

Mata Kuliah : Perkembangan Motorik

Kode Mata Kuliah : IOF 220

Materi 1: Prinsip Perubahan Sepanjang Hidup

Prinsip Perubahan Sepanjang Hidup pada Manusia

Manusia adalah makhluk yang selalu mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Mulai dari dalam kandungan, lahir kemudian menjadi dewasa dan tua, kemudian terjadi perubahan dalam aspek-aspek fisik, motorik, pikiran, emosi dan sosial. Pola-pola perubahan mula-mula bersifat meningkat, kemudian menurun. Peningkatan terjadi dalam proses pertumbuhan, perkembangan, dan kematangan. Penurunan terjadi dalam proses penuaan.

Periodisasi Perkembangan

Pertumbuhan dan perkembangan tidak terputus-putus/meloncat-loncat, misal: satu jam tumbuh, satu jam tidak, sehari tumbuh, sehari tidak. Pertumbuhan dan perkembangan terus berkelanjutan sehingga sulit melihat batas-batas kapan tepatnya setiap aspek perkembangan terjadi. Perkembangan yang pada umumnya terjadi pada kebanyakan orang dalam periode usia tertentu dicatat sebagai kecenderungan sifat perkembangan pada periode usia tertentu.

Tabel 1. Periodisasi Perkembangan Berdasarkan Umur

Fase Perkembangan	Umur
Sebelum lahir (<i>prenatal</i>) <ul style="list-style-type: none">• Awal• Embrio• Janin	Selama 9 bulan + 10 hari Saat pembuahan – 2 minggu 2 sampai 8 minggu 8 minggu sampai lahir
Bayi (<i>infant</i>) <ul style="list-style-type: none">• Neonatal	Sejak lahir sampai 1 atau 2 tahun Sejak lahir sampai 4 minggu
Anak-anak (<i>childhood</i>) <ul style="list-style-type: none">• Anak kecil• Anak besar	1 atau 2 sampai 10 atau 12 tahun 1 atau 2 sampai 6 tahun 6 sampai 10 atau 12 tahun
Adolesensi (<i>adolescence</i>) <ul style="list-style-type: none">• Perempuan• Laki-laki	10 sampai 18 tahun 12 sampai 18 tahun
Dewasa (<i>adulthood</i>) <ul style="list-style-type: none">• Muda• Madya• Tua	18 atau 20 tahun sampai 40 tahun 40 sampai 60 tahun 60 tahun lebih

Istilah yang Digunakan dalam Studi Perkembangan Motorik

1. Pertumbuhan (*Growth*)

Pertumbuhan (*growth*): proses peningkatan yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif, atau peningkatan dalam hal ukuran. Peningkatan karena kesempurnaan dan bukan karena penambahan bagian yang baru. Pada studi perkembangan motorik cenderung digunakan dalam kaitannya dengan peningkatan ukuran fisik.

Contoh pertumbuhan :

- Bertambahnya tinggi badan.
- Bertambahnya lebar panggul.
- Bertambahnya ketebalan dada.
- Bertambahnya berat badan.

2. Perkembangan (*Development*)

Perkembangan (*development*): proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh ke arah keadaan yang makin terorganisasi (bisa dikendalikan) dan terspesialisasi (sesuai kemauan fungsinya masing-masing). Perkembangan bisa terjadi dalam bentuk perubahan kuantitatif dan kualitatif. Perubahan kuantitatif adalah perubahan yang bisa diukur. Perubahan kualitatif adalah perubahan dalam bentuk: semakin baik, semakin lancar, dsb, yang pada dasarnya tidak bisa diukur. “Perkembangan” dan “gerak” apabila disatukan menjadi perkembangan gerak, berarti suatu proses sejalan dengan bertambahnya usia dimana secara bertahap dan bersinambung gerakan individu meningkatkan keadaan sederhana, tidak terorganisasi, dan tidak terampil ke arah penampilan keterampilan gerak yang kompleks dan terorganisasi dengan baik dan pada akhirnya menyertai terjadinya proses menua (menjadi tua) dalam kehidupan normal.

Contoh perkembangan:

- Bayi belum bisa jalan > berjalan tertatih-tatih 2 – 3 langkah > lancar sampai beberapa langkah.
- Anak kecil mula-mula baru bisa pegang bola > memantulkan bola sekali dua kali ke lantai > menggunakan 2 atau 1 tangan berulang kali.

3. Kematangan (*Maturation*)

Kematangan adalah kemajuan yang bersifat kualitatif dalam perkembangan biologis. Perkembangan biologis berkaitan dengan kemajuan seluler, organ dan sistem tubuh. Kematangan merupakan kemajuan yang bersifat instrinsik dan menggambarkan perubahan yang berkembang dalam suatu urutan sejalan dengan bertambahnya usia.

Bersifat instrinsik artinya ada di dalam diri individu atau semata-mata timbul dari dalam diri sendiri, bukan timbul karena faktor dari luar individu.

Contoh:

- Bayi mendekati 1 tahun > berdiri (matang untuk berdiri).
- Anak kecil berjalan > matang untuk berjalan.
- Pada masa puber anak laki-laki > mimpi basah (matang orga reproduksinya)

Tanda-tanda untuk mengetahui perilaku karena proses kematangan dan bukan karena proses belajar adalah:

- Perilaku muncul atau terjadi secara tiba-tiba (bukan didahului belajar).
- Perwujudan pola perilaku terjadi secara utuh dan teratur, tetapi polanya bisa sedikit berbeda antara setiap individu.
- Dalam segi fisik dan biologis terjadi peningkatan integrasi fungsi sistem organ-organ tubuh dan kemampuan reproduksi.

4. Penuaan (*Aging*)

- Penuaan adalah proses penurunan kualitas organik karena bertambahnya usia. Perubahan yang terjadi pada individu setelah mencapai puncak kematangan atau puncak perkembangan. Penuaan merupakan gejala yang menunjukkan adanya penurunan kualitas sel-sel dan organ tubuh, yang mengakibatkan merosotnya kemampuan fisik dan gerak. Contoh penuaan: persendian otot menjadi kaku dan tidak fleksibel, kontrol tubuh menurun, dan integrasi fungsi organ-organ tubuh menurun.