

**PELATIHAN PENGENALAN AKTIFITAS FISIK MOTORIK ANAK USIA  
DINI SE DESA AMPLAS, KECAMATAN PERCUT SEI TUAN,  
KABUPATEN DELI SERDANG**

**Muhammad Noer Fadlan<sup>1)</sup>, Anggi Tias Pratama<sup>2)</sup>**

Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah

Coresponding author: [noerfadlandikti@gmail.com](mailto:noerfadlandikti@gmail.com)

**ABSTRAK**

Anak-anak sangat dekat dengan permainan. Dalam kehidupan sehari-hari, permainan baik tradisional maupun modern selalu dilakukan anak-anak. Permainan yang dilakukan merupakan sesuatu yang dianggap wajib dilakukan sebagai sarana untuk perkembangan fisik motorik bagi Anak Usia Dini. Permainan modern yang sekarang ini sering dimainkan oleh anak-anak di perkotaan lebih cenderung mengasah kemampuan otak daripada kemampuan otot, oleh karena itu kepada para orang tua yang tinggal di perkotaan disarankan lebih memperkenalkan pada anak-anak mengenai jenis-jenis permainan yang lebih melatih kekuatan otot-otot mereka dan permainan tradisional dapat menjadi salah satu solusinya. Permainan tradisionalpun perlahan namun pasti mulai ditinggalkan, karena dianggap kuno serta melelahkan. Padahal jika ditinjau lebih dalam, beragam permainan tradisional secara langsung dapat memberikan kontribusi kepada anak-anak diantaranya berupa: 1) pembentukan fisik yang sehat, bugar, tangguh, unggul dan berdaya saing; 2) pembentukan mental meliputi: sportivitas, toleran, disiplin dan demokratis; 3) Pembentukan moral menjadi lebih tanggap, peka, jujur dan tulus; 4) pembentukan kemampuan sosial, yaitu mampu bersaing, bekerjasama, berdisiplin, bersahabat, dan berkebangsaan. Kata Kunci: Fisik motorik, Permainan Tradisional.

**Kata Kunci** : *aktifitas fisik motorik, anak usia dini, dan Deli Serdang.*

**ABSTRACT**

Children are very close to the game. In everyday life, both traditional and modern games are always done by children. The game performed is something that is deemed mandatory as a means for physical motor development for Early Childhood. Modern games that are currently often played by children in urban areas tend to hone brain skills rather than muscle abilities, therefore parents who live in urban areas are advised to introduce more children to the types of games that train more muscle strength. -their muscles and traditional games can be one solution. Traditional games are slowly but surely becoming obsolete, because they are considered ancient and tiring. Even if it is reviewed more deeply, various traditional games can directly contribute to children including in the form of : 1) physical formation that is healthy, fit, resilient, superior and competitive ; 2) mental formation includes: sportsmanship, tolerance, discipline and democracy ; 3) Moral formation becomes more responsive, sensitive, honest and sincere; 4) formation of social capabilities, namely being able to compete, cooperate, be disciplined, friendly, and national. Keywords: motor physics, traditional games.

**Keywords:** *motoric physical activity, early childhood, and Deli Serdang.*

## 1. PENDAHULUAN

Endang Rini Sukanti (2007:15)[1]. bahwa perkembangan motorik adalah sesuatu proses kemasakan atau gerak yang langsung melibatkan otot-otot untuk bergerak dan proses penerarahan yang menjadi seseorang mampu menggerakkan dan proses penerarahan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan tubuhnya

Gerakan motorik atau adalah suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku gerakan yang dilakukan oleh tubuh manusia. Pengendalian motorik biasanya digunakan dalam bidang ilmu psikologi, fisiologi, neurofisiologi maupun olahraga.

Elizabeth B Hurlock (1978: 159)[2]. menyatakan bahwa perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Gerak ini secara jelas dibedakan menjadi gerak kasar dan halus. Proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak dapat tumbuh secara berbeda satu dan yang lainnya. Pada dasarnya, perkembangan Perkembangan motorik adalah ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana apapun, adalah merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan system dalam tubuh yang dikontrol oleh otak.

Menurut Agoes Dariyo (2007)[3] mengemukakan bahwa yang paling menonjol dan nampak dalam diri individu adalah terjadinya perubahan fisik. Hal ini terbukti dengan adanya perubahan fisik

individu yang terjadi sangat cepat yakni sejak masa konsepsi hingga masa kelahirannya. Kemudian dilanjutkan masa bayi, anak-anak, remaja dan dewasa.

Menurut Bambang Sujiono (2005:10)[4] bahwa gerakan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa. Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.

## 2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dalam edukasi masyarakat dengan survey lokasi dan pemberian informasi. Dengan metode tersebut diharapkan guru/masyarakat dapat benar-benar memahami mengenai keterampilan aktivitas fisik motorik anak usia dini dengan benar, mengembangkan aktivitas fisik motorik dan memodifikasi program latihan pengembangan aktivitas fisik motorik anak usia dini.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dengan diadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tepatnya di Desa Amplas, dengan judul pelatihan pengenalan aktifitas fisik motorik anak usia dini se Desa Amplas, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang guru-guru pendidikan anak usia dini memahami mengenai aktivitas Fisik Motorik Anak Usia Dini dengan Benar. Guru-guru pendidikan anak usia dini mampu menghasilkan inovasi produk yang bersifat mengembangkan pola

gerak dasar aktivitas Fisik Motorik bagi anak Usia Dini.

Guru-guru mampu mengaplikasikan dan memodifikasi program latihan pengembangan aktivitas Fisik Motorik Anak usia Dini. Dengan memodifikasi program latihan fisik anak usia dini, guru dapat merangsang fisik motorik anak usia dini agar fisik anak didik berkembang dengan baik.

Pengembangan pola gerak dasar lokomotor, non lokomotor serta gerakan pola manipulatif yang diprogram dan dilakukan oleh guru-guru dan masyarakat untuk pengembangan fisik motorik ini diharapkan dapat memberikan rangsangan positif bagi perkembangan fisik anak usia dini, pengembangan pola aktivitas fisik tidak hanya dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar pada anggota tubuh anak, namun pola pelatihan ini dapat mengembangkan motorik halus anak usia dini dengan program latihan yang tepat.

Gerakan fisik motorik merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, memerlukan tenaga yang cukup dan posisi pergerakan yang tepat karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.

Perkembangan motorik berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana apapun, adalah merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

##### **KESIMPULAN**

Kegiatan pelatihan pengenalan aktifitas fisik motorik anak usia dini dapat dioptimalkan agar guru-guru dapat mengembangkan fisik motorik anak usia dini dengan pola yang tepat dan dengan kegiatan yang terencana. Guru-guru dapat memodifikasi, mengimplementasikan, dan mengembangkan latihan fisik motorik bagi siswa anak usia dini.

##### **SARAN**

Pemerintah melalui dinas pendidikan harus ikut serta dalam mendukung program pelatihan pengenalan aktifitas fisik motorik anak usia dini yang akan menciptakan generasi muda yang sehat fisik dan pemikirannya.

##### **DAFTAR PUSTAKA**

- Endang R. S. 2005. Pengembangan Motorik. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Elizabeth B Hurlock 1978. Development Psychology. Erlangga. Jakarta
- Agoes Dariyo. 2007. Perubahan Fisik Anak Usia Dini. Universitas Sebelas Maret.
- Bambang Sujiono, Metode Pengembangan Fisik. (Jakarta : Universitas Terbuka, 2005)