

1. Eva Anggita Nurifah Idia Sari (23104080038)
2. Heni Raehani (23104080007)
3. Laili Fauziah (23104080036)
4. Rofiqoh Khoirunnisa (23104080019)

Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Secara Fisik dan Motorik

Pengertian

Pertumbuhan fisik adalah pertumbuhan struktur tubuh manusia yang terjadi sejak masih dalam kandungan hingga ia dewasa. Proses perubahannya adalah menjadi panjang (pertumbuhan vertikal) dan menjadi tebal atau lebar (pertumbuhan horizontal) dalam suatu proporsi bentuk tubuh.

Sumber: Nurjan, Syarifan. 2017. *Perkembangan Peserta Didik Perspektif Islam*. Yogyakarta: Titah Surga.

Dalam bukunya Richard Decaprio kata **motorik** berhubungan dengan kata motor, sensory motor atau perceptual motor". Arti "motor" tersebut adalah gerak, stimulus dan respons. Dapat dikatakan bahwa motorik adalah segala sesuatu berupa gerakan.

Sumber: Richard Decaprio, *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik Di Sekolah*, (Jogyakarta: DIVA Press, 2013), h. 42.

Menurut Hurlock **perkembangan motorik** berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian tersebut berasal dari perkembangan refleks dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir.

Sumber: Elizabeth B Hurlock, *Perkembangan Anak Edisi Keenam* (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002), h.150.

Tahap Perkembangan Motorik

Menurut Santrock (Desmita, 2014:80) perkembangan motorik pada anak usia sekolah dasar adalah sebagai berikut:

- a. Mulai usia 6 tahun sudah berkembang koordinasi antara mata dan tangan (visio motoric) yang dibutuhkan untuk membidik, menyepak, melempar, dan menangkap.
- b. Usia 7 tahun, tangan anak semakin kuat dan anak lebih menyukai menggunakan pensil daripada krayon untuk melukis.
- c. Usia 8 sampai 10 tahun, anak dapat menggunakan tangan secara bebas, mudah, dan tepat. Koordinasi motorik halus berkembang, sehingga anak dapat menulis dengan baik, ukuran huruf menjadi lebih kecil dan rata.
- d. Usia 10 sampai 12 tahun, anak-anak mulai memiliki keterampilan-keterampilan manipulatif menyerupai kemampuan orang dewasa. Mereka mulai menampilkan gerakan-gerakan kompleks, rumit, dan cepat yang diperlukan untuk menghasilkan karya kerajinan yang berkualitas atau memainkan alat musik tertentu.

Sumber: Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja. Rosdakarya.

Tahap Perkembangan Fisik

a. Anak pada usia 6-9 tahun.
Anak pada usia ini mengalami pertumbuhan dan perkembangan otot besar untuk mengembangkan otot-otot yang halus yang sudah tumbuh dan berkembang sejak masa kanak-kanak. Anak sudah dapat melakukan gerakan yang lebih baik seperti shalat dengan mengajarkan berwuduk, berdiri pada shalat, rukuk dan sujud secara baik. Anak dapat melakukan gerakan shalat dengan baik. Karena itu Nabi SAW. menganjurkan agar orangtua menyuruh anaknya untuk mendirikan shalat apabila ia telah berumur 7 tahun, dan memukulnya pada umur 10 tahun jika anak tidak melaksanakannya. Anak pada usia 6-9 tahun telah memiliki keserasian gerak. Ia bermain dengan menggunakan organ jasmani seperti tangan, kaki, dengan berlari, melompat dengan lebih baik. Itulah sebabnya ia sudah dapat dilatih dan dibiasakan dengan kebiasaan yang baik dan memiliki manfaat bagi dirinya.

b. Anak pada usia 10-12 tahun
Anak pada usia ini fisiknya sudah lebih baik dan kuat. Gerakannya sudah semakin sempurna. Anak pada usia ini dapat menirukan sikap dan perilaku orangtua secara baik.

Sumber: Ramadhan Lubis dkk. 2024. *Masa Sekolah dan Perkembangan Anak Usia 6-12 Tahun*. Jurnal Pendidikan Tambusai (Vol. 8, No. 2)

Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Fisik dan Motorik

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Fisik

1) Faktor Internal

- a) Sifat jasmaniah yang diwariskan dari orang tuanya.
- b) Kematangan. Secara sepintas, pertumbuhan fisik, meskipun anak sudah diberikan makanan dengan gizi yang tinggi, tetapi apabila kematangan belum sampai, pertumbuhan akan tertunda.

2) Faktor eksternal

- a) Kesehatan. Anak yang sakit-sakitan pertumbuhan fisik akan terhambat.
- b) Makanan. Anak yang kurang gizi pertumbuhan fisiknya akan terhambat, sebaliknya yang cukup gizi pertumbuhannya pesat.
- c) Stimulasi lingkungan. Individu yang tubuhnya sering dilatih untuk meningkatkan percepatan pertumbuhannya akan berbeda dengan yang tidak pernah mendapat pelatihan.

Sumber: Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja; Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2004, hlm. 21-22)

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik

Faktor internal yang meliputi:

- genetik
- motivasi untuk berlatih
- kesehatan
- gizi, dan kesempatan berlatih.

Faktor eksternal yang meliputi:

- pengetahuan orang tua
- pendidikan orang tua
- sikap orang tua
- keluarga
- sosial ekonomi, dan sosial budaya
- lingkungan
- petugas kesehatan, dan pola asuh.

Ayu Nur Fathoni, Rahadian. (2014). *PENGARUH FAKTOR EKSTERNAL TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK BAYANGKARI KECAMATAN WONOSARI KABUPATEN BONDOWOSO*. Repositori Universitas Jember

Upaya Guru Untuk Mengoptimalkan Perkembangan Masa Kanak-Kanak

Menurut Thamrin, S (2015) upaya upaya guru yang dapat di lakukan untuk mengoptimalkan perkembangan masa kanak-kanak yaitu diantaranya :

1. Membimbing dan memberi pengertian pada kegiatan pembelajaran
2. guru berupaya melatih pembiasaan dalam aktivitas sehari-hari seperti Anak diminta untuk mengemaskan alat tulis dan alat permainan setelah digunakan, agar mereka terbiasa dengan tanggung jawab dan kemandirian.
3. Memberikan kesempatan untuk mandiri pada anak seperti membiasakan berdoa sebelum belajar, melepaskan atau memasang sepatu sendiri tanpa bantuan, sehingga anak terbiasa melakukan kegiatan tersebut dengan kemandirian.
4. guru selalu memotivasi dan memberi rasa percaya diri pada kegiatan awal pembelajaran agar anak siap menerima pelajaran
5. guru menggunakan Metode bercakap-cakap dan bercerita pada kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan anak dalam berbicara dan berinteraksi sosial.

Sumber: Thamrin, S. (2015). *Upaya Guru Mengembangkan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-Kanak*. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa, 4, 1-13