

# Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik Kelas Rendah Usia 9-12 Tahun SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang

Muhammad Fahmi Adha, Lokananta Teguh Hari Wiguno\*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: lokananta.teguh.fik@um.ac.id

Paper received: 4-4-2022; revised: 18-4-2022; accepted: 25-4-2022

## Abstract

Motor growth and development is the most important part of a child's development. The main problem obtained from the results of observations and interviews in elementary schools in cluster 5, Klojen Malang District, is that not all schools have complete facilities to support student motor growth and development. The purpose of this study was to find out and obtain information about the growth and motor development of low grade children aged 9-12 years. This research method is descriptive qualitative with data collection techniques using *interviews* (interviews), *questionnaires*, observations *test of gross motor development*, and documentation. The results of data analysis in the form of measurements of BMI (body mass index), namely male and female students are included in the normal category. Leg length measurements for men and women are included in the short category. Qualitative data were obtained from gross motor and fine motor measurements. In the form of agility tests, male and female students both have good criteria. The coordination test of male and female students both had moderate criteria. Balance tests, the average boys and girls have less criteria sekali. Research conclusion is students' physical growth and motor development of lower-grade students aged 9-12 years showed normal category.

**Keywords:** growth; motor development; low class

## Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan motorik merupakan bagian terpenting dalam perkembangan anak. Masalah utama yang didapatkan dari hasil observasi dan wawancara di Sekolah Dasar se-gugus 5 Kecamatan Klojen Malang yaitu tidak semua sekolah memiliki fasilitas yang lengkap untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memperoleh informasi mengenai pertumbuhan dan perkembangan motorik anak kelas rendah usia 9-12 tahun. Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan Teknik pengumpulan data menggunakan *interview* (wawancara), *kuesioner*, observasi *test of gross motor development*, dan dokumentasi. Hasil analisis data berupa pengukuran IMT (indeks masa tubuh) yaitu siswa laki-laki dan perempuan termasuk kategori normal. Pengukuran panjang tungkai untuk laki-laki dan perempuan termasuk kategori pendek. Data kualitatif diperoleh dari pengukuran motorik kasar dan motorik halus. Berupa tes kelincahan, peserta didik laki-laki dan perempuan keduanya memiliki kriteria baik. Tes koordinasi siswa laki-laki dan perempuan keduanya memiliki kriteria sedang. Tes keseimbangan, rata-rata siswa laki-laki dan perempuan memiliki kriteria kurang sekali. Kesimpulan penelitian adalah pertumbuhan fisik siswa serta perkembangan motorik siswa kelas rendah usia 9-12 tahun menunjukkan kategori normal.

**Kata kunci:** pertumbuhan; perkembangan motoric; kelas rendah

## 1. Pendahuluan

Pertumbuhan dan perkembangan adalah hal mutlak yang dialami oleh manusia secara umum dan saling berkaitan satu sama lain tidak dapat terpisahkan, Pada masa anak-anak proses pembentukan sistem motorik berlangsung dengan baik (Lubans, Morgan, Cliff, Barnett, & Okely, 2010). Pada fase ini juga terjadi peningkatan jasmani secara cepat baik anak laki-laki ataupun perempuan (Supriadi, 2019), dijelaskan juga bahwasanya keterampilan bergerak

bertambah cepat, mulai dari gerakan otot besar, otot kecil, dan koordinasi. Otot, saraf, dan susunan kerangka tubuh pun menuju kematangan (Goodway & Branta, 2003). Pertumbuhan merupakan proses penambahan ukuran baik fisik maupun struktur dalam tubuh dikarenakan adanya perbanyakan jumlah sel tubuh karena bertambah besarnya sel, jaringan, organ dan sistem organ, perkembangan sendiri adalah terjadinya penambahan ukuran struktur dan peningkatan kemampuan individu menjadi lebih kompleks lagi dari proses pembedaan organ, jaringan dan sel (Badali, Mulyani, & Zainab, 2013).

Pertumbuhan dan perkembangan motorik anak memiliki banyak faktor yang mempengaruhi karena hal itu termasuk sesuatu yang kompleks, salah satunya yaitu bawaan dari pengalaman yang anak dapatkan dari lingkungan sekitar. Ketika lingkungan sekitar mendukung maka pertumbuhan dan perkembangan motorik anak akan berkembang maksimal. Lingkungan sekitar yang dimaksudkan yaitu fasilitas dan peralatan olahraga yang ada di sekolah (bola, net, tempat voli, dll), sarana prasarana yang disediakan oleh pihak sekolah (Rachmadyana, 2017). Guru memiliki peran penting yaitu dimana guru dapat menciptakan sebuah aktivitas fisik yang menyenangkan untuk melatih kemampuan motorik kasar anak (Festiawan, Ngadiman, Kusuma, Nurcahyo, & Kusnandar, 2019). Bentuk aktivitas fisik yang menyenangkan dan dapat melatih kemampuan motorik kasar anak adalah permainan tradisional (Kamaludin, Ngadiman, Festiawan, Kusuma, & Febriani, 2020).

Pertumbuhan fisik anak dan perkembangan motoriknya saling berkaitan satu sama lain. Pengertian motorik adalah pengendalian aktivitas anak yang dihubungkan dengan sistem kerja otot, saraf dan otak. Pengertian motorik kasar secara sederhana adalah penggunaan otot-otot besar dalam aktivitas yang dipengaruhi oleh kondisi fisik setiap individu, sedangkan motorik halus merupakan tindakan yang dilakukan menggunakan otot halus dan biasanya kemampuan motorik halus dipengaruhi kebiasaan dan latihan yang rutin (Pura & Asnawati, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan bulan September 2019 diketahui bahwa keadaan di Sekolah Dasar Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang yaitu SDN Bareng 1,2,3,4,5, SDN Gading Kasri dan SDK Santa Maria memperlihatkan bahwa tidak semua sekolah memiliki fasilitas yang lengkap untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa, seperti fasilitas pada SD Negeri Bareng 5 yang dirasa tidak bisa memenuhi kebutuhan siswa sehingga pembelajaran menjadi tidak maksimal. SDN Bareng 5 hanya memiliki satu bola basket, sehingga peserta didik harus bergantian ketika pembelajaran olahraga, karena keterbatasan waktu dan tenaga bahkan ada beberapa siswa yang tidak memiliki waktu cukup untuk melatih perkembangan motorik dikarenakan harus pergantian jam untuk mata pelajaran berikutnya.

Keadaan yang demikian akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan motorik peserta didik. Sedangkan kebutuhan anak terkait perkembangan gerak sangat penting. Perkembangan motorik kasar anak dapat dilakukan dengan cara sering mengajak anak bermain melakukan aktivitas gerak yang sedikit intensif (Van Capelle, Broderick, van Doorn, E.Ward, & Parmenter, 2017), sehingga ketika fasilitas sekolah memadai dan anak memiliki motivasi yang tinggi dalam pembelajaran olahraga besar harapannya bahwa peserta didik akan mempunyai keahlian yang sangat bermanfaat untuk adaptasi dalam kehidupan sehari-hari. Pertumbuhan dan perkembangan motorik sangat penting untuk anak usia dini dikarenakan pada usia anak sekolah dasar kemampuan motorik akan sering dilakukan baik saat jam pelajaran maupun tidak (Murti, 2018).

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena pada kelas rendah unsur-unsur motorik lebih sering dilakukan untuk meningkatkan aspek kehidupan anak. Perkembangan motorik anak sangat penting untuk diperhatikan, terjadinya keterlambatan perkembangan akan menimbulkan terjadi resiko masalah terkait kesehatan anak di masa yang akan datang, sehingga perlu adanya dorongan kepada anak untuk berpartisipasi active dalam kegiatan aktivitas fisik (Lubans et al., 2010).

## 2. Metode

Jenis penelitian ini termasuk penelitian deskriptif kualitatif dan kuantitatif yang bertujuan untuk mendefinisikan kejadian-kejadian yang ada. Subjek penelitian adalah siswa kelas rendah usia 9-12 tahun di SD se Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang dengan jumlah total 200 anak, yaitu SDN Bareng 1,2,3,4,5, SDN Gading Kasri, dan SDK Santa Maria. Variabel penelitian ini adalah pertumbuhan dan perkembangan motorik. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah 1) Observasi langsung, 2) dokumentasi. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu 1) instrumen pengukuran pertumbuhan fisik, 2) instrumen pengukuran perkembangan motorik Test of Gross Motor Development yaitu mengukur kelincahan, keseimbangan dan koordinasi. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data melalui analisis deskriptif kualitatif dan kuantitatif yang kemudian didefinisikan. Teknik analisis data yang digunakan berupa pengukuran tendensi sentral/kecenderungan memusat terhadap data. Tendensi sentral merupakan pengukuran nilai rata-rata dari beberapa data yang berupa angka yang umumnya mempunyai kecenderungan berada di sekitar titik pusat penyebaran data angka. Ada tiga yang diulas dalam penelitian ini, yaitu nilai mean, nilai minimal dan nilai maksimal dengan bantuan kalkulator science dan Microsoft Excel dengan memasukkan data dan menghitung data. Kemudian, data dianalisis dengan menggunakan analisis data kualitatif model interaktif, yaitu (1) reduksi data (2) penyajian data dan (3) kesimpulan/ verifikasi.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Data yang digunakan untuk melakukan analisis data adalah pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa laki-laki dan perempuan kelas rendah SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang, dimana pertumbuhan terdiri dari berat badan, tinggi badan dan panjang tungkai. Perkembangan terdiri dari kelincahan, koordinasi dan keseimbangan.

**Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian Siswa Laki-laki**

Ukuran Tendensi Sentral	Laki-laki					
	Pertumbuhan Fisik			Perkembangan Motorik Kasar		
	BB	TB	PT	Kelincahan	Koordinasi	Keseimbangan
Min	22	124	68	10,23	3	0,20
Maks	46	163	98	16,37	20	5,32
Mean	31,79	137,47	78,89	12,28	12,49	2,83

Berdasarkan sajian data deskripsi pertumbuhan fisik siswa laki-laki kelas rendah SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang berjumlah 105 siswa. Berat badan diperoleh rata-rata hitung 31,79, skor minimal 22,0 kg dan skor maksimal 46 kg. Tinggi badan diperoleh rata-rata hitung 137,47, skor minimal 124 cm, dan skor maksimal 163 cm. Panjang tungkai diperoleh rata-rata hitung 78,89, skor minimal 68 cm, dan skor maksimal 98 cm.

Berdasarkan sajian data deskripsi perkembangan motorik kasar siswa laki-laki kelas rendah SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang berjumlah 105 siswa. Kelincahan diperoleh rata-rata hitung 12,28, skor minimal 10,23 detik dan skor maksimal 16,37 detik. Koordinasi diperoleh rata-rata hitung 12,49, skor minimal 3 tangkapan, dan skor maksimal 20 tangkapan. Keseimbangan diperoleh rata-rata hitung 2,83, skor minimal 0,20 menit, dan skor maksimal 5,32 menit.

**Tabel 2. Deskripsi Data Penelitian Siswa Perempuan**

Ukuran Tendensi Sentral	Perempuan					
	Pertumbuhan Fisik			Perkembangan Motorik Kasar		
	BB	TB	PT	Kelincahan	Koordinasi	Keseimbangan
Minimal	18	120	70	10,62	2	0,36
Maksimal	61	163	94	16,83	20	4,51
Mean	31,7	136,95	81,03	12,88	9,74	2,29

Berdasarkan sajian data deskripsi pertumbuhan fisik siswa perempuan kelas rendah SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang berjumlah 105 siswa. Berat badan diperoleh rata-rata hitung 31,7, skor minimal 18 kg dan skor maksimal 61 kg. Tinggi badan diperoleh rata-rata hitung 136,95, skor minimal 120 cm, dan skor maksimal 163 cm. Panjang tungkai diperoleh rata-rata hitung 81,03, skor minimal 70 cm, dan skor maksimal 94 cm.

Berdasarkan sajian data deskripsi perkembangan motorik kasar siswa perempuan kelas rendah SD Se-Gugus 05 Kecamatan Klojen Kota Malang berjumlah 105 siswa. Kelincahan diperoleh rata-rata hitung 12,88, skor minimal 10,62 detik dan skor maksimal 16,83 detik. Koordinasi diperoleh rata-rata hitung 9,74, skor minimal 2 tangkapan, dan skor maksimal 20 tangkapan. Keseimbangan diperoleh rata-rata hitung 2,29, skor minimal 0,36 menit, dan skor maksimal 4,51 menit.

Berikut adalah deskripsi data pertumbuhan fisik siswa laki-laki dan perempuan ditinjau dari indeks massa tubuh (IMT).

**Tabel 3. Deskripsi Data Penelitian IMT**

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean IMT	Minimal	Maks.
Laki-laki	<13,79	Kurang	1	1%	16,75 kg	13,72 kg	23,53 kg
	13,8-21,0	Normal	98	93,3%			
	21,1>	Lebih	6	5,7%			
	Jumlah		105	100,0%			
Perempuan	<13,49	Kurang	6	5,7%	16,64 kg	12,21 kg	26,58 kg
	13,5-21,5	Normal	90	85,7%			
	21,6>	Lebih	9	8,6%			
	Jumlah		105	100,0%			

Indeks masa tubuh pada kategori kurang terdapat 6 siswa laki-laki dan perempuan, pada kategori indeks masa tubuh normal sebanyak 98 siswa laki-laki dan 90 siswa perempuan, dan untuk IMT dengan kategori lebih terdapat 6 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan, kemudian terdapat 9 siswa perempuan dan 6 laki-laki pada indeks masa tubuh lebih. Pada skor indeks masa tubuh siswa laki-laki terendah dengan skor 13,72 dan tertinggi pada 23,52, dengan rata-

rata nilai indeks masa tubuh sebesar 16,75. Sedangkan untuk perempuan skor terendah pada nilai 12,21 dan tertinggi mencapai 26,58 dengan rata-rata skor 16,64.

Pertumbuhan fisik dilihat dari pengukuran Panjang tungkai siswa, berikut adalah deskripsi data pertumbuhan fisik siswa.

**Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian Panjang Tungkai**

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean Panjang Tungkai	Minimal	Maksimal
Laki-laki	83-98	Panjang	22	21%	78,89 cm	68 cm	98 cm
	68-82	Pendek	83	79%			
	Jumlah		105	100%			
Perempuan	82-94	Panjang	45	42,9%	81,03 cm	70 cm	94 cm
	70-81	Pendek	60	57,1%			
	Jumlah		105	100,0%			

Berdasarkan hasil pengukuran Panjang tungkai yang telah dilakukan sebanyak 22 siswa termasuk dalam kategori “Panjang”. Pada kategori “pendek” terdapat 88 siswa, dengan nilai skor terendah panjang tungkai adalah 68 dan terpanjang 98 dengan rata-rata panjang tungkai mencapai 78.89cm. Pada siswa perempuan terdapat 45 siswa masuk pada kategori Panjang” dan pada kategori pendek” sebanyak 60 siswa dengan rata-rata panjang tungkai siswa perempuan mencapai 81,03 cm, sedangkan untuk skor terendah terkait panjang tungkai siswa perempuan sebesar 70 dan skor tertinggi sebesar 94.

Berikut adalah deskripsi data perkembangan motorik siswa laki-laki dan perempuan ditinjau dari kelincahan.

**Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian Kelincahan**

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean Kelincahan
Laki-laki	<12,10	Baik Sekali	48	45,7%	12,28 detik
	12,11-13,53	Baik	39	37,1%	
	13,54-14,96	Cukup	12	11,4%	
	14,97-16,39	Kurang	3	2,9%	
	16,40>	Kurang Sekali	3	2,9%	
Jumlah			105	100,0%	
Perempuan	<12,42	Baik Sekali	39	37,1%	12,88 detik
	12,43-14,09	Baik	53	50,5%	
	14,10-15,74	Cukup	9	8,6%	
	15,75-17,39	Kurang	4	3,8%	
	17,40>	Kurang Sekali	0	0	
Jumlah			105	100,0%	

Berdasarkan hasil pengukuran kelincahan yang telah dilakukan sebanyak 48 siswa termasuk dalam kategori “Baik sekali”. Pada kategori “Baik” terdapat 39 siswa, dan pada kategori “cukup” terdapat 12 siswa, 3 siswa memiliki kelincahan kurang dan kurang sekali.

Sliswa putra membutuhkan waktu dengan rata-rata selama 12,28 detik pada tes kelincahan yang termasuk pada kategori “baik”. Hasil berbeda di peroleh pada siswa perempuan yaitu terdapat 39 siswa masuk ke dalam kategori “Baik sekali” dan sebanyak 53 siswa perempuan terdapat pada kategori kelincahan “Baik”, sedangkan pada kategori “cukup” sebanyak 9 siswa dan hanya 4 siswa yang masuk pada kategori “kurang sekali”. Pada siswa perempuan rata-rata skor dari tes kelincahan diperoleh sebesar 12,88 detik sehingga masuk ke dalam kategori “baik”.

Berikut adalah deskripsi data perkembangan motorik siswa laki-laki dan perempuan ditinjau dari koordinasi.

**Tabel 6. Deskripsi Data Penelitian Koordinasi**

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean Koordinasi
Laki-laki	17-20	Baik Sekali	36	34,3%	12,49 tangkapan
	13-16	Baik	19	18,1%	
	9-12	Sedang	14	13,3%	
	5-8	Kurang	27	25,7%	
	0-4	Kurang Sekali	9	8,6%	
	Jumlah		105	100,0%	
Perempuan	17-20	Baik Sekali	13	12,4%	9,74 tangkapan
	13-16	Baik	18	17,1%	
	9-12	Sedang	22	21,0%	
	5-8	Kurang	36	34,3%	
	0-4	Kurang Sekali	16	15,2%	
	Jumlah		105	100,0%	

Dari tabel laki-laki diatas diperoleh keterangan 36 siswa memiliki koordinasi dengan kategori baik sekali, 19 siswa memiliki koordinasi dengan kategori baik, 14 siswa memiliki koordinasi sedang, 27 siswa memiliki koordinasi kurang dan 9 siswa memiliki koordinasi kurang sekali. Rata-rata tangkapan yang siswa dalam melakukan tes koordinasi adalah 12,49 tangkapan dan memiliki kriteria baik. Sedangkan dari tabel perempuan diatas diperoleh keterangan 13 siswa memiliki koordinasi dengan kategori baik sekali, 18 siswa memiliki koordinasi dengan kategori baik, 22 siswa memiliki koordinasi sedang, 36 siswa memiliki koordinasi kurang dan 16 siswa memiliki koordinasi kurang sekali. Rata-rata tangkapan yang siswa dalam melakukan tes koordinasi adalah 9,74 tangkapan dan memiliki kriteria sedang.

Berikut adalah deskripsi data perkembangan motorik siswa laki-laki dan perempuan ditinjau dari keseimbangan.

**Tabel 7. Deskripsi Data Penelitian Keseimbangan**

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean Koordinasi
Laki-laki	51>	Baik Sekali	0	0%	2,83 menit
	37-50,9	Baik	0	0%	
	15-36,9	Sedang	0	0%	
	5-14,9	Kurang	4	3,8%	
	0-4,9	Kurang Sekali	101	96,2%	
	Jumlah		105	100,0%	

Jenis Kelamin	Interval Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentasi	Mean Koordinasi
Perempuan	28>	Baik Sekali	0	12,4%	2,29 menit
	23-27,9	Baik	0	17,1%	
	8-22,9	Sedang	0	21,0%	
	3-7,9	Kurang	33	34,3%	
	0-2,9	Kurang Sekali	72	15,2%	
	Jumlah		105	100,0%	

Dari tabel laki-laki diatas diperoleh keterangan 4 siswa memiliki keseimbangan dengan kategori kurang dan 101 siswa memiliki keseimbangan dengan kategori kurang sekali. Rata-rata waktu yang dibutuhkan oleh siswa dalam melakukan tes keseimbangan adalah 2,83 menit dan memiliki kriteria kurang sekali. Sedangkan dari tabel perempuan diatas diperoleh keterangan 33 siswa memiliki keseimbangan dengan kategori kurang dan 72 siswa memiliki keseimbangan dengan kategori kurang sekali. Rata-rata waktu yang dibutuhkan oleh siswa dalam melakukan tes keseimbangan adalah 2,29 menit memiliki kriteria kurang sekali.

### 3.1. Pertumbuhan Fisik dilihat dari Indeks Massa Tubuh (IMT)

Kondisi status pertumbuhan dapat dipengaruhi dengan beberapa faktor antara lain adalah tingkat sosial ekonomi keluarga, tingkat pengetahuan tentang kesehatan orang tua, dan dan posisi anak dalam keluarga. Dalam upaya pertumbuhan anak dengan baik posisi orang tua sangat central seperti orang tua harus bisa memfasilitasi kebutuhan anak seperti pemberian nutrisi. Nutrisi merupakan salah satu unsur yang esensial dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Nutrisi menjadi keperluan individu untuk tumbuh dan berkembang selama masa pertumbuhannya. Terdapat beberapa nutrisi yang harus terpenuhi dalam masa tumbuh kembang individu, yaitu protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan air. Pertumbuhan dan perkembangan bisa terhambat jika asupan nutrisi kurang terpenuhi (Khulafa'ur Rosidah & Harsiwi, 2019). Penelitian (Anggraeni, 2012) tentang hubungan status gizi dan prestasi belajar menyatakan bahwa gangguan pertumbuhan akan mempengaruhi prestasi belajar dan masa depan peserta didik. Penyebab yang paling sering adalah adanya gangguan penyerapan dan gangguan enzim pencernaan yang menyebabkan asupan nutrisi yang tidak sempurna. Pada penelitian ini juga terdapat anak dengan status lebih bukanlah hal yang normal karena hal tersebut merupakan salah satu pertumbuhan yang tidak normal seperti yang didapatkan dari hasil penelitian. Hal tersebut dikarena oleh berbagai faktor sehingga sangat mempengaruhi pertumbuhan anak. Status gemuk pada anak tidak bisa dibiarkan begitu saja, hal ini harus menjadi perhatian orang tua, kegemukan bukan hal yang baik pertumbuhan anak. Kegemukan pada anak terjadi dikarenakan pertumbuhan sel yang meningkat hal ini memberikan dampak negatif pada anak seperti resiko penyakit jantung, stroke, dan hipertensi yang dapat meningkatkan resiko kematian pada anak usia dini (Anggraeni, 2012).

#### 3.1.1. Pertumbuhan Fisik dilihat dari Panjang Tungkai

Panjang tungkai tidak terlepas dari faktor genetik, akan tetapi panjang tungkai dapat dilatih dengan memberikan pelatihan otot-otot sehingga otot akan menjadi lebih fleksibel serta sendi memiliki keleluasaan ruang yang semakin membaik. Dampak baiknya adalah persendian akan menjadi sangat fleksibel dan ayunan tungkai dalam melangkah menjadi sangat lebar.

Gerakan otot tungkai dapat menghasilkan langkah kaki yang cepat dan panjang yang dikarenakan oleh otot yang elastis sehingga kelincuhan akan mengalami peningkatan (Dewi, 2016). Otot tungkai erat kaitannya dengan kelincuhan karena otot tungkai sebagai awal dari individu berpindah tempat dan berlari (Heldayana, Helda., Aming Supriyatna., 2016).

### **3.1.1.1. Perkembangan Motorik dilihat dari Kelincuhan**

Kelincuhan peserta didik merupakan ciri khas tersendiri, peserta didik usia rendah 9-12 tahun identik dengan karakter sigap dan tangkas untuk melakukan aktivitas. Kelincuhan pada peserta didik merupakan salah satu bagian dari komponen motorik (Wijayanto & Muhammad, 2014). Dari hasil penelitian siswa memiliki rata-rata kelincuhan yang baik, maka penulis mengambil kesimpulan bahwa kelincuhan peserta didik adalah kecakapan individu untuk mengubah haluan dengan cepat dan tepat ketika melakukan aktivitas dari satu titik ke titik berikutnya.

### **3.1.1.2. Perkembangan Motorik dilihat dari Koordinasi**

Pada umumnya, anak laki-laki mempunyai gerakan refleks yang lebih baik dibandingkan dengan perempuan. Koordinasi antar anggota tubuh memang diprogram untuk bekerja sama menerima respon dari lingkungan eksternal dengan cepat dan tepat. Dalam dunia psikologis, anak perempuan mempunyai perasaan gelisah dan panik yang lebih tinggi. Hal ini menyebabkan buruknya hasil tes koordinasi yang diperoleh peserta didik perempuan. Tes koordinasi mengupayakan adanya koordinasi antara mata dan tangan sehingga pengendalian gerakan menjadi baik dan dapat melakukan tes dengan tepat dan cermat, aktivitas ini termasuk dalam motorik halus. Hasil tes koordinasi peserta didik laki-laki menunjukkan tingkat ketepatan dan kecermatan yang lebih baik daripada perempuan dikarenakan saraf reflektor pada peserta didik laki-laki bekerja lebih baik. Kurang terkontrolnya gerakan jari dan mata pada peserta didik perempuan membuat kurang seimbang kemampuan motorik halus (Hasanah, 2016).

### **3.1.1.3. Perkembangan Motorik dilihat dari Keseimbangan**

Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh agar tetap tegak dan mempertahankan kedudukan dan posisi (Yuliana, 2014). Peserta didik memiliki keseimbangan tubuh yang belum terlalu stabil sehingga menjaga perkembangan keseimbangan sangat dibutuhkan agar aktivitas mereka seperti bermain yang melibatkan keterampilan fisik dan motorik dapat berjalan dengan baik. Permainan keseimbangan tubuh merupakan salah satu permainan yang dapat merangsang perkembangan motorik kasar. Panca indra peserta didik perlu dirangsang dan dilatih untuk membantu keseimbangan tubuh. Peserta didik yang mengalami masalah dengan keseimbangan biasanya menunjukkan masalah seperti tiba-tiba jatuh tanpa alasan, tidak berani pada ketinggian, tiba-tiba menabrak benda ketika berjalan karena sulit berkonsentrasi (Nasirun & Syam, 2016).

## **4. Simpulan**

Pertumbuhan fisik siswa serta perkembangan motorik siswa kelas rendah usia 9-12 tahun menunjukkan kategori normal akan tetapi harus lebih diperhatikan dengan cara lebih memfokuskan perkembangan motorik kasar dan halus melalui fasilitas sekolah yang lebih memadai, proses belajar mengajar olahraga yang lebih membuat siswa aktif serta pertumbuhan fisik anak dengan cara pemberian nutrisi yang mencukupi.

## Daftar Rujukan

- Anggraeni, A. C. (2012). *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Badali, A., Mulyani, Y., & Zainab. (2013). gambaran tingkat pertumbuhan dan perkembangan balita usia 3-5 tahun di Paud Terpadu Citra Indonesia Banjarbaru. (0511), 1-7.
- Dewi, L. G. S. P. (2016). Perbedaan Proprioceptive Exercise Dan Zig-Zag Run Exercise Terhadap Peningkatan Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 9-11 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri 4 Sanur.
- Festiawan, R., Ngadiman, N., Kusuma, I. J., Nurcahyo, P. J., & Kusnandar, K. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Games, Education, and Visualisation (GEV) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jendela Olahraga*, 4(2), 13. <https://doi.org/10.26877/jo.v4i2.3678>
- Goodway, J. D., & Branta, C. F. (2003). Influence of a motor skill intervention on fundamental motor skill development of disadvantaged preschool children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(1), 36-46. <https://doi.org/10.1080/02701367.2003.10609062>
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717-733. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Heldayana, Helda., Aming Supriyatna., I. I. (2016). Hubungan Antara Power Otot Lengan dan Otot Tungkai Dengan Hasil Spike Semi Pada Cabang Olahraga Bola Voli. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1((1)), 45-49.
- Kamaludin, K., Ngadiman, N., Festiawan, R., Kusuma, I. J., & Febriani, A. R. (2020). Pengembangan Permainan Pecah Piring Sintren: Pemanfaatan Olahraga Tradisional pada Pembelajaran untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 37-45. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24447>
- Khulafa'ur Rosidah, L., & Harsiwi, S. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Balita Usia 1-3 Tahun ( Di Posyandu Jaan Desa Jaan Kecamatan Gondang Kabupaten Nganjuk). *JURNAL KEBIDANAN*, 6(1), 24-37. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v6i1.48>
- Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental movement skills in children and adolescents: Review of associated health benefits. *Sports Medicine*, Vol. 40, pp. 1019-1035. <https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000>
- Murti, T. (2018). Perkembangan Fisik Motorik dan Perseptual Serta Implikasinya Pada Pembelajaran di Sekolah Dasar.
- Nasirun, M., & Syam, N. (2016). MENINGKATKAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT KODOK. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 1(1), 56-60.
- Pura, D. N., & Asnawati, A. (2019). Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kolase Media Serutan Pensil. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 4(2), 131-140. <https://doi.org/10.33369/jip.4.2.131-140>
- Rachmadyana. (2017). Pengembangan Motorik Kasar Anak usia Dini Melalui Kegiatan Senam Irama Pada Kelompok A di RA Masyitoh 7 Kota Magelang. 6, 5-9.
- Supriadi, D. (2019). Traditional Games and Fundamental Movement Skills of Elementary School Students. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*, 4(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i1.13873>
- Van Capelle, A., Broderick, C. R., van Doorn, N., E.Ward, R., & Parmenter, B. J. (2017). Interventions to improve fundamental motor skills in pre-school aged children: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20(7), 658-666. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.11.008>
- Wijayanto, Y., & Muhammad, H. N. (2014). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KESEGERAN JASMANI DENGAN KETERAMPILAN MOTORIK ( KELINCAHAN ) DI SMP NEGERI SATU ATAP JABON ( Studi pada Kelas VII ) Yuyud Wijayanto Heryanto Nur Muhammad Abstrak. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(2), 345-349.