

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA TENTANG PERKEMBANGAN OTOT KAKI TANGAN ANAK DAN TARI KREASI *TOKECANG*

A. Perkembangan Otot kaki dan tangan Anak Usia Dini

1. Pengertian Anak Usia Dini

Anak merupakan penerus dunia, sebagai generasi penerus, setiap anak perlu mendapat pendidikan yang baik sehingga segala potensi dirinya dapat berkembang dengan pesat, tumbuh menjadi individu yang memiliki kepribadian yang baik dan terampil dalam berbagai hal. Maka dari itu orang tua dan pendidikan berperan penting serta bertanggung jawab dalam memberikan berbagai macam rangsangan dan motivasi yang tepat sehingga akan tercapai generasi penerus yang tangguh (Rukma, 2019).

Anak usia dini rentan usia dari 0-8 tahun. Pada masa tahapan tersebut pertumbuhan dan perkembangan berbagai aspek begitu kompleks untuk menunjang kehidupan individu kedepannya. Proses pembelajaran terhadap anak harus memperhatikan daya karakter yang dimiliki dalam tahap perkembangan anak (Ananda, 2017).

NAEYC (*National Association for The Education of Young Children*) anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia 0-8 tahun, yang tercakup dalam program pendidikan di TPA atau disebut juga taman penitipan anak, penitipan anak pada keluarga (*family child care home*), pendidikan prasekolah baik swasta maupun negeri, TK, dan SD (NAEYC, 1992) (Amini, 2014).

Maka kesimpulannya anak usia dini merupakan anak yang berusia kurang dari enam tahun yang memiliki daya imajinasi yang sangat tinggi, individu yang sangat unik dengan memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan dalam aspek kognitif, sosial emosional, seni, bahasa dan komunikasi yang khusus yang sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak tersebut. Anak usia dini adalah fase kritis dalam kehidupan manusia. Penulis menekankan pentingnya memberikan lingkungan yang kaya stimulasi, aman, dan mendukung untuk memastikan anak-anak mencapai potensi mereka secara maksimal.

2. Karakteristik Anak Usia Dini

Berbeda dengan fase selanjutnya karakteristik anak memiliki keunikan tersendiri. Menurut Hartati didalam Amini (2014) ada beberapa karakteristik anak usia dini antara lain:

- a. Memiliki rasa ingin tahu yang besar, hal ini ditunjukkan ketika anak usia dini menanyakan berbagai pertanyaan yang mereka ingin ketahui terkadang pertanyaan-pertanyaan yang dilontarkan tidak bisa dijawab dengan pemahaman orang dewasa
- b. Merupakan pribadi yang unik, bisa dibilang unik dilihat dari gaya belajar setiap anak berbeda dan mereka akan menginginkan pembelajaran sesuai yang mereka minati misal dari KB Nurul Fallah ada anak yang gemar mewarnai, maka anak tersebut akan menuntut pembelajaran yang anak itu sukai, terlebih lagi ketika penerapan kurikulum Merdeka di sekolah pada saat ini pembelajaran akan lebih variatif ketika pembelajaran menitik beratkan pada aspek minat bakat anak usia dini
- c. Suka berfantasi dan berimajinasi, hal ini terlihat ketika anak mengkomunikasikan dengan orangtua maupun tenaga pendidik apa yang mereka lakukan misalnya berimajinasi menjadi seorang polisi dan penjahat maka mereka akan melakukan hal itu maka disitulah pembelajaran berlangsung yang disebut dengan bermain peran
- d. Masa potensi belajar yang sangat tinggi, disamping itu anak usia dini merupakan masa golden age dimana masa ini harus betul-betul diperhatikan karena masa ini merupakan tahap awal seseorang atau individu memulai perjalanan hidup untuk kepribadian atau karakter yang baik, masa dimana ketika diterapkan pembelajaran atau rangsangan sejak dini maka akan menjadi suatu pembiasaan
- e. Memiliki sikap egosentris, hal ini ditunjukkan dengan sikapnya yang cenderung posesif terhadap benda-benda yang dimilikinya serta terhadap kegemarannya, terkadang mereka belum mengerti mengenai hal tersebut
- f. Memiliki daya konsentrasi yang rendah, sulit bagi anak usia dini untuk belajar dengan cara duduk tenang kemudian mendengarkan penjelasan

dari pendidik PAUD-nya dalam kurun waktu yang lama. Ia mudah gusar ketika duduk dan mudah beralih perhatian ketika mendapatkan

- g. Makhluk sosial, walaupun mereka tergolong anak usia dini akan tetapi mereka lebih memiliki jiwa sosial yang tinggi terlebih ketika sudah pandai berbagi, mengantre bergiliran dengan teman-temannya

Maka kesimpulannya anak usia dini memiliki karakteristik yang sangat unik dan perlunya bimbingan dari tenaga pendidik, orangtua maupun lingkungan untuk keberhasilan perkembangan masa depannya kelak. Mereka belajar melalui eksplorasi permainan dan interaksi dengan lingkungan dan orang-orang disekitarnya, anak-anak pada usia ini mulai membentuk kemampuan sosial dan emosional, seperti bermain dengan teman sebaya, memahami emosi, dan mengembangkan rasa percaya diri.

3. Aspek Perkembangan Anak Usia Dini

a. Pengertian perkembangan

Dalam istilah perkembangan termasuk istilah perkembangan dan pertumbuhan. Perkembangan berorientasi pada proses mental sedangkan pertumbuhan berorientasi pada peningkatan ukuran dan struktur. Perkembangan berlangsung seumur hidup, perkembangan berkaitan dengan hal-hal yang bersifat fungsional. Dalam Bahasa Inggris perkembangan disebut *development*. Santrock mengartikan *development is the pattern of change that begins at conception and continues through the lives span* perkembangan ialah sebuah pola perubahan yang dimulai sejak masa konsepsi dan berlanjut sepanjang kehidupan Masganti Sit (2017).

Menurut Teti Ratnawulan (2018) perkembangan merupakan suatu proses yang sistematis dan tidak dapat diulang Kembali, Dalam perkembangan seseorang Dalam perkembangan individu, terjadi beberapa perubahan yang bersifat sistematis dan tidak dapat diulang kembali. Perkembangan menunjuk pada beberapa perubahan dalam suatu tujuan yang bersifat sistematis. Setiap tahap perkembangan mempunyai kesusahan tersendiri, atau pembentukan nilai yang mengharuskan beberapa perubahan pada perilaku dan kepribadiannya.

Perkembangan merupakan proses bertambahnya kematangan dan fungsi psikologis manusia. Kematangan perkembangan yang dialami oleh manusia akan meningkatkan kemampuannya pada lingkup perkembangan tersebut. Penting untuk mengetahui perkembangan anak usia dini, karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi perkembangan selama rentang kehidupannya. Pengetahuan tentang perkembangan anak usia dini dapat membantu orang tua dan guru untuk menyiapkan upaya mengoptimalkan perkembangan tersebut (Khaironi, 2020).

Perkembangan fisik anak – anak dimulai dari masa bayi sampai masa anak-anak relatif seimbang, peningkatan berat badan anak lebih banyak dari pada panjang badannya. Peningkatan berat badan anak terjadi terutama karena bertambahnya ukuran sistem rangka, otot dan ukuran beberapa organ tubuh lainnya. Menurut (Encep & Alif, 2018) ada beberapa teori perkembangan yaitu:

1) Teori Nativisme

Teori ini berasal kata yaitu kata natus (lahir) dan nativis (pembawaan) yang ajarannya melihat manusia sejak lahir telah membawa sesuatu kekuatan yang disebut potensi (dasar). Aliran ini, bertentangan dengan leibinitizan tradition yang mementingkan kemampuan dalam diri anak, sehingga factor lingkungan, factor Pendidikan, kurang berpengaruh terhadap perkembangan anak. Aliran nativisme merupakan segala sesuatunya ditentukan oleh faktor yang dibawa sejak lahir. Maka perkembangan seseorang oleh faktor keturunan, misalnya; ibu cerdas maka anak akan cerdas pula.

Para penganut nativisme mengatakan bahwa bayi lahir sudah dengan pembawaan baik dan buruk. Dilihat dari pandangan ini, maka keberhasilan Pendidikan ditentukan oleh anak didik itu sendiri. Ditekankan bahwa “yang tidak baik akan menjadi tidak baik, dan yang sempurna itu menjadi sempurna”. Pendidikan yang tidak sesuai dengan keterampilan sejak lahir dan pembawaan anak didik tidak akan berpengaruh untuk perkembangan individu dalam proses belajarnya.

2) Teori Empirisme (lingkungan)

Teori ini berbeda dengan teori nativisme, empirisme tidak mengakui adanya bawaan atau bakatnya dibawah lahir, dengan kata lain bahwa individu itu lahir dalam keadaan suci dalam pengertian anak bersih dan tidak membawa apa-apa karena itu, aliran ini berpandangan bahwa hasil belajar peserta didik besar pengaruh pada faktor lingkungan.

Dalam teori belajar mengajar, maka aliran empirisme bertolak dari *ochkean tradition* yang mementingkan stimulasi eksternal dalam perkembangan peserta didik. Pengalaman belajar yang diperoleh anak dalam kehidupan sehari-hari didapat dari dunia sekitarnya yang berupa beberapa stimulasi. Adapun stimulasi ini berasal dari alam bebas ataupun diciptakan oleh orang dewasa dalam bentuk program Pendidikan.

3) Teori Konvergens

Aliran konvergensi berasal dari kata konvergen, yang artinya bersifat menuju satu titik lanjutan. Aliran ini berpendapat bahwa perkembangan individu itu baik dasar (bakat, keturunan) maupun lingkungan, kedua-duanya memainkan peranan penting bakat, karena pengaruh lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan untuk perkembangannya. Akan tetapi bakat tanpa pengaruh lingkungan yang sesuai tersebut, tidak cukup, misalnya setiap individu yang normal mempunyai bakat untuk dirinya sendiri, akan tetapi bakat tersebut tidak akan terealisasi dengan baik jika tidak adanya dorongan dari lingkungan sekitar.

4) Teori Intraksionisme

Teori ini mengatakan bahwa perkembangan yang memiliki tahapan dan tingkatan. Ada 4 tingkat perkembangan yang dikemukakan Piaget yaitu:

a) Masa bayi (Balita): tingkat sensorimotori

Tingkat perkembangan pada masa ini ditandai pada indra sensori dan Gerak tubuh atau motorik halus bayi. Pencapaian terbesar bayi adalah kesadaran bahwa lingkungan di luar jangkauannya. Pencapaian besar kedua periode sensorimotor adalah tindakan dengan tujuan terarah yang logis. Memikirkan mengenai benda yang akrab atau disenangi oleh bayi.

b) Masa Anak-anak Awal: Tingkat Pra-Operasional

Pada masa ini penyesuaian yang cepat sensor motor sangat tidak efektif untuk perencanaan ke depan atau mengingat informasi titik untuk itu anak memerlukan Apa yang disebut sebagai operasi, atau tindakan yang dilakukan secara mental atau berani. Menurut piaget, langkah awal tindakan berpikir adalah sebelum merealisasikan tindakan. Pada akhir tingkatan sensor motor anak dapat menggunakan banyak skema tindakan.

c) Tingkat Operasional Konkrit

Pada masa ini anak-anak bergerak maju berpikir secara logis. Piaget menggunakan kata operasional konkret untuk mendeskripsikan tingkat pemikiran setiap pakai ini.

Adapun perbedaan yang signifikan dengan pertumbuhan yaitu tidak dapat dihitung dengan angka, menurut Djaali dkk dalam Hasanah (2016) mengemukakan bahwa pertumbuhan diartikan perubahan kuantitatif pada material sesuatu sebagai akibat dari adanya pengaruh lingkungan. Sedangkan definisi perkembangan.

Menurut F.J. Monk, dkk mendefinisikan bahwa perkembangan adalah suatu proses yang kekal dan tetap menuju ke arah suatu organisasi pada tingkat integrasi yang lebih tinggi berdasarkan proses pertumbuhan secara umum, definisi perkembangan dan pertumbuhan memiliki pengertian yang sama yakni keduanya mengalami perubahan.

Tetapi secara khusus, pertumbuhan adalah mengacu pada perubahan yang bersifat kuantitas, sedang perkembangan lebih mengarah kepada kualitas. Artinya konsep pertumbuhan mengandung definisi sebagai perubahan ukuran fisik yang bersifat pasti, akurat yakni dari kecil menjadi besar, dari sempit menjadi lebar. Selain itu, yang terpenting dalam pertumbuhan merupakan terjadinya proses pematangan fisik yang ditandai dengan semakin kompleksnya sistem jaringan otot, sistem syaraf maupun sistem fungsi organ tubuh. Kematangan tersebut, menyebabkan organ fisik merasa siap untuk dapat melakukan tugas-tugas dan aktivitas sesuai dengan tahap perkembangan individu.

Jadi perkembangan dapat diartikan sebagai akibat dari perubahan kematangan dan kesiapan fisik yang memiliki potensi untuk melakukan suatu aktivitas, sehingga individu telah mempunyai suatu pengalaman Agoes Dariyo dalam Hasanah (2106). Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan perkembangan merupakan suatu perubahan secara psikologis dilihat dari tingkat kematangan dan suatu kemampuan seseorang baik tingkah laku dalam stuktur dan fungsi tubuh yang lebih.

b. Aspek perkembangan anak

Menurut (Khaironi, 2020) Terdapat 6 aspek perkembangan yang dimiliki anak usia dini yaitu:

1) Agama dan moral

Mengenal agama yang dianut, mengerjakan ibadah, berperilaku jujur, penolong, sopan, hormat, sportif, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, mengetahui hari besar agama, dan menghormati (toleransi) agama orang lain.

2) Kognitif

Belajar dan pemecahan masalah: mampu memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari dengan cara yang fleksibel, berpikir logis, mengenal berbagai perbedaan, berinisiatif, berencana, dan mengenal sebab akibat, berpikir simbolik mengenal, menyebutkan, dan menggunakan lambang bilangan 1-10, mengenal abjad, serta mampu mempresentasikan berbagai benda dalam bentuk gambar.

3) Sosial Emosional

Kesadaran diri, memperlihatkan kemampuan diri, mengenal perasaan sendiri dan mengendalikan diri, serta mampu menyesuaikan diri dengan orang lain. Rasa tanggung jawab untuk diri dan orang lain: mengetahui hak- haknya, mentaati aturan, mengatur diri sendiri, serta bertanggung jawab atas perilakunya untuk kebaikan sesama. Perilaku prososial: mampu bermain dengan teman sebaya, memahami perasaan, merespons, berbagi, serta menghargai hak dan pendapat orang lain, bersikap kooperatif, toleran, dan berperilaku sopan.

4) Bahasa

Memahami (reseptif) bahasa, memahami cerita, perintah, aturan, dan menyenangkan serta menghargai bacaan. Mengekspresikan bahasa: mampu bertanya, menjawab pertanyaan, berkomunikasi secara lisan, menceritakan kembali apa yang diketahui. Keaksaraan: memahami hubungan bentuk dan bunyi huruf, meniru bentuk huruf, serta memahami kata dalam cerita.

5) Seni

Mengeksplorasi dan mengekspresikan diri, berimajinasi dengan gerakan, musik, drama, dan beragam bidang seni lainnya (seni lukis, seni rupa, kerajinan), serta mampu mengapresiasi karya seni.

6) Fisik Motorik

Terdapat dua fisik motorik yaitu, motorik kasar dan motorik halus, motorik halus merupakan suatu kemampuan gerakan yang biasa dilakukan sehari-hari yang mengacu pada otot halus atau otot kecil, sedangkan motorik kasar merupakan suatu gerakan yang menggunakan seluruh anggota tubuh. Berikut merupakan perbedaan motorik kasar dan motorik halus:

- a) Motorik Kasar: memiliki kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, dan lincah dan mengikuti aturan.
- b) Motorik Halus: memiliki kemampuan menggunakan alat untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan diri dalam berbagai bentuk.

Motorik halus mengacu kepada otot tangan, sedangkan motorik kasar mengacu pada otot kaki yang keduanya berkesinambungan dengan panca indra anak usia dini, motorik adalah semua gerakan yang dapat dilakukan seluruh anggota badan, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari beberapa kematangan dan pengendalian gerak tubuh Mansu (2020).

Menurut Agoes Dariyo mengemukakan bahwa yang paling menonjol dan nampak dalam diri individu adalah terjadinya perubahan fisik. Hal ini terbukti

dengan adanya perubahan fisik individu yang terjadi sangat cepat yakni sejak masa konsepsi hingga masa kelahirannya. Kemudian dilanjutkan masa bayi, anak-anak, remaja dan dewasa (Hasanah, 2016).

Gerakan motorik atau adalah suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku gerakan yang dilakukan oleh tubuh manusia. Pengendalian motorik biasanya digunakan dalam bidang ilmu psikologi, fisiologi, neurofisiologi maupun olahraga. Proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak. Pada dasarnya, perkembangan-perkembangan motorik adalah ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana apapun, adalah merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak.

Motorik adalah gerakan-gerakan tubuh atau bagian-bagian tubuh yang disengaja, otomatis, cepat dan akurat. Menurut Desmita gerakan-gerakan ini merupakan rangkaian koordinasi dari beratus-ratus otot yang rumit. Keterampilan motorik ini dapat dikelompokkan menurut ukuran otot-otot dan bagian-bagian badan yang terkait, yaitu keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) dan keterampilan motorik halus (*fine motor skill*). Secara garis besarnya, urutan perkembangan keterampilan motorik ini mengikuti dua prinsip. Pertama, prinsip *cephalocaudal* (dari kepala ke ekor), menunjukkan urutan perkembangan, dimana bagian atas badan lebih dahulu berfungsi dan terampil digunakan sebelum bagian yang lebih rendah.

Bayi terlebih dahulu belajar memutar kepalanya sebelum belajar menggerakkan kaki dengan sengaja, dan mereka belajar menggerakkan kaki. Kedua, Prinsip proximodistal (dari dekat ke jauh), menunjukkan perkembangan keterampilan motorik, dimana bagian tengah badan lebih dahulu terampil sebelum dibagian-bagian sekelilingnya atau bagian yang lebih jauh. Bayi belajar melambatkan keseluruhan lengannya sebelum belajar menggoyangkan pergelangan tangan dan jari-jarinya. Penulis membagi keterampilan motorik menjadi dua bagian, yaitu: 1) keterampilan motorik kasar; 2) keterampilan motorik halus. Keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*), meliputi keterampilan Otot-Otot besar lengan, kaki, dan batang tubuh, seperti berjalan dan

melompat. Sedangkan, Keterampilan motorik halus (*fine motor skill*), meliputi Otot-Otot kecil yang ada diseluruh tubuh, seperti menyentuh dan memegang Hasanah (2016).

Menurut Masganti gerakan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koodinasi dan keseimbangan hamper menyerupai orang dewasa. Istilah motorik (*motor*) merujuk pada faktor biologis dan mekanis yang mempengaruhi gerak (*movement*). Istilah gerak ini merujuk pada perubahan *actual* yang terjadi pada bagian tubuh yang dapat diamati. Dengan demikian, motorik merupakan kemampuan yang bersifat lahiriah yang dimiliki seseorang untuk mengubah posisi tubuh. Gerakan motorik kasar adalah kemampuan mengubah posisi tubuh dengan menggunakan otot-otot besar. Contoh keterampilan motorik kasar ialah berjalan, berlari, meloncat, lompat (Mansu, 2020).

Menurut Nurkamelia (2019) Berdasarkan STPPA perkembangan fisik motorik anak dalam keseharian terbagi kepada dua yaitu perkembangan motorik kasar dan motorik halus. (1) Perkembangan motorik kasar (*Large Motor Development*) menurut Beaty didalam Rahmadi Islam (2018) kemampuan motorik kasar seyogyanya dimiliki oleh seorang anak usia dini yang berada pada rentang usia 4-6 tahun, kompetensi tersebut terbagi menjadi 4 aspek yaitu: berjalan (*walking*), dengan indikator berjalan naik/turun tangga dengan menggunakan kedua kaki, berjalan pada garis lurus, dan berdiri dengan satu kaki. Berlari (*running*) dengan indikator menunjukkan kekuatan atau kecepatan berlari, melompat (*jumping*) dengan indikator mampu melompat ke depan, ke belakang dan ke samping, memanjat (*climbing*), memanjat naik/turun tangga dan memanjat pohon. (2) Perkembangan Motorik Halus (*Small Motor Development*) menurut Beaty didalam Rahmadi Islam (2018) perkembangan motorik halus pada anak mencakup kemampuan anak dalam menunjukkan atau menguasai gerakan-gerakan Otot indah dalam bentuk koordinasi, ketangkasan dan kecekatan dalam menggunakan tangan dan jari jemari.

Berkaitan dengan kemampuan motorik menurut Waharsono dalam Edy Waspada (2016) mengemukakan bahwa sejalan dengan meningkatnya ukuran tubuh dan meningkatnya kemampuan fisik, maka meningkat pula kemampuan

سُبْحَانَكَ

Artinya :

“Dialah yang menciptakanmu dari tanah, kemudian dari setetes mani, lalu dari segumpal darah, kemudian kamu dilahirkan sebagai seorang anak, kemudian dibiarkan kamu sampai dewasa, lalu menjadi tua. Tetapi di antara kamu ada yang



dimatikan sebelum itu. (Kami perbuat demikian) agar kamu sampai kepada kurun waktu yang ditentukan, agar kamu mengerti.” (Q.S Ghafir ayat).

Menurut Bambang Sujiono (2017) ayat ini menjelaskan perkembangan fisik manusia terjadi melalui beberapa tahap kejadian, menjadi seorang anak, lalu menjadi dewasa dan menjadi tua. Pada masa kanak-kanak perkembangan fisik terjadi pada semua bagian tubuh dan fungsinya. Seperti perkembangan kemampuan motoriknya, khususnya motorik kasarnya yang berupa kemampuan mengubah beragam posisi tubuh dengan menggunakan otot – otot besar.

Perkembangan adalah proses berkelanjutan di mana individu mengalami perubahan dan pertumbuhan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk fisik, mental, emosional, dan sosial. Penulis menyoroti bahwa setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik unik dan membutuhkan pendekatan yang sesuai untuk mendukung pertumbuhan optimal.

4. Pengertian Otot Kaki dan Tangan

a. Pengertian Otot

Pertumbuhan dan perkembangan fisik pada masa anak-anak terdiri dari pertumbuhan dan perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik kasar merupakan perkembangan anak menggunakan seluruh anggota badan (otot – otot besar) untuk melakukan sesuatu (Fidzah Imani, 2017).

Menurut Erlita (2015) otot merupakan alat gerak yang aktif karena tulang dalam tubuh tidak dapat digerakan apabila ia tidak digerakan oleh otot yang mendapat rangsangan yang di sampaikan ke otot melalui 7 syaraf. Di dalam tubuh manusia terdapat 3 macam otot yaitu : otot polos, otot jantung, dan otot lurik.

Tom (2018) mengatakan bahwa otot merupakan sebuah organ kecil penghubung dalam tubuh yang menyebabkan pergerakan tubuh tersebut sebagai tugas utama. otot diklasifikasikan menjadi tiga jenis yaitu otot lurik, otot polos dan otot jantung. otot menyebabkan pergerakan suatu organisme maupun pergerakan dari organ dalam organisme tersebut .

Otot adalah jaringan yang mempunyai kemampuan khusus yaitu berkontraksi. Otot terdiri atas serabut silindris yang mempunyai sifat yang sama dengan sel dari jaringan yang lain. Semua ini diikat menjadi berkas-berkas serabut

kecil oleh sejenis jaringan ikat yang mengandung unsur kontraktile (Faridah, 2018). Kekuatan otot adalah kontraksi pada serabut Otot bergaris (Otot sadar) berlangsung secara singkat dan setiap kontraksi terjadi atas rangsang tunggal dari syaraf.

Kekuatan yang dipakai untuk kontraksi pada seluruh otot diratakan dengan mengganti-ganti jumlah serabut yang berkontraksi serta frekwensi daripada kontraksi setiap serabut (Pearce, 2012). Tiga jenis otot yang dikutip oleh Paerce (2012) yang dapat dilihat seperti di bawah ini :

1) Otot Bergaris (otot lurik, otot kerangka atau otot sadar)

Setiap serabut otot bergaris melintang oleh adanya gambaran selang-seling antara warna muda dan tua. Sejumlah serabut berkumpul untuk membentuk berkas yang diikat menjadi satu oleh jaringan ikat untuk membentuk otot besar dan otot kecil. Setiap serabut turut bergerak dengan berkontraksi apabila dirangsang oleh ransang syaraf.

2) Otot Polos (otot tidak licin, otot tak sadar)

Jenis ini dapat berkontraksi tanpa rangsangan syaraf, meskipun disebagian besar tempat di tubuh kegiatannya di bawah pengendalian syaraf otonomik. Dengan perkecualian otot jantung, jenis ini berupa sel otot panjang berbentuk kumparan yang masih tampak sebagai sel.

3) Otot Jantung

Otot ini ditemukan hanya pada jantung, otot jantung ini bergaris seperti pada otot sadar. perbedaannya ialah bahwa serabutnya bercabang dan mengadakan anastomose (bersambungan satu sama lain, tersusun memanjang dan tak dapat dikendalikan oleh kemauan (Faridah, 2018).

b. Pengertian Otot kaki

Otot kaki merupakan jaringan kenyal yang ada pada kaki atau seluruh kaki atau dapat dikatakan bagian kaki yang ada di bagian bawah Menurut Gunawan (2021) kekuatan otot kaki adalah salah satu aspek dalam kebugaran jasmani yang harus dilatih untuk mendapatkan kebugaran jasmani yang maksimal. Dengan memiliki okaki yang kuat, maka kita bisa berkativitas dengan lebih baik tanpa merasa kelelahan berlebihan ketika melakukan aktivitas. Bentuk-bentuk dari

latihan otot kaki antara lain berjalan cepat, berlari, naik turun tangga, dan squat jump (Mukhlisa & Kurnia, 2020).

c. Pengertian perkembangan Otot tangan

Otot tangan adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya (Sajoto 1995:8). Otot tangan adalah hasil dari *force x velocity*, dimana *force* sama dengan *stength* dan *velocity* sama dengan *speed* (Harsono 1986:47). Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa otot tangan adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan otot lengan dengan kekuatan maksimum dalam melakukan aktivitas yang dilakukan dalam waktu sesingkat-singkatnya. Dalam Ali Akbar, Saifuddin, Mansur (2015).

Otot kaki dan tangan adalah kelompok otot yang bertanggung jawab untuk pergerakan dan stabilitas anggota tubuh bawah dan atas. Otot-otot ini memungkinkan individu untuk melakukan berbagai aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, mengangkat, dan memegang benda.

5. Indikator Perkembangan Otot kaki dan tangan Anak Usia Dini

Adapun indikator pencapaian perkembangan Otot kaki dan tangan yang termasuk kedalam fisik motorik anak usia 4-5 Tahun menurut permendikbud 137 tahun 2014 adalah sebagai berikut:

a. Pencapaian Fisik Anak

- 1) Berat badan bertambah kira-kira 4 sampai 5 pon (1,8-2,3 kg) per tahun, rata-rata berat badan
- 2) Bertambah tinggi badannya 2 sampai 2,5 inci (5,0-6,4 cm) per tahun; kurang lebih tingginya 40-45 inci (101,6-114 cm).
- 3) Kecepatan denyut nadi kira-kira 90-110 kali per menit
- 4) Kecepatan pernafasan berkisar dari 20 sampai 30, tergantung aktivitas dan keadaan emosi
- 5) Suhu tubuh berkisar antara 98°F sampai 99,4°F (36,6°C-37,4°C).
- 6) Lingkar kepala biasanya tidak diukur setelah umur tiga tahun

- 7) Ketajaman pendengaran bisa diukur dari penggunaan suara dan bahasa yang tepat serta respons yang tepat dari anak terhadap pertanyaan atau instruksi.
 - 8) Ketajaman penglihatannya 20/30 seperti yang diukur dari tabel mata Snellen
- b. Pencapaian Motorik Anak
- 1) Berjalan pada garis yang lurus (gambarlah garis lurus dengan menggunakan kapur pada lantai).
 - 2) Melompat dengan satu kaki meski belum sempurna
 - 3) Mengayuh dan mengemudikan mainan beroda dengan percaya diri; belok di pojokan, menghindari rintangan dan “kendaraan lain” yang lewat
 - 4) Menaiki tangga, memanjat pohon dan mainan yang bisa dipanjat di taman bermain
 - 5) Melompat setinggi 5 atau 6 inci (12,5 sampai 15 cm); mendarat dengan dua kaki bersama-sama
 - 6) Berlari, memulai, berhenti dan bergerak mengelilingi rintangan dengan mudah
 - 7) Menangkap, melempar, menendang, dan memantulkan bola
 - 8) Melempar bola dengan ayunan atas; dengan jangkauan dan ketepatan yang semakin baik
 - 9) Berjongkok untuk memungut benda dari lantai
 - 10) Membangun menara dengan sepuluh balok atau lebih, dan mainan konstruksi lainnya
 - 11) Membentuk benda atau sesuatu dari lempung: kue, ular, binatang sederhana
 - 12) Meniru menggambar beberapa bentuk dan menulis beberapa huruf
 - 13) Memegang krayon atau spidol dengan menggunakan gengaman kaki tiga

- 14) Mewarnai dan menggambar dengan tujuan tertentu; bisa mempunyai sebuah gagasan di kepalanya tetapi sering masih bermasalah dalam mewujudkannya, lalu menyebut hasil kreasinya sebagai gambar yang lain
- 15) Semakin akurat dalam memukul paku dan pasak dengan palu
- 16) Merangkai manik-manik kayu kecil dalam benang

Adapun indikator pencapaian perkembangan otot kaki dan tangan melalui tari kreasi *tokecang* adalah sebagai berikut:

Tabel 2. 1

Indikator Pencapaian Perkembangan Otot Kaki dan Tangan

Indikator	Item Pencapaian Perkembangan
Konsentrasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak mampu berjalan di tempat sambil tangan bergoyang 2. Anak mampu melakukan gerakan Pundak turun-naik secara bergantian
Pergerakan Otot kaki dan tangan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak dapat melompat dengan ketinggian 10-15 cm 2. Anak dapat mengangkat satu kaki selama 3 detik
Keterampilan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak mampu melakukan gerakan sesuai ritme 2. Anak mampu melakukan gerakan tengkleng/tengok kepala kekanan dan kekiri

Maka disimpulkan bahwa Indikator pencapaian perkembangan otot kaki dan tangan anak meliputi kemampuan berjalan, berlari, melompat, memegang, menggenggam, dan memanipulasi objek. Penulis mencatat bahwa pencapaian ini penting untuk perkembangan motorik kasar dan halus anak, yang berkontribusi pada kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan lingkungan.

6. Fungsi dan Manfaat perkembangan Otot Kaki dan Tangan

Adapun perkembangan kemampuan fisik pada anak kecil menurut Mursid bisa diidentifikasi dalam beberapa hal. Sifat-sifat perkembangan fisik yang dapat diamati adalah sebagai berikut:

- a. Terjadi perkembangan otot-otot besar cukup cepat pada usia 2 tahun terakhir masa anak kecil. Hal ini memungkinkan anak melakukan berbagai gerakan yang lebih leluasa yang kemudian bisa dilakukannya bermacam-macam keterampilan gerak dasar. Beberapa macam gerak dasar meliputi: meloncat, berlari, melempar, menangkap, dan memukul berkembang secara bersamaan tetapi dengan irama perkembangan yang berlainan.
- b. Dengan berkembangnya otot-otot besar, terjadi pulalah perkembangan kekuatan yang cukup cepat, baik pada anak laki-laki maupun perempuan.
- c. Pertumbuhan kaki dan tangan secara proporsional lebih cepat dibanding pertumbuhan bagian tubuh yang lain, menghasilkan peningkatan daya ungkit yang lebih besar di dalam melakukan gerakan yang melibatkan tangan dan kaki.
- d. Terjadi peningkatan koordinasi gerak dan keseimbangan tubuh yang cukup cepat.
- e. Meningkatnya kemungkinan dan kesempatan melakukan berbagai macam aktivitas gerak fisik bisa.

Kesimpulannya adalah Perkembangan otot kaki dan tangan memiliki beberapa fungsi dan manfaat, termasuk meningkatkan koordinasi, keseimbangan, kekuatan, dan keterampilan motorik. Penulis menekankan bahwa perkembangan ini juga penting untuk kegiatan sehari-hari, partisipasi dalam permainan, dan kegiatan fisik lainnya yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan anak.

7. Tujuan perkembangan Otot kaki dan tangan

Adapun beberapa tujuan dari perkembangan otot kaki tangan anak menurut Hafifah (2020):

- a. Untuk melatih kemampuan atau kekuatan gerak dan kognitif anak

- b. Membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak.
- c. Melatih kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan
- d. Meningkatkan perkembangan emosional anak.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan dan fungsi dari motorik kasar sangat berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan melatih keterampilan gerakan tubuh, mengontrol koordinasi otot dan jari tangan, sehingga berguna untuk menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat dan memperkuat tubuh anak. Tujuan utama dari perkembangan otot kaki dan tangan adalah untuk membekali anak dengan keterampilan motorik yang diperlukan untuk berinteraksi dengan lingkungan mereka secara efektif. Ini termasuk kemampuan untuk bergerak dengan bebas, melakukan tugas-tugas yang membutuhkan ketangkasan, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan keseluruhan.

B. Tari Kreasi *Tokecang*

1. Pengertian Tari

Tari adalah rangkaian gerak yang sudah ditata dan diperhitungkan aspek keindahannya. Siti Rahmah (2016) menjelaskan seni tari adalah keindahan bentuk dari anggota badan manusia yang bergerak, berirama, dan berjiwa harmonis. Dari bentuk, gerak, irama, dan perasaan atau jiwa lahir kekuatan jiwa manusia yang selaras menjadi bentuk yang indah. Menurut Asrul dan Ahmad (2017) berpendapat bahwa tari merupakan ekspresi perasaan manusia yang diubah oleh imajinasi dan diberi bentuk oleh medis gerak sehingga menjadi bentuk gerak simbolis sebagai ungkapan penciptanya.

Pangeran Suryodiningrat (2016) berpendapat bahwa tari merupakan gerakan dari semua dari bagian tubuh yang disesuaikan dengan irama musik dan memiliki tujuan tertentu. Kemudian menurut Soedarsono tari merupakan suatu gerakan yang dapat mengekspresikan jiwa manusia melalui kesesuaian ritme yang indah

Campbell dalam Kurnia (2015) berkata bahwa motorik anak khususnya motorik kasar anak guna mencapai keterampilan, sikap dan apresiatif. Keterampilan didapatkan dari bagaimana anak dapat menggerakkan anggota tubuhnya bak tangan,

kepala, kaki, pundak dan jari-jemari. Melalui tarian, anak mendapat kesempatan untuk belajar mempersatukan dan mendemonstrasikan pengetahuan mereka dengan cara koreografi.

2. Jenis-jenis Tari

Menurut Mulyani didalam Hafifah (2020) ada beberapa jenis tari yang dikelompokkan sesuai dengan pola garapan, koreografi, dan tema serta contoh sebagai berikut:

a. Jenis Tari Berdasarkan Pola Garapan

1) Tari Tradisional

Tari tradisional merupakan tari yang sudah cukup lama dikenal berdiri pada masa lalu dan mempunyai nilai-nilai spiritual yang tinggi. dilihat dari artistiknyanya tari tradisional dibagi menjadi dua antara lain:

a) Tari Tradisional Rakyat

Tari tradisional rakyat merupakan tari yang berasal dari rakyat. Tari tradisional merupakan tari yang lahir dan berkembang dikalangan masyarakat dulu, ciri dari tari ini mempunyai gerakan yang sederhana dan mudah dipahami, tidak mementingkan gerakan dari unsur keindahan dan biasanya tari ini dilakukan oleh sekelompok orang. Contohnya seperti tari reog.

b) Tari tradisional klasik

Tari tradisional klasik adalah jenis tari yang memiliki nilai artistik yang tinggi, dan tari ini selalu merujuk pada pola-pola tradisi yang ada didalam kaum ningrat zaman dulu, ciri dari tarian ini dilihat dari bentuk tariannya yang sistematis tertata contohnya tari topeng.

2) Tari Kreasi Baru

Berbeda halnya dengan tari sebelumnya jenis tari ini merupakan jenis tari yang tidak terpatok pada pola, mengikuti ritme dan alur contohnya tari jaipong tari kipas dan yang lainnya. Dalam pembelajaran PAUD tari inilah yang sangat cocok karena anak bisa berekspresi sesuai yang mereka inginkan dan dirasakan.

b. Jenis Tari Berdasarkan Koreografi

1) Tari Tunggal

Tari Tunggal merupakan tari yang dipertunjukkan individu atau perorangan.

2) Tari Berpasangan

Tari berpasangan merupakan tari yang dipertunjukkan secara berpasangan dengan berkomunikasi lewat tarian tari ini sering digunakan untuk tari pergaulan dan tari perang.

3) Tari Kelompok

Tari ini merupakan tari yang dipertunjukkan oleh sekelompok orang yang lebih dari satu.

c. Jenis Tari Berdasarkan Tema

1) Tari Dramatik

Tari dramatik merupakan tari yang mengungkapkan isi cerita.

2) Tari Non Dramatik

Tari Non Dramatik ini merupakan tari yang semata-mata hanya gerakan tari saja tidak mengandung unsur cerita.

Dapat disimpulkan tari adalah bentuk ekspresi seni yang melibatkan gerakan tubuh yang berirama dan sering kali diiringi oleh musik. Tari dapat digunakan sebagai sarana ekspresi diri, komunikasi, dan hiburan, serta memiliki nilai budaya dan sosial yang signifikan.

3. Pengertian Tari Kreasi

Soedarsono (2021) berpendapat bahwa tari bila ditinjau atas dasar pola garapannya dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu tari tradisi dan tari kreasi baru. tari tradisi ialah suatu tarian yang telah mengalami perjalanan sejarah yang cukup lama secara turun temurun yang tidak mengalami perubahan. Sedangkan tari kreasi baru ialah ungkapan seni yang masih berpijak pada pola tradisi, tetapi merupakan garapan baru yang tidak berpijak pada standar yang ada.

Sedangkan Menurut Djuanda Dan Agustiani (2022) tari kreasi juga sering disebut dengan tari modern. tari kreasi merupakan karya tari garapan baru. secara sederhana, pengertian tari kreasi adalah konsep dasar dari tarian klasik yang

dikembangkan, atau diperbaharui sesuai dengan kemajuan zaman, lalu di beri unsur indonesia yang modern. Tari kreasi, atau disebut juga tari kreasi baru adalah tari yang telah mengalami pengembangan atau bertolak dari pola-pola tari yang sudah ada sebelumnya.

Berbeda halnya menurut Mulyani (2022) tari kreasi merupakan garapan baru yang mempunyai kebebasan dalam mengungkapkan .Tari kreasi adalah tarian yang gerak dan iringan musiknya dapat diciptakan sendiri yang pengiring tariannya dapat berupa lagu-lagu yang sudah ada dalam kaset atau tabuhan langsung (Djuanda & Agustiani, 2022). Sedangkan menurut Suwandi (2007) tari kreasi adalah jenis tari yang koreografernya masih bertolak dari tari tradisional atau pengembangan pola-pola yang sudah ada.

Kesimpulannya tari kreasi adalah jenis tari yang mencerminkan kreativitas dan inovasi dalam gerakan dan koreografi. Tari ini sering kali menggabungkan elemen-elemen dari berbagai tradisi tari dan dapat disesuaikan dengan tema atau konsep tertentu.

4. Pengertian *Tokecang*

Tokecang berasal dari singkatan tokek makan kacang, *tokecang* ini sebenarnya merupakan permainan yang berasal dari Jawa Barat yang memiliki nilai moral yang sangat tinggi namun banyak seniman-seniman yang menginovasi permainan ini menjadi sebuah lagu daerah yang diminati oleh banyak kalangan. Menurut Banoe (2011) lagu daerah di Indonesia yakni lagu dari daerah tertentu atau wilayah budaya tertentu, biasanya dinyatakan dalam syair atau lirik bahasa wilayah (daerah) tersebut baik lagu rakyat maupun lagu-lagu ciptaan baru.

Indonesia memiliki lagu-lagu daerah yang sangat tinggi akan moral. Hampir setiap daerah memiliki lagunya sendiri sebagai gambaran kehidupan masyarakat setempat secara umum. Menurut Shintya Putri (2020) lagu *tokecang* yang merupakan lagu daerah Jawa Barat ini adalah lagu yang cukup populer tidak hanya di kalangan masyarakat sunda namun juga di luar lingkup masyarakat Sunda, sudah beberapa kali diaransemen dengan musik pop agar lebih mudah diterima di Masyarakat.

Tokecang termasuk lagu tradisional Indonesia paling terkenal karena sering dinyanyikan dan digunakan sebagai lagu pengiring permainan tradisional, Triena (2020). *Tokecang* adalah salah satu lagu tradisional anak-anak yang sudah menasional mulai dari kalangan anak-anak hingga orang dewasa sekalipun karena lagu ini memiliki irama riang, bertempo cepat, dengan lirik lagu yang jenaka.

Ali di dalam Shintya (2020) menjelaskan salah satu ciri khas lagu daerah adalah jarang diketahui penggarangnya, untuk lagu *tokecang* belum diketahui siapa yang mengarang lagu tersebut. Berikut merupakan lirik lagu dari *tokecang*

Tokecang tokecang balagendir tosblong

Angeun kacang angeun kacang sapependil kosong

Aya Listrik di masigit meuni caang katinggalna

Aya istri jangkung alit karangan dina pipina

Menurut Shintya Putri (2020) arti tersebut lagu *tokecang* menceritakan tentang seseorang yang makan secara berlebihan atau makan sampai melampaui batas. *Tokecang* sendiri merupakan sebuah singkatan dari tokek makan kacang yang terkandung di dalamnya mengingatkan bahwa makan banyak atau makan berlebihan tidak baik sebab. hal ini melambangkan keserakahan atau kerakusan sehingga hanya memikirkan tentang dirinya sendiri, lagu *tokecang* sangat diminati semua kalangan pada masanya, masyarakat selalu menyanyikan lagu tersebut sebagai sebuah pantun, dan alunannya yang sangat berirama, para seniman juga tidak hanya menyanyikannya saja melainkan dikombinasikan dengan berupa Tarian untuk anak dengan alunan lagu yang sangat berirama dan ceria. Dengan lagu-lagu daerah yang mencerminkan sikap positif akan mudah diserap oleh anak dalam pengembangan karakter.

Sesuai Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.

Megawangi di dalam Anif et al., (2019) menyebutkan sembilan karakter yang penting untuk ditanamkan dalam pembentukan karakter anak. Berbagai karakter tersebut sejalan dengan nilai-nilai kearifan lokal yang mengandung nilai-

nilai luhur universal. Pembentukan karakter anak pada lagu *tokecang* mengajarkan bahwa kita sebagai makhluk sosial harus memiliki sikap kasih sayang dan kepedulian sosial. Kasih sayang adalah reaksi emosional terhadap seseorang, binatang, atau benda (Nurhayati, 2011).

Tokecang adalah sebuah lagu tradisional Sunda yang sering digunakan sebagai iringan dalam tarian anak-anak. Lagu ini memiliki tempo yang cepat dan ceria, cocok untuk gerakan tari yang energik dan lincah.

5. Karakteristik Gerak Tari Anak Usia Dini

Karakteristik gerak pada anak usia dini umumnya mereka dapat melakukan dengan berbagai kegiatan-kegiatan pergerakan menirukan. Gerak merupakan media utama dalam Tari yang mempunyai tiga unsur yang perlu diperhatikan, yaitu volume, garis, dan bentuk. Apabila seorang guru dapat menunjukkan kepada anak didik suatu action yang dapat diamati (observable), maka anak akan mulai membuat tiruan action tersebut sampai pada tingkat otot-ototnya dan dituntut oleh dorongan kata hati untuk menirukannya. Bahwa dalam perkembangan umumnya anak usia dini dapat melakukan kegiatan-kegiatan bergerak sebagai berikut:

- a. Menirukan, dalam upaya pengembangan kreativitas Tari bahwa dalam bermain anak senang menirukan apa yang dilihat. Anak dapat menirukan gerakan-gerakan yang dilihat baik dari televisi ataupun gerakan-gerakan yang secara langsung dilakukan oleh orang lain, berdasarkan tema maupun gerakan-gerakan hewan yang diamati.
- b. Manipulasi, dalam kegiatan ini anak-anak secara spontan menampilkan berbagai gerakan-gerakan dari objek yang diamatinya. Namun dalam pengamatan dari objek tersebut anak akan menampilkan sebuah gerakan yang mampu ia lakukan.

Bahwa secara keseluruhan dapat dikatakan bahwa karakteristik gerak tari kreasi anak usia dini adalah:

- a. Bersifat sederhana
- b. Bersifat maknawi dan bertema, artinya tiap gerak mengandung tema tertentu
- c. Gerak anak meniru ranah psikomotorik terbagi atas 7 fase yaitu:

- 1) Persepsi, kemampuan memilah-milah hal-hal secara khas dan menyadari adanya perbedaan yang khas tersebut.
- 2) Kesiapan, mencakup kemampuan penempatan diri dalam keadaan dimana akan terjadi suatu gerakan atau rangkaian gerak.
- 3) Gerakan Sederhana, mencakup kemampuan melakukan gerakan yang sesuai dengan contoh.
- 4) Gerakan terbiasa, kemampuan melakukan gerak tanpa contoh dengan tepat.
- 5) Gerakan kompleks, kemampuan melakukan gerak atau keterampilan yang terdiri dari banyak tahap secara lancar, efisien, dan tepat.
- 6) Penyesuaian, kemampuan mengubah dan mengatur kembali pola gerak gerak dengan persyaratan khusus yang berlaku.
- 7) Kreativitas, kemampuan melahirkan gerak-gerak baru atas dasar prakarsa sendiri. Dalam penelitian ini akan di kembangkan gerakan Tarian Kreasi yang memiliki gerakan yang sederhana dan kompleks.

Terdapat dua perkembangan pada gerak seperti perkembangan kemampuan gerak kasar dan kemampuan gerak halus.

- a. Perkembangan kemampuan gerak kasar yang dimaksud dengan gerak motorik adalah semua gerakan yang mungkin dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, dan perkembangan ini erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik di otak. Disebut gerakan kasar, bila gerakan yang dilakukan melibatkan sebagian besar tubuh dan biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh Otot-Otot yang lebih besar. Misalnya gerakan membalik dan telungkup menjadi telentang atau sebaliknya. Contoh lainnya yang termasuk gerakan kasar ini adalah gerakan berjalan, berlari, dan melompat.
- b. Perkembangan kemampuan gerak halus disebut gerakan halus, bila hanya melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu saja dan dilakukan otot-otot kecil, karena itu tidak begitu memerlukan tenaga. Contoh gerakan halus yaitu:

- 1) Gerakan mengambil sesuatu benda dengan hanya menggunakan ibu jari dan telunjuk tangan
- 2) Gerakan memasukan benda kecil kedalam lubang
- 3) Membuat prakarya, menempel dan menggunting
- 4) Menggambar, mewarnai, menulis dan menghapus
- 5) Merobek kertas kecil-kecil, meremas-remas busa

Gerak tari anak usia dini cenderung sederhana, berulang, dan mudah diikuti, penulis menekankan bahwa gerakan-gerakan ini harus menyenangkan, mengembangkan keterampilan motorik dasar, dan sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Gerakan tari untuk anak usia dini sering kali melibatkan unsur permainan dan interaksi sosial.

6. Langkah-langkah Tari Kreasi *Tokecang*

Adapun langkah-langkah Tari Kreasi *Tokecang* menurut Triena (2020) adalah sebagai berikut:

- a. Pertama anak melakukan gerakan memutar badan seperti kapal terbang dengan tangan di rentangkan dan memutar di tempat masing-masing
- b. Selanjutnya anak melakukan gerakan tengkleng ke kanan dan kekiri dengan tangan dipinggang dan kaki berjinjit sesuai dengan ritme
- c. Gerakan selanjutnya anak merentangkan tangan dengan di tekuk dan direntangkan secara bergantian dengan berbarengan menggerakkan bahu kanan dan kiri
- d. Gerakan terakhir anak melakukan gerakan pencak silat untuk laki-laki dan jaipong sederhana untuk anak perempuan.

Langkah-langkah tari *tokecang* melibatkan gerakan-gerakan dasar seperti melompat, bertepuk tangan, berputar, dan berjalan di tempat. Gerakan-gerakan ini diiringi oleh irama cepat dari lagu *tokecang*, yang membuat tari ini menjadi menyenangkan dan energik untuk anak-anak.

C. Perkembangan Otot Kaki dan Tangan Anak melalui Tari Kreasi *Tokecang*

Perkembangan otot kaki dan tangan merupakan suatu bagian dari perkembangan motorik kasar anak dimana aspek ini merupakan salah satu aspek yang sangat penting bagi tumbuh kembang anak, ketika perkembangan anak baik maka anak sukses dalam salah satu aspek perkembangannya sehingga dapat melangkah ke perkembangan selanjutnya sesuai dengan Permendikbud No. 137 Tahun 2014. Dalam melaksanakan tugas perkembangan motorik kasar ada media yang dipakai salah satunya gerak dan lagu bisa dengan menari.

Kegiatan tari memiliki fungsi tertentu menurut Eko Purnomo menyatakan bahwa tugas pendidikan tari terletak pada anak usia dini terutama pada perkembangan tubuh dan gerak, tubuh anak bersifat mobile, anak dituntut untuk dapat bergerak terampil dan tepat dalam irama pengiringnya (Salsabiela, 2018). Menari juga membuat tubuh anak lebih lentur, koordinasi pikiran dan gerakan lebih terkontrol, dan sikap membaik (Syafi'i&Ilmayanti, 2021).

Dilihat dari susunan koreografi dan pembawaan lagu tari *tokecang* merupakan salah satu lagu yang sangat unik dan sesuai untuk Anak, karena semua gerakan mencerminkan tingkahlaku anak yang penuh dengan keceriaan. Selain itu, Triena (2020) berpendapat bahwa gerak-gerak yang ada didalamnya melibatkan aktivitas fisik yang berperan penting bagi anak. Hal ini karena pada masa anak-anak pertumbuhan jasmani dan emosional serta intelektual anak tidak hanya ditentukan melalui bentuk-bentuk pembelajaran formal semata, tetapi juga dapat dilakukan melalui aktivitas fisik (Ali et al., 2015)

Tari kreasi *tokecang* adalah salah satu garapan tari yang terinspirasi dari permainan anak tradisional Jawa Barat dengan nama yang sama yaitu permainan *tokecang*. Permainan *Tokecang* sendiri merupakan sebuah singkatan dari Tokek Makan Kacang yang terkandung di dalamnya mengingatkan bahwa makan banyak atau makan berlebihan tidak baik sebab hal ini melambangkan keserakahan atau kerakusan sehingga hanya memikirkan tentang dirinya sendiri (Triena, 2020).

Salah satu upaya untuk meningkatkan perkembangan Otot kaki dan tangan Anak yaitu dengan menari Campbell (2015) berpendapat bahwa fisik motorik

menari merupakan kegiatan yang melatih motorik anak, khususnya motorik kasar anak untuk memperoleh keterampilan, sikap dan penghayatan. Keterampilan diperoleh dalam bagaimana anak dapat menggerakkan anggota tubuhnya seperti tangan, kepala, kaki, bahu dan jari. melalui tarian, anak-anak mendapat kesempatan untuk belajar memadukan dan menunjukkan kebolehannya melalui koreografi (Kurnia, 2015).

Melalui tari kreasi *tokecang*, anak-anak dapat mengembangkan otot kaki dan tangan mereka dengan melakukan berbagai gerakan yang melibatkan koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan. Penulis menekankan bahwa aktivitas tari ini tidak hanya membantu perkembangan fisik, tetapi juga mendukung keterampilan sosial, kognitif, dan emosional anak.

