

PERTUMBUHAN GERAK DAN KARAKTERISTIK PERKEMBANGAN ANAK

Indra kasih

Abstrak

Sebagai makhluk hidup manusia terus mengalami perubahan sepanjang hidupnya. Mulai berada dalam kandungan, lahir, kemudian menjadi dewasa dan terus terjadi perubahan dalam aspek-aspek fisik, gerak, pikiran, emosi dan sosial. Pola perubahan mula-mula bersifat meningkat, kemudian menurun. Peningkatan terjadi akibat proses pertumbuhan, perkembangan dan kematangan; penurunan terjadi dalam proses penuaan. Studi tentang perkembangan gerak mencakup deskripsi dan penjelasan mengenai perilaku gerak manusia sepanjang hidup dengan pertumbuhan perkembangan psikososial, kognitif, afektif dan psikomotorik. Perkembangan hidup manusia secara umum terjadi dalam 5 fase perkembangan, yaitu fase-fase sebelum lahir, bayi, anak-anak, adolesensi, dan dewasa. Setiap fase perkembangan terjadi pada batasan usia tertentu. Pembatasan setiap fase didasarkan pada kecenderungan karakteristik perkembangan yang terjadi pada kurun waktu tertentu dalam usianya.

Kata Kunci: Gerak, Fase Perkembangan

A. Pendahuluan

Manusia adalah makhluk hidup yang selalu mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Bermula dari proses perubahan yang terjadi dalam bentuk menyatu sperma sang ayah dengan sel telur ibu, terbentuklah serangkaian organisme yang kemudian tumbuh menjadi janin. Selama kurang dari Sembilan bulan 10 hari, janin tumbuh dan berkembang melengkapi diri dengan organ-organ dan bagian-bagian sampai menjadi wujud bentuk manusia kecil yang akan lahir ke dunia fana dengan sebutan bayi. Setelah lahir, semua bagian, organ dan fungsi yang ada pada diri individu terus mengalami perubahan. Bayi yang lahir dengan ukuran-ukuran tubuh yang panjang lebih dari 50 cm dan beratnya kurang dari 3

kg, akan bertambah panjang dan bertambah berat sedikit demi sedikit sampai mencapai ukuran panjang atau tinggi orang dewasa yaitu lebih kurang 175 cm untuk laki-laki dan lebih kurang 160 untuk perempuan; dan berat lebih kurang 65 kg untuk laki-laki dan lebih kurang 50 kg untuk perempuan.

Pengkajian secara mendalam aspek demi aspek yang tampak dalam perkembangan individu terus dilakukan. Perkembangan gerak merupakan salah satu aspek pengkajian perkembangan individu yang dewasa ini menjadi semakin berkembang. Perkembangan psikologis sudah lebih awal dikaji secara mendalam dibanding pengkajian tentang gerak. Perkembangan psikologis dikaji dalam bidang studi yang disebut “Psikologis Gerak”. Gerakan manusia selalu berkaitan dengan aspek-aspek yang lain. Gerakan dipengaruhi oleh fisik dan proses psikologis yang ada di dalamnya. Misalnya orang yang ukuran fisiknya pendek-kecil cenderung lebih lincah dibandingkan orang yang tinggi dan gemuk. Juga misalnya orang yang giji makanannya terpenuhi cenderung lebih besar kapasitas geraknya dibanding dengan orang yang gizi makannya kurang.

B. Pembahasan

1. Periodisasi Perkembangan

Sepanjang hidup manusia, mulai masih dalam kandungan dilahirkan, kemudian sampai tua memperoleh sebutan berganti-ganti. Pergantian sebutan berdasarkan pada usianya dan merupakan fase-fase dalam perkembangan yang dilewati. Secara garis besar ada 5 pasesperkembangan dalam hidup manusia, yaitu:

- a. Fase sebelum lahir (*prenatal*)
- b. Fase bayi (*infant*)
- c. Fase anak-anak (*childhood*)

- d. Fase adolesensi (*adolescence*)
- e. Fase dewasa (*adulthood*)

Fase sebelum lahir adalah fase perkembangan selama masih berada didalam kandungan. Lama kandungan yang normal adalah 9 bulan 10 hari. Dua minggu pertama sejak terjadi pembuahan disebut fase awal (*germinal*). Antara 2 sampai 8 minggu berada di dalam kandungan disebut *embrio*; dan antara 8 minggu sampai sahat kelahiran disebut *janin*. (fetus) Fase bayi adalah fase perkembangan mulai dilahirkan sampai berumur 1 atau 2 tahun. Mulai saat lahir sampai umur 4 minggu merupakan fase kelahiran (*neonatal*). Fase anak-anak adalah fase perkembangan mulai umur 1 atau 2 tahun sampai 10 atau 12 tahun.

Fase anak-anak di klasifikasikan menjadi 2 fase ;

- a. Fase anak kecil (*early childhood*)
- b. Fase anak besar (*later childhood*)

Fase anak kecil adalah antara 1 dan 2 sampai 6 tahun. Fase anak besar adalah antara 6 sampai 10 atau 12 tahun. Fase adolesensi antara perempuan dan laki-laki dimulai dan diakhiri pada umur yang berbeda. Pada perempuan mulai pada umur 10 tahun dan berakhir pada umur 18 tahun. Sedangkan pada laki-laki mulai umur 12 tahun dan berakhir 20 tahun. Berarti perempuan mencapai fase adolesensi 2 tahun lebih awal dibandingkan laki-laki, dan berakhir 2 tahun lebih awal.

Fase dewasa terbagi menjadi 3 fase, yaitu:

- a. Fase dewasa muda (*young adulthood*)
- b. Fase dewasa madya (*middle adulthood*)
- c. Fase dewasa tua (*older adulthood*)

Fase dewasa muda adalah antara 18 tahun (perempuan) atau 20 tahun (laki-laki) sampai 40 tahun. Fase dewasa madya adalah antara 40 sampai 60 tahun. Fase dewasa tua adalah mulai umur 60 dan

seterusnya. Pembagian fase-fase perkembangan tersebut dibuat berdasarkan identifikasi kecenderungan karakteristik perkembangan pada masa-masa usia tertentu. Usia tertentu itu yang menjadi dasar setiap fase perkembangan. Untuk lebih menjelaskan mengenai batas setiap fase perkembangan dapat digambarkan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Periodisasi Perkembangan Berdasarkan Umur

No	Fase Perkembangan	Umur
1	Sebelum lahir	Selama 9 bulan 10 hari
	- Awal - Embrio - Janin	Saat pembuahan sampai 2 minggu 2 sampai 8 minggu 8 minggu sampai lahir
2	Bayi	Sejak lahir sampai 1 tau 2 tahun
	- Neonatal	Sejak lahir sampai 4 minggu
3	Anak-anak	1 atau 2 sampai 10 atau 12 tahun
	- Anak kecil - Anak besar	1 atau 2 sampai 6 tahun 6 sampai 10 atau 12 tahun
4	Adolesensi	
	- Perempuan - Laki-laki	10 sampai 18 tahun 12 sampai 20 tahun
5	Dewasa	
	- Muda - Madya - Tua	18 atau 20 tahun sampai 40 tahun 40 sampai 60 tahun 60 tahun lebih

2. Karakteristik Perkembangan Anak

Pendapat Piaget dan Vigotsky ini perlu diakomodasi untuk saling melengkapi. Rancangan kegiatan perlu dibagi dimana ada saat anak diberi kesempatan menemukan dan membangun pemahamannya (discovery learning), tetapi guru tetap harus berperan memperluas dan meningkatkan efektifitas belajarnya dengan bantuan arahan yang tepat (scaffolding) sehingga anak dapat meningkatkan ZPD untuk menjadi daerah kemampuan aktualnya. Selain itu perlunya menunggu kesiapan anak dan pemberian bantuan dari orang dewasa untuk meningkatkan

kemampuan anak jangan dipandang sebagai sesuatu yang kontradiktif, tetapi dipahami sebagai batasan dalam menetapkan kriteria *Developmentally Appropriate Practice*. Pendidik perlu meneliti sejauh mana kompetensi dasar usia tertentu, sekaligus mencoba meningkatkan kemampuannya dengan tetap memperhatikan kondisi psikologi anak dan tanpa mematikan anak untuk mencintai belajar.

Piget dalam bukunya *The moral judgement of the Child* (1923) Piaget menyatakan bahwa kesadaran moral anak mengalami perkembangan dari satu tahap yang lebih tinggi. Pertanyaan yang melatar belakangi pengamatan Piaget adalah bagaimana pikiran manusia menjadi semakin hormat pada peraturan. Ia mendekati pertanyaan itu dari dua sudut. Pertama kesadaran akan peraturan (sejauh mana peraturan dianggap sebagai pembatasan) dan kedua, pelaksanaan dari peraturan itu.

Anak-anak pada usia paling muda hingga umur 2 tahun melakukan aktivitas bermain dengan apa adanya, tanpa aturan dan tanpa ada hal yang patut untuk mereka patuhi. Mereka adalah *motor activity* tanpa dipimpin oleh pikiran. Pada tahap ini mereka belum menyadari adanya peraturan yang *koersif*, atau bersifat memaksa dan harus di taati. Anak-anak pada umur antara 2 sampai 6 tahun mereka telah mulai memperhatikan dan bahkan meniru cara bermain anak-anak yang lebih besar dari mereka. Pada tahap ini anak-anak cenderung bersikap *egosentris*, mereka akan memandang "sangat salah" apabila aturan yang telah ada di ubah dan dilanggar.

3. Perkembangan Psycho-Sosial

Menurut Erick Erickson perkembangan Psycho-sosial atau perkembangan jiwa manusia yang dipengaruhi oleh masyarakat dibagi menjadi 8 tahap:

1. Trust >< Mistrust (usia 0-1 tahun)

Tahap pertama adalah tahap pengembangan rasa percaya diri. Fokus terletak pada Panca Indera, sehingga mereka sangat memerlukan sentuhan dan pelukan.

2. Otonomi/Mandiri >< Malu/Ragu-ragu (usia 2 - 3 tahun)

Tahap ini bisa dikatakan sebagai masa pemberontakan anak atau masa 'nakal'-nya. sebagai contoh langsung yang terlihat adalah mereka akan sering berlari-lari dalam sekolah. Namun kenakalannya itu tidak bisa dicegah begitu saja, karena ini adalah tahap dimana anak sedang mengembangkan kemampuan motorik (fisik) dan mental (kognitif), sehingga yang diperlukan justru mendorong dan memberikan tempat untuk mengembangkan motorik dan mentalnya. Pada saat ini anak sangat terpengaruh oleh orang-orang penting disekitarnya (Orangtua-Gurudi sekolah).

3. Inisiatif >< Rasa Bersalah (usia 4 – 5 tahun)

Dalam tahap ini anak akan banyak bertanya dalam segala hal, sehingga berkesan cerewet. Pada usia ini juga mereka mengalami pengembangan inisiatif/ide, sampai pada hal-hal yang berbau fantasi.

4. Industri/Rajin >< Inferioriti (usia 6- 11 tahun)

Anak usia ini sudah mengerjakan tugas-tugas sekolah - termotivasi untuk belajar. Namun masih memiliki kecenderungan untuk kurang hati-hati dan menuntut perhatian. Sesuai dengan batasan usia sekolah pada umumnya, maka empat tahap berikutnya (Usia diatas 11 tahun) tidak dibahas dalam kolom ini.

4. Perkembangan Kognitif

Kognitif adalah proses yang terjadi secara internal di dalam pusat susunan saraf pada waktu manusia sedang berpikir (Gagne dalam

Jamaris, 2006). Piaget membagi tahapan perkembangan kognitif ke dalam empat periode, yaitu:

1. 0-2 tahun disebut sebagai periode kepandaian sensori-motorik (sesorimotorik)

Periode ini terbagi atas 6 tahapan, antara lain:

Tahap 1. (lahir-1 bulan) penggunaan refleks-refleks

Anak membangun (mengkonstruksi) skema-skema (skema adalah struktur tindakan bayi) lewat aktivitas anak sendiri. Skema pertama dipengaruhi oleh refleks bawaan. Adapun contoh refleks bawaan yang sangat jelas pada bayi yaitu refleks untuk menghisap, bayi otomatis akan menghisap kapan pun bibir mereka disentuh. Anisiasi, bayi mencari puting susu ibu sendiri ketika baru lahir. Meskipun demikian gerak refleks tersebut memiliki kepasifan tertentu sehingga perlu distimulasi. Namun sekali skema terbentuk maka kita juga memiliki kebutuhan untuk membuatnya aktif. Contohnya, bayi belajar menyesuaikan gerakan kepala dan bibir untuk menemukan puting susu. Ciri ini disebut dengan permulaan akomodasi (membuat perubahan dalam struktur kita). Ciri lain adalah bayi tidak memiliki konsepsi objek apapun di luar dirinya. Misalnya, jika seseorang/objek meninggalkan wilayah pandangannya, maka bayi tidak berusaha mencari, bayi akan mengamati yang lain yang ada dalam wilayah pandangannya.

Tahap 2. (1-4 bulan) reaksi-reaksi sirkuler primer

Ciri tahap ini sama dengan tahap pertama yaitu bayi tidak memiliki konsepsi objek apapun diluar dirinya. Namun pada tahap ini pula bayi menghadapi suatu pengalaman baru dan berusaha untuk mengulanginya. Misalnya, tangan bayi yang secara tidak sengaja menyentuh mulutnya, ketika tangan itu jatuh, bayi berusaha untuk

menangkap tangannya agar dapat melakukan kegiatan yang sama sebelumnya. Walaupun kadang anak merasa kesulitan, tangan memukul wajah, tangan berputar agar menyentuh mulut, bayi mengejar tangannya namun tidak dapat karena seluruh tubuhnya bergerak termasuk kaki dan tangan kearah yang sama.

Tahap 3. (4-10 bulan) reaksi-reaksi sirkuler sekunder

Tahap ini terjadi ketika bayi menemukan dan menghasilkan kembali peristiwa menarik di luar dirinya. Contoh, bayi yang berusaha untuk menggapai mainan gantung yang ada di atasnya. Bayi akan berusaha untuk menggerakkan mainan tersebut sampai bergoyang secara berulang-ulang. Jika telah berhasil maka bayi akan terus mengulanginya kegiatan tersebut dan sering tertawa kecil jika mainan tersebut bergoyang. Pada masa ini bayi tengah menikmati kekuatannya sendiri yaitu kemampuan untuk membuat suatu peristiwa terjadi berulang-ulang, membuat pemandangan yang menarik bertahan selamanya.

Tahap 4. (10-12 bulan) koordinasi skema-skema sekunder

Pada tahap ini anak belajar untuk mengkordinasikan dua skema terpisah demi mendapatkan hasil. Pencapaian baru ini terlihat ketika bayi berhadapan dengan rintangan-rintangan. Misalnya, bayi yang ingin memeluk mainan, namun ada penghalang diantara mainan tersebut sehingga tidak dapat dipeluk. Bayi akan berusaha untuk mendapatkan mainan dengan berbagai cara. Pada akhirnya bayi dapat memeluk mainan ketika bayi mengibaskan rintangan tersebut. mengibaskan rintangan adalah satu skema, memeluk mainan adalah bentuk skema kedua. Tahapan ini juga ditandai dengan pengertian sejati permanensi objek. Pada tahapan ini bayi dapat menemukan objek-objek yang tersembunyi seluruhnya, namun belum bisa

mengikuti pengacakan (pergerakan dari satu tempat persembunyian ke tempat persembunyian lain).

Tahap 5. (12-18 bulan) reaksi-reaksi sirkuler tersier

Pada tahap ini anak bereksperimen dengan tindakan-tindakan yang berbeda-beda untuk mengamati hasil yang berbeda-beda. Contohnya, seorang anak tertarik dengan meja baru yang dibeli ayahnya. Anak tersebut memukul meja dengan telapak tangannya beberapa kali, kadang keras, kadang lembut. Ini terus dilakukan karena anak mendengarkan perbedaan bunyi yang dihasilkan oleh tindakannya itu. Anak-anak sesungguhnya belajar dari diri mereka sendiri, tanpa perlu diajari orang dewasa.

Tahap 6. (18 bulan-2 tahun) permulaan berpikir

Pada tahap ini anak mulai memikirkan situasi secara lebih internal, sebelum bertindak. Jika pada tahap 5 anak mencoba memecahkan masalah dengan coba-coba (trial and error) maka pada tahap ini anak dapat memikirkan sejenak cara untuk menyelesaikan masalah. Contoh, anak yang ingin mengeluarkan bola pada kotak mainan. Pada awalnya anak mencoba untuk membuka dengan berbagai cara, karena tidak berhasil, maka anak diam sejenak untuk mengamati kotak tersebut. Anak melihat ada sedikit celah pada kotak, kemudian tangannya masuk melalui celah tersebut dan ia memperoleh bola yang diinginkan.

2. 2-7 tahun disebut sebagai periode pikiran operasional (praoperasional konkret)

Ciri periode ini yaitu:

- a. Pikiran anak berkembang cepat ke sebuah tatanan baru, yaitu simbol-simbol.
- b. Pikiran anak pada dasarnya tidak sistematis dan tidak logis.

- c. Anak-anak mulai menggunakan simbol-simbol ketika menggunakan sebuah objek atau tindakan untuk merepresentasikan sesuatu yang tidak hadir. Simbol-simbol pertama bersifat motorik, bukan linguistik.
- d. Bahasa mulai berkembang pada tahapan ini.
- e. Penalaran anak transduktif (berpindah dari hal-hal khusus ke hal khusus lainnya) terlihat dari ketidak mampuan anak untuk mengkategorikan secara umum. Misalnya, aku belum minum susu, berarti ini belum siang, dan belum waktunya untuk tidur siang.
- f. Anak-anak gagal untuk mengkonversi. anak hanya memusatkan pada satu dimensi. Misalnya, anak diminta untuk memilih gelas yang paling banyak berisi air pada dua tabung yang berbeda namun memiliki jumlah volume yang sama.
- g. Anak sebenarnya telah memahami adanya dua dimensi perceptual (regulasi intuitif), namun belum bisa memikirkan keberadaan keduanya secara serempak sehingga baginya perubahan pada satu dimensi membatalkan perubahan pada dimensi lainnya.
- h. Anak belum mampu mengklasifikasi. Misalnya ada 10 kancing dari kayu. 8 kancing berwarna coklat dan 2 kancing berwarna putih. Ketika anak ditanya “lebih banyak mana, kancing berwarna coklat atau seluruh kancing kayu yang ada?” Anak menjawab kancing coklat, tanpa menyadari bahwa kancing coklat dan kancing putih adalah bagian dalam kancing kayu.
- i. Anak berpikir egosentrisme, menganggap segala sesuatu berasal dari satu titik pandang saja. Anak tidak mampu membedakan perspektifnya sendiri dari perspektif orang lain.

- j. Anak belum memahami arti kemenangan. Anak menganggap kalau aku menang, kamu menang juga.
 - k. Anak beranggapan bahwa benda tidak hidup, adalah benda hidup juga (keberjiwaan dunia = world animistic). Misalnya, ketika anak ditanya “apakah matahari hidup?” anak akan menjawab ya karena ia memberikan cahaya. Dia hidup karena memberikan cahaya, dan tidak hidup ketika tidak mampu memberikan cahaya”.
 - l. Anak beranggapan bahwa mimpi itu nyata dan dapat dilihat oleh orang lain. Mimpi itu dianggap sebagai sesuatu yang berasal dari luar (dari malam atau langit, lewat jendela dari cahaya-cahaya di luar).
 - m. Anak memiliki kepatuhan yang membuta pada aturan-aturan yang dipaksakan orang dewasa (heteronomy moral).
- 3. 7-11 tahun disebut sebagai periode operasi-operasi berpikir konkret (operasional konkret)**

Ciri periode ini, yaitu:

- a. Anak sudah memahami pengkonversian zat cair. Anak mengkonversi menggunakan tiga argument yaitu argument identitas, kompensatif, dan inversi. Misalnya, ketika anak mampu menjawab dengan benar cairan yang lebih banyak. Anak menjawab “kita tidak menambahkan atau mengurangi apapun, jadi mestinya jumlah cairan ini tetap sama” ini disebut sebagai argument identitas. Jika jawaban anak “gelas ini memang lebih tinggi dan yang lain lebih lebar, meskipun begitu jumlah cairannya tetap sama” ini disebut sebagai argument kompensatif. Anak menyadari perbedaan perspektif masing-masing orang. Anak sudah mampu bekerja sama. Anak berusaha mengikuti

peraturan-peraturan permainan dan berusaha menang mengikuti peraturan tersebut.

- b. Berangsur-angsur anak meninggalkan label hidup pada objek-objek yang bergerak, dan melabelkannya pada tumbuhan dan hewan.
- c. Anak menyadari kalau mimpi bukan hanya tidak nyata, namun juga tidak terlihat dari luar, berasal dari dalam.
- d. Anak mampu memahami dua aspek suatu persoalan secara serempak membentuk landasan bagi pemikiran sosial sekaligus pemikiran ilmiah. Anak mampu berpikir sistematis berdasarkan tindakan mentalnya (mengacu pada objek-objek yang bisa diindra dan aktivitas riil).
- e. Dalam interaksi sosial anak memahami bukan hanya apa yang mereka katakana tetapi juga kebutuhan pendengarnya.

4. 11 tahun sampai dewasa disebut sebagai periode operasi berpikir formal (operasional formal)

Pada tahapan ini remaja mulai menata pikiran hanya di dalam pikiran mereka sendiri. Kemampuan untuk menalar terkait dengan kemungkinan-kemungkinan hipotesis. Bekerja dengan sistematis untuk mencoba semua kemungkinan. Beberapa orang ada yang mencoba beragam kombinasi/percobaan namun kemudian mencoba untuk menulis dahulu kemungkinan-kemungkinan yang ada sebelum bertindak lebih jauh. Esensi dari penalaran ini adalah pemikiran sistematis tentang hipotesis-hipotesis. Pikiran mencapai derajat kesetimbangan tertinggi. Mulai memikirkan masalah-masalah yang lebih jauh jangkauannya. Kekuatan baru kognitif bisa mengarah pada idealisme, memegang prinsip-prinsip dan ideal-ideal yang abstrak. Egosentrisme pada tahap ini muncul kembali ketika melekatkan kekuatan tak terbatas pada pikiran

mereka sendiri. Mimpi tentang masa depan tanpa mengetesnya pada pikiran yang realistis. Namun kemudian belajar batasan-batasan dan resistensi bagi pikiran-pikiran mereka sendiri. Mereka belajar bahwa konstruksi teoritis dan mimpi (visi utopian = tujuan tertentu yang sulit untuk diwujudkan) akan bernilai jika terkait dengan bagaimana keduanya beroperasi dalam realitas.

5. Perkembangan Afektif

Afektif menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah berkenaan dengan rasa takut atau cinta; mempengaruhi keadaan perasaan dan emosi; mempunyai gaya atau makna yang menunjukkan perasaan (tentang tata bahasa atau makna).

1. Tahap oral (0-1 tahun)

Pada tahap ini zona utamanya adalah mulut dan aktivitas inderawi. Tahapan ini secara umum disebut sebagai tahap kepercayaan versus ketidakpercayaan mendasar. Bayi berusaha untuk menemukan sejumlah konsistensi, prediksi dan realibilitas dalam tindakan pengasuhan. Jika orang tua cukup konsisten dan dapat diandalkan maka bayi mulai mengembangkan kepercayaan mendasar kepada orang tua. Sebaliknya, jika orang tua tidak bisa diprediksi dan tidak bisa dipercaya sehingga tidak akan pernah hadir jika dibutuhkan maka yang berkembang adalah rasa tidak percaya. Bayi yang bisa menyeimbangkan rasa percaya dan tidak percaya ini dengan berhasil maka akan muncul harapan.

2. Tahap anal (1-3 tahun)

Pada tahap ini anak memperoleh kontrol atas otot-otot perutnya sehingga dapat menahan atau menghilangkan dorongan untuk buang hajat sesuai kehendak mereka. Bentuk dasar tahapan ini adalah menahan atau melepaskan. Tahapan umum pada tahapan ini adalah otonomi

versus rasa malu dan ragu-ragu. Anak berusaha melatih kemampuan memilih, melatih kehendak mereka (otonomi). Penekanan yang kuat terhadap kata “tidak”, anak menolak semua kontrol eksternal atas dirinya. Bagi orang tua anak tidak boleh mengatakan tidak, karena mereka hidup dalam masyarakat dan harus menghargai keinginan orang lain. Otonomi muncul dari dalam sebagai sebuah pendewasaan biologis yang mengembangkan kemampuan anak untuk melakukan segala hal dengan caranya sendiri. Sedangkan rasa malu dan ragu-ragu muncul dari kesadaran akan ekspektasi dan tekanan sosial, kesadaran bahwa dirinya tidak begitu berkuasa sehingga orang tua dapat mengontrol dan bertindak lebih baik dari dia.

3. Tahap falik (3-6 tahun)

Pada tahap ini anak memfokuskan ketertarikannya pada alat kelaminnya dan menjadi sangat ingin tahu organ kelaminnya. Anak juga sudah mulai membayangkan dirinya dalam peran orang dewasa, bahkan berani bersaing dengan salah satu orang tuanya untuk memperoleh kasih sayang. Bentuk utama tahap ini adalah intrusi yaitu keberanian, keingintahuan dan persaingan dalam diri anak. Tahapan umum dalam tahap ini yaitu inisiatif versus rasa bersalah. Inisiatif yang berarti sama dengan intrusi, berarti pergerakan kedepan. Lewat inisiatif anak membuat rencana, menetapkan tujuan, dan mempunyai semangat untuk mencapainya, yang pada akhirnya membentuk ambisi tertentu. Namun dalam perjalannya anak mendapati bahwa ambisi tersebut melanggar aturan sosial yang ada dalam masyarakat sehingga rasa bersalah itu muncul pengendalian diri yang baru dimana anak berusaha untuk mencari cara menghubungkan ambisi dengan tujuan sosial.

4. Tahap latensi (6-11 tahun)

Pada tahap ini anak belajar untuk menguasai kemampuan kognitif dan sosial yang penting. Tahap umum dalam tahapan ini adalah industri versus inferioritas. Anak melupakan harapan dan keinginan masa lalu, yang seringkali merupakan harapan dan keinginan keluarganya, dan sangat ingin mempelajari kemampuan budaya masyarakat (industri). Anak belajar untuk bekerja sama dan bermain bersama teman sebayanya.

5. Tahap genital (11 tahun – dewasa)

Pada tahap ini remaja membangun pemahaman baru mengenai dirinya, perasaan tentang dirinya dan apa tempatnya di tatanan sosial yang lebih besar. Tahap utama dalam pentahapan ini adalah identitas versus kebingungan peran. Remaja mencari identitas dirinya, merasa bahwa implus-implus tidak dapat menyatu dengan dirinya, dan pertumbuhan fisik yang sangat cepat telah menciptakan rasa kebingungan identitas. Untuk alasan inilah maka banyak remaja yang menghabiskan banyak waktunya didepan kaca dan memperhatikan penampilannya. Upaya ini dilakukan untuk menghilangkan ketakutannya tidak terlihat baik atau tidak memenuhi harapan orang lain.

6. Perkembangan Psikomotor

Psikomotor secara harfiah berarti sesuatu yang berkenaan dengan gerak fisik yang berkaitan dengan proses mental (kamus besar bahasa Indonesia). Adapun tahapan perkembangan motorik adalah sebagai berikut;

1. Tahap gerakan refleks (0- 1 tahun)

Bentuk gerakan pada tahapan ini tidak direncanakan, merupakan dasar dari perkembangan motorik. Melalui gerak refleks bayi memperoleh informasi tentang lingkungannya, seperti reaksi terhadap

sentuhan, cahaya, suara. Gerakan ini berkaitan dengan meningkatnya pengalaman anak untuk mengenal dunia pada bulan-bulan pertama mengenal kehidupan setelah kelahiran. Oleh karena itu kegiatan bermain sangat penting untuk menolong anak belajar tentang dirinya dan dunia luar. Tahapan gerak refleks terbagi atas dua bentuk yaitu;

1. Refleks sederhana (0-4 bulan)Gerak ini dikelompokkan sebagai kumpulan informasi, mencari makanan, dan respon melindungi. Mengumpulkan informasi membutuhkan rangsangan untuk berkembang. Kemampuan mencari makanan dan respon melindungi merupakan bentuk alami yang dimiliki manusia. contoh gerak refleks sederhana seperti, bertumbuh dan menghisap.
2. Refleks tubuh (4 bulan – 1 tahun)Refleks ini berkaitan dengan saraf motorik untuk keseimbangan, gerakan berpindah (lokomotor) dan manipulative (menjalankan) yang kemudian akan terkontrol. Refleks langkah dasar dan merangkak terkait dengan gerakan dasar untuk berjalan.Perkembangan motorik pada tahap refleks terdiri pula dalam dua tingkatan yang saling bertindihan, yaitu tingkat encoding (mengumpulkan) informasi dan decoding (memproses) informasi.

2. Tahap gerakan permulaan (lahir-2 tahun)

Gerak permulaan ini merupakan bentuk gerak sukarela yang pertama. Dimulai dari lahir sampai usia 2 tahun. Gerakan permulaan membutuhkan kematangan dan berkembang berurutan. Urutan ini terbentuk alami. Rata-rata kemampuan ini didapat dari anak ke anak, meskipun secara biologis, dan lingkungan sangat berperan. Gerakan ini ada sebagai kemampuan untuk bertahan hidup dan merupakan gerakan yang mempersiapkan anak untuk memasuki tahap gerakan dasar. Beberapa gerakan keseimbangan seperti mengontrol kepala, leher, dan

otot badan. Gerakan manipulative seperti menggapai, menggenggam, dan melepaskan; dan gerakan lokomotor seperti, merayap, merangkak, dan berjalan. Gerakan ini terbagi atas dua tahapan, yaitu;

1. Tahap refleks tertahan (lahir-1 tahun) Tahap ini dimulai dari lahir. Peningkatan gerakan bayi ini dipengaruhi oleh perkembangan cortex. Pada tahap ini gerakan sederhana dan gerakan tubuh digantikan dengan gerakan sukarela, namun berbeda dan terpadu karena saraf motorik bayi masih dalam taraf gerakan permulaan. Jika bayi ingin menggapai benda, mereka akan melakukan gerakan menyeluruh yang dilakukan tangan, lengan, bahu, dan ketika menggenggam. Proses Bergeraknya tangan dengan penglihatan terhadap objek, meskipun sukarela, namun terkontrol.
2. Tahap prekontrol (1 – 2 tahun) Usia 1 tahun, anak mulai lebih baik mengontrol gerakannya. Proses ini menggabungkan antara sensori dan sistem motorik dan memadukan persepsi dan informasi motorik kedalam kegiatan yang lebih bermakna. Pada tahap ini, anak belajar untuk dapat menyokong equilibriumnya, untuk memanipulasi objek, dan untuk melakukan gerakan lokomotor melalui lingkungan untuk mengontrol perkembangannya.

3. Tahap gerakan dasar (2-7 tahun)

Gerakan ini muncul ketika anak aktif bereksplorasi dan bereksperimen dengan potensi gerak yang dimilikinya. Tahap ini merupakan tahap menemukan bagaimana menunjukkan berbagai gerak keseimbangan, lokomotor dan manipulative, maupun penggabungan ketiga gerakan tersebut. Beberapa kegiatan lokomotor seperti melempar dan menangkap, dan kegiatan keseimbangan seperti berjalan lurus dan keseimbangan berdiri dengan satu kaki merupakan gerakan yang dapat

dikembangkan semasa kanak-kanak. Tahap ini terbagi atas 3 tingkat, yaitu;

1. Tingkat permulaan (2-3 tahun) Tingkatan ini menunjukkan orientasi tujuan pertama anak pada kemampuan permulaan. Gerakan ini dicirikan dengan kesalahan dan kegagalan bagian gerakan secara berurutan, kelihatan membatasi atau berlebihan menggunakan anggota tubuh, tidak mampu mengikuti ritmik dan koordinasi. Gerakan keseimbangan, lokomotor, dan manipulative benar-benar pada tingkat permulaan.
2. Tingkat elementary (4-5 tahun) Tingkatan ini menunjukkan kontrol yang lebih baik dan gerakan permulaan koordinasi ritmik yang lebih baik pula. Gerak spasial dan temporal lebih meningkat, namun secara umum masih kelihatan membatasi atau berlebihan, meskipun koordinasi lebih baik. Intelegensi dan fungsi fisik anak semakin meningkat melalui proses kematangan.
3. Tingkat mature (6-7 tahun) Tingkatan ini dicirikan oleh efisiensi secara mekanik, koordinasi dan penampilan yang terkontrol. Keahlian manipulative semakin berkembang dalam mengkoordinasi secara visual dan motorik, seperti menangkap, menendang, bermain voli, dsb).

4. Tahap gerakan keahlian (7-14 tahun)

Tahapan ini merupakan tahap gerakan yang semakin bervariasi dan kompleks, seperti gerakan sehari-hari, rekreasi dan olahraga baru. Periode ini merupakan tahap dimana keahlian keseimbangan dasar, gerak lokomotor dan manipulative meningkat, berkombinasi, dan terelaborasi dalam berbagai situasi. Misalnya gerakan dasar melompat dan meloncat,

dikombinasikan kedalam kegiatan menari atau lompat-jongkok-berjalan dalam mengikuti jejak. Tahapan ini terbagi atas 3 tahap, yaitu;

1. Tahap transisi (7-10 tahun) Tahap ini individu mulai mengkombinasi dan menggunakan kemampuan dasarnya dalam kegiatan olahraga. Misalnya, berjalan mengikuti garis lurus, lompat tali, bermain bola, dll. Keahlian pada tahap ini lebih kompleks dan spesifik.
2. Tahap aplikasi (11-13 tahun) Pada tahap ini anak memiliki keterbatasan dalam kemampuan kognitif, afektif dan pengalaman, dikombinasikan dengan keaktifan anak secara alami mempengaruhi semua aktivitasnya. Peningkatan kognitif dan pengalaman anak dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk belajar dan peran anak dalam berbagai jenis aktifitas, individu dan lingkungan. Keahlian kompleks dibentuk dan digunakan dalam pertandingan, kegiatan memimpin dan memilih olahraga.
3. Tahap lifelong utilisasi (14 tahun sampai dewasa) Tahapan ini merupakan puncak proses perkembangan motorik dan dicirikan dengan gerakan yang sering dilakukan sehari-hari. Minat, kompetensi, dan pilihan mempengaruhi, selain faktor uang dan waktu, peralatan dan fasilitas, fisik dan mental, bakat, kesempatan, kondisi fisik dan motivasi pribadi.

C. Penutup

Studi tentang perkembangan gerak mencakup deskripsi dan penjelasan mengenai perilaku gerak manusia sepanjang hidup dengan pertumbuhan perkembangan psikososial, kognitif, afektif dan psikomotorik. Perkembangan hidup manusia secara umum terjadi dalam 5 fase perkembangan, yaitu fase-fase sebelum lahir, bayi, anak-anak,

adolesensi, dan dewasa. Setiap fase perkembangan terjadi pada batasan usia tertentu. Pembatasan setiap fase didasarkan pada kecenderungan karakteristik perkembangan yang terjadi pada kurun waktu tertentu dalam usianya.

D. Daftar Pustaka

- Carbin, Charles B., *A Textbook of Motor Development*, Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers, 1980
- Cratty, Briyant J., *Perceptual and motor Development in Childern*, New Jersey: Prentice-Hal 1988
- Deutsch, J. Anthony dan Deutsch, Diana. *Psykological Psykologi*, Illinois: The Donsey Press, 1973.
- Espenschale, S. Anna dan Eckent, M. Melen, *Motor Development*, Totonto: Charles E. Merril Publishing Company, 1980
- Haywood, Katleen M, *Life Span Motor Depelopment*. Lllinois: Human Kinetices Publishers Inc, 1986.
- <http://martacgristianti.wordpress.com/2009/05/karakteristik-kognitif,afektif-dan-psikomotorik>
- <http://pembelajaran guru.wordpress.com/2008/05/25/teori-perkembangan-anak-%e2%80%93-erickson-dan-gardner/>
- Munn, Noman L., *The Growth of human Behavior*. Boston: Houghton Mifflin Company, 1974
- Papalia, Dlane E. dan Olds, Sally Wendkos, *A Child,s World: Infancy Througk Adollescence*, New York: Mc. Graw Hill Book Company, 1975.
- Piaget , *moral judgement of the Child* (1923)
- Sage, George H, *Introduction to Motor Behavior: A Nueropsycological Approach*, Massachuset : Addison Wesley Publishing Company, 1977