

SUMBANGAN KEMAMPUAN MOTORIK

Oleh: Agus Supriyanto

- KESEHATAN YANG BAIK
- KATARSIS EMOSIONAL
- KEMANDIRIAN
- HIBURAN DIRI
- SOSIALISASI
- KONSEP DIRI



PERKEMBANGAN MOTORIK YANG SANGAT PESAT SELAMA TAHUN PERTAMA

BULAN KE-3 CIRINYA:

- . WAKTU TIDUR BERKURANG
- . GERAKAN SPONTAN
- . MULAI TERJADI KONTAK SOSIAL

BULAN KE-6 CIRINYA:

- . MULAI MENGGERAKAN ANGGOTA BADANNYA
- . MULAI BERCELOTEK

BULAN KE- 10 CIRINYA:

- . SUDAH MULAI MENGUCAPKAN KATA-KATA
- . MENJANGKAU BENDA-BENDA DI DEKATNYA
- . MULAI BELAJAR BERDIRI



URUTAN PERKEMBANGAN MOTORIK

BAGIAN KEPALA:

- Gerakan acular → 4 minggu
- Senyum sosial → 3 bulan
- Koordinasi mata → 4 bulan
- Menegakkan kepala → dari tengkurap: 1 bulan
dari duduk : 4 bulan



. Bagian Batang Tubuh



❖ Membalik: dari miring ke terlentang → 2 bulan

Dari terlentang ke miring → 4 bulan

Lengkap → 6 bulan

❖ Duduk: menarik ke posisi duduk → 4 bulan

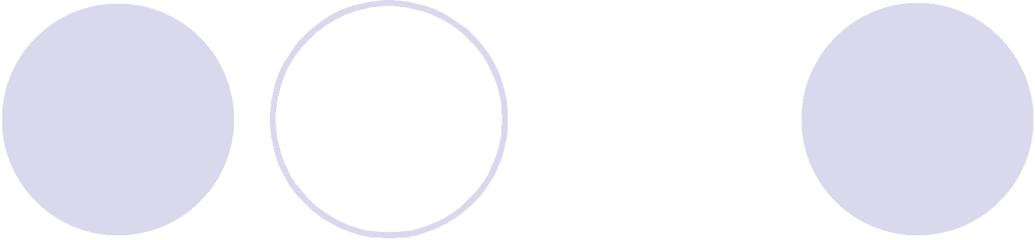
Dengan bantuan → 5 bulan

Tanpa bantuan → 9 bulan

❖ Organ diminasi: pengendalian usus → 2 tahun

Pengendalian kandung seni → 2-4 tahun





TANGAN

- ❖ Gerakan bertahan → 2 Minggu
- ❖ Menghisap jempol → 1 Minggu
- ❖ Menggenggam & menjangkau → 4 Bulan
- ❖ Memegang & menggenggam → 5 Bulan
- ❖ Memungut benda dengan ibu jari → 8 Bulan



K

- Mengesot (Gerak mundur-duduk)

6 Bulan

- Merangkak

7 Bulan

A

- Maju perlahan-lahan

9-10 Bulan

K

- Berdiri dengan bantuan: 8 Bulan

tanpa bantuan: 10 Bulan

- Berjalan dengan bantuan: 11 Bulan

tanpa bantuan: 12-14 Bulan

I



Menyadari Gerak akan Menunjang Terhadap Jenis Dasar Gerak



1. Lokomotor:

Kemampuan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain contoh: Jalan, Lari, Lompat, Loncat, dll.

2. Nirlokomotor/non lokomotor:

suatu gerak tubuh tanpa harus memindahkan tubuh, contoh: Mengulur, menekuk, mengayun, mendorong

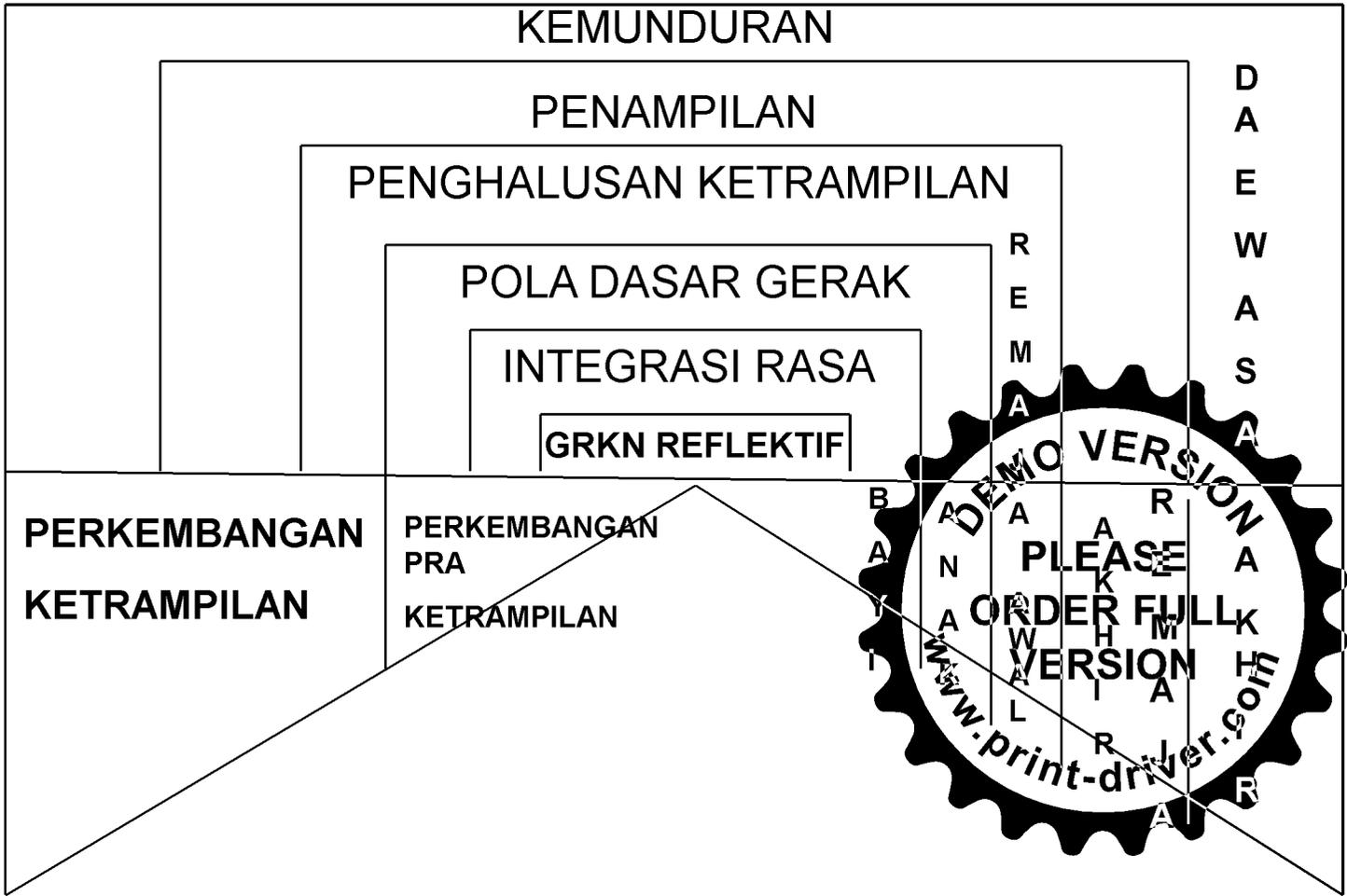
3. Manipulasi

suatu gerakan yang melibatkan beberapa anggota tubuh dan membutuhkan koordinasi, contoh Memukul, memantul, melempar

Menerima: menangkap & menangkap dengan alat



Tahap Perkembangan Kemampuan Motorik



Tingkat Dewasa Awal
(24-30 Tahun)

PRESTASI
PUNCAK

Remaja Akhir
(19-24 Tahun)

LATIHAN KHUSUS
LATIHAN BEBAN

Awal Remaja
(11-14 Tahun)

VARIASI KETERAMPILAN
TEKNIK YANG BENAR
PERSIAPAN LEBIH BERAT

Anak 10 Tahun
Ke Bawah

GERAK DASAR YANG MENYENANGKAN



Piramida Latihan Berdasarkan Usia

Sumber: Sharkey (1986)

PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR DAN MOTORIK HALUS

- **MOTORIK KASAR/GERAK KASAR:**

Kemampuan anak saat melakukan aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar

- **MOTORIK HALUS/GERAK HALUS:**

Keterampilan yang memerlukan kemampuan untuk mengontrol otot-otot kecil dalam beraktivitas.



KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN MOTORIK

- PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK KECIL (PRA SEKOLAH 2-6TAHUN)

- PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK SEKOLAH (6-10/12TAHUN)

- PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK REMAJA (11/12-19/24TAHUN)

