

## MELATIH MOTORIK HALUS PADA ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN *COOKING CLASS*

Septiani Hapidah

Universitas Sahid Surakarta, Surakarta; \*septianihapidah@gmail.com

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received January 10, 2024

Revised May 21, 2024

Accepted June 21, 2024

Available online June 28, 2024

**Keywords:** *Fine Motor Skills, Cooking Class, Writing Skills*

Copyright ©2023 by Author. Published by Lembaga Pengembangan Pembelajaran, Penelitian, dan Pengabdian Masyarakat Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

**Abstract.** Children's fine motor is one of the children's developments that has an important aspect in children's life it is related to children's daily movements such as, eye-hand coordination and the work of small muscles, wrist flexibility, being able to imitate the shape and skills of using the right and left hands. The importance of fine motor in children need to be stimulated from various forms of activities, children fine motor skills have an influence of the next stage of development, namely writing skills, With the existence of this devotion, it aims to train fine motor skills in children through cooking class activities. The subject in this indication is a child aged 5–6 years. The result of this devotion, children are able to coordinate their hands – eyes and also their small muscles.

### PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan lembaga proses pembinaan tumbuh kembang anak dari usia lahir hingga 6 tahun secara keseluruhan dari mulai aspek fisik dan non fisik dengan memberikan rangsangan bagi perkembangan jasmani dan rohani (moral dan spiritual), motorik, akal pikiran, emosional serta sosial yang tepat bagi anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal Mansur (2007).

Menurut Elizabeth B. Hurlock, (1995) masa usia dini merupakan masa awal dari tumbuh kembang anak secara optimal. Pada usia dini dibutuhkan keluarga, lingkungan dan teman yang baik saat memberikan rangsangan serta upaya pendidikan yang dapat di sesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik anak, maka dari itu anak usia dini memiliki karakteristik yang berbeda-beda serta unik, baik dari segi fisik, sosial emosional, agama, moral, bahasa seni dan kognitif (Wati & Rakhmawati, 2016).

Pendidikan anak usia dini adalah salah satu sarana dalam meningkatkan serta mengoptimalkan tumbuh kembang anak dari berbagai aspek perkembangan anak. Menurut Pemendikbud Tahun 2014 No. 146 Pasal 1 yang berbunyi. "Pendidikan usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang diperuntukkan kepada anak dari lahir hingga usia 6 tahun dilakukan dengan pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan, perkembangan jasmani serta rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan yang lebih lanjut". Pendidikan anak usia dini merupakan lembaga penting yang dapat menentukan perkembangan dan keberhasilan anak.

Lembaga pendidikan anak usia dini memiliki tujuan sebagai pendorong tumbuh dan perkembangan anak serta penyedia layanan pendidikan anak usia dini. Pendidikan anak usia dini pun lebih menekankan kepada bermain sambil belajar, belajar seraya bermain. Dalam satu kemampuan serta tumbuh kembang anak tidak dapat langsung hadir begitu saja. Ada tahapan – tahapan yang harus dilalui dan di dalamnya diperlukan stimulus dari lingkungannya untuk mendukung perkembangannya (Fajriani, 2019). Hal ini pun akan mempengaruhi aspek perkembangan anak. Pendidik harus menciptakan proses pembelajaran yang baik agar hasil belajar anak menjadi lebih bermakna hingga hasil belajar anak dapat di fungsikan dalam kehidupan anak sehari–hari secara nyata (Anggrahaeni, 2019).

Perkembangan motorik halus pada anak merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan anak, karena pada dasarnya gerak anak berhubungan dengan kerja otot–otot kecil serta koordinasi tangan dan mata yang terlibat dalam kehidupan sehari–hari. Perkembangan motorik halus dipengaruhi oleh susunan syaraf pusat dan juga otot–otot yang saling terkoordinasi satu sama lain, sehingga matangnya sistem syaraf pusat terhadap anak akan menghasilkan gerak halus yang terkoordinasi secara baik. Hurlock (1998) mengatakan bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Jadi, perkembangan motorik merupakan kegiatan yang terkoordinir antara susunan syaraf, otak, otot dan *spinal cord*. Setiap anak mempunyai tahapan perkembangan motorik halus yang berbeda antara satu dengan yang lainnya. Perkembangan ini didasarkan terhadap kemampuan intelektual anak secara individu. Perkembangan motorik halus pada anak merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan anak, karena pada dasarnya setiap anak melakukan gerak berhubungan dengan otot-otot kecil, koordinasi mata dan tangan yang terlibat dalam kehidupan sehari–hari. Mengingat pentingnya perkembangan motorik halus pada anak, maka sangat diperlukan stimulus dari berbagai bentuk kegiatan sebagai cara meningkatkan kegiatan motorik halus anak. Dibutuhkan kondisi pembelajaran yang menyenangkan agar sesuai dengan harapan guru dan orangtua.

Keterampilan motorik halus anak ini memiliki pengaruh pada perkembangan tahap selanjutnya yaitu keterampilan menulis. Menulis bagi anak usia dini merupakan hal penting karena Mereka sudah mempersiapkan dirinya untuk masuk kepada jenjang selanjutnya. Bagi anak usia dini menulis diawali dengan kemampuan gerak yang ada pada diri anak itu sendiri. Keterampilan motorik halus anak dapat dikembangkan melalui kegiatan sehari–hari yang mereka lakukan baik di sekolah maupun di rumah. Jadi, tahapan motorik halus pada anak harus dikembangkan semaksimal mungkin agar anak siap dan mampu menghadapi tahapan perkembangan yang lebih tinggi. Menulis pada anak usia dini diawali dengan kemampuan gerak motorik halus yang ada pada anak itu sendiri. Tidak hanya pada kegiatan menulis lambang bahasa, tetapi juga diberikan alat serta media yang menarik, pengkondisian kelas yang baik, demonstrasi pembelajaran yang aktif, efisien dan tepat sasaran serta penggunaan model, pendekatan dan metode yang tepat.

Motorik halus anak dapat dilatih melalui kegiatan *cooking class* sebagai wahana untuk menumbuh kembangkan pelajaran anak secara langsung. Dalam kegiatan ini anak dikenalkan pada bahan makanan, cara mengolah makanan, perpaduan warna, meremas, memotong, membentuk dan mencetak. Kegiatan *cooking class* merupakan sebuah laboratorium nyata bagi anak untuk dapat mempelajari berbagai pengetahuan dan keterampilan seperti mengenal nama–nama dan bahan makanan, hal itu dapat menambah menambah kosa kata anak, mengukur bahan–bahan sesuai dengan resep dapat menambah konsep pengetahuan anak tentang volume dan konsep matematik, pada saat percampuran bahan dan proses pembuatan serta melatih keterampilan motorik halus anak. Selain itu *cooking class* memiliki beberapa manfaat yang dapat diajarkan kepada anak yaitu, melatih kemandirian, melatih hidup sehat, mempererat hubungan, melatih emosi anak, mengembangkan sensitivitas rasa dan belajar teliti.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas penulis merasa tertarik untuk melakukan tindak kelas yang berhubungan dengan meningkatkan motorik halus anak dan kegiatan serta media yang menarik bagi anak. Dalam hal ini penulis memilih kegiatan *cooking class* sebagai sumber belajar anak.

## **METODE**

Terdapat 3 tahap pembelajaran dalam kegiatan *cooking class* yaitu:

### 1. Persiapan

Tahap pertama yang dilakukan yaitu penulis menjelaskan kegiatan *cooking class* yang dilakukan, yaitu memasak mie letek. Penulis dan anak mempersiapkan bahan dan alat yang akan digunakan untuk kegiatan *cooking class*. Anak mencari informasi tentang kegunaan dari setiap alat dan bahan. Informasi tersebut diperoleh dari buku dan penulis menerangkan langsung kepada anak tentang kegunaan dari masing-masing alat dan bahan yang akan di gunakan.

### 2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan terlebih dahulu penulis menjelaskan serta memberikan contoh teknik memasak, yaitu cara mengulek bumbu, merendam mie di dalam air hangat, memotong wortel sesuai dengan kreasi anak-anak.

### 3. Penyelesaian

Pada tahap ini anak di persilahkan untuk menyajikan dan mencicipi makanan dari kegiatan *cooking class*. Setelah kegiatan selesai anak membersihkan alat dan ruangan yang di gunakan untuk *cooking class*, lalu penulis mempersilahkan kepada anak untuk menceritakan setiap proses dan hasil yang telah di lakukan saat kegiatan *cooking class*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Gerakan motorik halus merupakan kemampuan individu dalam beraktivitas dengan menggunakan otot-otot halus dimana susunan syaraf pusat dan juga otot-otot sangat berpengaruh bagi perkembangan motorik halus agar dapat terkoordinasi satu sama lain, sehingga dengan matangnya sistem syaraf pusat pada anak maka akan menghasilkan suatu gerakan halus yang terkoordinasi dengan sangat baik.

Pengabdian ini di laksanakan di TA Sanggar Anak Alam Nitiprayan, Yogyakarta. Pada hari Kamis, 16 November 2023, dengan jumlah anak 30 orang usia 5–6 tahun. Adapun hasil dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan yaitu, anak aktif dalam kegiatan, anak-anak sudah mampu mengkoordinasikan gerakan mata dan juga tangannya, hal tersebut teramati ketika kegiatan memotong wortel, dimana kegiatan tersebut membutuhkan koordinasi mata dan juga tangan. Anak-anak pun sudah mampu menggerakkan otot-otot kecilnya teramati ketika sedang meremas dan merebus mie, anak-anak menggerakkan jari jemarinya, anak mampu menyajikan makanan dan anak mampu mengkomunikasikan pikiran yang ingin disampaikan dengan tepat. Secara natural anak dapat berbaur bersama dengan teman yang lainnya. Ketika sesi berdiskusi terdapat anak yang bercerita bahwa dirumahnya ia sering membantu mamahnya memasak. “*Aku dirumah suka bantuin ibuku masak, aku udah bisa motong wortel*”. Ada juga anak yang mengajarkan temannya cara memotong “*Bukan begitu caranya, coba lihat aku*” sambil menunjukkan cara memotong wortel. Jadi hasil pengabdian ini adalah anak mampu mengembangkan keterampilan motorik halusnya dengan berbagai macam kegiatan, anak aktif dalam kegiatan memasak dan mampu menyajikan *mie letek*. Selain meningkatkan kemampuan motorik halus anak pun dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasinya.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian dari Darwati dkk, (2019: 1) menunjukkan bahwa:

1. Proses pelaksanaan *fun cooking* dalam meningkatkan kemampuan motorik halus anak pada kelompok bermain Flamboyan Pangkur Ngawi meliputi:
  - a. Memegang alat dan bahan dengan benar;
  - b. Koordinasi mata dengan tangan;

- c. Mengolah bahan dengan benar yang dilakukan sebanyak 6 pertemuan dalam 2 siklus.
2. Kegiatan *fun cooking* dapat meningkatkan motorik halus anak sebanyak 80% dengan hasil pada:
  - a. Pratindakan di peroleh 0% atau belum terdapat anak dari 15 anak berada dalam kriteria berkembang sangat baik;
  - b. Siklus I di peroleh 2 dari 15 anak berada dalam kriteria berkembang sangat baik;
  - c. Siklus II diperoleh 80% anak atau 12 dari 15 anak menunjukkan kemampuan motorik halusnya berada pada kriteria berkembang sangat baik.

Anggraheni (2019) mengungkapkan bahwa manfaat dari kegiatan *cooking class* antara lain dapat mengenalkan bahan makanan, kandungan gizi dan manfaatnya untuk tumbuh kembang anak-anak melatih motorik halus anak dan mengembangkan kreativitas anak melalui menghias piring saji sesuai dengan kreasi anak. Hasil penelitian lain menunjukkan dengan program kegiatan *cooking class* bagi anak usia dini di kelas koki cilik. Data dikumpulkan melalui proses wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Dari hasil penelitian dapat di simpulkan, jika di tinjau dari segi perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi program kegiatan *cooking class* bagi anak usia dini yang dilaksanakan di kelas koki cilik dapat meningkatkan perkembangan anak usia dini terutama pada aspek motorik halus.



Gambar 1. Merebus & Meremas Mie



Gambar 2. Memotong Wortel



Gambar 3. Mengulek Bumbu

## **SIMPULAN**

Dari pengabdian yang telah dilakukan oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa kegiatan *cooking class* merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi anak serta dapat meningkatkan kemampuan motorik halus pada anak, teramati anak mampu mengikuti kegiatan yang melibatkan adanya koordinasi antara gerakan mata dan tangan serta melatih otot-otot kecilnya. Selain itu anak mampu berkomunikasi secara natural bersama dengan teman yang lain, anak jadi mengetahui tentang perbedaan rasa gula, garam dan penyedap.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Fadhilah Siti, Efastri Marta Sean, Wahyuni Sri, Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Melalui Kegiatan *Cooking Class* Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Melati Pekanbaru.

Sari Eka Dian, Fauziah Lailatul, Ariyanto Bambang, Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Melalui Permainan *Cooking Class* Kleas B TK/RA. Darul Falah Kota Gajah Lampung Tengah. *Innovate Education Journal*. Vol 5 No. 3, November 2023

Samad Rita, Wondal Rosita, Rasid Julaha, Kajian Tentang Kegiatan *Cooking Class* Dalam Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Usia 5 – 6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini*. P – ISSN, 2407 – 2064.