

# PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK SECARA FISIK DAN MOTORIK

## 01.

### Pengertian:



- **Perkembangan psikomotor** adalah kemampuan mengontrol gerakan tubuh melalui koordinasi antara saraf pusat dan otot. Perkembangan ini dimulai dari gerakan kasar, seperti berjalan dan berlari, hingga gerakan halus, seperti menggambar dan menulis. Keterampilan psikomotorik berperan penting dalam aktivitas sehari-hari dan pembentukan keterampilan motorik.
- **Perkembangan fisik** adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan sebagai hasil dari proses pematangan. Perkembangan ini mencakup perubahan dalam tubuh, seperti pertumbuhan otak, hormon, serta perkembangan keterampilan motorik dan seksual.

## 02.

### Tahap



Tahapan perkembangan fisik dan motorik anak secara umum adalah sebagai berikut:

- Usia 0–3 bulan

Bayi mulai mengembangkan refleks dasar seperti menghisap, menggenggam, dan merespons suara.

- Usia 4–6 bulan

Anak mulai bisa mengangkat kepala saat tengkurap, menggerakkan tangan dan kaki, dan menggunakan tangan untuk membantunya duduk.

- Usia 7–9 bulan

Anak sudah bisa meraih mainan sendiri tanpa jatuh, merangkak, dan duduk dengan bantuan.

- Usia 10–12 bulan

Anak mulai bisa berdiri dan berjalan dengan bantuan, meniru kata-kata sederhana.

- Usia 1–2 tahun

Anak sudah mampu berjalan dengan baik, berjalan mundur, naik tangga, menarik dan mendorong benda berat, serta berdiri di kursi tanpa pegangan.

- Usia 2–3 tahun

Pertumbuhan fisik anak semakin kuat.

- Usia 3–4 tahun

Anak sudah bisa berjalan dengan mengayunkan tangan, mampu menuruni tangga dengan dua kaki.



## 04.

### Upaya

Upaya mengembangkan sikap sosial peserta didik:

- Melaksanakan pembelajaran kooperatif.

Pembelajaran kooperatif akan mengembangkan sikap kerjasama dan saling menghargai pada diri peserta didik. Pembelajaran kooperatif akan mendorong peserta didik untuk menghargai kemampuan orang lain dan bersabar dengan sikap orang lain.

- Melaksanakan pembelajaran kolaboratif.

Pembelajaran kolaboratif akan mengembangkan sikap membantu dan berbagi dalam pembelajaran. Siswa yang lebih pintar bersedia membantu temannya yang belum memahami materi pelajaran yang sedang dibahas. Pembelajaran kolaboratif akan menumbuhkan sikap saling menyayangi di antara peserta didik.

## 03. Faktor



Beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik peserta didik sebagai berikut:

- keluarga, gizi, gangguan emosional, jenis kelamin, status sosial ekonomi, kesehatan, pengaruh bentuk tubuh, Pertumbuhan dan perkembangan sistem saraf, Perkembangan dan perubahan fungsi kelenjar-kelenjar endokrin, Perubahan struktur jasmani.