

PERKEMBANGAN FISIK & PERKEMBANGAN MOTORIK



- 1. Musdzalifa Nurul Khasanah (23104080006)
- 2. Khuurin 'iin (23104080014)
- 3. Aulia rosiana (23104080040)
- 4. Ahmad Widi Hardiansyah (23104080033)

FISIK

perkembangan fisik anak usia dasar merupakan perubahan seluruh anggota fisik anak usia dasar baik dari segi fisik maupun fungsionalnya. Perkembangan fisik bukan sekedar penambahan berat badan dan tinggi badan seseorang atau peningkatan kemampuan seseorang, melainkan suatu proses yang harus menjadi perhatian para orang tua dan guru guna mencetak generasi yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan yang diharapkan.

Sumber Jurnal : PERKEMBANGAN FISIK ANAK USIA DASAR
 Syamsur Rizal PANDAWA : Jurnal Pendidikan dan Dakwah Volume 3, Nomor 3, September 2021; 366-383
<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>

faktor Yang mempengaruhi

Faktor Keturunan (Herediti)

- a. Gen menentukan tinggi dan berat badan, warna kulit, mata, serta rambut.
- b. Hereditas juga berpengaruh terhadap pencapaian tahapan perkembangan (milestones).

Faktor Lingkungan (Environment)

- a. Kesehatan dan Gizi: Asupan kalori yang cukup mendukung pertumbuhan. Anak yang kurang makan berisiko anoreksia nervosa, sedangkan kelebihan makan dapat menyebabkan obesitas.
- b. Polusi dan Bahan Kimia: Paparan zat berbahaya selama kehamilan dapat menyebabkan mutasi DNA dan gangguan perkembangan, seperti sindrom alkohol janin.
- c. Stres dan Kasih Sayang: Anak yang mendapatkan kasih sayang tumbuh lebih percaya diri, sedangkan pengalaman negatif dalam keluarga dapat menyebabkan rendahnya rasa percaya diri.
- d. Lingkungan Fisik: Polusi, seperti asap rokok, dapat memperlambat perkembangan fisik dan kognitif. Tempat tinggal yang tercemar meningkatkan risiko penyakit.
- e. Ukuran Keluarga: Anak dalam keluarga kecil cenderung mendapatkan perhatian dan pemenuhan kebutuhan yang lebih baik dibandingkan dalam keluarga besar. Meskipun faktor keturunan berperan besar, lingkungan tetap menjadi faktor penentu dalam optimalisasi perkembangan fisik anak.

BUKU PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK DR. MASGANTI SIT, M.AG

Tahapan perkembangan

Usia	perkembangan motorik	perkembangan fisik
6-7 tahun	Mampu mengikat tali sepatu. Mampu menggambar bentuk sederhana. Mampu melempar dan menangkap bola dengan lebih baik.	Pertumbuhan tinggi dan berat badan relatif lambat. Gigi permanen mulai tumbuh. Koordinasi mata dan tangan semakin baik.
8-9 tahun	terampilan motorik halus dan kasar semakin berkembang. Mampu menulis dengan lebih rapi. Mampu bermain olahraga dengan aturan yang lebih kompleks.	Mampu menggunakan alat-alat pertukangan sederhana. Pertumbuhan tinggi dan berat badan mulai meningkat. Kekuatan otot semakin bertambah.
10-12 tahun	Mampu melakukan aktivitas fisik yang lebih kompleks. Mampu bermain alat musik. Mampu melakukan berbagai keterampilan yang membutuhkan ketangkasan.	Pertumbuhan tinggi dan berat badan meningkat pesat. Koordinasi dan keseimbangan tubuh semakin baik.

Catatan:
 * Setiap anak memiliki kecepatan perkembangan yang berbeda-beda.
 * Perkembangan fisik dipengaruhi oleh faktor genetik, nutrisi, dan lingkungan.
 * Penting untuk memberikan dukungan dan stimulasi yang sesuai dengan usia anak agar perkembangan fisiknya optimal.

MOTORIK

Dalam bukunya Richard Decaprio motor juga berhubungan dengan 'sensory motor' atau 'perceptual motor' yang bermakna gerak, stimulus dan respons.

Motorik yaitu proses, dasar biologi atau mekanika dimana terjadinya sebuah gerakan.

Repository UNJ (Jurnal) - <http://repository.unj.ac.id/1717/6/11b.%20BAB%20II.pdf>
 Pengertian motorik

Perkembangan motorik merupakan proses pematangan yang berkaitan dengan aspek bentuk maupun aspek fungsi emosional. Perkembangan motorik juga dapat diartikan sebagai proses melahirkan suatu gerakan yang dihasilkan oleh tubuh melalui koordinasi saraf dan otot.

Sumber = Repository IAIN Kudus (Jurnal) - <http://repository.iainkudus.ac.id/6717/5/05.BAB%20II.pdf>

- Keterampilan Motorik halus (fine motor skill)
 Keterampilan motorik halus yaitu gerakan yang hanya melibatkan otot-otot kecil ataupun bagian tertentu saja yang mana tidak membutuhkan adanya tenaga, tetapi pada motorik halus menuntut adanya koordinasi antar mata dengan tangan. Pada keterampilan motorik halus sangat dibutuhkan adanya konsentrasi dan keterampilan yang cermat. Contoh keterampilan motorik halus seperti menulis, meremas, menggenggam, menggambar, menyusun balok dan sejenisnya.
 Sumber = Eprints.UNY (Jurnal) - <https://eprints.uny.ac.id/7942/3/bab2%20-%2009111247010.pdf>

- Keterampilan Motorik Kasar (gross motor skill)
 Keterampilan motorik kasar yaitu gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan koordinasi dari sebagian besar anggota tubuh atas perintah otak. Keterampilan motorik kasar membutuhkan energi yang kuat dan penting dalam penyeimbangan anggota tubuh pada kekuatan kaki dan terhadap macam-macam pengaruh dari luar. Contoh keterampilan motorik kasar, seperti menendang, melompat, berlari, menendang, mendorong dan lain sebagainya.
 Sumber = Eprint.UNY (Jurnal) - <https://eprints.uny.ac.id/7873/3/bab2%20-%200911124700.pd>

Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak usia dasar

1. Sifat dasar genetik
2. Kondisi pra-ibu lahir
3. Kondisi lingkungan
4. Kesehatan dan gizi
5. Kecerdasan intelektual
6. Adanya stimulasi, dorongan dan kesempatan
7. Pola asuh
8. Cacat fisik

Optimalisasi Pertumbuhan Fisik dan Motorik Peserta Didik MI/SD

Agar perkembangan fisik dan motorik peserta didik optimal, guru perlu menyesuaikan pembelajaran dengan langkah-langkah berikut:

1. Menghargai Perbedaan Individu : Guru harus menerima dan memperlakukan semua peserta didik dengan adil, tanpa diskriminasi terhadap perbedaan fisik mereka.
2. Mendorong Pola Makan Sehat : Orang tua dan peserta didik perlu diingatkan pentingnya makanan bergizi seimbang dan menghindari makanan cepat saji.
3. Menggunakan Media Pembelajaran yang Tepat : Media pembelajaran harus beragam dan mampu merangsang fisik serta motorik, seperti media empat dimensi.
4. Memberikan Stimulasi Motorik : Guru perlu menyediakan layanan pengajaran dan bimbingan untuk mempercepat perkembangan motorik peserta didik.
5. Membantu Siswa Mengembangkan Potensi : Guru harus mendorong siswa untuk aktif mencari pengalaman dan lingkungan yang mendukung pertumbuhan serta bakat mereka.
6. Menyediakan Ruang Bermain : Bermain membantu anak belajar secara alami dan melatih fisik serta motoriknya, sekaligus mengurangi ketergantungan pada ponsel.
7. Menggunakan Permainan Fisik : Anak perlu permainan yang melibatkan gerakan tubuh untuk mendukung perkembangan motorik kasar dan halus, sekaligus menyalurkan energi mereka secara positif.

Sumber : KEGIATAN BELAJAR 1 PERKEMBANGAN FISIK DAN MOTORIK PESERTA DIDIK

