



PERTUMBUHAN *Fisik dan Motorik* PERKEMBANGAN



PERTUMBUHAN FISIK

Pertumbuhan fisik merujuk pada perubahan kuantitatif yang terjadi pada tubuh anak, seperti peningkatan ukuran, berat, dan perkembangan organ-organ (Syarifan : 2017)

PERKEMBANGAN MOTORIK

Perkembangan motorik anak mencakup perubahan kualitatif yang berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengontrol gerakan tubuhnya (Syarifan : 2017)

TAHAPAN PERKEMBANGAN ANAK

Perkembangan motorik kasar merupakan perkembangan kemampuan anak menggunakan seluruh anggota badan (otot-otot besar) untuk melakukan sesuatu.

USIA ANAK	PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS
3-5 Tahun	Menggambarkan orang yang terdiri dari kepala, lengan dan badan, menghitung dengan jari-jarinya, mendengar dan mengulang hal-hal penting dan mampu bercerita, mewarnai, menarik garis dengan berbagai variasi, memegang pisol, menggantung, mengancingkan, mengayam, dan persiapan menulis.
6-9 Tahun	Ketangkasan meningkat, melompat tali, dan naik sepeda.
10-12 Tahun	Perubahan postur tubuh yang berhubungan dengan pubertas mulai tampak, mampu melakukan aktivitas rumah tangga, seperti mencuci, menjemur pakaian sendiri.

Perkembangan Fisik Perempuan

- Pertumbuhan payudara (3 - 8 tahun)
- Pertumbuhan rambut pubis/kemaluan (8 -14 tahun)
- Pertumbuhan badan (9,5 - 14,5 tahun)
- Menarche/menstruasi (10 - 16 tahun, kadang 7 thn)
- Perubahan suara karena pertumbuhan pita suara (Sama dengan pembesaran penis)
- Pertumbuhan bulu ketiak (2 tahun setelah rambut pubis)
- Kelenjar menghasilkan minyak dan keringat (Sama dengan tumbuhnya bulu ketiak)

(Masganti : 2012)

Perkembangan motorik halus adalah perkembangan koordinasi tangan dan mata. Aktivitas-aktivitas motorik halus mensyaratkan penggunaan otot-otot kecil di tangan (Masganti : 2012)



UPAYA PENGOPTIMALAN

- 1 Kesehatan dan gizi yang baik** Anak yang sehat dan bergizi baik cenderung mengalami pertumbuhan lebih optimal dibandingkan anak dengan kesehatan buruk.
- 2 Stimulasi emosional yang positif** Ketegangan emosional dapat menghambat perkembangan, sedangkan kondisi emosional yang baik dapat mendorong pertumbuhan lebih cepat.
- 3 Interaksi sosial** Sekolah dan lingkungan bermain memberikan kesempatan anak untuk belajar melalui pengalaman langsung bersama teman sebaya.
- 4 Kasih sayang dan dukungan** Selain kesehatan fisik, perhatian dan kasih sayang dari orang tua dan guru juga berperan dalam perkembangan optimal anak.

Perkembangan Fisik Laki-Laki

- Pertumbuhan testis (10 - 13,5 tahun)
- Pertumbuhan rambut pubis/kemaluan (10 - 15 tahun)
- Pembesaran badan (10,5 - 16 tahun)
- Pembesaran penis (11 - 14,5 tahun)
- Perubahan suara karena pertumbuhan pita suara (Sama dengan pembesaran penis)
- Tumbuhnya rambut di wajah dan ketiak (dua tahun setelah rambut pubis)
- Kelenjar menghasilkan minyak dan keringat (Sama dengan tumbuhnya bulu ketiak)

(Masganti : 2012)

FAKTOR PENGARUH

- 1** Kesehatan yang buruk, yang dapat menghambat aktivitas anak.
- 2** Lingkungan yang tidak mendukung perkembangan
- 3** Keputusan yang tidak tepat dalam mendidik anak
- 4** Kurangnya bimbingan dari orang tua dan guru
- 5** Kurangnya kebebasan anak untuk mengekspresikan diri
- 6** Harapan yang tidak realistis dari orang tua atau guru



Sumber :

Perkembangan Peserta Didik Perspektif Islam, Dr. Syarifan Nurjan, M.A

Perkembangan Peserta Didik (2012), Dr. Masganti SIT, M.Ag

