



**Kampus  
Merdeka**  
INDONESIA JAYA



## BAB II

## **BAB II**

### **TAHAP PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI**

#### **A. Tahap Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini**

##### **1. Perkembangan Fisik Anak Usia 1 tahun (12-24 bulan)**

Anak yang berusia 1 tahun mengalami perkembangan fisik yang signifikan, biasanya ditandai dengan kemampuannya merangkak hingga berlari dalam waktu sekitar 20 bulan. Saat mereka berjalan, mereka merentangkan tangan mereka ke samping atau menahan perut mereka untuk menjaga keseimbangan. Pada masa ini anak masih cenderung tidak stabil saat berjalan, maka wajar bila sering jatuh. Mereka menggunakan kemampuan bergerak ini untuk mendorong dan menarik mainan, menari dan memanjat.

Beberapa kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan fisik anak yang berusia 1 tahun: Ajak anak untuk berjalan-jalan di sekitar rumah dan jongkok untuk mengambil benda dari tanah/lantai. Bantu anak berlatih melangkah naik, misalnya ke tangga kecil atau trotoar. Tempatkan mainan favorit si kecil di ujung ruangan dan tempatkan beberapa rintangan di sepanjang jalan yang perlu ia lalui untuk sampai ke mainannya. Jika Ibu berada di dalam rumah, biarkan si kecil berlatih naik ke tempat tidur atau sofa. Selalu berada dekat dengan anak dan bersiaplah untuk menangkapnya jika dia kehilangan keseimbangan. Sediakan waktu untuk berjalan-jalan di taman untuk melatih anak berjalan ataupun berlari di permukaan yang berbeda seperti lantai, rumput, atau pasir.

##### **2. Perkembangan Fisik Anak Usia 2 tahun**

Anak yang berusia 2 (dua) tahun akan semakin kreatif dan mulai mengeksplorasi berbagai cara untuk berpindah dari satu tempat ke tempat lain seperti berguling, merangkak, berjalan, berlari, melompat dan memanjat. Ia juga bisa menendang bola kecil ke depan, menangkap bola yang digelindingkan dan melempar bola dengan tangan (dengan akurasi rendah). Meskipun masih sering jatuh, keseimbangan si kecil menjadi lebih konsisten dari sebelumnya.

Kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan fisik anak yang berumur 2 tahun: Mainkan permainan mengejar anak dan berpura-pura untuk menangkapnya. Gunakan ungkapan seperti "Ibu mau menangkap Adik ya", sehingga Ia mengerti konsep permainannya. Bicaralah dengan anak tentang binatang yang berbeda dan bagaimana mereka bergerak. Ibu kemudian dapat memberi contoh meniru binatang yang berbeda misalnya melompat seperti kelinci atau merangkak seperti beruang. Duduklah di lantai berhadapan dengan anak dan

gelindingkan bola secara bolak-balik. Saat anak menguasai aktivitas ini, tantang Ia dengan melempar bola perlahan sehingga sedikit memantul sebelum mencapai anak. Tiup gelembung menggunakan pembuat gelembung sabun dan minta si kecil untuk melompat dan menangkap gelembung-gelembungnya.

### 3. Perkembangan Fisik Anak Usia 3 Tahun

Anak yang berusia 3 tahun sudah menjadi lebih seimbang dan dapat bergerak dengan mantap. Selain anak mampu berjalan, mereka juga sudah lebih terkoordinasi saat berlari, memanjat, dan melakukan aktivitas lain yang melibatkan otot besar pada tubuhnya. Dengan berkembangnya koordinasi otot anak, kini Ia bisa menangkap bola besar menggunakan dua tangan dan tubuh mereka. Sekarang Ia juga bisa berjalan dalam satu garis lurus dan bergerak cepat melewati rintangan. Anak mungkin juga sudah dapat berjalan tanpa melihat ke arah kakinya dan dapat berjalan mundur perlahan.

Kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan fisik anak yang berumur 3 tahun: Letakkan *hula hoop* dekat dari anak dan dorong Ia untuk melempar bola ke dalam hula hoop tersebut. Perlahan-lahan tingkatkan jaraknya. Ciptakan permainan berburu harta karun untuk anak dan tantang Ia untuk menemukan semua benda tersembunyi. Kegiatan ini akan membuatnya banyak berjalan dan membungkuk saat mencari di bawah meja atau kursi. Ayunkan tali perlahan ke lantai dan anak untuk melompatinya pada waktu yang tepat. Mintalah si Kecil dan teman-temannya untuk duduk dalam lingkaran dan putar musik saat mereka mengoper bola kecil sesuai dengan ritme lagunya, bergantian antara ritme yang cepat dan lambat.

### 4. Perkembangan Fisik Anak Usia 4 tahun

Anak yang berusia 4 tahun dapat terlibat dalam permainan dan aktivitas dalam jangka panjang. Anak sudah terampil berjalan, memanjat, melompat dan bahkan berlari kencang. Ia juga mampu melempar, menangkap, menendang dan memantulkan bola dengan baik. Sekarang Ia memahami konsep bergerak di ruangan tanpa menabrak benda atau orang. Berdiri dengan satu kaki selama 5 detik atau lebih, kini menjadi aktivitas yang bisa mereka selesaikan tanpa bantuan Ibu. Hal ini dikarenakan keseimbangan yang meningkat.

Kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan Fisik anak yang berumur 4 tahun: Lakukan jalan santai bersama keluarga. Variasikan dengan berjalan, berlari, jogging, dan berbaris. Bermain air di halaman belakang. Bermain di kolam karet atau menggunakan

selang air, menstimulasi anak jadi lebih aktif. (Selalu awasi si kecil saat berada di air.) Buatlah rintangan di ruang tamu atau halaman belakang, yang terdiri dari bantal, kotak kardus, mainan, atau benda lain yang ditemukan sehingga anak dapat berlari-lari di sekitarnya dan memanjatnya. Bermainlah dengan bola. Permainan seperti menendang, melempar dan menangkap bola merupakan latihan yang tepat.

#### 5. Perkembangan Fisik Anak Usia 5 tahun

Anak yang berusia 5 tahun memiliki banyak energi dan akan mencari permainan dan lingkungan yang aktif. Peningkatan kemampuan untuk menyeimbangkan dan mengkoordinasikan gerak membantu mereka untuk dapat mengendarai sepeda dengan bantuan roda latihan, melakukan lompat tali dan memainkan bola dengan terampil. Mereka menunjukkan cara berjalan dan berlari yang sudah mantap, serta mampu untuk menentukan arah, kecepatan dan kualitas gerakan mereka secara bervariasi. Kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan Fisik anak yang berumur 5 tahun: Menarilah mengikuti musik. Kenalkan anak dengan berbagai jenis musik.

Memainkan alat musik juga dapat meningkatkan perkembangan fisik mereka. Mainkan permainan meniru hewan. Tanyakan hewan apa yang menjadi favoritnya dan biarkan Ia meniru misalnya dengan berlari, melompat atau merangkak. Berjalanlah ke taman dan biarkan anak menjelajahi ruang terbuka. Ia bisa mengejar burung, menendang bola atau menuruni bukit kecil. Mainkan lagu favoritnya dan dorong anak untuk membuat gerakan tarian menggunakan seluruh tubuhnya. Jadikan aktivitas lebih menyenangkan dengan ikut meniru tindakannya.

#### 6. Perkembangan Fisik Anak Usia 6 tahun

Anak berusia enam tahun akan terus menikmati bergerak dalam berbagai cara. Meski kemampuan fisiknya belum berkembang maksimal, Ia tetap bersemangat untuk mencoba aktivitas dan olahraga yang baru. Ia dapat berjalan di berbagai jalur dan arah, serta mengontrol tubuh mereka misalnya dengan melompat dan mendarat, berguling dan mengontrol distribusi berat badan pada kaki dan tangan. Pada usia ini, tingkat keterampilan anak akan bervariasi berdasarkan jumlah kegiatan fisik mereka. Anak yang kurang aktif dilatih mungkin tidak mengalami perkembangan yang sama dengan yang rutin latihan. Kegiatan yang dapat membantu perkembangan keterampilan Fisik anak yang berumur 6 tahun. Ajak anak untuk aktif bergerak misalnya dengan berolahraga atau melakukan kegiatan rekreasi bersama.

Kegiatan ini akan meningkatkan kemampuannya untuk berinteraksi. Terlibat dalam kegiatan di luar ruangan seperti melempar dan menendang bola, berjalan dan berlari, atau melompat-lompat di permukaan yang berbeda, bergantian dengan menggunakan kaki kanan dan kiri. Buat jalur rintangan yang mencakup kotak kardus, bantal, dan furnitur yang bisa dilalui atau dinaiki oleh anak. Berjalan-jalan di taman dan biarkan anak menjelajahi ruang terbuka. Ia bisa mengejar burung, menendang bola atau menuruni bukit kecil. Dalam setiap tahap pertumbuhannya, anak juga membutuhkan dukungan dari kedua orang tua agar setiap perkembangan fisik anak akan lebih optimal (Syahria dkk, 2019).

Perkembangan motorik selama masa bayi mengalami kemajuan yang sangat cepat. Kemajuan anak usia dua tahun dari kemampuan individu yang tidak terkoordinasi dalam menanggapi refleks untuk berjalan, pertama melangkah dan menjelajah keajaiban. Marry M. Shirley (Mukti dkk, 2021) melakukan studi pada bayi untuk menunjukkan prediksi urutan perkembangan motorik kasar selama masa bayi. Hasilnya digambarkan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Perkembangan Motorik Bayi (1-2 Tahun)

Usia	Kemampuan
0 bulan	Sikap badan, seperti bayi
1 bulan	Mengangkat dagu
2 bulan	Mengangkat dada
3 bulan	Menjangkau benda dan salah menjangkau
4 bulan	Duduk dengan bantuan
5 bulan	Duduk dalam pangkuan dan menggenggam benda
6 bulan	Duduk dalam kursi yang tinggi dan menggenggam benda yang menjuntai (menggantung)
7 bulan	Duduk sendiri
8 bulan	Berdiri dengan bantuan
9 bulan	Berdiri sambil berpegangan pada meja
10 bulan	Merangkak
11 bulan	Berjalan ketika dibimbing (titah)
12 bulan	Mencari pegangan untuk berdiri pada meja
13 bulan	Menaiki anak tangga secara bertahap
14 bulan	Berdiri sendiri
15 bulan	Berjalan sendiri

Ada tiga jenis gerakan yang dapat dilakukan dalam motorik kasar, yaitu gerak lokomotor, gerak nonlokomotor, dan gerak manipulatif.

#### 1. Gerak lokomotor

Gerak lokomotor adalah aktivitas gerakan dengan cara memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Beberapa gerakan yang termasuk pada gerakan lokomotor adalah.

- a. Melangkah, yaitu memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggerakkan salah satu kaki ke depan, belakang, samping atau serong dengan diikuti kaki yang satunya lagi.
- b. Berjalan, yaitu memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dengan melangkahkan kaki secara berulang-ulang dan bergantian, di mana salah satu kaki pasti menginjak bumi.
- c. Berlari, yaitu mirip berjalan, namun dengan jangkauan yang lebih jauh dan ada waktu, di mana kedua kaki tidak menginjak bumi.
- d. Melompat, yaitu memindahkan tubuh ke depan dengan bertumpu pada salah satu kaki dan mendarat dengan kedua kaki.
- e. Meloncat, yaitu memindahkan tubuh ke depan atau ke atas dengan bertumpu pada kedua kaki dan mendarat dengan kedua kaki.
- f. Merangkak, yaitu menggerakkan tubuh dengan bertumpu pada telapak tangan, kedua lutut dan kedua ujung kaki.
- g. Merayap, yaitu menggerakkan tubuh dengan bertumpu pada telapak tangan sampai siku dan badan bagian depan mulai dari dada sampai ujung kaki.
- h. Berjingkat, yaitu memindahkan tubuh ke depan dengan cara bertumpu pada salah satu kaki baik kiri maupun kanan dan mendarat pada kaki yang sama.
- i. Berguling, yaitu memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dengan cara merebahkan diri lalu menggulingkan seluruh badan ke kanan atau ke kiri (Mukti dkk, 2021).

## 2. Gerak nonlokomotor

Gerak nonlokomotor adalah aktivitas atau tindakan dengan tidak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Contoh gerak lokomotor sebagai berikut:

- a. Gerakan-gerakan memutar tubuh atau bagian-bagian tubuh (kepala, lengan, pinggang, kedua lutut, pergelangan kaki, dan pergelangan tangan).
- b. Menekuk atau membungkukkan tubuh, seperti gerakan bangun tidur (sit up), duduk dan membungkuk sambil memeluk dua kaki, menelungkup, dan menarik ke atas kedua kaki, dada sampai kepala.
- c. Latihan keseimbangan, seperti sikap lilin (berbaring telentang dan kedua kaki dinaikkan lurus ke atas), gerak pesawat terbang (salah satu kaki diangkat, kedua tangan direntangkan lalu perlahan badan dibungkukkan).

## 3. Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif adalah aktivitas yang dilakukan tubuh dengan bantuan alat. Contohnya, gerakan manipulatif adalah melempar, menangkap, menggiring, menendang, memantulkan bola atau benda- benda lainnya (Mukti dkk, 2021).

Keterampilan motorik kasar pada anak juga akan berkembang sesuai dengan usianya. Dalam buku *A Child World, Infancy Through Adolescence*, perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak usia 3 sampai 5 tahun dapat diuraikan, seperti berikut ini.

### 1. Usia 3 tahun

- a. Tidak dapat berbelok, berhenti dengan tiba-tiba atau dengan cepat.
- b. Melompat dengan dua kaki pada jarak 15 – 20 cm
- c. Naik tangga tanpa dibantu dengan menggunakan kaki secara bergantian.
- d. Dapat melompat sesuai urutan yang tidak ditentukan dengan beberapa variasi tambahan

### 2. Usia 4 tahun

- a. Dapat lebih efektif mengontrol gerakan untuk berhenti, mulai dan berbelok.
- b. Dapat melompat dengan jarak 20 – 25 cm
- c. Dapat menuruni tangga dengan kaki bergantian dengan sedikit bantuan.
- d. Melompat 4 – 6 langkah dengan satu kaki.

3. Usia 5 tahun

- a. Mulai dapat berbelok dan berhenti secara efektif dalam permainan.
- b. Dapat berlari sambil melompat dengan jarak + 25 – 30 cm
- c. Dapat menuruni tangga dengan kaki bergantian tanpa dibantu.
- d. Melompat dengan mudah dengan jarak + 30 cm (Mukti dkk, 2021).

Berikut adalah tabel daftar perkembangan motorik anak usia dini, khususnya pada usia 3 - 4 tahun dan usia 5 - 6 tahun (Mukti dkk, 2021).

Tabel 3. Perkembangan Motorik Anak Usia 3—4 Tahun

Motorik Kasar	Motorik Halus
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menangkap bola besar dengan tangan lurus di depan badan.</li> <li>2. Berdiri dengan satu kaki selama lima detik.</li> <li>3. Mengendarai sepeda roda tiga melalui tikungan yang lebar.</li> <li>4. Melompat sejauh satu meter atau lebih dari posisi berdiri semula.</li> <li>5. Mengambil benda kecil di atas baki tanpa menjatuhkannya.</li> <li>6. Menggunakan bahu dan siku pada saat melempar bola hingga tiga meter.</li> <li>7. Berjalan menyusuri papan dengan menempatkan satu kaki di depan kaki lain.</li> <li>8. Melompat dengan satu kaki.</li> <li>9. Berdiri dengan kedua tumit dirapatkan, tangan di samping, tanpa kehilangan keseimbangan.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunting kertas menjadi dua bagian.</li> <li>2. Mencuci dan mengelap tangan sendiri.</li> <li>3. Mengaduk cairan dengan sendok.</li> <li>4. Menuang air dari teko.</li> <li>5. Memegang garpu dengan cara menggenggam.</li> <li>6. Membawa sesuatu dengan penjepit.</li> <li>7. Apabila diberikan gambar kepala badan manusia yang belum lengkap, ia akan dapat menambahkan paling sedikit dua organ tubuh.</li> <li>8. Membuka kancing dan melepas ikat pinggang.</li> <li>9. Menggambar lingkaran, tetapi bentuknya masih kasar.</li> </ol>

Tabel 4. Perkembangan Motorik Anak Usia 5—6 Tahun

Motorik Kasar	Motorik Halus
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berlari dan langsung menendang bola.</li> <li>2. Melompat-lompat dengan kaki bergantian.</li> <li>3. Melambungkan bola tenis dengan satu tangan dan menangkapnya dengan dua tangan.</li> <li>4. Berjalan pada garis yang sudah ditentukan.</li> <li>5. Berjinjit dengan tangan di pinggul.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengikat tali sepatu.</li> <li>2. Memasukkan surat ke dalam amplop.</li> <li>3. Mengoleskan selai di atas roti.</li> <li>4. Membentuk berbagai objek dengan tanah liat.</li> <li>5. Mencuci dan mengeringkan muka tanpa membasahi baju.</li> <li>6. Memasukkan benang ke dalam lubang jarum.</li> </ol>



6. Menyentuh jari kaki tanpa menekuk lutut.	
7. Mengayuhkan satu kaki ke depan atau ke belakang tanpa kehilangan keseimbangan.	

Menurut Gallahue, (MAHMUD, 2019) kemampuan motorik kasar anak terdiri dari beberapa fase seperti dijabarkan sebagai berikut

Tabel 5. Fase Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar

No	Tahap/Faase	Keterangan
1	Reflexive Movement Phase	Fase ini dimulai saat bayi pertama kali membuat gerakan refleksi di dalam kandungan sampai usia 1 tahun. Pada fase ini bayi membuat gerakan refleksi untuk mengetahui keadaan di sekitarnya. Biasanya bayi akan bereaksi pada stimulus yang berupa sentuhan, cahaya, atau pun suara-suara
2	Rudimentary Movement Phase	Fase ini dimulai saat anak berusia 1 – 2 tahun. Kemampuan anak di usia ini berbedabeda tergantung dari stimulus yang didapatkannya dari lingkungannya. Anak juga mulai belajar untuk menjaga keseimbangannya, misalnya anak mulai belajar mengontrol gerakan kepala, leher, dan batang otot serta melakukan gerakan lokomotor (merayap, merangkak, dan berjalan).
3	Fundamental Movement Phase	Fase ini dimulai sejak anak berusia 2 – 7 tahun. Fase ini merupakan kelanjutan dari fase perkembangan gerak sebelumnya. Pada fase ini anak sudah mulai belajar mengeksplor tubuhnya dalam melakukan gerakan. Anak juga sudah banyak melakukan gerakan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Contoh gerak lokomotor yang banyak dilakukan oleh anak adalah berlari dan melompat, gerak non-lokomotor seperti berdiri dengan satu kaki, serta gerak manipulatif seperti melempar dan menangkap. Perkembangan gerak anak pada fase ini sangat dipengaruhi oleh faktor kesempatan untuk mempraktekkan secara langsung, dorongan, dan arahan saat melakukan permainan-permainan yang bisa mengembangkan kemampuan geraknya.
4	Specialized Movement Phase	Fase ini dimulai sejak anak berusia 7 tahun dan berlanjut hingga anak dewasa. Fase ini merupakan kelanjutan dari fase perkembangan sebelumnya. Pada fase ini anak sudah mulai bisa melakukan gerakan kombinasi antara lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, khususnya pada kegiatan olahraga. Anak juga mulai belajar untuk menyempurnakan gerakannya tanpa bantuan orang dewasa di sekitarnya. Namun, pemberian stimulus dan kesempatan kepada anak untuk melakukan praktek harus tetap diberikan

Menurut Mansur, (Ardhana dkk, 2021) perkembangan motorik halus pada anak mengikuti 6 (enam) pola umum seperti tabel dibawah ini:

Tabel 6. Fase Perkembangan Kemampuan Motorik Halus

No	Tahap/Fase	Keterangan
1	Continuity (bersifat kontinyu)	Dimulai dari yang sederhana ke yang lebih kompleks. Sejalan dengan bertambahnya usia anak
2	Uniform sequence (memiliki tahapan yang sama)	Memiliki pola tahapan yang sama untruk semua anak, meskipun kecepatan tiap anak untuk mencapai tahapan tersebut berbeda
3	Maturity (kematangan)	Dipengaruhi oleh perkembangan sel syaraf. Umum ke khusus, yaitu dimulai dari gerak yang bersifat umum ke gerak yang bersifat khusus. Dimulai dari gerak reflex bawaan ke arah gerak yang terkoordinasi
4	Chepalo-couudaldirection	Bahwa bagian yang mendekati kepala berkembang lebih dulu dari bagian yang mendekati ekor
5	Proximo-distal	Bagian yang mendekati sumbu tubuh (tulang belakang) berkembang lebih dulu dari yang lebih jauh
6	Koordinasi bilateral menuju crosslater,	Koordinasi organ yang sama berkembang lebih dulu sebelum bias melakukan koordinasi organ bersilang. Dapat dikatakan bahwa kompetensi dan hasil belajar yang ingin dicapai pada aspek pengembangan fisik adalah kemampuan mengelola dan keterampilan tubuh termasuk gerakan-gerakan yang mengontrol gerakan tubuh, gerakan halus, dan gerakan kasar serta menerima rangsangan dari pancaindra

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

Tabel 7. Kemampuan Motorik Anak

Usia	Kemampuan Motorik Kasar	Kemampuan Motorik Halus
3-4 tahun	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Naik turun tangga</li> <li>➤ Meloncat dengan dua kaki</li> <li>➤ Melempar bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menggunakan krayon</li> <li>➤ Menggunakan benda/alat</li> <li>➤ Meniru bentuk/meniru gerakan orang lain</li> </ul>
4-6 tahun	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Meloncat</li> <li>➤ Mengendarai sepeda anak</li> <li>➤ Menangkap bola</li> <li>➤ Bermain olah raga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menggunakan pensil</li> <li>➤ Menggambar</li> <li>➤ Memotong dengan gunting</li> <li>➤ Menulis huruf cetak</li> </ul>

## **B. Peran Guru Dalam Mengembangkan Fisik Motorik Anak Usia Dini**

Salah satu perkembangan yang harus dibantu oleh orang tua, guru dan orang sekitarnya kepada anak usia dini ialah fisik dan motorik anak agar bisa berkembang sebagaimana mestinya dan maksimal. Mengapa harus dibantu ? karena anak perlu bantuan mengembangkan fisik dan motoriknya melalui rekayasa keadaan yang harus dibuat oleh orang tuanya, guru dan orang sekitarnya. Misalkan ketika anak awal-awal hendak berdiri dan berjalan untuk memfungsikan kakinya. Maka tidak sedikit anak yang dengan bantuan “salah” dari orang tuanya menjadikan terlambat bisa berdiri dan berjalan, tetapi ada juga yang cepat bisa berdiri dan berjalannya sampai juga lekas bisa berlarnya, semuanya itu teragantung dari bagaimana orang tua, guru dan orang sekitarnya secara efektif bisa membantu anak bisa belajar berjalan dan berlari. Salah satu cara anak bisa cepat memfungsikan fisiknya ialah dengan berikan alat dan media untuk anak bisa mencoba, bukan dengan serba dibantu sepenuhnya tanpa pernah anak mencobanya sendiri (Zain, 2024).

Ada beberapa peran guru dalam mengembangkan fisik dan motorik anak usia dini dalam pembelajaran, yaitu:

### **1. Motivator**

Memberikan motivasi kepada anak sebelum pembelajaran motorik sering tidak dilakukan oleh pendidik bahkan banyak yang belum mengetahui betapa pentingnya memotivasi kepada anak. Anak yang diberi motivasi sebelum pembelajaran motorik akan lebih termotivasi untuk melakukan praktek dengan lebih serius. Pemberian motivasi yang dilakukan pendidik tidak hanya dilakukan secara lisan namun memperkenalkan keterampilan motorik dengan memberikan contoh langsung dan menjelaskan tujuan dari pembelajaran motorik tersebut. Anak akan lebih bersemangat dalam melaksanakan pembelajaran motorik. Hal ini akan sangat mempengaruhi perkembangan motorik anak didik.

### **2. Fasilitator**

Pendidik dalam pembelajaran motorik, harus dapat memfasilitasi anak didik agar mudah melaksanakan kegiatan pembelajaran motorik. Hal ini agar tujuan pembelajaran yaitu mengembangkan motorik anak dapat tercapai secara maksimal. Fasilitas yang disediakan pendidik harus mempertimbangkan kesesuaian tingkat usia anak didik yang akan melaksanakan pembelajaran motorik dan alat permainan yang akan digunakan harus aman dan sesuai dengan kebutuhan anak. Dengan demikian proses pembelajaran akan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.

### 3. Pembimbing

Dalam melaksanakan pembelajaran motorik, pendidik berkewajiban membimbing anak yang mengalami kesulitan saat proses pembelajaran berlangsung. Pendidik harus mengetahui kemampuan anak didiknya. Hal ini sangat penting agar dapat menyesuaikan dalam membimbing dan mencapai tujuan akhir dari pembelajaran motorik. Tujuan akhir akan terlihat dari hasil kemajuan anak dalam keterampilan motorik. Dengan bimbingan sesuai kemampuan anak didik masing-masing, mereka akan menyesuaikan gerakan-gerakan sehingga mengarah melakukan gerakan yang lebih benar secara teknis.

### 4. Instruksi

Salah satu prosedur dalam proses pembelajaran motorik adalah memberikan instruksi secara lisan dan praktek. Tujuannya agar anak dapat mengetahui keterampilan yang akan mereka pelajari dan gerakan yang akan mereka lakukan. Pendidik dalam memberikan instruksi secara bertahap, singkat dan jangan terlalu banyak karena anak usia dini belum mampu menampung instruksi yang terlalu banyak. Instruksi yang diberikan pendidik sebaiknya disertai langsung contoh gerakan yang akan dilakukan oleh anak. Misalnya menangkap bola, menendang bola dengan satu kaki, berjalan diatas papan titian, meloncat dengan satu kaki, meloncat dari ketinggian 50 cm.

### 5. Model

Pembelajaran motorik lebih baik disajikan secara demonstrasi dibandingkan disajikan secara lisan. Proses pembelajaran motorik secara demonstrasi dapat menggunakan alat-alat bantu audio visual seperti video, musik agar anak didik lebih mudah menirukan gerakan. Dengan bantuan audio visual, pendidik dapat menjadi model langsung dan anak dapat menguasai gerakan motorik dengan mudah. Agar tujuan pembelajaran motorik dapat tercapai, pendidik sebagai model harus mengetahui dan memahami: (Decaprio, 2017, p. 102).

- a. Harus dapat memotivasi anak didiknya agar memperhatikan contoh gerakan yang dilakukan pendidik.
- b. Pendidik sebaiknya memberikan informasi sebanyak mungkin kepada anak ketika pendidik sedang memberikan contoh gerakan.
- c. Pendidik sebaiknya memberikan contoh gerakan lebih dari satu kali agar hasil keterampilan motorik anak menjadi maksimal.
- d. Sebaiknya pendidik langsung memberikan contoh gerakan kepada anak, daripada anak diminta untuk melihat contoh gerakan dengan bantuan audio visual.

Peran pendidik dalam pembelajaran motorik terhadap perkembangan motorik sangatlah penting. Sangatlah tidak mudah mengamati proses pembelajaran motorik pada setiap anak di sekolah. Butuh kecermatan yang mendalam agar dapat mengukur perkembangan motorik pada setiap anak. Pendidik tidak boleh hanya menduga perubahan keterampilan yang terjadi pada setiap anak setiap kali pembelajaran motorik. Sebaiknya pendidik mengetahui hakikat perkembangan motorik yang dialami oleh anak didiknya (Wulandari, 2021).

Berdasarkan penelitian Widia (2023) peran guru dalam mengembangkan motorik halus anak yaitu: sebagai pendidik, pembimbing, motivator, fasilitator, demontator, model, evaluator.

#### 1. Guru sebagai Pendidik

Seorang guru adalah salah satu pendidik bagi siswanya di sekolah, seorang guru mempunyai peran dan tanggung jawab yang sangat besar untuk mengajarkan dan mendidik siswanya. Sebagai pendidik guru harus dapat membimbing dan menumbuhkan rasa percaya diri anak. Guru dalam melatih perkembangan motorik halus anak yaitu setiap pagi guru selalu melakukan kegiatan yang mencakup perkembangan motorik halus anak, hal ini dilakukan agar anak dapat melatih keterampilan jari jemari nya untuk persiapan menulis seperti menggunting, menjiplak, memotong, menempel, meronce dan lain-lain. Namun pada saat guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan guru tidak melakukan permainan terlebih dahulu sehingga membuat beberapa anak tidak memperhatikan guru dan mendengarkan guru.

#### 2. Guru sebagai Pembimbing

Yaitu guru berperan dalam mengarahkan anak agar dapat memahami suatu kegiatan belajar dalam proses pengembangan motorik halus nya. Guru membimbing setiap anak untuk mengembangkan pengetahuannya. Peran guru sebagai pembimbing untuk mengembangkan motorik halus anak dengan guru mengajarkan kepada anak bagaimana cara melipat kertas origami dengan rapi, menggunting kertas dengan rapih sesuai dengan pola, menempel, kolase, menyusun pazzle dengan benar, mewarnai dengan rapih tidak keluar garis, mengajarkan anak meronce agar tidak kesulitan dalam memasukan benang kedalam manik-maik, serta mengajarkan anak untuk meniru suatu bentuk dll. Ketika ada anak yang masih kesulitan pada saat proses pembelajaran berlangsung, guru terlebih dahulu melakukan pendekatan kepada

anak, mengulang kembali bahan yang diajarkan, memberikan tugas agar anak mempelajari yang belum dipahami serta melakukan pendekatan dengan orang tua anak.

### 3. Guru sebagai Motivator

Guru harus selalu memberikan motivasi untuk anak dalam setiap kegiatan pembelajaran yang dilakukan anak, guru memotivasi anak dengan cara menumbuhkan rasa percaya diri anak, selalu memberi dukungan kepada anak yang masih kesulitan untuk mengembangkan motorik halus di kelas dan memberikan pujian/reward kepada anak-anak yang sudah menyelesaikan tugasnya. Ketika ada anak yang tidak bisa melakukan kegiatan tersebut seperti menggunting, melipat dll guru mendampingi anak tersebut agar anak bisa melakukannya. Guru juga harus selalu memberikan semangat berupa kata-kata penyemangat agar anak tetap semangat dalam belajar.

### 4. Guru sebagai Fasilitator

Guru sebagai fasilitator yaitu memfasiliasi anak pada saat kegiatan belajar hal ini terlihat pada saat kegiatan kolase guru memfasilitasi kegiatan belajar anak seperti menyiapkan pensil, kertas origami, lem gulkol, gunting, buku gambar untuk menarik perhatian dan minat anak, dan sebelum melakukan kegiatan pembelajaran guru memberikan intruksi atau perintah yang jelas agar bahasanya mudah di mengerti anak, namun saat mengembangkan motorik halus anak guru hanya melakukan kegiatan yang hanya itu-itu saja sehingga ada beberapa anak yang kurang tertarik pada saat pembelajaran berlangsung anak merasa bosan.

### 5. Guru sebagai Demonstrator

Guru mencontohkan materi yang akan dilaksanakan, namun terkadang guru terlalu cepat saat mencontohkan kegiatan tersebut sehingga membuat beberapa anak belum memahami segala sesuatu yang disampaikan oleh guru.

### 6. Guru sebagai Model

Peran guru sebagai model dalam mengembangkan motorik halus anak yaitu guru sebagai perilaku, sikap dan tenaga kependidikan dalam memberikan contoh melalui tindakan-tindakan yang baik seperti nilai disiplin, kebersihan dan kerapian, kasih sayang, kesopanan, jujur, kerja keras, berpakaian rapi, berbahasa yang baik, rajin membaca, memuji kebaikan dan keberhasilan orang lain, datang tepat waktu sehingga diharapkan menjadi panutan bagi peserta didik.

## 7. Guru sebagai Evaluator

Penilaian dilakukan dengan mengamati anak selama prose pembelajaran baik individu maupun kelompok. Penilaian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan yang dicapai anak. Evaluasi ini harus melibatkan guru, anak dan orang tua. Guru sebagai evaluator harus melihat penilaian sebagai kesempatan untuk menggambarkan pengalaman anak dan sebagai alat untuk mengetahui kemajuan anak (Widia, 2023).

Hasil penelitian Tantri (2023) bahwa ada 4 (empat) peran guru dalam mengembangkan motorik halus kepada anak usia dini sebagai berikut:

1. Guru sebagai demonstrator adalah guru selalu menguasai bahan materi pelajari yang akan diajarkannya serta mengembangkan materi sehingga dapat menentukan hasil belajar yang dicapai oleh siswa.
2. Guru sebagai pengelola kelas sangat berperan peran penting dalam kesuksesan anak pada saat proses pembelajaran dan guru memiliki kewenangan untuk menata ruangan yang nyaman anak akan merasa senang dan tidak mudah bosan.
3. Guru sebagai fasilitator atau mediator adalah guru mampu merancang program dan menyediakan alat dan bahan yang digunakan untuk memberikan pembelajaran materi kepada muridnya dengan tepat. 4) Guru sebagai motivator adalah guru dapat mendorong anak didiknya supaya semangat dan aktif dalam belajar (Tantri, 2023).

Hasil penelitian Fitriana dkk (2022) menyatakan bahwa peran guru dalam mengembangkan fisik dan motorik kepada anak usia dini sebagai berikut:

1. Peran guru sebagai motivator dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di PAUD Permata Ampera Pontianak dilakukan dengan memberikan dukungan yang positif kepada setiap anak. Dukungan positif yang berikan guru berbentuk pujian dan hadiah (reward) agar anak lebih giat untuk memperbaiki atau mempertinggi prestasi yang telah dicapainya.
2. Peran guru sebagai fasilitator dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di PAUD Permata Ampera Pontianak dilakukan dengan cara guru menyediakan berbagai fasilitas media permainan bagi anak untuk melakukan kegiatan bermain seraya belajar, menjadi mitra dalam bermain dan memfasilitasi anak agar dapat mengembangkan gerakan-gerakan dasar seperti berjalan dan berlari kecil dengan baik, dan melatih anak memiliki keseimbangan dasar. Guru menyediakan permainan edukatif

papan titian dan melompati titik-titik guna mengembangkan kemampuan motorik kasar anak.

3. Peran guru sebagai evaluator dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di PAUD dilakukan dengan mengamati atau mengobservasi dan mencatat jumlah dan kualitas gerak fisik anak dalam pembelajaran. Guru mendokumentasikan data tentang berbagai tingkat perkembangan dan pertumbuhan anak yang telah dihimpun dalam bentuk catatan anekdot, hasil unjuk kerja, dan Checklist. (Fitira dkk, 2022).

### **SOAL LATIHAN**

Silahkan jawab pertanyaan di bawah ini:

1. Jelaskan apa pengertian tahap perkembangan fisik dan motorik AUD !
2. Jelaskan tahap perkembangan fisik dan motorik anak sesuai usia anak !
3. Ada 3 (tiga) jenis gerakan yang dapat dilakukan dalam motorik kasar, silahkan jelaskan !
4. Menurut anda, mengapa pengembangan fisik dan motorik anak usia dini penting dikembangkan. Jelaskan !
5. Jelaskan beberapa peran guru dalam mengembangkan fisik dan motorik AUD!
6. Menurut anda, bagaimana cara efektif dalam menngembangkan fisik dan motorik AUD. Jelaskan !
7. Buatlah desain modul ajar / RPPH dalam mengembangkan fisik dan motorik AUD.



## **KUNCI JAWABAN (Alternatif):**

1. Tahap perkembangan fisik dan motorik AUD adalah tahapan tingkatan dari kemampuan anak dalam perkembangan fisik dan motorik anak sesuai usianya.
2. Tahap perkembangan fisik dan motorik pada anak berdasarkan usia sebagai yaitu:
  - Anak usia 1 tahun mengalami perkembangan fisik yang signifikan, biasanya ditandai dengan kemampuannya merangkak hingga berlari
  - Anak usia 2 tahun anak semakin kreatif dan mulai mengeksplorasi seperti berguling, merangkak, berjalan, berlari, melompat dan memanjat.
  - Anak usia 3 tahun sudah menjadi lebih seimbang dan dapat bergerak dengan mantap.
  - Anak usia 4 tahun sudah terampil berjalan, memanjat, melompat dan bahkan berlari kencang. dan juga mampu melempar, menangkap, menendang dan memantulkan bola dengan baik.
  - Anak usia 5 tahun menunjukkan cara berjalan dan berlari yang sudah mantap, serta mampu untuk menentukan arah, kecepatan dan kualitas gerakan mereka secara bervariasi.
  - Anak Usia 6 tahun anak dapat berjalan di berbagai jalur dan arah, serta mengontrol tubuh dan tingkat keterampilan anak bervariasi berdasarkan jumlah kegiatan fisik.
3. Ada tiga jenis gerakan yang dapat dilakukan dalam motorik kasar:
  - Gerak lokomotor adalah aktivitas gerakan dengan cara memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain.
  - Gerak nonlokomotor adalah aktivitas atau tindakan dengan tidak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain.
  - Gerak manipulatif adalah aktivitas yang dilakukan tubuh dengan bantuan alat. Contohnya, gerakan manipulatif adalah melempar, menangkap, menggiring, menendang, memantulkan bola atau benda- benda lainnya.
4. Pengembangan fisik dan motorik anak sangat penting dalam membantu anak menggunakan fungsi-fungsi anggota tubuhnya dalam kehidupan sehari-hari agar bisa aktif dan maksimal sebagaimana seharusnya berkembang sesuai dengan tahapan usianya yang akhirnya nanti anak bisa menjadi mandiri mengelola dirinya dan kreatif dalam mengembangkan keterampilan yang ia suaki.
5. Peran guru dalam mengembangkan fisik dan motorik AUD yaitu:
  - Sebagai pendidik guru harus dapat membimbing dan menumbuhkan rasa percaya diri anak serta melatih perkembangan motorik

- Sebagai pembimbing guru mengarahkan anak agar dapat memahami suatu kegiatan belajar dalam proses pengembangan motorik halusnya
- Sebagai pembimbing guru mengajarkan kepada anak bagaimana cara melipat kertas origami dengan rapi, menggunting kertas dengan rapih sesuai dengan pola, menempel, kolase, menyusun pazzle dengan benar, mewarnai dengan rapih tidak keluar garis, mengajarkan anak meronce agar tidak kesulitan dalam memasukan benang kedalam manik-maik, serta mengajarkan anak untuk meniru suatu bentuk dan lain-lain.
- Sebagai Motivator guru harus selalu memberikan motivasi kepada anak dalam setiap kegiatan pembelajaran dengan cara menumbuhkan rasa percaya diri anak,
- Sebagai Fasilitator guru memfasiliasi anak pada saat kegiatan belajar hal ini terlihat pada saat kegiatan kolase guru memfasilitasi kegiatan belajar anak kurang tertarik pada saat pembelajaran berlangsung anak merasa bosan.
- Sebagai Demonstator guru mencontohkan materi yang akan dilaksanakan kepada anak.
- Sebagai Model guru mengembangkan motorik halus anak yaitu guru sebagai perilaku, sikap dan tenaga kependidikan dalam memberikan contoh melalui tindakan-tindakan yang baik.
- Sebagai Evaluator guru melakukan penilaian dengan mengamati anak selama proses pembelajaran baik individu maupun kelompok.

6. Jawaban nalar

7. Jawaban Desain Modul Ajar / RPPH

## KESIMPULAN

Tahap perkembangan fisik dan motorik pada anak berdasarkan usia sebagai berikut:

1. Usia 1 tahun mengalami perkembangan fisik yang signifikan, biasanya ditandai dengan kemampuannya merangkak hingga berlari dalam waktu sekitar 20 bulan. Saat berjalan merentangkan tangan ke samping atau menahan perut untuk menjaga keseimbangan. Cenderung tidak stabil saat berjalan dan wajar sering jatuh.
2. Usia 2 tahun anak semakin kreatif dan mulai mengeksplorasi berbagai cara untuk berpindah dari satu tempat ke tempat lain seperti berguling, merangkak, berjalan, berlari, melompat dan memanjat.
3. Usia 3 tahun anak sudah menjadi lebih seimbang dan dapat bergerak dengan mantap. Selain anak mampu berjalan, mereka juga sudah lebih terkoordinasi saat berlari, memanjat, dan melakukan aktivitas lain yang melibatkan otot besar pada tubuhnya. Dengan berkembangnya koordinasi otot dan juga bisa berjalan dalam satu garis lurus dan bergerak
4. Usia 4 tahun anak dapat terlibat dalam permainan dan aktivitas dalam jangka panjang. Anak sudah terampil berjalan, memanjat, melompat dan bahkan berlari kencang. dan juga mampu melempar, menangkap, menendang dan memantulkan bola dengan baik.
5. Usia 5 tahun anak memiliki banyak energi dan akan mencari permainan dan lingkungan yang aktif. Peningkatan kemampuan untuk menyeimbangkan dan mengkoordinasikan gerak membantu mereka untuk dapat mengendarai sepeda dengan bantuan roda latihan, melakukan lompat tali dan memainkan bola dengan terampil. Anak menunjukkan cara berjalan dan berlari yang sudah mantap, serta mampu untuk menentukan arah, kecepatan dan kualitas gerakan mereka secara bervariasi.
6. Usia 6 tahun anak akan terus menikmati bergerak dalam berbagai cara. Meski kemampuan fisiknya belum berkembang maksimal, Ia tetap bersemangat untuk mencoba aktivitas dan olahraga yang baru, anak dapat berjalan di berbagai jalur dan arah, serta mengontrol tubuh dan tingkat keterampilan anak bervariasi berdasarkan jumlah kegiatan fisik.

Adapun peran guru dalam mengembangkan fisik dan motorik AUD ada berbagai macam yaitu: peran sebagai pendidik, pembimbing, motivator, fasilitator, demontator, model dan evaluator.

## Daftar Pustaka

- Amini, Mukti. Bambang Sujiono, Siti Aisyah. (2021) Buku Modul Metode Pengembangan Fisik Motorik AUD. Banten/Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Apriliani, Widia Risca. (2023). *Peran Guru Dalam Mengembangkan Motorik Halus Anak Di Tk Ma'arif 9 Bumi Jawa Batanghari Nuban Lampung Timur*. Skripsi: Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung.
- Irna, Fitriana. Marmawi R, Dian Miranda. (2022). *Peran Guru Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Permata Ampera Pontianak*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa Vol. 11, No. 9.
- Kusumastuti, Eny. (2004). *Pendidikan Seni Tari pada Anak Usia Dini di Taman Kanak-Kanak Tadika Puri Cabang Erlangga Semarang Sebagai Proses Alih Budaya*. Harmoni Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni. Vol.V. No.1.
- Lestari, Tantri (2023). *Peran guru dalam mengembangkan motorik halus anak usia 4-5 tahun di TK ABA Sidoharjo Klaten* Skripsi: Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah, UIN Raden Mas Said Surakarta.
- Reswari, Ardhana. Selfi lailiyatul Iftitah, Anik Lestarinigrum, Ratna Pangastuti. (2022) *Perkembangan Fisik dan Motorik AUD*. Kab. Pasaman Barat: CV Azka Pustaka.
- Retnaningrum, Wulandari. (2021). *Peran Pendidik Mengembangkan Fisik Motorik Anak Usia Dini Dalam Pembelajaran Motorik*. Jurnal Warna Vol. 5, No. 1, Juni.
- Sakti, Syahria Anggita. (2019). *Bahan Ajar Pengembangan Fisik & Motorik Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Yogyakarta.
- Zain, Anwar. (2024). *Apa bedanya fisik dan motorik AUD ?*. Artikel Media Online: Kompasiana.<https://www.kompasiana.com/anwar62562/664bb1ce1470935a5530c2d2/apa-bedanya-fisik-dan-motorik-anak>