



# Analisis Tahapan Perkembangan Belajar Gerak Anak Usia 0-12 Tahun: Studi Observasi Dan Rekap Data Lapangan

Grace Theresia Zebua, Hashemi Rafsanjani, Immanuel J. S. Hutagalung, Muhammad Rizky Ramadani

Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Universitas Negeri Medan, Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20221

Email: [gracetheresiazebua@gmail.com](mailto:gracetheresiazebua@gmail.com)<sup>1</sup>, [rafsanjani123aa@gmail.com](mailto:rafsanjani123aa@gmail.com)<sup>2</sup>, [immanuelhutagalung834@gmail.com](mailto:immanuelhutagalung834@gmail.com)<sup>3</sup>, [mrizkyramadani39@gmail.com](mailto:mrizkyramadani39@gmail.com)<sup>4</sup>

How to cite: Zebua, G. T.; Rafsanjani, H.; Hutagalung, I. J. S.; Ramadani, M. R. Analisis Tahapan Perkembangan Belajar Gerak Anak Usia 0-12 Tahun: Studi Observasi Dan Rekap Data Lapangan. *sportif* 24-28.

## ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pertumbuhan serta perkembangan belajar gerak anak yang berusia 0 hingga 12 tahun dengan menggunakan pendekatan kualitatif melalui observasi dan wawancara. Subjek penelitian terdiri dari 20 anak beranjak usia 0-12 tahun yang diamati berdasarkan tahap perkembangan motorik, psikologis, dan fisik mereka. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa perkembangan motorik, baik kasar maupun halus, terjadi secara bertahap dan dipengaruhi oleh faktor usia, stimulasi dari lingkungan, serta dukungan dari orang tua. Anak yang berusia 0-2 tahun berada dalam tahap eksplorasi gerakan dasar, anak berusia 3-6 tahun menunjukkan peningkatan dalam koordinasi, sementara anak berusia 7-12 tahun menunjukkan penguasaan gerakan yang lebih kompleks. Penelitian ini juga membandingkan data dengan kelompok lain yang fokus pada anak usia 11-12 tahun, ditemukan bahwa masa transisi menuju remaja ditandai dengan perubahan signifikan dalam aspek fisik, sosial, dan emosional. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan motorik yang dikemukakan oleh Gallahue dan Ozmun (2006) serta teori perkembangan anak yang disampaikan oleh Papalia et al. (2009).

**Kata Kunci:** perkembangan motorik, pertumbuhan anak, usia 0-12 tahun, Observasi Gerak.

## PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk hidup selalu mengalami berbagai perubahan selama hidupnya. Perubahan ini meliputi aspek fisik, motorik, kognitif, emosi, dan sosial yang dimulai sejak dalam kandungan hingga usia tua. Dalam lingkup pendidikan jasmani dan perkembangan anak, proses tumbuh dan berkembang pada masa awal kehidupan sangatlah penting karena menyiapkan dasar bagi pengembangan berikutnya.

Pada usia anak 0 hingga 12 tahun, periode ini sering disebut sebagai masa emas, di mana otak anak tumbuh dengan pesat dan kemampuan motoriknya mulai muncul. Pembelajaran gerakan tidak hanya terbatas pada aktivitas fisik seperti berjalan, melompat, dan berlari, tetapi juga mencakup kemampuan koordinasi motorik halus seperti menggunakan pensil, menyusun balok, atau mengancingkan baju.

Namun, tidak semua anak mengalami perkembangan motorik dengan cara yang sama. Ada variasi yang dipengaruhi oleh faktor internal (genetik, kesehatan) dan faktor eksternal (lingkungan, pola asuh, pendidikan). Oleh karena itu, diperlukan penelitian empiris yang dapat memberikan gambaran jelas tentang bagaimana proses pertumbuhan dan perkembangan gerakan terjadi, sehingga bisa menjadi acuan bagi orang tua, guru, dan pendidik dalam mendukung perkembangan anak sesuai dengan usianya.

Penelitian ini berperan penting dalam memetakan tahapan pertumbuhan dan perkembangan belajar gerak serta memahami sejauh mana lingkungan dan orang tua berperan dalam proses tersebut.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui studi kasus. Tujuan dari metode ini adalah untuk menyelidiki data secara mendalam mengenai perkembangan kemampuan gerak anak dengan mempertimbangkan faktor sosial dan lingkungan yang melingkupinya. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung serta wawancara semi-terstruktur dengan orang tua anak.

Sebanyak 20 anak berusia antara 0 hingga 12 tahun dipilih menggunakan metode purposive sampling dari beragam latar belakang keluarga dan lokasi tempat tinggal. Selain itu, terdapat analisis tambahan terhadap 17 data anak yang berusia 11 hingga 12 tahun sebagai data pendukung berdasarkan rekap dari kelompok 1 hingga 6.

Analisis data dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif berdasarkan tema-tema yang muncul dari hasil observasi, yaitu dengan pendekatan tematik dengan mengelompokkan informasi berdasarkan kategori usia, kemampuan motorik, perkembangan psikologis, dan pertumbuhan fisik. Untuk meningkatkan keandalan data, dilakukan triangulasi sumber.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Tahapan Perkembangan Gerak Berdasarkan Usia**

Usia 0–2 Tahun:

Anak-anak pada usia ini berada dalam tahap refleksif dan prekursor, di mana gerak masih bersifat spontan dan belum terkoordinasi sempurna. Contoh: Fiona (1,5 tahun) sudah mampu berjalan sejak usia 10 bulan dan mulai meniru gerakan orang tua. Sementara Andre (4 bulan) masih dalam tahap menggenggam mainan dan mengangkat kepala secara stabil.

### Usia 3–6 Tahun:

Pada tahap ini anak mulai menunjukkan peningkatan koordinasi motorik kasar seperti berlari, melompat, dan menendang bola. Mereka juga mulai mampu melakukan tugas motorik halus seperti menggambar dan memakai pakaian sendiri. Hans (3,5 tahun) mampu mengekspresikan emosi dan mulai menanyakan hal-hal logis. Felix (3,5 tahun) sudah dapat memecahkan masalah sederhana.

### Usia 7–12 Tahun:

Anak telah mampu menguasai keterampilan motorik kompleks dan melakukan aktivitas fisik yang membutuhkan daya tahan dan kekuatan otot. Leonel (11 tahun) dan Leoni (9 tahun) aktif bermain sepeda dan menunjukkan minat terhadap teknologi. Ali Akbar (11 tahun) menunjukkan kemajuan fisik dan pubertas awal seperti perubahan suara dan perkembangan otot.

## 2. Hasil Rekapan Usia 11–12 Tahun

Data rekap dari kelompok lain menunjukkan bahwa pada usia ini anak memasuki masa *transisi* menuju remaja awal. Perubahan fisik (pubertas), emosional (mood swings), sosial (butuh pengakuan), dan kognitif (berpikir kritis) menjadi sangat menonjol. Misalnya, Raffi Alaska sudah mengikuti sekolah sepak bola khusus, dan Aliya Marissa mulai menunjukkan kemandirian serta berpikir kritis. Anak perempuan umumnya mengalami pubertas lebih awal, ditandai dengan meningkatnya minat terhadap penampilan dan lawan jenis.

## 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

**Stimulasi Lingkungan:** Anak-anak yang aktif bermain di luar rumah atau diberi ruang eksplorasi memiliki perkembangan motorik lebih cepat.

**Pola Asuh:** Perhatian, dukungan, dan responsif orang tua berperan besar. Anak dengan orang tua suportif cenderung memiliki rasa percaya diri tinggi.

**Kesehatan dan Riwayat Kelahiran:** Anak dengan kelahiran normal dan tanpa riwayat penyakit memperlihatkan perkembangan yang lebih cepat dan stabil dibanding anak yang memiliki riwayat penyakit atau keterlambatan lahir.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil observasi langsung dan analisis data terhadap anak usia 0–12 tahun, dapat disimpulkan bahwa proses pertumbuhan dan perkembangan belajar gerak berlangsung secara bertahap dan sistematis sesuai dengan tahapan usia masing-masing anak. Pada usia 0–2 tahun, anak berada dalam fase eksplorasi awal terhadap lingkungan sekitarnya melalui gerakan dasar seperti merangkak, duduk, dan berjalan. Memasuki usia 3–6 tahun, anak menunjukkan peningkatan koordinasi motorik yang lebih terarah,

seperti kemampuan melompat, memegang alat tulis, serta melakukan permainan yang melibatkan keseimbangan dan konsentrasi. Sementara itu, anak usia 7–12 tahun telah memasuki tahap penguasaan gerak yang lebih kompleks dan mulai menunjukkan keterampilan yang bersifat kompetitif serta minat terhadap bidang tertentu, termasuk olahraga, seni, dan teknologi. Faktor-faktor seperti lingkungan, pola asuh, kondisi kesehatan, dan rangsangan yang diberikan oleh orang tua atau guru sangat memengaruhi kecepatan dan kualitas perkembangan gerak anak. Selain itu, pada usia 11–12 tahun, anak juga mengalami perubahan signifikan dalam aspek emosional, sosial, dan kognitif yang merupakan bagian dari transisi menuju masa remaja. Temuan ini sejalan dengan teori-teori perkembangan yang menyebutkan bahwa masa kanak-kanak adalah periode krusial yang menentukan kualitas kehidupan di masa depan.

Untuk mengoptimalkan proses pertumbuhan dan perkembangan belajar gerak anak, diperlukan peran aktif dari orang tua, guru, dan lingkungan sekitar. Orang tua diharapkan dapat memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak melalui berbagai aktivitas fisik dan permainan edukatif yang merangsang motorik kasar dan halus. Selain itu, penting bagi orang tua untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, serta memberikan ruang eksplorasi yang memadai bagi anak dalam mengembangkan kemampuan geraknya. Bagi para pendidik, disarankan agar menyediakan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan dan melibatkan aspek fisik, sosial, serta emosional anak secara seimbang. Guru juga perlu memahami karakteristik perkembangan anak berdasarkan usianya agar strategi pembelajaran dapat disesuaikan secara optimal. Di sisi lain, institusi pendidikan perlu menyusun kurikulum dan fasilitas yang mendukung tumbuh kembang anak secara holistik. Penelitian selanjutnya dianjurkan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih banyak dan mencakup berbagai latar belakang sosial-ekonomi agar diperoleh gambaran yang lebih luas dan representatif mengenai perkembangan belajar gerak anak di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanti, R. (2019). Stimulasi Motorik dan Perkembangan Anak Usia Prasekolah . *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2), 89-96.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayu, P. D., & Widyaningrum, S. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini . *Jurnal Golden Age*, 4(1), 56-66.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitriyani, Y., & Ramadani, F. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Motorik Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 93-101.



- Gallahue, D., & Ozmun, J. (2006). *Understanding Motor Development : Infants, Children, Adolescents, Adults*. Boston: McGraw-Hill.
- Handayani, L. (2018). Peran Guru dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Menggambar. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 12(2), 123-132.
- Moleong, L. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Musfiroh, T. (2017). Perkembangan Motorik Anak Usia Dini dan Stimulasi yang Diberikan . *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* , 1(1), 1-9.
- Papalia, D., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.