



p-ISSN 27756629 e-ISSN 27759873

SPORTIF VOLUME 10 NO 1 2025



Pertumbuhan, Perkembangan Dan Belajar Gerak Pada Anak Usia 7-10 Tahun

Imel M Sihombing, Eprain Sormin, Ali Sah bana Nasution, Dewi Evalina, Hary Ginting.

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: Imelsihombing52@gmail.com, eprainsormin550@gmail.com, marvinsidabutar318@gmail.com, banaalisah2@gmail.com, dewievalina97@gmail.com, gintinghary7@gmail.com

How to cite: Sihombing, I. M.; Sormin, E.; Sormin, E.; Nasution, A. S. bana; Evalina, D.; Ginting, H. Pertumbuhan, Perkembangan Dan Belajar Gerak Pada Anak Usia 7-10 Tahun. *sportif* 15-23.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengenali tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan keterampilan gerak pada anak berusia 7 hingga 10 tahun serta menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi hal tersebut. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi kasus melalui observasi dan wawancara mendalam dengan lima anak dan orangtua mereka di sekitar lokasi penelitian. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tahap perkembangan motorik anak bersifat unik untuk masing-masing individu, meskipun mengikuti beberapa pola umum. Misalnya, kemampuan berjalan biasanya tercapai pada usia 12 hingga 24 bulan, sedangkan kemampuan berlari dan melompat muncul pada usia antara 2 hingga 3 tahun. Aktivitas yang disukai, seperti bersepeda, berolahraga, dan interaksi sosial, berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik anak. Beberapa faktor yang memengaruhi perkembangan keterampilan gerak mencakup riwayat kelahiran, kondisi kesehatan, stimulasi dari lingkungan, serta dukungan emosional dari orang tua. Selain itu, perkembangan psikologis anak menunjukkan kemajuan yang positif sejalan dengan bertambahnya usia, yang tercermin dalam peningkatan percaya diri, kemampuan bersosialisasi, dan rasa empati. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan menyeluruh dari lingkungan di sekitar anak untuk mendukung pertumbuhan mereka, khususnya pada aspek motorik dan psikologis.

Kata Kunci: keterampilan gerak, anak usia 7-10 tahun, motorik, observasi, studi kasus



PENDAHULUAN

Perkembangan dan pertumbuhan anak adalah proses yang rumit, yang menandakan perubahan menyeluruh pada aspek fisik, motorik, kognitif, sosial, dan emosional. Dalam konteks pendidikan jasmani dan olahraga, perkembangan keterampilan bergerak menjadi indikator penting yang mencerminkan kualitas perkembangan anak, terutama pada usia 7 hingga 10 tahun, yang dikenal sebagai masa emas. Selama periode ini, anak-anak menunjukkan kemampuan belajar yang cepat, termasuk dalam menguasai berbagai keterampilan motorik dasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan menangkap.

Perkembangan motorik anak tidak berlangsung secara instan, melainkan melalui proses bertahap yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola asuh, stimulasi dari lingkungan, sejarah kelahiran, kondisi kesehatan, dan interaksi sosial. Selain itu, setiap anak memiliki ritme perkembangan yang berbeda, sehingga penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami karakteristik serta kebutuhan perkembangan masing-masing anak secara menyeluruh.

Penelitian tentang perkembangan belajar gerak anak memiliki relevansi yang besar dalam mendukung perencanaan program pendidikan jasmani, mendeteksi secara dini keterlambatan perkembangan, dan membentuk kebiasaan hidup aktif sejak usia dini. Namun, pemahaman masyarakat mengenai pentingnya aspek ini masih sangat terbatas, maka dari itu diperlukan kajian langsung melalui observasi dan wawancara untuk memahami kondisi yang sebenarnya di lapangan.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengenali tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan belajar gerak anak usia 7 hingga 10 tahun, serta mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi proses tersebut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik bagi pendidik, orang tua, dan praktisi olahraga anak dalam menciptakan lingkungan yang mendukung dan responsif terhadap kebutuhan perkembangan motorik anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan fokus pada kasus tertentu. Peserta dalam penelitian ini adalah empat anak berusia antara 7 hingga 10 tahun dan orang tua masing-masing, yang dipilih dengan cara sengaja. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi langsung di lingkungan tempat tinggal peserta.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah panduan wawancara dan lembar observasi, yang mencakup aspek pertumbuhan fisik, perkembangan motorik, dan kondisi psikologis anak. Data dianalisis secara deskriptif dan kualitatif melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik.

Metode ini dipilih untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang perkembangan belajar gerakan anak dalam konteks kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A.Hasil

1.	<ol style="list-style-type: none">1. Nama :Leoni Dumaria Sibarani2. Usia :9 tahun3. Nama orang tua :Linda Panjaitan4. Alamat :jalan fokrat raya perumahan multi cipta permai blok c-275. Riwayat kelahiran :Operasi6. Riwayat penyakit :Tidak ada riwayat penyakit7. Keterampilan motorik:<ol style="list-style-type: none">a) Usia berapa bulan sudah bisa berjalan? Jawab: usia 2 tahun 2 minggub) Usia berapa bulan sudah bisa berbicara? Jawab: usia 11 bulanc) Usia berapa bulan sudah bisa berlari? Jawab: usia 1 tahun 2 buland) Usia berapa bulan sudah bisa melompat? Jawab: kurang lebih 2 tahune) Apa aktivitas kegemaran anak? Jawab: bermain sepeda, bermain boneka, dan bernyanyi8. Bagaimana perkembangan psikologi tiap tahun?
----	--

	<p>Jawab: usia saat ini dumaria mulai percaya diri untuk tampil di depan orang banyak contohnya pada saat Natal dia berani vokal solo pada saat acara</p> <p>9. Bagaimana perkembangan fisik tiap tahun? Jawab: tinggi meningkat dan berat badan bertambah sekitar 0,30cm Dan dia mampu untuk bermain gadget dari pulang sekolah hingga sore hari</p> <p>10. Bagaimana pertumbuhan fisik tiap tahunnya? Jawab: tinggi meningkat dan berat badan bertambah sekitar 0,30cm Dan dia mampu untuk bermain gadget dari pulang sekolah hingga sore hari</p>
2.	<p>1. Nama :Kanza Vanisa</p> <p>2. Usia :9 tahun</p> <p>3. Nama orang tua :Suryanto</p> <p>4. Alamat :jalan sipirok no. 86 kec. Medan selayang</p> <p>5. Riwayat kelahiran :normal</p> <p>6. Riwayat penyakit :Tidak ada riwayat penyakit</p> <p>7. Keterampilan motorik:</p> <p>a) Usia berapa bulan sudah bisa berjalan? Jawab: usia 14 bulan</p> <p>b) Usia berapa bulan sudah bisa berbicara? Jawab: usia 16 bulan</p> <p>c) Usia berapa bulan sudah bisa berlari? Jawab: usia 19 bulan</p> <p>d) Usia berapa bulan sudah bisa melompat? Jawab: 2 tahun 3 bulan</p> <p>e) Apa aktivitas kegemaran anak? Jawab: bermain lompat tali dan berlari</p> <p>8. Bagaimana perkembangan psikologi tiap tahun bagaimana? Jawab: : kanza mengalami perkembangan psikologi tiap tahun yang dimana semakin terbentuk rasa empati,rasa kasih sayang dan pada usia yang sekarang kanza mengalami perkembangan psikologi yang dimana ia semakin peduli terhadap lingkungan sekitar dan berkembangnya sikap kasih sayang yang sudah semakin terbentuk</p> <p>9. Bagaimana perkembangan motorik tiap tahun? Jawab: kanza mengalami perkembangan motoric tiap tahun dengan cepat .yaitu yang dimana ia pada usia sekarang ia sudah bisa bersepeda dan menggambar lebih kompleks dan menulis sudah lumayan rapi</p> <p>10. Bagaimana perkembangan fisik tiap tahun? Jawab: kanza mengalami perkembangan fisik tiap tahunnya dikatakan normal seperti anak lainnya yang sehat .pada usia nya yang sekarang ia semakin tinggi ,berat badannya bertambah ,otot dan tulang nya berkembang dan ia sudah memiliki gigi tetap.</p> <p>11. Bagaimana pertumbuhan fisik tiap tahunnya? Jawab: pertumbuhan fisik kanza tiap tahunnya tidak ada hambatan yang dibuktikan dengan postur tubuh nya yang semakin tinggi dari tahun ke tahun</p>

<p>3.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama :Bryan Davis Gulo 2. Usia :10 tahun 3. Nama orang tua :Appeles Restueli Gulo (ayah), Masaria Zebua (ibu) 4. Alamat :gg sempurna, jln sei rotan 5. Riwayat kelahiran :Operasi 6. Riwayat penyakit :Tidak ada riwayat penyakit 7. Keterampilan motorik: <ol style="list-style-type: none"> a) Usia berapa bulan sudah bisa berjalan? Jawab: usia 12 bulan b) Usia berapa bulan sudah bisa berbicara? Jawab: usia 13 bulan c) Usia berapa bulan sudah bisa berlari? Jawab: kurang lebih 2 tahun d) Usia berapa bulan sudah bisa melompat? Jawab:kurang lebih 3 tahun e) Apa aktivitas kegemaran anak? Jawab: bermain-main 8. Bagaimana perkembangan psikologi tiap tahun bagaimana? Jawab: davis mulai berkembang yang dari awalnya anak yg cerewet dan pembangkang menjadi anak tenang 9. Bagaimana perkembangan motorik tiap tahun? Jawab: motorik davis berkembang normal sesuai umurnya 10. Bagaimana perkembangan fisik tiap tahun? Jawab: tinggi davis kini mulai sepundak anak remaja yang dimana berarti perkembangan fisik davis berjalan normal 11. Bagaimana pertumbuhan fisik tiap tahunnya? Jawab: tinggi davis kini mulai sepundak anak remaja yang dimana berarti perkembangan fisik davis berjalan normal
<p>4.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nama :Abel Arota Waruwu 2. Usia :9 tahun 3. Nama orang tua :Martinus Waruwu (ayah), Nuraida Karo-karo (ibu) 4. Alamat :gg yaahowu, jalan perhubungan 5. Riwayat kelahiran :normal 6. Riwayat penyakit :step 7. Keterampilan motorik: <ol style="list-style-type: none"> a) Usia berapa bulan sudah bisa berjalan? Jawab: usia 1 tahun b) Usia berapa bulan sudah bisa berbicara? Jawab: usia 1 tahun 5 bulan c) Usia berapa bulan sudah bisa berlari? Jawab: usia 1 tahun 5 bulan d) Usia berapa bulan sudah bisa melompat? Jawab:kurang lebih 2 tahun

	<p>e) Apa aktivitas kegemaran anak? Jawab: olahraga</p> <p>8. Bagaimana perkembangan psikologi tiap tahun bagaimana? Jawab: abel anak yang ceria namun terkadang jika memiliki masalah abel lebih banyak diam</p> <p>9. Bagaimana perkembangan motorik tiap tahun? Jawab: abel pandai bermain voli</p> <p>10. Bagaimana perkembangan fisik tiap tahun? Jawab: untuk tinggi abel bisa dikatakan normal dengan anak seusianya</p> <p>11. Bagaimana pertumbuhan fisik tiap tahunnya? Jawab: untuk tinggi abel bisa dikatakan normal dengan anak seusianya</p>
--	---

B. Pembahasan

Penelitian ini mengidentifikasi perubahan dalam pertumbuhan dan proses belajar gerakan pada empat anak berusia 7 hingga 10 tahun yang berasal dari latar belakang beragam. Berdasarkan wawancara dengan orang tua dan pengamatan langsung, terungkap bahwa kebanyakan anak menunjukkan perkembangan motorik yang sesuai dengan usia mereka, meskipun ada perbedaan dalam waktu pencapaian keterampilan dasar seperti berjalan, berbicara, berlari, dan melompat.

Sebagian besar anak mulai berjalan pada usia antara 12 hingga 24 bulan, sementara mereka mulai berbicara pada usia 11 hingga 16 bulan. Perbedaan ini mencerminkan bahwa perkembangan motorik adalah hal yang sangat pribadi dan dapat dipengaruhi oleh faktor kelahiran (normal atau operasi), riwayat kesehatan, dan rangsangan dari lingkungan sekitarnya. Misalnya, anak yang sering bermain di luar rumah cenderung memiliki kemampuan motorik kasar yang lebih baik, seperti bersepeda dan bermain lompat tali.

Perkembangan psikologis anak juga menunjukkan kemajuan yang nyata. Banyak anak mulai menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi, empati, dan keterampilan bersosialisasi yang semakin matang. Contohnya, salah satu subjek berani tampil menyanyi solo di hadapan umum, sedangkan yang lainnya berubah dari pendiam menjadi lebih terbuka dan komunikatif. Hal ini menunjukkan dampak besar dari dukungan orang tua dan interaksi sosial terhadap aspek emosional anak.



Secara keseluruhan, pertumbuhan fisik anak berada dalam batas normal, terlihat dari peningkatan tinggi dan berat badan yang stabil setiap tahunnya. Selain itu, beberapa anak mulai menunjukkan tanda-tanda pubertas seperti perubahan suara dan pertumbuhan gigi tetap, terutama pada subjek yang berusia 10 tahun.

Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan yang menyatakan bahwa periode usia 7 hingga 10 tahun adalah fase krusial dalam pembentukan keterampilan motorik dan sosial. Lingkungan yang mendukung, keterlibatan orang tua, serta aktivitas fisik yang teratur merupakan faktor utama yang mendorong perkembangan anak secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

A.Kesimpulan

Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan empat anak berusia 7 hingga 10 tahun, dapat disimpulkan bahwa perkembangan belajar gerak anak berlangsung sesuai dengan tahap usia masing-masing, walaupun ada variasi di antara individu. Keterampilan motorik dasar seperti berjalan, berlari, dan melompat umumnya berkembang dalam rentang usia yang sesuai. Perkembangan psikologis anak juga menunjukkan tanda-tanda positif, yang terlihat dari meningkatnya rasa percaya diri, empati, dan kemampuan bersosialisasi. Berbagai faktor seperti riwayat kelahiran, kesehatan, stimulasi dari lingkungan, serta dukungan orang tua memiliki peranan penting dalam mendukung proses tumbuh dan berkembang anak.

B.Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar orang tua secara teratur memberikan stimulasi gerak yang sesuai dengan usia anak serta memberikan dukungan penuh pada perkembangan emosional mereka. Lingkungan di rumah dan sekolah harus mendukung anak untuk aktif baik secara fisik maupun sosial, contohnya melalui permainan yang bisa meningkatkan keterampilan motorik dan interaksi dengan teman sebaya. Selain itu, penting untuk melakukan pemantauan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala agar dapat mendeteksi lebih awal potensi



keterlambatan atau masalah dalam perkembangan. Ke depannya, penelitian serupa sebaiknya melibatkan lebih banyak subjek dan berlangsung dalam waktu yang lebih lama agar menghasilkan gambaran yang lebih lengkap tentang perkembangan gerakan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Dr. Amir Supriadi, S. Pd. , M. Pd. sebagai pengajar mata kuliah Pertumbuhan dan Perkembangan Belajar Gerak yang telah memberikan bimbingan dan semangat dalam penulisan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada semua orang tua serta anak-anak yang telah bersedia menjadi subjek wawancara dan pengamatan, serta kepada teman-teman yang telah membantu kelancaran pelaksanaan penelitian ini. Harapannya, hasil dari penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu dan praktik pendidikan jasmani pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. (2014). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasi dalam Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan: Tinjauan dalam Berbagai Aspek Kehidupan Manusia*. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, L. J. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.



p-ISSN 27756629 e-ISSN 27759873

SPORTIF VOLUME 10 NO 1 2025



Soetjiningsih, & Ranuh, I. G. N. (2015). *Tumbuh Kembang Anak*. EGC.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Suharsimi, A. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.