

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan makalah yang berjudul “**Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus**” ini dengan baik dan tepat waktu.

Makalah ini disusun dalam rangka memenuhi tugas akademik sekaligus untuk memperluas wawasan mengenai pentingnya memahami perkembangan motorik pada anak, baik motorik kasar maupun halus, serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Penulis menyadari bahwa perkembangan motorik merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang anak yang harus diperhatikan oleh orang tua, guru, dan masyarakat.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan makalah ini, terutama kepada dosen pembimbing, orang tua, teman-teman, serta pihak lain yang turut memberikan masukan dan motivasi.

Penulis menyadari bahwa makalah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga makalah ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam bidang pendidikan anak usia dini.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan	2
BAB II. PEMBAHASAN	3
A. Pengertian Perkembangan Motorik	3
B. Motorik Kasar	4
C. Motorik Halus	6
D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik	8
E. Stimulasi Perkembangan Motorik Anak	9
BAB III. PENUTUP	12
A. KESIMPULAN	12
DAFTAR PUSTAKA	13

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Perkembangan anak merupakan fondasi penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia di masa depan. Salah satu aspek krusial dari perkembangan anak adalah perkembangan motorik, yang berperan besar dalam membantuanak beradaptasi dengan lingkungan sertamengembangkan keterampilan belajar dan sosialnya. Motorik secara umum merujuk pada kemampuan individu dalam menggerakkan tubuh yang melibatkan koordinasi antara otot, saraf, dan otak. Perkembangan motorik terbagi menjadi dua aspek utama, yaitu motorik kasar dan motorik halus (Papalia & Feldman, 2012).

Motorik kasar mencakup kemampuan gerak yang melibatkan otot-otot besar, seperti berjalan, melompat, berlari, dan melempar bola. Gerakan ini sangat penting dalam menunjang aktivitas fisik anak sehari-hari sertamembantu perkembangan fisik secara keseluruhan. Sebaliknya, motorik halus berkaitan dengan gerakan yang lebih terperinci dan presisi, melibatkan otot-otot kecil seperti jarigan, yang digunakan dalam aktivitas seperti memegang pensil, menggunting, atau meronce manik-manik (Hurlock, 2004).

Pemahaman terhadap kedua jenis perkembangan motorik ini sangat penting bagi orang tua, guru, maupun pihak-pihak yang berkecimpung dalam dunia pendidikan anak. Penelitian menunjukkan bahwa perkembangan motorik berpengaruh langsung terhadap kemampuan kognitif dan akademik anak. Anak-anak dengan perkembangan motorik yang baik cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik karena mampu mengikuti kegiatan belajar secara optimal (Case-Smith & O'Brien, 2015). Oleh karena itu, intervensi dan stimulasi yang tepat pada usia dini menjadi kunci keberhasilan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Di era modern ini, muncul tantangan baru dalam hal perkembangan motorik anak, terutama yang disebabkan oleh perubahan gaya hidup. Kemajuan teknologi, penggunaannya secara berlebihan, dan terbatasnya ruang bermain di lingkungan perkotaan menjadi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap keterlambatan perkembangan motorik pada sebagian anak (Santrock, 2011). Hal ini semakin memperkuat pentingnya pemahaman orang

dewasa tentang bagaimana memberikan stimulasi motorik yang tepat sesuai dengan tahap usia anak.

Selain itu, setiap anak memiliki tahapan perkembangan yang berbeda-beda, sehingga pendekatan yang digunakan dalam menstimulasi motorik harus bersifat individual dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak. Lingkungan keluarga, sekolah, serta komunitas memiliki peran penting dalam memberikan stimulasi yang kaya dan bermakna untuk membantu anak mencapai potensi perkembangan motorik terbaiknya (Desmita, 2012).

Berdasarkan latar belakang tersebut,

penulisan makalah ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif tentang perkembangan motorik kasar dan motorik halus, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta strategi efektif dalam menstimulasi kedua aspek motorik tersebut agar perkembangan anak dapat berjalan secara optimal.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Apa Pengertian Perkembangan Motorik ?
2. Bagaimana Motorik Kasar ?
3. Bagaimana Motorik Halus ?
4. Apa Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik ?
5. Bagaimana Stimulasi Perkembangan Motorik Anak?

C. TUJUAN

1. Untuk mengetahui Apa Pengertian Perkembangan Motorik
2. Untuk mengetahui Bagaimana Motorik Kasar
3. Untuk mengetahui Bagaimana Motorik Halus
4. Untuk mengetahui Apa Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik
5. Untuk mengetahui Bagaimana Stimulasi Perkembangan Motorik Anak

BAB II

PEMBAHASAN

A. PENGERTIAN PERKEMBANGAN MOTORIK

Perkembangan motorik merupakan salah satu aspek fundamental dalam pertumbuhan anak yang berperan besar dalam mendukung aktivitas fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Istilah *motorik* sendiri merujuk pada kemampuan tubuh dalam melakukan gerakan melalui koordinasi otot dan sistem saraf. Perkembangan motorik mencakup proses bertahap yang terjadi sejak bayi lahir hingga dewasa, di mana individu belajar menguasai berbagai gerakan tubuh baik secara spontan maupun terstruktur (Papalia & Feldman, 2012).

Menurut Hurlock (2004), perkembangan motorik adalah pertumbuhan dan penyempurnaan fungsi gerak individu yang dipengaruhi oleh kematangan otot, sistem saraf, serta pengalaman dan latihan. Proses ini tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan melalui tahapan-tahapan yang khas dan berurutan. Sebagai contoh, seorang bayi tidak serta-merta bisa berjalan; mereka terlebih dahulu harus menguasai kemampuan berguling, duduk, merangkak, dan berdiri sebelum akhirnya dapat berjalan.

Perkembangan motorik umumnya dapat dibagi menjadi dua kategori besar, yaitu **motorik kasar** dan **motorik halus**.

- **Motorik kasar** mencakup gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan biasanya berkaitan dengan aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan melempar bola. Gerakan ini membantu anak dalam membangun kekuatan tubuh, keseimbangan, dan koordinasi.
- **Motorik halus**, di sisi lain, melibatkan otot-otot kecil seperti jari tangan dan otot wajah, dan berkaitan dengan aktivitas yang lebih detail dan presisi seperti memegang pensil, mengikat tali sepatu, meronce manik-manik, serta menulis (Case-Smith & O'Brien, 2015).

Proses perkembangan motorik dipengaruhi oleh dua faktor utama: **kematangan biologis** dan **lingkungan**. Kematangan sistem saraf pusat dan otot adalah prasyarat penting yang memungkinkan seorang anak menguasai keterampilan tertentu. Namun demikian, pengalaman, stimulasi, dan kesempatan eksplorasi yang diberikan oleh lingkungan juga memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan ini (Santrock, 2011).

Beberapa ahli menyatakan bahwa perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan aspek perkembangan lainnya, seperti perkembangan kognitif dan sosial-emosional. Anak yang aktif secara fisik cenderung lebih percaya diri, mampu berinteraksi lebih baik dengan teman sebaya, dan memiliki keterampilan berpikir yang lebih tajam. Aktivitas motorik yang dilakukan secara rutin tidak hanya melatih keterampilan gerak, tetapi juga merangsang perkembangan otak dan membantu anak dalam memecahkan masalah secara logis (Desmita, 2012).

Dalam dunia pendidikan, pemahaman terhadap perkembangan motorik sangat penting, khususnya pada jenjang pendidikan anak usia dini dan sekolah dasar. Guru dan orang tua diharapkan mampu mengidentifikasi perkembangan motorik anak dan memberikan kegiatan yang sesuai dengan tingkat kemampuan mereka. Kegiatan seperti bermain balok, menyusun puzzle, bermain pasir, menari, hingga olahragaringandapat menjadisarana efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik secara optimal.

Dengan demikian, perkembangan motorik bukan hanya menjadi tolak ukur kesehatan fisik anak, tetapi juga menjadi dasar penting bagi kesiapan belajar dan keberhasilan akademik anak di masa depan.

B. MOTORIK KASAR

Motorik kasar merupakan aspek perkembangan motorik yang berkaitan dengan gerak tubuh besar yang melibatkan koordinasi otot-otot besar seperti lengan, kaki, dan seluruh tubuh. Kemampuan motorik kasar memungkinkan anak untuk melakukan aktivitas fisik seperti duduk, berdiri, berjalan, berlari, melompat, memanjat, menendang, dan melempar. Kemampuan-kemampuan tersebut berkembang seiring bertambahnya usia dan kematangan sistem saraf pusat serta rangsangan dari lingkungan sekitar (Papalia & Feldman, 2012).

Menurut Hurlock (2004), motorik kasar mencerminkan sejauh mana seorang anak dapat mengendalikan gerak tubuhnya secara menyeluruh. Gerakan-gerakan ini biasanya lebih mudah diamatikarenatampak secara fisik dan

merupakan indikator penting dalam memantau pertumbuhan serta perkembangan anak, terutama pada usia dini. Anak yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasar sering kali menunjukkan kesulitan dalam mengikuti aktivitas fisik, yang berdampak pada kepercayaan diri dan partisipasi sosial mereka.

Perkembangan motorik kasar mengikuti prinsip-prinsip perkembangan yang bersifat universal, seperti:

- **Prinsip cephalocaudal**, yaitu perkembangan berlangsung dari kepala ke kaki. Misalnya, bayi belajar mengangkat kepala sebelum bisa duduk, berdiri, dan berjalan.
- **Prinsip proximodistal**, yaitu perkembangan berlangsung dari bagian tubuh yang dekat ke pusat tubuh (tulang belakang) ke bagian yang lebih jauh seperti tangan dan kaki (Santrock, 2011).

Beberapa tahapan penting dalam perkembangan motorik kasar antara lain:

- **Usia 0–1 tahun**: Mengangkat kepala, membalikkan badan, duduk tanpa bantuan, berdiri dengan dukungan.
- **Usia 1–2 tahun**: Berjalan tanpa bantuan, merangkak naik tangga, mulai berlari, melempar bola.
- **Usia 2–3 tahun**: Melompat, menendang bola, berlari lebih stabil, naik-turun tangga.
- **Usia 4–5 tahun**: Melakukan gerakan kompleks seperti menyeimbangkan tubuh, melompat jauh, bersepeda roda tiga, dan melompati rintangan (Case-Smith & O'Brien, 2015).

Motorik kasar tidak hanya penting untuk mendukung aktivitas sehari-hari anak, tetapi juga memainkan peran penting dalam perkembangan fungsi kognitif dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang melibatkan motorik kasar, seperti bermain di luar ruangan, berlari, dan melompat, dapat meningkatkan perhatian, daya ingat, serta keterampilan sosial anak karena interaksi yang terjadi selama bermain kelompok (Desmita, 2012).

Faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan motorik kasar meliputi:

1. **Faktor biologis**: Genetik, status gizi, kesehatan fisik, dan kematangan sistem saraf.
2. **Faktor lingkungan**: Kesempatan untuk bermain aktif, bimbingan dari orang tua atau guru, serta keamanan lingkungan fisik.
3. **Stimulasi**: Anak yang diberi banyak rangsangan dan kesempatan untuk bergerak akan mengembangkan kemampuan motorik kasarnya dengan lebih baik dibandingkan anak yang sering dibatasi aktivitasnya (Mustika & Tanti, 2020).

Dalam konteks pendidikan anak usia dini dan sekolah dasar, penting bagi pendidik untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengembangan

motorik kasar. Kegiatan seperti senam pagi, outbound sederhana, permainan bola, dan aktivitas fisik di luar kelas dapat memberikan stimulasi yang bermanfaat. Selain itu, evaluasi perkembangan motorik kasar juga perlu dilakukan secara berkala untuk mendeteksi adanya keterlambatan atau gangguan perkembangan.

Kesimpulannya, motorik kasar adalah fondasi penting yang mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial anak. Melalui aktivitas motorik kasar yang bervariasi dan menyenangkan, anak dapat membangun tubuh yang sehat, keterampilan koordinasi yang baik, serta rasa percaya diri yang tinggi dalam berinteraksi dengan lingkungan.

C. MOTORIK HALUS

Motorik halus adalah kemampuan menggerakkan dan mengontrol otot-otot kecil dalam tubuh, terutama yang terdapat di jarangan dan pergelangan tangan, yang digunakan dalam aktivitas-aktivitas yang menuntut koordinasi, ketelitian, dan presisi. Keterampilan ini memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari anak, seperti saat menggenggam benda, mengancingkan baju, menyusun balok, menulis, menggunting, hingga mengikat tali sepatu (Case-Smith & O'Brien, 2015).

Motorik halus tidak berkembang secara tiba-tiba, melainkan melalui proses bertahap yang dipengaruhi oleh kematangan saraf motorik, pengalaman, serta latihan yang konsisten. Menurut Papalia dan Feldman (2012), perkembangan motorik halus berkaitan erat dengan perkembangan sistem neuromuskular serta integrasi antara indera penglihatan dan kontrol gerakan otot. Dengan kata lain, motorik halus juga membutuhkan koordinasi antara mata dan tangan (*eye-hand coordination*).

Contoh Perilaku Motorik Halus Berdasarkan Usia

1. **Usia 0–1 tahun:** Bayi mulai dapat menggenggam benda dengan telapak tangan, meraih benda di sekitarnya, dan menggunakan ibu jari serta jari telunjuk untuk mengambil benda kecil (gerakan “pinset”).
2. **Usia 2–3 tahun:** Anak mulai dapat memegang pensil atau krayon dengan benar, menggambar garis lurus, serta memasukkan benda kecil ke dalam wadah.
3. **Usia 4–5 tahun:** Anak mampu menggunting pola sederhana, menulis huruf, meronce manik-manik, dan mengancingkan pakaian secara mandiri (Hurlock, 2004).

Pentingnya Motorik Halus dalam Perkembangan Anak

Motorik halus memiliki hubungan yang erat dengan kesiapan belajar akademik anak, terutama di masa pra-sekolah dan sekolah dasar. Anak yang tidak menguasai keterampilan

motorik halus dengan baik cenderung mengalami kesulitan dalam kegiatan seperti menulis, menggambar, atau memegang alat tulis dalam waktu lama. Hal ini dapat memengaruhi kepercayaan diri dan motivasi belajar anak di sekolah (Desmita, 2012).

Di samping itu, penguasaan motorik halus juga berkaitan dengan kemandirian anak dalam melakukan aktivitas harian. Anak yang mampu menggunakan tangan dengan terampil akan lebih cepat mandiri dalam berpakaian, makan, dan merawat diri.

Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Halus

Perkembangan motorik halus dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

1. Kematangan sistem saraf dan otot

Seperti perkembangan motorik kasar, sistem neuromuskular yang matang sangat penting untuk kontrol gerakan halus.

2. Stimulasi dan Latihan

Semakin sering anak dilatih untuk melakukan aktivitas yang menstimulasi otot halus, seperti menggambar, menyusun puzzle, atau meronce, maka semakin cepat keterampilan ini berkembang (Santrock, 2011).

3. Lingkungan dan alat bantu

Anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang kaya stimulasi motorik dan dilengkapi dengan alat bantu permainan edukatif cenderung memiliki perkembangan motorik halus yang lebih baik.

4. Nutrisi dan kesehatan umum

Asupan gizi yang baik akan mendukung perkembangan otak dan otot. Anak yang kekurangan gizi atau mengalami gangguan kesehatan cenderung mengalami hambatan dalam perkembangan motorik.

Strategi Pengembangan Motorik Halus

Untuk mendukung perkembangan motorik halus secara optimal, orang tua dan guru dapat menerapkan berbagai strategi berikut:

- Memberikan permainan yang merangsang keterampilan tangan seperti plastisin, balok, puzzle, dan kertas lipat.
- Mendorong anak untuk menggambar, menulis, dan mewarnai sesuai keinginan.
- Mengajarkan aktivitas harian seperti mengancingkan baju, memakai sepatu, menyendok makanan, atau membuka tutup botol.

- Menghindari pemberian gadget berlebihan karena penggunaan layarnya secara pasif tidak menstimulasi gerakan secara aktif (Mustika & Tanti, 2020).

Motorik halus merupakan aspek penting dalam perkembangan anak yang berpengaruh terhadap kemampuan akademik, kemandirian, dan kesiapan sosial. Melalui stimulasi yang tepat dan lingkungan yang mendukung, anak dapat mengembangkan keterampilan motorik halus secara optimal. Oleh karena itu, guru dan orang tua diharapkan aktif dalam memberikan kesempatan kepada anak untuk melatih gerakan halus melalui berbagai aktivitas kreatif dan menyenangkan.

D. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERKEMBANGAN MOTORIK

Perkembangan motorik, baik kasar maupun halus, merupakan proses yang kompleks dan tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis semata. Berbagai faktor saling berinteraksi dalam membentuk kemampuan motorik anak secara optimal. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini penting agar orang tua, guru, dan tenaga medis dapat memberikan stimulasi yang sesuai dan mendeteksi hambatan perkembangan sejak dini.

1. Faktor Genetik dan Biologis

Faktor biologis mencakup warisan genetik, kondisi neurologis, dan struktur tubuh anak. Anak yang sehat secara fisik dan tidak memiliki kelainan sistem saraf umumnya menunjukkan perkembangan motorik yang sesuai tahap usianya. Misalnya, gangguan seperti cerebral palsy, spina bifida, atau kelainan otot dapat menyebabkan keterlambatan atau hambatan signifikan dalam keterampilan motorik (Papalia & Feldman, 2012).

Selain itu, jenis kelamin juga memengaruhi kecepatan perkembangan motorik. Secara umum, anak laki-laki cenderung lebih unggul dalam keterampilan motorik kasar seperti berlari dan melompat, sedangkan anak perempuan cenderung lebih baik dalam keterampilan motorik halus seperti menggambar dan meronce (Santrock, 2011).

2. Kematangan Sistem Saraf dan Otot

Perkembangan motorik dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf pusat dan otot. Mielinisasi serabut saraf, yaitu proses pembentukan lapisan pelindung pada sel saraf, memungkinkan sinyal motorik disampaikan dengan cepat dan efisien ke otot-otot tubuh. Tanpa kematangan sistem saraf ini, anak akan mengalami kesulitan dalam mengontrol gerak tubuhnya secara tepat dan terkoordinasi (Case-Smith & O'Brien, 2015).

3. Nutrisi dan Kesehatan Fisik

Nutrisi yang cukup dan seimbang sangat krusial dalam mendukung pertumbuhan otot, tulang, dan otak. Kekurangan zat gizi penting seperti protein, zat besi, dan asam lemak omega-3 dapat menghambat pertumbuhan dan keterampilan motorik anak (Suyadi & Maulidya, 2013). Demikian pula, anak-anak yang sering sakit atau mengalami infeksi kronis dapat mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik karena tubuh mereka berfokus pada pemulihan, bukan perkembangan.

4. Lingkungan Fisik dan Sosial

Lingkungan tempat anak tumbuh memiliki peran besar dalam menstimulasi keterampilan motorik. Anak-anak yang tinggal di lingkungan yang aman, luas, dan kaya akan stimulasi motorik seperti taman bermain, permainan konstruktif, dan alat bantu edukatif cenderung memiliki perkembangan motorik yang lebih baik (Desmita, 2012). Interaksi sosial dengan teman sebaya juga memperkaya pengalaman gerakan anak dan mendorong aktivitas fisik yang bervariasi.

5. Stimulasi dan Latihan

Anak-anak yang mendapat stimulasi dan latihan secara konsisten sejak dini menunjukkan perkembangan motorik yang lebih cepat dan terkoordinasi. Aktivitas seperti bermain bola, bersepeda, menggambar, bermain puzzle, dan kegiatan prakarya mampu memperkuat otot-otot motorik serta melatih koordinasi tubuh anak (Hurlock, 2004). Sebaliknya, anak-anak yang terlalu banyak terpapar gadget atau tidak mendapat cukup waktu bermain aktif cenderung memiliki perkembangan motorik yang lambat.

6. Peran Orang Tua dan Guru

Orang tua dan guru merupakan fasilitator utama dalam perkembangan motorik anak. Pola asuh yang suportif dan responsif terhadap kebutuhan anak akan gerak sangat membantu perkembangan motorik. Guru di PAUD atau SD perlu menyediakan aktivitas fisik yang bervariasi dan menyenangkan, serta memberikan umpan balik positif terhadap usaha anak (Mustika & Tanti, 2020).

7. Budaya dan Tradisi

Budaya setempat juga mempengaruhi perkembangan motorik. Dalam beberapa budaya, anak-anak lebih banyak diajarkan aktivitas fisik sejak usia dini, sementara dalam budaya lain, anak lebih diarahkan pada aktivitas kognitif dan sosial. Hal ini bisa memengaruhi jenis dan kecepatan keterampilan motorik yang dikuasai (Papalia & Feldman, 2012).

Perkembangan motorik anak tidak hanya bergantung pada faktor bawaan, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh lingkungan, nutrisi, stimulasi, dan interaksi sosial. Oleh karena itu, upaya untuk mengoptimalkan perkembangan motorik harus dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Orang tua dan guru hendaknya bekerjasama menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberikan kesempatan bagi anak untuk aktif bergerak serta mengasah keterampilan yang ada.

E. STIMULASI PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK

Stimulasi perkembangan motorik adalah upaya sadar dan sistematis untuk merangsang kemampuan gerakan anak sesuai dengan tahap perkembangannya. Stimulasi ini sangat penting karena pada usia dini, otak anak berkembang sangat pesat, dan sinapsis-sinapsis baru terbentuk seiring dengan pengalaman fisik yang mereka peroleh melalui aktivitas motorik (Papalia & Feldman, 2012).

1. Pentingnya Stimulasi dalam Perkembangan Motorik

Tanpa stimulasi yang cukup, perkembangan motorik anak bisa terhambat meskipun kondisinya biologis normal. Anak membutuhkan lingkungan yang memungkinkan ia bereksplorasi dan bergerak aktif. Gerakan bukan hanya tentang aktivitas fisik, tetapi juga berdampak pada kognisi, emosional, dan sosial anak. Misalnya, saat anak belajar meraih benda, ia tidak hanya melatih otot-otot kecilnya tetapi juga memperkuat koordinasi mata-tangan dan konsentrasi (Case-Smith & O'Brien, 2015).

2. Jenis Stimulasi Motorik Berdasarkan Usia

a. Stimulasi Usia 0–12 Bulan

Pada masa ini, fokus stimulasi adalah pada gerakan refleks dan keterampilan dasar seperti tengkurap, merangkak, duduk, dan berdiri. Orang tua dapat memberikan mainan berwarna mencolok di depan bayi, mengajak bayi tengkurap, atau memberikan kesempatan untuk menendang bebaskan pada bedong. Ini akan melatih kekuatan otot-otot besar (motorik kasar).

b. Stimulasi Usia 1–3 Tahun

Anak mulai berjalan dan mengeksplorasi lingkungan. Stimulasi motorik kasar dapat diberikan melalui permainan fisik seperti berjalan, melompat, memanjat, atau bermain bola. Untuk motorik halus, dapat diberikan kegiatan seperti mencoret-coret, memasukkan benda ke dalam lubang, dan memindahkan benda kecil dari satu tempat ke tempat lain.

c. Stimulasi Usia 4–6 Tahun

Pada usianya, anak memiliki keseimbangan yang lebih baik dan mulai bisa melakukan aktivitas motorik kompleks seperti naik sepeda roda tiga, bermain kejar-kejaran, dan menari. Untuk motorik halus, anak dapat distimulasi dengan aktivitas melipat kertas, menggunting pola, mengikat tali sepatu, atau membuat karya sederhana (Desmita, 2012).

3. Bentuk-Bentuk Stimulasi Motorik

a. Stimulasi Motorik Kasar

Motorik kasar berhubungan dengan gerak tubuh besar seperti berjalan, melompat, menendang, dan berlari. Stimulasi dapat diberikan melalui:

- Bermain lompat tali
- Bermain bola (menendang, menangkap)
- Berjalan di garis lurus
- Bermain perosotan atau jungkat-jungkit
- Aktivitas senam atau tari anak

b. Stimulasi Motorik Halus

Motorik halus melibatkan koordinasi antara mata dan tangan serta kekuatan otot-otot kecil. Bentuk stimulasi yang efektif:

- Meronce manik-manik
- Menggambar dan mewarnai
- Bermain dengan plastisin atau lilin mainan
- Menyusun puzzle
- Menggunting dan melipat kertas

4. Prinsip Memberikan Stimulasi

Beberapa prinsip yang perlu diperhatikan dalam memberikan stimulasi perkembangan motorik anak:

- **Menyesuaikan dengan usia dan kemampuan anak** agar tidak terlalu mudah atau terlalu sulit.

- **Memberikan kegiatan yang menyenangkan dan tidak memaksa,** karena anak belajar lebih efektif saat merasa senang.
- **Konsistensi dan pengulangan** agar keterampilan motorik berkembang secara bertahap.
- **Lingkungan yang aman,** karena anak perlu bereksplorasi tanpa risiko cedera yang berbahaya (Mustika & Tanti, 2020).

5. Peran Orang Tua dan Guru dalam Stimulasi

Orang tua dan guru adalah figur kunci dalam memberikan stimulasi perkembangan motorik. Mereka harus:

- Memberikan ruang dan waktu yang cukup untuk bermain aktif.
- Menyediakan alat bantu yang sederhana tapi edukatif.
- Mengamati perkembangan anak dan segera mencari bantuan ahli jika ada keterlambatan yang signifikan.
- Berpartisipasi langsung dalam kegiatan fisik anak sehingga menambah motivasi dan mempererat hubungan emosional (Santrock, 2011).

Stimulasi motorik merupakan bagian tak terpisahkan dari perkembangan anak usia dini. Tanpa stimulasi yang tepat dan berkelanjutan, potensi motorik anak bisa terhambat. Oleh karena itu, penting bagi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk menciptakan suasana yang kaya akan aktivitas gerak dan eksplorasi guna menunjang perkembangan motorik kasar dan halus anak secara optimal.

BAB III PENUTUP

A. KESIMPULAN

Perkembangan motorik anak merupakan bagian penting dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan secara menyeluruh. Motorik dibedakan menjadi dua, yaitu motorik kasar yang berkaitan dengan gerakan otot-otot besar dan motorik halus yang melibatkan koordinasi otot-otot kecil serta kemampuan sensorik.

Kedua aspek ini berkembang secara bertahap dan saling berkaitan dalam membentuk kemampuan anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

Stimulasi yang tepat dan berkelanjutan sangat dibutuhkan dalam mendukung perkembangan motorik anak. Stimulasi ini sebaiknya diberikan sesuai usia dan tahapan perkembangan anak, baik oleh orang

tua, guru, maupun lingkungan sosial lainnya. Permainan aktif, eksplorasi gerak, serta aktivitas yang menyenangkan menjadikan sarana terbaik dalam menumbuhkan keterampilan motorik kasar dan halus.

Selain itu, perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor genetik, gizi, kesehatan, lingkungan, dan pola pengasuhan. Oleh karena itu, kolaborasi antar keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat penting dalam menciptakan kondisi yang optimal bagi perkembangan anak.

Secara keseluruhan, pemahaman yang mendalam tentang perkembangan motorik serta pentingnya stimulasi akan membantu mengoptimalkan potensi anak sejak usia dini, baik secara fisik, kognitif, sosial, maupun emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N. (2021). *Perkembangan Motorik Anak Usia Dini: Pengertian, Jenis, dan Contoh*. Retrieved from <https://www.haibunda.com/parenting/20211022131541-61-257070/perkembangan-motorik-anak-usia-dini-pengertian-jenis-dan-contoh>
- Hidayati, N. (2020). *Perbedaan Motorik Halus dan Kasar Anak Usia Dini dan Cara Menstimulasinya*. Retrieved from <https://www.orami.co.id/magazine/perbedaan-motorik-halus-dan-kasar>
- Kemendikbud. (2016). *Pedoman Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id>

Mufidah, U. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Anak*. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/351413066_Faktor-Faktor_yang_Mempengaruhi_Perkembangan_Motorik_Anak

Rizki, A. D. (2022). *Cara Menstimulasi Motorik Halus dan Kasar Anak Usia Dini di Rumah*. Retrieved from <https://www.ibudanbalita.com/artikel/cara-menstimulasi-motorik-halus-dan-kasar-anak-di-rumah>

Sari, D. P. (2023). *Peran Orang Tua dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Anak*. Retrieved from <https://paud.kemdikbud.go.id/read/peran-orang-tua-dalam-menstimulasi-perkembangan-motorik-anak>