

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Menari

Menari adalah suatu kegiatan yang melibatkan gerak tubuh seseorang yang bisa diiringi dengan musik, sang pelaku akan menggerakkan tubuh dengan indah mengikuti alunan musik yang didengarnya. Menurut Tetty dalam Dian (2014) menjelaskan bahwa tari adalah jenis seni yang berkaitan langsung dengan gerak tubuh manusia, dimana tubuh adalah alatnya dan gerak tubuh adalah medianya. Sedangkan menurut Mulyani (2016), tari dalam arti sederhana adalah gerak yang indah lahir dari tubuh yang bergerak dan berirama. Hal ini karena dalam kehidupan sehari-hari atau kejadian tertentu, kita sering menjumpai seorang berjingkrak kegirangan dengan menari-nari, sehingga tampak dengan jelas adanya gerak ritmis dan mungkin juga sangat indah.

Tari semua gerak tubuh manusia dapat dijadikan media tari mulai dari kepala sampai ke ujung kaki. Ada dua aspek penting dalam tari, yaitu aspek gerak, dan irama. Kedua aspek ini sudah dikenal sejak anak usia dini. Fenomena ini menjukan dua hal. Pertama, tari merupakan jenis seni yang relatif mudah direspon oleh siapapun termasuk anak. Mereka sudah dapat merespon gerakan-gerakan dan melakukannya semenjak usianya masih sangat muda. Kedua, gerakkan-gerakan itu lahir karena adanya rangsangan yang ditimbulkan oleh bunyi-bunyian yang ritmis dan berirama.

Pada perkembangan anak yang ditandai dengan motorik kasar dan halus anak, pola bahasa dan perkembangan sosial dan emosional anak. Dengan belajar seni tari anak dengan sendirinya telah mendapatkan seni tari, terkendali sikapnya tidak nakal, dan mempunyai sopan santun yang baik. Pendidikan seni tari bagi anak-anak, pada dasarnya mempunyai tujuan agar anak-anak dapat belajar menari yang sesuai dengan tingkatan kemampuan dan penjiwaannya. Sehingga secara kreatif tubuh sebagai alat ekspresi

mampu mengungkapkan kembali segala imajinasi dan fantasi anak (Mulyani, 2016).

Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa tari merupakan bentuk ekspresi diri sesuai suasana hati yang dituangkan dalam gerakan tubuh dengan media bantu irama musik atau tepuk tangan yang ritmis.

2. Unsur Dalam Tari

Unsur utama dalam tari adalah gerak, namun tidak semua gerak dikatakan tari. Berdasarkan keperluan dan fungsinya, gerak dapat dibedakan menjadi tiga yaitu gerak berkerja, gerak bermain, dan gerak tari. Gerak yang dimaksud dalam tari adalah gerakan-gerakan dari bagian tubuh manusia yang telah diolah dari gerak keseharian menjadi gerak tertentu. Dalam istilah tari gerak yang telah mengalami stilisasi (penghalusan) atau distorsi (perombakan).

Rachmi (2008) menjelaskan bahwa gerakan gerakan merupakan media utama tari pada anak dimana gerakan-gerakan ini terbetuk dari tiga unsur yaitu tenaga, ruang, dan waktu. Adapun penjelasan dari ketiga unsur tersebut adalah sebagai berikut :

a. Tenaga

Setiap kita bergerak pasti memerlukan tenaga karena tenaga merupakan kegiatan yang mewakili, mengendalikan dan menghentikan gerak. Perubahan yang terjadi pada setiap gerak disebabkan penggunaan kekuatan yang berbeda. Penggunaan tenaga pada gerak dalam tari berupa intensitas, intensitas adalah banyak sedikitnya penggunaan tenaga. Intensitas meliputi:

- 1) Aksentuasi/tekanan, terjadi apabila perubahan penggunaan tenaga dilakukan secara tiba-tiba dan kontras.
- 2) Kualitas, adalah efek gerak yang diakibatkan oleh cara penggunaan atau penyaluran tenaga.

b. Ruang

- 1) Ruang yang diciptakan penari adalah ruang yang langsung berhubungan dengan penari, batas ruang yang dibutuhkan untuk penari dalam mengerjakan kaki atau tangan.
- 2) Ruang Pentas, yaitu ruang tempat penari melakukan gerak dalam wujud ruang nyata. Unsur-unsur pokok yang terkandung dalam ruang, yaitu garis, volume (kapasitas/jangkauan) gerak, arah, level (ketinggian), dan fokus.

c. Waktu

Waktu merupakan elemen yang berbentuk gerakan tari selain gerak tari selain tenaga dan ruang. Waktu adalah berapa lama penari melakukan suatu gerak yang berhubungan dengan cepat lambat (tempo) penari melakukan gerak, panjang pendeknya ketukan (ritme) penari melakukan gerak dan lamanya (durasi) penari dalam melakukan gerakan.

3. Fungsi Tari Bagi anak

Tari merupakan seni tari perunjukan yang melibatkan gerak anggota tubuh sebagai media utamanya memiliki banyak manfaat bagi pelakunya maupun bagi penikmatnya. Bagi pelaku atau penarinya sendiri, tari sangat berfungsi sebagai aktifitas yang dapat mengembangkan keterampilan fisik anak, menyalurkan emosinya, rasa indah, perasaan dan melatih kemampuan berfikir dalam mengingat rangkaian gerakan dalam membuat tarian. Dian (2014), menyatakan bahwa menari digunakan untuk mempresentasikan banyak perasaan seperti kebebasan, harapan, gairah, kekuatan dan keagungan

Melalui kegiatan menari anak-anak akan bergerak mengikuti gerakan yang ada dalam kegiatan menari dengan senang hati sehingga anak akan semakin terampil dalam bergerak. Hal ini dikarenakan anak pada dasarnya merupakan makhluk yang senang bergerak. Dengan menari, banyak kemampuan yang diperoleh anak seperti anak belajar cara baru berfikir menghafal gerakan dalam tari, menghafal desain lantai yang bervariasi dan

harus mampu mendengar iringan musik serta menyesuaikan iringan dengan gerakannya.

Kegiatan menari seorang penari pasti dituntut melakukan berbagai gerakan yang dalam melakukannya pasti memerlukan kekuatan dan keseimbangan. Dengan demikian, jika seorang anak terlibat dalam kegiatan menari maka dapat membantu kekuatan fisik, misalnya melakukan gerakan melompat dalam kegiatan menari, maka dibutuhkan kaki yang kuat untuk menopang ragam gerak dalam tari. Melatih gerak tubuh anak tentunya untuk mengembangkan keseimbangan gerak fisik motoriknya.

4. Jenis Tari anak

a. Jenis Tari Berdasarkan Pola Gerak

Berdasarkan pola geraknya (penciptaannya) jenis tari dapat dibagi menjadi dua, yaitu tari tradisional dan tari kreasi baru. Tari tradisional adalah tari yang telah hidup sejak masa lampau pada komunitas masyarakat tertentu dan memiliki nilai-nilai ritual. Menurut Kurniawati (2013) menyatakan tari tradisional dapat diartikan pula sebagai sebuah tata cara menari atau menggerakkan badan yang dilakukan oleh sebuah komunitas etnis secara turun menurun dari satu kegenerasi-kegenerasi selanjutnya. Sedangkan menurut Alvin, dkk (2017) tari kreasi adalah tari yang gerakannya merupakan perkembangan dari gerak tradisional. Pola-pola tari tradisional dikembangkan menjadi bentuk tari kreasi. Dengan demikian, pola-pola tari pada tari kreasi masih bertolak dari tari tradisional.

b. Jenis Tari Berdasarkan Koreografinya

Jenis tari ditinjau dari koreografinya digolongkan menjadi tiga yaitu tari tunggal, berpasangan, dan kelompok. Tari tunggal adalah tari yang disajikan oleh satu orang penari. Tari berpasangan adalah tari yang disajikan secara berpasangan dan penari satu dengan yang lainnya saling berkaitan dan saling merespon. Tari kelompok adalah tari yang disajikan sejumlah orang penari. Tari yang memiliki kelompok besar biasanya di

sebut tari masal dimana tarian berasal dari tari tunggal yang di perlihatkan pada petunjukan besar.

c. Jenis Tari Berdasarkan Temanya

Tari berdasarkan temanya dibedakan menjadi dua, yaitu tari dramatik dan tari nondramatik. Tari dramatik adalah tari yang dalam pengungkapannya menggunakan cerita. Tari dramatik dapat dilakukan oleh seorang penari atau lebih. Tari dramatik disajikan dalam bentuk drama tari baik berdialog maupun yang tidak berdialog. Drama tari yang berdialog dapat dilaksanakan dalam puisi/tembang dan prosa lirik. Sedangkan tari nondramatik adalah tari yang tidak menggunakan cerita ataupun drama.

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam memberikan materi tarian pada anak-anak, yaitu:

- 1) Tari untuk anak harus disesuaikan dengan gerak motorik anak
- 2) Bentuk tarian pada anak harus memperhatikan karakteristik anak yaitu gerakan menirukan, manipulasi gerak sederhana.
- 3) Tema pada tarian anak disesuaikan dengan perkembangan psikologi anak atau lingkungan sekitar.
- 4) Pola lantai kurang lebih lima
- 5) Lama waktu menari kurang lebih 5 menit
- 6) Diiringi oleh musik yang tentunya bercerita ceria.

5. Tari Bataja

Tari bataja diambil dari bahasa dayak mentukak yang berarti menari. Tarian ini merupakan tarian untuk upacara pernikahan. Keunikan dari tari bataja adalah gerakan mengelilingi labah yang berisi tuak pengasih. Dayak mentukak yang dapat dijumpai di Kecamatan Nanga Taman Kabupaten Sekadau. Tari Bataja di tarikan minimal oleh empat orang penari perempuan atau penari laki-laki, dan juga dapat ditarikan perempuan semua atau laki laki semua. Pola lantai yang digunakan pada Tari Bataja ini yaitu melingkar.

Menurut bapak Anen dalam wawancara (Minggu 21 Mei 2023) bataja adalah menari mengelilingi tempayan pengasih yang berisi tuak pengasih yang dilakukan delapan orang yang terdiri empat pria dan wanita. Tari bataja ini sering dilakukan sebagai ucapan syukur pernikahan atau untuk menyambut tamu. Menurut Bapak Aben dalam wawancara (Sabtu, 12 Mei 2018) Asesoris tambahan dalam Tari Betaja ada bundel (anting-anting), kalung tumpi jangka, gelang (gelang emas) namun kalung tumpi jangka, gelang dan bundel sekarang tidak digunakan karena sudah sangat sulit untuk ditemukan. Musik iringan pada Tari Bataja disebut dengan Begamal yang terdiri dari tiga gong Gentari, ketawak, dan gong.

a. Cara melakukan tari bataja untuk laki-laki

- 1) Gerak yang pertama dilakukan penari membentuk lingkaran dalam posisi duduk jongkok menghadap tuak pengasih, dengan kedua tangan berada di depan dada. Gerakan ini dilakukan sebelum tarian dimulai sebagai pembukakan atau penghormatan. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah keseimbangan.



Gambar 2.1 : Penghormatan sebelum bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 2) Gerak selanjutnya penari merentangkan kedua tangannya dengan menekuk kedua lutut dengan menempatkan kaki kanan di depan kaki kiri. Gerakan ini dilakukan ketika terdengar musik gong untuk

pertama kalinya. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah keseimbangan dan koordinasi.



Gambar 2.2 : Bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 3) Gerakan selanjutnya melambai-lambaikan kedua tangan yang di rentangkan, dengan tangan kanan agak lurus sementara tangan kiri ditekuk, tangan di gerakan ke depan sementara tangan kiri di gerakan ke belakang gerakan ini di hitung 1x4, selanjutnya langkahkan kaki kiri ke samping kaki kanan selama dua langkah setela, gerakan dilakukan dengan fola melingkar dilakukan searah dengan jarum jam. Gerakan ini melambai-lambai tangan sebagai ungkapan telah datang data petara (kepercayaan). Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah kelincihan, koordinasi, keseimbangan dan kecepatan.



Gambar 2.3 : Bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 4) Gerakan selanjutnya melambai-lambaikan kedua tangan yang di rentangkan, dengan tangan kiri agak lurus sementara tangan kanan ditekuk, tangan kiri di gerakan ke depan sementara tangan kanan di gerakan ke belakang gerakan ini di hitung 1x4, selanjutnya langkahkan kaki kiri ke samping kaki kanan selama dua langkah setela, gerakan dilakukan dengan fola melingkar dilakukan searah dengan jarum jam. Gerakan ini melambai-lambai tangan sebagai ungkapan telah datang data petara (kepercayaan). Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan kecepatan.



Gambar 2.4 : Bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 5) Gerak dalam posisi duduk jongkok menghadap kearah tuak tuak pengasih, dengan kedua tangan berada didepan dada. Gerakan ini sebagai penghormatan terakhir. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah keseimbangan.



Gambar 2.5 : Penghormatan sesudah bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

b. Cara melakukan Tari Bataja untuk wanita

- 1) Gerak yang pertama dilakukan penari membentuk lingkaran dalam posisi duduk jongkok menghadap tuak pengasih, dengan kedua tangan berada didepan dada. Gerakan ini dilakukan sebelum tarian dimulai sebagai pembukakan atau penghormatan. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah keseimbangan.



Gambar 2.6 : Penghormatan sebelum bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 2) Gerak selanjutnya penari merentangkan kedua tangannya dengan menekuk kedua lutut dengan menempatkan kaki kanan didepan kaki kiri. gerakan ini dilakukan ketika terdengar musik gong untuk pertama kalinya. Gerakan melambaikan kedua kiri dan tangan kanan

kedepan dilakukan 1x8. Gerakan ini dilakukan berulang ulang sampai musik hampir selesai. Gerakan ini dinamakan bataja sebagai. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan.



Gambar 2.7 : Bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

- 3) Gerak dalam posisi duduk jongkok menghadap kearah tuak tuak pengasih, dengan kedua tangan berada didepan dada. Gerakan ini sebagai penghormatan terakhir. Unsur motorik yang terdapat dalam gerakan ini adalah keseimbangan.



Gambar 2.8 : Penghormatan sesudah bataja

Sumber : Ulan Trivina Ursula 2023

6. Pengertian Perkembangan Motorik

Perkembangan adalah sesuatu proses pematangan majemuk yang berhubungan dengan aspek defensial bentuk atau fungsi termasuk perubahan sosial dan emosi (FKPP) sejawa barat, 1977). Proses motorik adalah persyaratan yang menjadikan seseorang mampu untuk menggerakkan anggota tubuhnya (tangan, kaki, serta anggota tubuh yang lainnya).

Perkembangan motorik merupakan perkembangan pengendalian gerak jasmani melalui pusat saraf, urat saraf, dan otot-otot yang terkoordinasi (Siti Makhmudah,dk 2020). Motorik adala segala sesuatu berupa gerakan. Kemudian umama mengatakan motorik adalah proses kemampuan gerak seorang anak. Dan sebuah gerakan biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan. Perkembangan motorik merupakan perkembangan pengendalian gerak jasmani melalui pusat saraf, urat saraf, dan otot-otot yang terkoordinasi.

7. Jenis Motorik

Menurut Slamet Suryanto (dalam Aghnaita, 2017) jenis motorik dibagi menjadi 2, yaitu :

a. Motorik Kasar

Motorik kasar adalah gerakan yang dikendalikan oleh otot-otot besar yang tesusun dari otot lurik. Otot ini berfungsi melakukan gerakan dasar tubuh yang terkoordinasi oleh otak seperti berjalan, berlari, melompat, menendang, melempar, memukul, mendorong, menarik naik dan turun tanga. Oleh karena itu gerakan tersebut dikenal dengan istilah gerakan dasar. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Berbagai gerakan motorik kasar yang dicapai anak tertentu sangat berguna bagi kehidupan kelak. Misalnya anak dibiasakan untuk terampil berlari dan memanjat jika ia sudah lebih besar ia akan senang berolahraga.

Untuk melatih gerakan otot kasar pada anak dapat dilakukan, misalnya dengan melatih anak berdiri dengan satu kaki. Jika anak kurang terampil berdiri diatas satu kakinya berarti anak tersebut masih belum

mengontrol keseimbangan tubuhnya (Wahyuseptiana, 2014). Motorik kasar melatih gerak jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh pada anak, seperti merangkak, berlari, berjinji, melompat bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan (Mursid, 2015).

Keterampilan motorik kasar anak berarti pengendalian gerak jasmani melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf dan otot yang dikoordinasikan. Motorik merupakan pengendalian gerak tubuh melalui aktivitas yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak dan urat saraf tulang belakang. Sedangkan aktivitas motorik kasar keterampilan gerak atau gerak tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor (gerak yang menyebabkan perpindahan tempat) seperti, berjalan, berlari, menendang, naik turun tangga, melompat, meloncat, dan sebagainya. Juga keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola.

Penekanan latihan pada anak usia Sd adalah mengembangkan gerak-gerak dasar, seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, menggantung dengan bentuk permainan beregu yang menyenangkan. Unsur-unsur penekanan latihan berdasarkan usia anak:



1) Anak Usia < 10 tahun

Usia anak 2-5 tahun merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat terutama sistem saraf dan pertumbuhan otot. Pada usia ini, anak dikenal dengan dasar-dasar seperti berjalan, berlari, lempar menangkap, menendang, memanjat dan memukul,

melalui variasi gerakan yang menyenangkan, biasanya dalam bentuk permainan.

2) Usia 6-10 tahun serabut saraf mulai lengkap, aliran impuls saraf bertambah cepat, fungsi jaringan penghubung syaraf semakin baik sehingga gerakan otot semakin terkontrol dan terkondinasi bertambah sempurna. Pada usia ini anak dapat dilihat kekuatan dan daya tahan otot melalui permainan beregu yang menyenangkan dan mempunyai gerak kontinyu dan senam (kalistentik)

3) Remaja awal 11-14 tahun

Remaja usia 10-12 tahun untuk putra dan putri 12-14 tahun untuk putra terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang dramatis, kenaikan sekresi hormon testosteron untuk laki laki dan progesteron untuk perempuan. Pada puncak pertumbuhan otot dan tulang, terjadi gangguan keseimbangan.

b. Motorik Halus

Motorik halus adalah suatu keterampilan mengerakan otot dan fungsinya. Sehingga dengan kata lain, motorik halus gerakan-gerakannya lebih spesifik dibandingkan motorik kasar. Motorik halus merupakan gerakan yang dilakukan oleh bagian-bagian tubuh tertentu, yang tidak membutuhkan tenaga besar yang melibatkan sebagian anggota tubuh yang dikoordinasikan (kerja sama yang seimbang) antar mata dengan tangan atau kaki. Tujuan untuk melatih motorik adalah agar anak terampil dan cermat menggunakan jari jemari dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pekerjaan-pekerjaan yang melibatkan unsur kerajinan dan keterampilan tangan. Sujiono (2012) mengemukakan bahwa gerak motorik halus adalah gerak yang hanya melibatkan motorik halus saja dan dilakukan oleh otot-otot kecil, seperti jari jemari dan gerak pergelangan tangan yang tepat.

8. Ciri-Ciri Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik merupakan perkembangan kontrol pergerakan badan melalui koordinasi aktivitas saraf pusat, saraf tepid dan otot.

Perkembangan motorik dibagi menjadi 2 yaitu, perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik kasar melibatkan otot-otot besar meliputi perkembangan gerak kepala, badan, anggota badan, keseimbangan dan pergerakan. Perkembangan motorik halus adalah koordinasi halus yang melibatkan otot-otot kecil yang dipengaruhi oleh matangnya fungsi motorik, fungsi visual yang akurat, dan kemampuan intelektual nonverbal (Soetjiningsih dan Ranuh : 2013).

9. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun

Motorik kasar seorang anak berkembang secara bertahap dan unik pada setiap individunya. Perkembangan motorik kasar anak berbanding lurus dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, oleh karena itu faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak secara garis besarnya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak yang telah dipaparkan oleh Soetjiningsih yaitu:

a. Faktor Biologis

Sifat-sifat genetic yang diwariskan kepada setiap individu banyak kesamaan. Salah satu persamaan itu adalah kecenderungan perkembangan manusia yang teratur dan dapat diramalkan. Sejumlah faktor biologis yang mempengaruhi perkembangan motorik tampak pada pola perkembangan.

b. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atau tidaknya potensi bawaan. Faktor lingkungan ini secara garis besar dibagi menjadi:

- 1) Faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor pranatal), antara lain: gizi ibu pada waktu hamil, mekanis, toksin/zat kimia, endokrin, radiasi, infeksi, stress, imunitas, anoksia embrio.
- 2) Faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (faktor postnatal), antara lain: Lingkungan biologis,

antara lain, terhadap penyakit, penyakit kronis, fungsi metabolisme, hormon.

3) Faktor fisik, antara lain: cuaca, musim, keadaan geografis suatu daerah, sanitasi, keadaan rumah, radiasi.

c. Faktor Fisikal

Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak salah satunya adalah faktor fisik yaitu seperti kelahiran prematur, pola makan, tingkat kebugaran jasmani, dan biomekanik.

d. Faktor Psikososial

Faktor psikososial antara lain : stimulasi, motivasi belajar, ganjaran ataupun hukuman yang wajar, kelompok sebaya, stress, sekolah, cinta dan kasih sayang, kualitas interaksi anak-orang tua

10. Program Latihan

Program latihan adalah petunjuk atau pedoman yang mengikuti secara tertulis berisi cara-cara yang akan ditempuh untuk mencapai tujuan dimasa mendatang yang telah ditetapkan (Suharno dalam Al Haddar ,2014). Pengertian ini mengandung maksud dari proses penentuan tujuan masa mendatang, menentukan cara-cara efektif dan efisien, serta usaha-usaha pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Selain itu, untuk mencapai prestasi atlet, diperlukan usaha dan daya berlatih yang dituangkan dalam rencana program latihan tertulis sebagai pedoman arahan kegiatan, untuk mencapai tujuan efektif dan efisien.

Harsono dalam Erliana (2017), latihan adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dan beban latihan kian hari kian bertambah. Latihan yang sistematis adalah program latihan direncanakan secara matang, dilaksanakan sesuai jadwal menurut pola yang telah ditetapkan, dan evaluasi sesuai dengan alat yang benar. Penyajian materi harus dilakukan dari materi yang paling mudah kearah materi yang paling sukar, dari materi yang sederhana mengarah kepada materi yang paling kompleks.

Menurut Bower dan Fox dalam Yidiana (2012) menyarankan bahwa 5 - 10 kontraksi maksimal dengan ditahan selama 5 detik adalah yang terbaik dilihat dari sudut pandang cara berlatih. Pada pemulaan latihan, frekuensi latihan kekuatan isometrik adalah 5 hari/seminggu. Sebagai percobaan untuk mendapatkan hasil yang baik bisa pula dilakukan dalam frekuensi latihan 3 hari/minggu. Sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa program latihan adalah petunjuk tertulis yang berisi cara-cara dan harus dilakukan, baik oleh pelatih, maupun atlet, yang bertujuan untuk mencapai apa yang telah ditetapkan.

B. Peneliti Relevan

Dalam penelitian ini, penulis mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Berikut adalah beberapa hasil penelitian yang relevan dan berkaitan dengan penelitian ini yaitu :

- 1. Nadiya Gius Aprilina 2019.** Pengaruh tari kreasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di ra Perwanida II Bandar Lampung. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan telah terjadi peningkatan perkembangan motorik kasar pada anak dapat dikatakan bahwa pada peneliti ini terdapat pengaruh yang signifikan diberikan kegiatan tari.
- 2. Okta Viana 2020.** Pengaruh pembelajaran seni tari terhadap kemampuan motorik kasar di TK Minasa upa Makasar. Berdasarkan yang diharapkan dalam penelitian, maka dirumuskan yang sesuai dengan peneliti initentang pengaruh pembelajaran seni tari terhadap kemampuan motorik kasar anak di TK minasa upa makasar.
- 3. Nasriyah Khairani Lubsi (2018)** Meningkatkan perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan tari di ra Khairin Islamic *School*. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan. Perkembangan motorik kasar anak dapat

meningkat melalui kegiatan tari dengan tingkat pencapaian berkembang sangat baik.

C. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari teori yang telah dideskripsikan. Uma Sekaran (Sugiyono, 2016:93) mengemukakan bahwa kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Sedangkan menurut (Sugiyono, 2016:94) mengatakan kerangka pemikiran ini merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan. Jadi dengan demikian kerangka berfikir adalah sebuah pemahaman yang melandasi pemahaman-pemahaman yang lain, sebuah pemahaman yang paling mendasar dan menjadi pondasi bagi setiap pemikiran.

Bedasarkan penjelasan tersebut selanjutnya dapat disusun kerangka berfikir yang menghasilkan suatu hipotesis. Dimana kerangka berfikir mempunyai arti suatu konsep pola pemikiran dalam rangka memberikan jawaban sementara terhadap permasalahan yang di teliti.

Pengaruh Tari Bataja Terhadap Perkembangan motorik kasar pada anak Dayak desa Pantok Kecamatan Nanga Taman

1. Bagaimanakah motorik kasar pada anak dayak desa Pantok Kecamatan Nanga Taman sebelum diberikan perlakuan tari bataja?
2. Bagaimanakah perkembangan motorik kasar pada anak dayak desa Pantok Kecamatan Nanga Taman setelah diberikan perlakuan tari bataja?
3. Apakah terdapat pengaruh tari bataja terhadap perkembangan motorik kasar pada anak Dayak Desa Pantok Kecamatan

Diukur motorik kasar menggunakan "*Tes Motor Ability* (Nurhasan 2017)

Perlakuan berupa tari bataja

diukur perkembangan motorik kasar "*Tes Motor Ability*

Teridentifikasi terdapat pengaruh tari bataja terhadap perkembangan motorik kasar pada anak dayak desa pantok kecamatan nanga taman

D. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2016:99) hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Sedangkan menurut jakni (2016) mengatakan hipotesis adalah jawaban sementara terhadap hasil penelitian yang akan dilakukan masih memerlukan suatu pembuktian data-data dan fakta-fakta dilapangan.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban yang sifatnya sementara terhadap masalah penelitian sampel yang sebenarnya yang terbukti melalui data yang terkumpul dan harus diuji empiris. Hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Hipotesis Alternatif (Ha) dalam penelitian ini adalah: terdapat pengaruh tari bataja terhadap perkembangan motorik kasar anak dayak desa Pantok Kecamatan Nanga Taman ?

2. Hipotesis Nol (Ho)

Hipotesis Nol (Ho) dalam penelitian ini adalah: tidak terdapat pengaruh tari bataja terhadap perkembangan motorik kasar anak dayak desa Pantok Kecamatan Nanga Taman ?