

Early Childhood Physical Motor Development

Al Ihzan Tajuddin¹

FKIP, Universitas Nusa Cendana; al.tajuddin@staf.undana.ac.id

Ronald Dwi Ardian Fufu²

FKIP, Universitas Nusa Cendana; Ronald.fufu@staf.undana.ac.id

Salmon Runesi³

FKIP, Universitas Nusa Cendana; runesi.salmon@staf.undana.ac.id

ABSTRACT

Motor development is one aspect that must be considered in its development in early childhood. Motor development is often used as a benchmark to prove that children are growing and developing well. Motor development is something that talks about coordinated physical movements, so that in its development it takes a variety of appropriate stimulation for early childhood. Motor development is one of the most important factors in the development of the individual as a whole. Basically, this development develops in line with the maturity of the nerves and muscles of the child. Thus, every movement, no matter how simple, is the result of a complex interaction pattern of various parts of the system in the body that is controlled by the brain. The results of this study indicate that children who have good physical-motor development, when children are able to coordinate their body muscle movements optimally. Conducive environment, parenting patterns, nutritious food are factors that support children's physical-motor development, especially when they are still under the age of five (toddlers).

Keywords: Physical Motor, Early Childhood

ABSTRAK

Perkembangan motorik merupakan salah satu aspek yang harus diperhatikan perkembangannya pada anak usia dini. Perkembangan motorik sering dijadikan sebagai tolak ukur untuk membuktikan bahwa anak tumbuh dan berkembang dengan baik. Perkembangan motorik adalah sesuatu yang membicarakan gerakan jasmani yang terkoordinasi, sehingga dalam pengembangannya dibutuhkan berbagai stimulasi yang tepat untuk anak usia dini. Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Pada dasarnya, perkembangan ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana apapun, adalah merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dari sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa anak yang memiliki perkembangan fisik-motorik yang baik, Ketika anak mampu mengkoordinasikan gerakan-gerakan otot tubuhnya dengan optimal. Lingkungan kondusif, pola asuh orang tua, makanan bergizi menjadi faktor penunjang perkembangan fisik-motorik anak, terutama pada saat mereka masih berada di bawah usia lima tahun (batita).

Kata Kunci: Fisik Motorik, Usia Dini

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah pendidikan yang diberikan sebelum anak menempuh pendidikan sekolah dasar. Potensi dan kecerdasan yang dimiliki oleh anak akan berkembang melalui pemberian stimulasi yang tepat pada rentang usia dini. Sehingga apa yang diberikan sejak dini akan mempengaruhi perkembangan anak pada tahap selanjutnya. Fadlillah (2014:67) pada UU No. 20 tahun 2003 Pasal 1 butir 14 disebutkan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan ruhani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Anak usia dini adalah anak yang masuk pada rentang usia 0-6 tahun. Sesuai dengan pasal 28 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20/2003 ayat 1 yang menyatakan bahwa anak usia adalah anak yang masuk pada rentang usia 0-6 tahun (Fadlillah, 2014:18). Anak pada masa tataran usia dini merupakan periode yang sangat penting dalam memberikan rangsangan untuk mencapai perkembangan yang optimal.

Masa usia dini (0-6 tahun) adalah masa emas dalam rentang perkembangan seorang individu, sehingga masa ini sering disebut dengan *golden age*. Pada masa ini, seorang anak mengalami tumbuh kembang yang sangat luar biasa, baik dari segi fisik, motorik, emosi, kognitif maupun psikososial. Perkembangan anak berlangsung dalam proses yang holistik dalam segala segi. Sehingga, untuk melangkah pada perkembangan-perkembangan berikutnya, tahapan perkembangan anak secara langsung maupun tidak langsung akan sangat ditentukan oleh perkembangan fisik dan motorik anak.

Pada masa usia dini anak mengalami masa keemasan (*the golden years*) yang merupakan masa dimana anak mulai peka/sensitif untuk menerima berbagai rangsangan. Masa peka pada masing-masing anak berbeda, seiring dengan laju pertumbuhan dan perkembangan anak secara individual. Masa peka adalah masa terjadinya kematangan fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan.

Perkembangan fisik atau jasmani anak sangat berbeda satu sama lain, sekalipun anak-anak tersebut usianya relatif sama, bahkan dalam kondisi ekonomi yang relatif sama pula. Sedangkan pertumbuhan anak-anak berbeda ras juga menunjukkan perbedaan yang menyolok. Hal ini antara lain disebabkan perbedaan gizi, lingkungan, perlakuan orang tua terhadap anak, kebiasaan hidup dan lainnya.

PEMBAHASAN

Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Keterampilan fisik yang dibutuhkan anak untuk kegiatan serta aktifitas olahraga bisa dipelajari dan dilatih di masa-masa awal perkembangan. Sangat penting untuk mempelajari keterampilan ini dengan suasana yang menyenangkan, tidak berkompetisi agar anak-anak mempelajari olah raga dengan senang dan merasa nyaman untuk ikut berpartisipasi. Hindari permainan di mana seseorang atau sekelompok orang menang dan kelompok lain kalah. Anak-anak yang secara terus menerus kalah dalam sebuah permainan memiliki kecenderungan merasa kurang percaya akan kemampuannya dan akan berkenti berpartisipasi. Tujuan pendidikan fisik untuk anak-anak yang masih kecil adalah untuk mengembangkan keterampilan dan ketertarikan fisik jangka panjang.

Perkembangan fisik adalah pertumbuhan dan perubahan yang terjadi pada tubuh seseorang. Perubahan yang paling jelas terlihat adalah perubahan pada bentuk dan ukuran tubuh seseorang. Perkembangan motorik (*motor development*) adalah perubahan yang terjadi secara progressif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang diperoleh melalui interaksi antara faktor kematangan (*maturation*) dan latihan atau pengalaman (*experiences*) selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/pergerakan yang dilakukan. (Rini Hildayani, 2016:3.4)

Perkembangan fisik motorik memiliki peranan sama penting dengan aspek perkembangan yang lain, perkembangan motorik dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang anak. Hal ini disebabkan perkembangan fisik motorik dapat diamati dengan mudah melalui panca indera, seperti perubahan ukuran pada tubuh anak. Menurut Papalia, D.E. (2014:125) pertumbuhan dan perkembangan fisik mengikuti prinsip *sefalokaudal* dan *proximodistal*. Menurut prinsip *sefalokaudal*, pertumbuhan terjadi dari atas ke bawah, karena otak tumbuh dengan cepat sebelum lahir, kepala bayi yang baru lahir adalah disproporsi besar. Menurut prinsip *proximodistal*

pertumbuhan dan perkembangan motorik dari dalam ke luar (pusat tubuh ke luar), dalam rahim kepala dan badan berkembang sebelum lengan dan kaki, kemudian tangan dan kaki, dan jari tangan dan kaki. Anggota badan terus tumbuh lebih cepat daripada tangan dan kaki pada anak usia dini.

Senada dengan yang dipaparkan oleh Hurlock (1978:151) perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmani melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot yang terkoordinasi. Sebelum perkembangan terjadi anak tidak akan berdaya. Kondisi tersebut akan berubah secara cepat pada usia 4-5 tahun pertama kehidupan pasca lahir. Anak dapat mengendalikan gerakan yang kasar. Gerakan tersebut melibatkan anggota badan yang luas yang digunakan untuk berjalan, melompat, berlari, berjinjit, berenang, dan sebagainya. Setelah berumur 5 tahun terjadi perkembangan yang besar dalam pengendalian koordinasi yang lebih baik yang melibatkan bagian otot yang lebih kecil yang digunakan untuk menggenggam, melempar, menangkap bola, menulis, dan sebagainya.

Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Perkembangan fisik-motorik sangat berperan penting bagi seorang anak. Selain melatih kelincahan dan kecekatan, dapat memberikan motivasi kepada anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Bahkan, bila difungsikan dengan baik perkembangan fisik-motorik ini mampu meningkatkan kecerdasan anak. Sebagai orang tua, atau pendidik maupun orang dewasa di sekeliling anak, perlu merespons dan memberikan waktu atau kesempatan kepada anak dalam melakukan berbagai gerakan yang dapat membantu dalam mengembangkan fisik- motoriknya.

Salah satu perbedaan mencolok antara anak usia dini dengan bayi dan balita adalah anak prasekolah tidak memiliki lemak bayi dan tampak lebih ramping. Perampingan ini dan meningkatnya koordinasi gerak memudahkan anak usia dini untuk lebih percaya diri berpartisipasi dalam aktivitas perpindahan yang sangat penting dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan motoriknya. Perkembangan fisik motorik anak ditandai dengan pertumbuhan fisik yang meliputi peningkatan berat badan, tinggi badan, lingkaran kepala, dan tonus otot.

Salah satu perbedaan mencolok antara anak usia dini dengan bayi dan balita adalah anak prasekolah tidak memiliki lemak bayi dan tampak lebih ramping. Perampingan ini dan meningkatnya koordinasi gerak memudahkan anak usia dini untuk lebih percaya diri berpartisipasi dalam aktivitas perpindahan yang sangat penting dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan motoriknya. Perkembangan fisik motorik anak ditandai dengan pertumbuhan fisik yang meliputi peningkatan berat badan, tinggi badan, lingkaran kepala, dan tonus otot. Kurang optimalnya pertumbuhan fisik anak dapat menjadi pertanda ada sesuatu yang terjadi dalam diri anak. Pada usia tiga tahun, tubuh, tangan, dan kaki anak akan tumbuh semakin panjang. Kepala masih relatif besar, tubuh bagian lainnya berusaha menyusul seiring dengan semakin miripnya bagian anggota tubuh anak dengan tubuh orang dewasa (Morisson 2012:221).

Hurlock (1998) memaparkan pengaruh perkembangan motorik sebagai berikut : (1) Melalui keterampilan motorik, anak dapat menghibur dirinya dan memperoleh perasaan senang. Seperti senang memiliki keterampilan memainkan boneka, melempar dan menangkap bola atau memainkan permainan; (2) Anak dapat beranjak dari kondisi tidak berdaya pada bulan-bulan pertama dalam kehidupannya, ke kondisi yang independent, Anak dapat bergerak dari satu tempat ke tempat lainnya dan dapat berbuat sendiri untuk dirinya. Kondisi ini dapat menunjang rasa percaya diri anak; (3) Anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah. Pada usia prasekolah atau usia kelas-kelas awal Sekolah Dasar, anak sudah dapat dilatih menulis, menggambar, melukis, dan baris-berbaris; (4) perkembangan motorik yang normal memungkinkan anak dapat bermain atau bergaul denganteman sebayanya, sedangkan yang tidak normal akan menghambat anak untuk bergaul bahkan dia akan dikucilkan atau menjadi anak yang terpinggirkan; (5) perkembangan motorik sangat penting pada perkembangan kepribadian anak. Apabila kemampuan motorik masa ini berkembang dengan baik, maka perkembangan berikutnya akan baik pula, begitu juga sebaliknya.

Rentangan anak usia dini menurut Pasal 28 UU Sisdiknas No.20/2003 ayat 1 adalah 0-6

tahun. Sementara menurut kajian rumpun keilmuan PAUD dan penyelenggaraannya di beberapa negara, PAUD dilaksanakan sejak usia 0-8 tahun.

Hal-hal yang harus dipahami dalam Karakteristik Anak Usia Dini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui hal-hal yang dibutuhkan oleh anak, yang bermanfaat bagi perkembangan hidupnya.
2. Mengetahui tugas-tugas perkembangan anak, sehingga dapat memberikan stimulasi kepada anak, agar dapat melaksanakan tugas perkembangan dengan baik.
3. Mengetahui bagaimana membimbing proses belajar anak pada saat yang tepat sesuai dengan kebutuhannya.
4. Menaruh harapan dan tuntutan terhadap anak secara realistis.
5. Mampu mengembangkan potensi anak secara optimal sesuai dengan keadaan dan kemampuannya fisik dan psikologis. (hall & lindzey, 1993).

Menurut Santrock (2009:12-14) keterampilan motorik kasar anak pada usia 3 tahun menikmati gerakan-gerakan sederhana, seperti meloncat, melompat, dan beralari bolak balik yang dilakukan oleh anak hanya karena senang melakukan aktivitas tersebut. Anak merasa cukup bangga menunjukkan kemampuannya dalam berlari dan melompat. Usia 4 tahun, anak masih menikmati jenis aktivitas yang sama, tetapi menjadi lebih senang berpetualang, anak dapat merangkak rendah, menaiki tangga dan turun dengan cara yang sama yaitu anak masih sering kembali menjejakkan kaki pada setiap anak tangga. Anak berusia 5 tahun senang berpetualang dan dapat berlari cepat satu sama lain. Sedangkan pada keterampilan motorik halus anak pada usia 3 tahun anak menunjukkan kemampuan yang lebih matang untuk mencari dan menangani sesuatu dibandingkan ketika anak masih bayi. Meskipun untuk beberapa waktu anak mampu memungut objek terkecil dengan ibu jari dan jari telunjuk, anak masih canggung dengan hal tersebut. Anak juga dapat membangun sebuah menara balok yang sangat tinggi, tetapi tidak sepenuhnya dalam garis lurus. Ketika bermain *puzzle* anak agak kasar menempatkan potongan-potongan *puzzle*, bahkan ketika mengenali lokasi yang cocok, penempatan potongan *puzzle* belum begitu tepat. Anak sering mencoba memaksakan potongan tersebut pada tempatnya atau menepuknya dengan keras.

Menurut Yusuf (Eny Kusumastuti, 2004) kemampuan motorik anak dapat dideskripsikan sebagai berikut.

Tabel 1.1

Usia	Kemampuan Motorik Kasar	Kemampuan Motorik Halus
3-4 tahun	<ol style="list-style-type: none">1. Naik turun tangga2. Meloncat dengan dua kaki3. Melempar bola	<ol style="list-style-type: none">1. Menggunakan krayon2. Menggunakan benda/alat3. Meniru bentuk/meniru gerakan orang lain
4-6 tahun	<ol style="list-style-type: none">1. Meloncat2. Mengendarai sepeda anak3. Menangkap bola4. Bermain olah raga	<ol style="list-style-type: none">1. Menggunakan pensil2. Menggambar3. Memotong dengan gunting4. Menulis huruf cetak

Masalah Dalam Perkembangan Motorik

Anak usia dini tidak semuanya mengalami perkembangan motorik yang optimal sesuai dengan pertambahan usianya. Ada beberapa yang menjadi masalah dalam perkembangan motorik, antara lain: Masalah keterampilan motorik kasar pada anak terkait dengan ketidakmampuan anak mengatur keseimbangan dan reaksi kurang cepat serta koordinasi kurang baik. Masalah keseimbangan pengaturan tubuh pada dasarnya berhubungan dengan system *vestibuler* sebagai pengatur keseimbangan di dalam tubuh manusia. Masalah ini jika tidak cepat ditangani akan berdampak pada kesulitan dalam membaca dan menulis ketika anak memasuki jenjang pendidikan sekolah dasar. Selain itu, kemampuan bereaksi dan koordinasi juga menentukan keterampilan motorik kasar anak, masih banyak anak lambat dalam bereaksi dan kacau dalam koordinasi gerakannya. Hal ini terjadi karena anak kurang diberi kesempatan untuk berlatih atau ada kemungkinan anak memiliki masalah dalam syaraf motoriknya.

Masalah Dalam Pertumbuhan Fisik

Masalah dalam pertumbuhan fisik terkait masalah pemberian gizi pada anak, terdapat masalah kurang gizi (malnutrisi) dan masalah kelebihan gizi (obesitas). (Ratu A.D.S., 2007)

a. Malnutrisi

Kurangnya gizi yang diberikan oleh orang tua kepada anak menyebabkan terjadinya masalah pada pertumbuhan fisik anak. Anak usia dini yang terhambat pertumbuhan fisiknya karena masalah malnutrisi badannya terlihat kurus dan lemah. Tumbuh kembang otak anak juga tidak optimal yang akan mempengaruhi kemampuan kognitif anak menjadi rendah. Menurut Mahendra dan Saputra dalam Desmika. W.S. (2012) perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh gizi, status kesehatan, dan perlakuan gerak yang sesuai dengan masa perkembangannya. Status gizi yang kurang akan menghambat laju perkembangan motorik anak yang berimplikasi pada perkembangan aspek lain.

b. Obesitas

Selain dengan istilah kelebihan gizi, obesitas disebut juga dengan istilah kegemukan. Obesitas bermula dengan adanya 25 milyar sel lemak di dalam tubuh ketika anak dilahirkan. Jumlah sel-sel tersebut tidak akan pernah berkurang dan bertambah jika anak memiliki kebiasaan makan yang berlebih sejak usia dini. Ukuran sel-sel lemak bertambah besar dari ukuran normal, anak dikatakan mengalami obesitas manakala berat badannya melebihi standar 120% berat tubuhnya. (Imam Musbikin, 2008)

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada anak usia dini, antar lain:

- 1) Faktor keturunan, anak yang terlahir dari orang tua yang mengalami obesitas dapat mengalami obesitas mencapai 66-80%.
- 2) Asupan makanan yang berlebih yang berasal dari makanan serba instan, minuman *soft drink*, makanan cepat saji lainnya.
- 3) Ketika masih bayi anak tidak dibiasakan minum air susu ibu (ASI) melainkan mengkonsumsi susu formula dengan jumlah asupan yang melebihi porsi yang dibutuhkan oleh anak. Akibatnya, anak mengalami obesitas pada saat berusia 4-5 tahun.
- 4) Kebiasaan mengkonsumsi makanan kurang sehat dengan kandungan kalori tinggi tanpa diimbangi dengan mengkonsumsi sayur dan buah yang cukup mengandung serat.
- 5) Kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan oleh anak. Hal ini dikarenakan fasilitas yang dihadapkan pada anak adalah kurang memerlukan aktivitas fisik, seperti bermain *gadget*.
- 6) Pemberian makanan yang berlebih oleh orang tua sebagai ekspresi kasih sayang kepada anaknya.
- 7) Orang tua memiliki pandangan bahwa memiliki anak yang gemuk merupakan suatu kebanggaan.

Tahap dan Tugas Perkembangan Fisik-Motorik Anak Usia Dini

a. Aspek-aspek Perkembangan Fisiologis Anak Usia Dini

Menurut Lindon aspek perkembangan anak secara luas diantaranya meliputi:

1. Perkembangan fisik (motorik kasar dan halus) sejak masa bayi sampai masa anak-anak tumbuh begitu cepat. Perkembangan ini ditandai dengan anak mulai mampu mengontrol diri dengan baik, dan berkembangnya keterampilan dalam gerakan, baik motorik kasar maupun motorik halus. Selain itu, mereka belajar mengenali dan mengordinasikan indra mereka, dan mereka pun mampu membuat pilihan dalam melakukan gerakan yang dalam penggunaannya semakin terampil.
2. Pada masa ini anak usia dini, fisik mereka tumbuh, berubah, dan semakin kuat. Pertumbuhan dan perkembangan secara fisik bergantung pada makanan yang dikonsumsi, dan kesehatan secara keseluruhan serta kesejahteraan emosional.

b. Tugas Perkembangan Fisik-Motorik Anak Usia Dini

1. Perkembangan Motorik Kasar

Tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar. Pada anak usia 4 tahun, anak sangat menyukai kegiatan fisik yang mengandung bahaya, seperti melompat dari tempat tinggi atau bergantung dengan kepala menggantung ke bawah. Pada usia 5 atau 6 tahun keinginan untuk melakukan kegiatan berbahaya bertambah. Anak pada masa ini menyukai kegiatan lomba, seperti balapan sepeda.

2. Perkembangan Motorik Halus

Dalam perkembangan motorik halus, anak taman kanak-kanak ditekankan pada koordinasi gerakan motorik halus berkaitan dengan kegiatan meletakkan atau memegang suatu objek dengan menggunakan jari tangan. Pada usia 4 tahun, koordinasi gerakan motorik halus anak sangat berkembang bahkan hampir sempurna. Ketika anak di usia 5-6 tahun koordinasi gerakan motorik halus anak berkembang pesat. Di usia ini anak telah mengkoordinasikan gerakan visual motorik, seperti mengkoordinasikan gerakan mata dengan tangan, lengan dan tubuh secara bersamaan antara lain pada waktu anak menulis dan menggambar.

3. Secara luas menurut Kartini Kartono sebagaimana dikutip oleh Noer Rohmah mendefinisikan perkembangan sebagai "Perubahan-perubahan psikofisis sebagai hasil proses pematangan fungsi-fungsi psikis dan fisik pada diri anak, yang ditunjang oleh faktorlingkungan dan proses belajar pada waktu tertentu menuju kedewasaan".
4. Pada masa anak-anak awal, anak-anak akan menjadi lebih kurus dan lebih panjang. Mereka membutuhkan waktu tidur yang lebih sedikit dibandingkan sebelumnya dan cenderung mempunyai masalah tidur. Perlu kita ketahui, pola tidur pada masa usia 3-6 tahun berbeda dengan masa bayi. Biasanya anak akan tidur sepanjang malam, dan tidur singkat di siang hari. Permasalahan ketika tidur bermimpi buruk akan berpengaruh pada perkembangan fisik, karena anak mengalami pertumbuhan secara fisik ketika tidur. Mereka mengalami peningkatan dalam berlari, melompat, meloncat dan melempar bola. Mereka juga bertambah lihai dalam mengikat tali sepatu, menggambar dengan krayon.

Pengamatan terhadap perkembangan fisik mengungkapkan bahwa pertumbuhan itu bersifat *chepalocaudal* (proses pertumbuhan dimulai dari kepala hingga kaki), dan *proximo-distal* (proses pertumbuhan dari mula pusat badan ke arah luar), dan perkembangan motorik kasar tersebut mulai berjalan dahulu sebelum motorik halus berkembang. Kendali terhadap kepala dan otot tangan diperoleh sebelum adanya kendali terhadap otot kaki. Dengan cara yang sama, anak-anak dapat mengendalikan otot dari tangannya sebelum mereka dapat mengendalikan otot motorik halus pada tangan mereka yang diperlukan untuk melakukan

tugas seperti menulis dan memotong dengan gunting.

Pada usia 3-4 tahun anak mulai bisa belajar menaiki sepeda beroda tiga dan belajar berenang. Pada usia 5-6 tahun anak belajar melompat dan berlari cepat, mereka juga mulai bisa memanjat. Keterampilan kaki lainnya yang dikuasai oleh anak adalah seperti lompat tali, keseimbangan tubuh dalam berjalan di atas dinding atau pagar, sepatu roda dan menari serta senam.

Didith menjelaskan pada usia 3-6 tahun, seorang anak tumbuh dengan cepat, namun tidak secepat masa sebelumnya. Pada sekitar 3 tahun, seorang anak mulai kehilangan bentuk kebayannya, dan mulai mengambil bentuk masa anak-anak yang ramping dan atletis. Seiring dengan mengerasnya otot perut kegendutan khas bayi mulai menghilang. Tubuh, lengan, dan kaki tumbuh semakin panjang. Pada anak usia 4-5 tahun dapat mengembangkan keterampilan motorik kasar dan melakukan senam fisik yang tiada hentinya, anak-anak usia ini sangat lentur mereka mulai mengembangkan kegiatan motorik yang lebih baik.

Tabel 1.2

Perkembangan Tinggi dan Berat Badan Anak usia 3-6 tahun				
Anak Laki-Laki			Anak Perempuan	
Berat Badan (pon)	Tinggi Badan (inci)	Usia	Berat Badan (pon)	Tinggi Badan (inci)
32,2	37,9	3 tahun	31,8	37,7
34,36	39,3	3,5 tahun	33,9	39,2
36,4	40,7	4 tahun	36,2	40,6
38,4	42,0	4,5 tahun	38,5	42,0
40,5	42,8	5 tahun	40,5	42,9
45,6	45,0	5,5 tahun	44,0	44,4
48,3	46,3	6 tahun	46,5	45,6

Fisik motorik merupakan satu dari beberapa aspek perkembangan yang harus tercapai pada diri anak, sesuai dengan STPPA (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak) yang telah ditetapkan oleh Kemendikbud No. 137 tahun 2014. Berdasarkan hal tersebut, penulis rangkum tahap-tahap perkembangan fisik-motorik anak sesuai dengan rentang usianya :

1. Usia 0-1 Tahun; keterampilan motorik kasar dan halus meliputi kegiatan otot-otot besar seperti menggerakkan lengan dan berjalan. Keterampilan motorik halus meliputi gerakan-gerakan menyesuaikan secara lebih halus seperti ketangkasan jari.
2. Usia 1-2 Tahun; keterampilan motorik kasar berkembang dalam tahapan yang pasti dan sangat bergantung pada kematangan dan juga konteks, pengalaman dan motivasi. Pada usia 13-18 bulan baru bisa berjalan dan dapat menarik suatu mainan yang diikat dengan tali atau benang, menggunakan dua tangan dan kaki untuk memanjat. Pada usia 18-24 bulan anak mulai berjalan atau berlari dengan susah payah untuk suatu jarak yang pendek, menyeimbangkan kaki mereka dalam posisi berjongkok sambil bermain. Mulai gemar corat-coret, bisa pegang pensil, menyusun puzzle dan bisa meniru gerak.
3. Usia 2-3 Tahun; proses perkembangan fisik ditandai dengan perubahan ukuran organ fisik (kaki, tangan, badan) yang semakin membesar, memanjang, melebar atau semakin tinggi. Perkembangan motorik anak bisa menari sambil mendengar kaset, menyusun balok menjadi tinggi, aktif bermain puzzle, gemar mencoret, gemar menggunting.
4. Usia 3-5 Tahun; pada usia ini anak mengembangkan keterampilan motorik kasar dan melakukan senam fisik yang tiada hentinya, energy mereka seolah-olah tidak ada habisnya. Anak-anak usia ini sangat lentur dan mulai mengembangkan kemampuan motorik yang lebih baik seperti memakai baju sendiri, menggunting, menggambar,

melukis, menulis dengan lebih mudah.

5. Usia 6-8 Tahun; anak-anak pada usia ini perkembangan motoriknya menjadi lebih halus dan lebih terkoordinasi daripada pada masa awal anak-anak. Anak pada usia ini, sudah mampu melakukan kegiatan motorik, serta memperoyeksikan dan menerima atau menangkap benda.

Tabel 1.3

Indikator Kesempurnaan Capaian Perkembangan Fisik-Motorik Anak Genius pada Usia Dini. Menurut Suyadi Rentang Usia 3 – 6 Tahun

No	Usia	1. Indikator Pencapaian Perkembangan Fisik-Motorik	
		Motorik Kasar	Motorik Halus
1	3 - 3,5tahun	1. Anak mampu mengendarai sepeda roda tiga	1. Anak mampu menggunting kertas
		2. Anak mampu menyetir sepeda dengan mengoordinasikan tangan, ayunan kaki dan penglihatan.	2. Anak mampu menempel kertas 3. Anak mampu membantu pekerjaan orang dewasa
2	3,5 – 4 tahun	1. Anak mampu melakukan gerak acrobat (jungkir balik)	1. Anak dapat makansendiri
		2. Anak mampu menendang bola, menangkap dan melempar dengan lihai.	2. Anak dapat memakai baju sendiri 3. Anak dapat memakai sepatu sendiri
3	3 - 4,5 tahun	1. Anak mampu berjalan dengan satu kaki	1. Anak mampu menulis huruf abjad
		2. Anak mampu melintas di atas titian kecil	2. Mampu melipat kertas menjadi bentuk tertentu, misal kapal-kapalan.
4	4,5 – 6 tahun	1. Anak mampu berjalan zig-zag	1. Anak mampu mewarnai gambar
		2. Anak mampu melompat setinggi (minimal 20 cm)	2. Merangkai puzzle 4-5potongan
		3. Mampu melakukan gerak acrobat (koprol) ke depan dan ke belakang	3. Membuka dan menutup botol minuman dan tempat makan sendiri
		4. Mampu	4. Mandi sendiri

mengombinasikan
berjalan, jongkok,
berlari dan melompat.

Masalah dalam perkembangan motorik

Anak usia dini tidak semuanya mengalami perkembangan motorik yang optimal sesuai dengan pertambahan usianya. Ada beberapa yang menjadi masalah dalam perkembangan motorik, antara lain:

a. Masalah dalam keterampilan motorik kasar

Masalah keterampilan motorik kasar pada anak terkait dengan ketidakmampuan anak mengatur keseimbangan dan reaksi kurang cepat serta koordinasi kurang baik. Masalah keseimbangan pengaturan tubuh pada dasarnya berhubungan dengan system *vestibuler* sebagai pengatur keseimbangan di dalam tubuh manusia. Masalah ini jika tidak cepat ditangani akan berdampak pada kesulitan dalam membaca dan menulis ketika anak memasuki jenjang pendidikan sekolah dasar. Selain itu, kemampuan bereaksi dan koordinasi juga menentukan keterampilan motorik kasar anak, masih banyak anak lambat dalam bereaksi dan kacau dalam koordinasi gerakannya. Hal ini terjadi karena anak kurang diberi kesempatan untuk berlatih atau ada kemungkinan anak memiliki masalah dalam syaraf motoriknya.

b. Masalah dalam keterampilan motorik halus

Masalah keterampilan motorik halus yang terjadi pada anak usia dini adalah terkait dengan kemampuan yang kurang dalam menggambar bentuk bermakna dan belum bisa mewarnai dengan rapi. Usia 4 tahun anak mulai bisa menggambar bentuk yang memiliki makna meskipun belum sempurna. Jika anak usia 4-6 tahun belum bisa menggambar beberapa bentuk yang tergabung dengan baik menjadi suatu bentuk yang lebih bermakna perlu diwaspadai. Orang tua maupun guru perlu meninjau kemampuan anak dalam mempersepsikan apa yang ada di lingkungan sekitarnya. Selain itu juga anak pada usia 4 tahun biasanya memiliki kemampuan yang semakin baik dalam mewarnai. Jika pada usia menjelang masuk sekolah dasar kemampuan anak mewarnai belum baik, seperti coretan warna selalu keluar dari bidang gambar, ada kemungkinan anak memiliki masalah dalam koordinasi mata dan tangannya.

Masalah dalam perkembangan motorik menjadi acuan yang penting untuk dipelajari oleh guru maupun orang tua, agar masalah yang terjadi pada anak diketahui sejak dini dan mencari jalan keluar yaitu berupa tindakan yang tepat terhadap masalah perkembangan motorik anak usia dini. Perkembangan motorik anak menjadi perhatian guru sebagai orang yang bertanggung jawab dalam pendidikan dan pembelajaran anak di sekolah, dan menjadi perhatian orang tua selaku orang yang bertanggung jawab terhadap pembelajaran anak di rumah, bukan hanya aspek perkembangan motorik saja tetapi juga aspek perkembangan yang lain.

KESIMPULAN

Fisik motorik merupakan salah satu aspek yang penting dalam perkembangan anak usia dini, bahkan dikatakan sebagai tolak ukur pertama dalam melihat tumbuh kembang yang baik pada anak usia dini. Fisik motorik dapat berkembang dengan baik jika guru maupun orang tua selaku yang berperan dalam pendidikan anak memberikan kesempatan anak untuk berlatih, memberikan asupan yang tepat dan memfasilitasi dengan media yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik anak usia dini. Pemberian rangsangan untuk perkembangan fisik motorik harus dilakukan secara

terus menerus, artinya tidak berhenti pada satu rangsangan saja, karena perkembangan fisik motorik bukan hanya melibatkan satu macam gerakan saja dan langsung bisa dikuasai dalam satu kali pemberian stimulasi, akan tetapi banyak jenis unsur gerakan yang harus dikuasai oleh anak dalam perkembangan motoriknya

Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, misalnya kemampuan untuk duduk, menendang, berlari dll, sedangkan motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih, misalnya memindahkan benda dari tangan, mencoret, menyusun, menggantung, dan menulis.

Perkembangan motorik akan berbeda tingkatannya pada setiap individu. Anak tertentu mungkin akan bisa melompat dan menangkap bola dengan mudah sementara yang lainnya mungkin hanya bisa menangkap bola yang besar atau berguling-guling. Dalam hal ini orang tua dan orang dewasa di sekitar anak harus mengamati tingkat perkembangan anak-anak dan merencanakan berbagai kegiatan yang bisa menstimulainya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Anonim. 2007. *Prinsip dan Praktek Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat PAUD
2. Arya, P.K. 2008. *Rahasia Mengasah Talenta Anak*. Jogjakarta: Think
3. Conny R. Semiawan, 2008. *Belajar dan Pembelajaran Prasekolah dan Sekolah Dasar*. Indeks. Jakarta.
4. Decaprio, Richard. (2013). *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: DIVA Press.
5. Desmika W.S., Endang N.W., Setyo Purwanto. (2012). Hubungan Antara Status Gizi dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 1-5 Tahun di Posyandu Buah Hati Ketelan Banjarsari Surakarta. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 5, No. 2.
6. Fadlillah. (2014). *Desain Pembelajaran PAUD*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
7. Gunarsa D, Singgih, 2010. *Dasar dan Teori Perkembangan Anak*: PT BPK Gunung Mulia.
8. Heri Rahyubi. (2012). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media.
9. Hurlock, Elizabeth B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
10. Ikhlas Rasido, 2010, *Perkembangan peserta didik*, Tadulako university press.
11. Lolita Indraswari. __. Peningkatan Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Mozaik di Taman Kanak-Kanak Pembina Agam. *Jurnal Pesona PAUD*. Vol.1.No.1.
12. Morrison, G.S. (2012). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
13. Munandar, Utami, 1999. *Kreativitas dan Keberbakatan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
14. Novan A.W. (2014). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Gava Media.
- Humanika. Rini Hildayani. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak*. Tangerang: Universitas Terbuka.
15. Papalia, Diane E, Etc. 2008. *Human Development* (Psikologi Perkembangan, terjemahan A. K. Anwar). Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
16. Santrock, J.W. (2011). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
17. Slamet Suyanto. (2005). *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing.
18. Sudarwan Danim, 2010, *Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: Alfabeta.
19. Sugiyanto, dkk. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.