsur itu menentukan karakter permainan. Berenang, memanah dan berkuda adalah hak anak yang harus dipenuhi oleh orang tua dalam proses mendidik anak.

Berenang bagi anak mungkin sangat mengasikkan dan merupakan olahraga yang banyak menggunakan ragam otot. Ada beberapa alasan baik untuk membawa anak berenang karena hal ini akan memberikan anak kesadaran tentang apa yang harus dilakukan ketika di dalam air dan membuat mereka lebih aman berada di dalam air atau sekitarnya. Adapun manfaat berenang pada anak usia dini antara lain, sebagai berikut : (a) Meningkatkan IQ, (b) Mudah belajar, (c) Daya tahan tubuh tinggi, (d) Membentuk kepribadian, (e) Menjalinkan kedekatan dengan anak, (f) Memberikan stimulasi pada motorik, (g) Melatih rasa percaya diri dan keberanian anak, (h) Melatih kemampuan sosial anak, (i) Mempercepat pertumbuhan, (j) Melatih keseimbangan, (k) Terbiasa dengan air, (l) Membantu perkembangan syarat, (m) Agar tidak mudah terkejut, (n) Agar tidak rewel saat mandi, (o) Membantu adaptasi bayi di tempat lain, (p) Membantu anak untuk berfikir, belajar dan problem solving, (q) Sarana berekspresi anak..

Manfaat itulah yang menjadi alasan bahwa berenang itu dapat meningkatkan motorik kasar. Selain dari segi fisik kelompok anak yang belajar berenang mencatat skor yang lebih baik dalam kemampuan visual motorik seperti memotong kertas, mewarnai, dan menggambar garis dan bentuk, serta tugas matematika. Mereka juga cenderung lebih ekspresif dalam perkataan dan menunjukkan kemampuan lebih baik dalam beberapa bidang terkait huruf dan angka.

### Daftar Pustaka

- Clara Ignewati. (2014). *Kolam Renang Bayi:Ayo ajari Bayi anda Berenang!*. Tersedia di <http://mutiarabijaksana.com/2014/07/08/kolam-renang-bayi-ayo-ajari-bayi-anda-berenang/> , diunduh Jum'at, 1 April 2016
- Diana Mutiah.2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta : Kencana.
- FredBurned.. (2012). *Manfaat Berenang Untuk Anak* . Mencerdaskan Anak Sejak Usia Dini Cerdas Ceria Sehat Berakhlaq. Tersedia di <http://www.al->

[maghribicendekia.com/2012/10/manfaat-berenang-untuk-anak.html?m=1](http://maghribicendekia.com/2012/10/manfaat-berenang-untuk-anak.html?m=1). Diunduh 1 April 2016.

*Ibid.* 2013. *Mengajari Bayi Berenang yang kaya Manfaat*. Mencerdaskan Anak Sejak Usia Dini. Tersedia di <http://www.al-maghribicendekia.com/2013/04/mengajari-bayi-berenang-yang-kaya.html/m=1>, diunduh Jum'at, 1 April 2016.

Hurlock, E.B. 2005. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga. Edisi 6, Jilid 1.

Janice J. Beaty. 2014. *Observasi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.

Muchlisin Riadi. *Psikologi: Pengertian dan Jenis-Jenis Kecerdasan*. Tersedia di <http://www.kajianpustaka.com/2013/09/pengertian-dan-jenis-jenis-kecerdasan.html>, diakses 13 April 2016.

Muhammad, Al Azhar. 2006. *Skripsi: Pengaruh Pemberian Terapi Bermain terhadap Perkembangan Motorik Halus pada Anak Prasekolah (4-5 Tahun) di TK Marsudi Siwi Sewon Bantul Yogyakarta*, Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada.

Nita Yus. 2011. *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Kencana.

*Pengertian dan Jenis Kecerdasan*.  
<http://www.pengertianahli.com/2013/12/pengertian-kecerdasan-dan-jenis.html> , diakses 13 April 2016

Pondok Ibu. (2012). *Manfaat Berenang*. Jakarta: PT Icubic Media. Tersedia di [http://www.sekolah123.com/articles/view/id/307/page/manfaat\\_berenang](http://www.sekolah123.com/articles/view/id/307/page/manfaat_berenang). Diunduh, 31 Maret 2016.

Yuli Yana. (2014). *48 Manfaat Berenang bagi Kesehatan dan Fisik Tubuh*. Tersedia di <http://www.Manfaat.co.id/manfaat-berenang>. Diunduh 1 April 2016.

Young Caroline. 2009. *Menghibur dan Mendidik Anak*. Jakarta: Esensi.

