

PERKEMBANGAN FISIK & MOTORIK Peserta Didik MI/SD



Keyword!!

tubuh/badan/jasmani/raga/jasad : FISIK
penggerak/otot/syaraf/otak : MOTORIK

Perkembangan fisik merupakan perubahan-perubahan yang terjadi pada fisik individu sejak kelahirannya dan diikuti masa-masa selanjutnya (Saeful Rahmat, 2021).
Perubahan fisik meliputi:
1) ukuran tubuh
2) proporsi tubuh
3) munculnya ciri kelamin primer & sekunder
4) penurunan kondisi fisik. **Masganti, 2012**

Perkembangan motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, dan otak.

FAKTOR PERKEMBANGAN MOTORIK DAN PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK: LITERATURE REVIEW, Daerah Ifalahma, Zetia Medu Retno (2015)

Perkembangan motorik dibedakan jadi 2 jenis, yaitu:

1) Motorik halus perkembangan koordinasi tangan dan mata. ex: menulis, menggambar, menggantung, dsb.

2) Motorik kasar kegiatan-kegiatan otot seperti berjalan, berlari, naik dan turun tangga, melompat, melempar, menangkap, dsb.

Masganti, 2012

Tahap-Tahap Pertumbuhan & Perkembangan Anak

- Fisik Pria**
- 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, pertumbuhan pita suara
 - Tumbuhnya rambut di wajah dan ketika (dua tahun setelah rambut pubis)
 - Kelenjar menghasilkan minyak dan keringat

Masganti, 2012

- Fisik Wanita**
- 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)
 - Pertumbuhan bulu ketiak (2 tahun setelah rambut pubis)
 - Kelenjar menghasilkan minyak dan keringat (sama dengan tumbuhnya bulu ketiak)

Pertumbuhan Fisik Masa Kanak-Kanak Akhir

1. Pertambahan tinggi badan setiap tahunnya rata-rata 3 inci
2. Pertambahan berat badan setiap tahunnya rata-rata 3-5 pon. Pada usia 6 tahun berat badan anak harus kurang lebih 7 kali berat pada waktu lahir. (perempuan: 48,5 pon, lelaki: 49 pon)
3. Perbandingan tubuh sangat berubah (dagu lebih jelas, leher lebih panjang, gumpalan lemak tubuh berkurang)
4. Otot menjadi lebih besar, kuat dan berat
5. Gigi (2 tahun 4-6 bulan pertama itu 4 gigi peraham belakang muncul) - Hurlock (1980)

Motorik

Kemampuan motorik	
Anak usia 6 th	Anak usia 7 th
Ketangkasan meningkat	Mulai membaca dengan lancar
Melompat tali	Cemas terhadap kegagalan
Bermain sepeda	Kadang malu atau sedih
Menguraikan objek-objek dengan gambar	Peningkatan minat pada bidang sepiritual
Anak usia 8-9 th	
Mungkin bertindak menentang	
Anak usia 10-12 th	
Kecapatan dan kehalusan aktivitas motorik meningkat	Perubahan sikap berkaitan dengan postur tubuh, pubertas mulai nampak
Mampu menggunakan peralatan rumah tangga	Mampu melakukan aktivitas rumah tangga, seperti mencuci, menjemur, dan lain-lain.
Keterampilan lebih individual	Keinginan untuk menyenangkan orangtua
Ingin terlibat dalam sesuatu	Mula tertarik dengan lawan jenis
Menyukai kelompok dan mode	
Mencari teman secara aktif	

PERKEMBANGAN FISIK ANAK, PROBLEM DAN PENANGANANNYA Wiwit Eka Winarsih, 2021



Usia	Laki-Laki		Perempuan	
	Berat Badan	Tinggi Badan	Berat Badan	Tinggi Badan
6 Tahun	21 kg	116 cm	20 kg	115 cm
7 Tahun	23 kg	122 cm	23 kg	122 cm
8 Tahun	26 kg	128 cm	26 kg	128 cm
9 Tahun	29 kg	134 cm	29 kg	133 cm
10 Tahun	32 kg	139 cm	33 kg	138 cm
11 Tahun	36 kg	144 cm	37 kg	144 cm
12 Tahun	41 kg	149 cm	42 kg	152 cm

Hockenberry & Wilson (2011)

Faktor-faktor yang mempengaruhi Pertumbuhan Perkembangan Fisik & Motorik

INTERNAL

1. Faktor Keturunan (heredity) : gen yang mempengaruhi tinggi badan, warna kulit, wana mata, dan warna rambut
2. Kesehatan dan faktor gizi
3. Kelainan sistem otak/ayaraf yang dimiliki anak

Fisik

EKSTERNAL

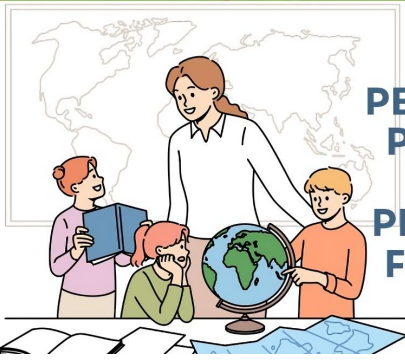
1. Faktor lingkungan (environment) : Iklim dan kasih sayang orang tua
2. Pola asuh, kebebasan berekspresi dan mengeksplorasi lingkungan.

Masganti Sit, 2012

Motorik

	Faktor Eksternal	Faktor Internal
1	Setelah melahirkan, tidak ada hambatan dari lingkungan yang tidak menguntungkan, sehingga semakin aktif janin yang ada di dalam kandungan, semakin cepat pula perkembangan motorik anak.	Sifat dasar genetik, seperti bentuk tubuh dan kecerdasan yang mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap lajunya perkembangan motorik anak.
2	Perkembangan motorik anak yang pertama lebih cenderung baik dibanding anak selanjutnya. Hal ini disebabkan adanya rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orangtua pada anak pertama.	Sebelum melahirkan atau masa dalam kandungan, gizi makanan ibu harus dijaga dan ini berdampak terhadap perkembangan motorik anak
3	Kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik.	Anak yang memiliki IQ yang tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat ketimbang anak anak yang IQ nya normal atau di bawah normal.
4	Adanya rangsangan, dorongan, dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh sehingga mempercepat dan melatih perkembangan motorik.	Cucuk fisik akan mempengaruhi perkembangan motorik anak.
5	Perlindungan dan pengkangan terhadap suatu tindakan aktivitas motorik akan mempengaruhi atau melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.	Kondisi pralahir yang sulit, akan mempengaruhi perkembangan motorik anak dan mengakibatkan kerusakan pada otak sehingga memperlambat perkembangan motorik.
6		Kelahiran anak yang prematur akan memperlambat perkembangan motorik.

ANALISIS PSIKOMOTORIK HALUS SISWA DITINJAU DARI KETERAMPILAN MENGGAMBAR ANAK USIA DASAR SD Maulida Rizqia, Wahyu Iskandar, Nurzakiah Simangunsong, dan Suyedi



UPAYA PENGOPTIMALAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK

Kementerian Agama, 2021

1. Guru lebih memahami dan menghargai perbedaan individual anak, khususnya karakteristik
2. Orang tua dan peserta didik harus selalu diingatkan tentang pentingnya makanan bergizi
3. Guru mendorong siswa menentukan pilihan-pilihan sendiri untuk meningkatkan pertumbuhan
4. Lingkungan pendidikan harus menyediakan ruang untuk bermain bagi peserta didik
5. Media pembelajaran yang digunakan harus bervariasi dan yang bisa secara langsung menstimulasi fisik dan psikomotorik anak