

## PSIKOEDUKASI PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK USIA DINI DI POSYANU MEKAR KELURAHAN PIDADA KECAMATAN PANJANG

<sup>1,2,3,4,5)</sup> **Asri Mutiara Putri\***<sup>1</sup>, **Dewi Lutfianawati**<sup>2</sup>, **Diah Ayu Nurjanah**<sup>3</sup>, **Intan Rahmawati**<sup>4</sup>, **Julianita**<sup>5</sup>  
<sup>1,2,3,4,5)</sup> Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati Bandar Lampung  
Email: [asri@malahayati.ac.id](mailto:asri@malahayati.ac.id)

### Abstrak

Perkembangan Motorik merupakan kemampuan gerak pada anak yang menggunakan otot kasar dan otot halus dan terkoordinasi oleh susunan syaraf secara keseluruhan. Kemampuan motorik ini sangat dibutuhkan oleh anak untuk menjalani aktivitas kesehariannya dan menunjang anak menguasai keterampilan lain yang dibutuhkan selama masa perkembangannya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk memberikan edukasi atau pemahaman terkait pentingnya perkembangan motorik pada anak usia dini. Kegiatan dilaksanakan di di Posyandu Mekar, Kelurahan Pidada, Kecamatan Panjang. Kegiatan penyuluhan dilakukan di Posyandu Mekar GG. Rajawali, RT 06, Lingkungan 3, Kelurahan Pidada, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung dengan peserta atau subjek orangtua yang datang ke Posyandu tersebut. Kegiatan psikoedukasi dilakukan dengan media flyer untuk memudahkan orang tua memahami informasi yang diberikan. Berdasarkan hasil pretes dan post test, ditemukan peningkatan pengetahuan orang tua terkait perkembangan motorik anak dimana sebelumnya pengetahuan orang tua sebagian besar berada dalam kategori cukup meningkat menjadi kategori baik. Kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini dapat dilanjutkan dengan memperluas cakupan peserta di kecamatan lain di Bandar Lampung. Selain itu, psikoedukasi juga dapat ditambahkan terkait aspek perkembangan anak yang lain, selain perkembangan motorik.

**Kata kunci:** Psikoedukasi, Perkembangan Motorik, Anak Usia Dini

### Abstract

*Motor development is the ability to move in children using gross and smooth muscles and coordinated by the nervous system as a whole. These motor skills are needed by children to carry out their daily activities and support them to master other skills needed during their development. This community service activity is carried out to provide education or understanding to parents regarding the importance motor skill development in early childhood. This activity carried out in the Mekar Posyandu, Pidada Village, Panjang District. The outreach activities were carried out*

*at the Mekar GG Posyandu. Rajawali, RT 06, Neighborhood 3, Pidada Village, Panjang District, Bandar Lampung City with participants or parents who came to the Posyandu. Psychoeducation activities carried out through flyer distribution to make it easier for parents to understand the information provided. Based on the result of pre test and post test, it was found that there was an increase in parental knowledge related to children's motor development, where previously most of the parents' knowledge was in the moderate category, increasing to a good category. Community service activities like this can be continued by expanding the coverage of participants in other sub districts in Bandar Lampung. In addition, psychoeducation can also be added related to other aspects of child development, in addition to motor development.*

**Keywords:** *psychoeducation, motor development, early childhood*

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Anak merupakan generasi penerus yang dibesarkan dengan penuh harapan dari lingkungan sekitarnya, tumbuh dan berkembang dengan baik dan sehat merupakan salah satu harapan bagi setiap orang tua terhadap anaknya. Peran orang tua sangatlah penting untuk memaksimalkan perkembangan anak, masa balita dengan rentang usia perkembangan 0 – 5 tahun merupakan masa paling penting dalam siklus perkembangan pada anak yang sering di sebut dengan *Golden Age* atau masa keemasan, dimana anak lebih merasa peka dan sensitif terhadap rangsangan atau stimulus yang diberikan (Eva Kristiani, 2018)

Pertumbuhan dan perkembangan pada anak merupakan proses bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, sosialisasi, dan kemampuan kemandirian (Direktorat Kesehatan Departmen Kesehatan Keluarga, 2016). Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang juga paling penting dan berpengaruh terhadap perkembangan pada suatu individu secara keseluruhan (Eva Kristiani, 2018).

Perkembangan motorik merupakan perkembangan gerakan yang di kontrol melalui kegiatan pada pusat syaraf, urat syaraf, dan otot syaraf yang terkoordinasi (Hurlock, 1998). Perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar melibatkan otot – otot besar sedangkan motorik halus melibatkan otot – otot kecil (Fitriani & Adawiyah, 2018)

Pada faktanya, tidak banyak orangtua yang mengerti tentang pentingnya mengetahui perkembangan motorik kasar dan motorik halus pada balita. Diketahui dalam sebuah penelitian yang menunjukkan tingkat pemahaman orangtua terhadap pentingnya motorik kasar dan motorik halus pada balita dengan hasil penelitian mengetahui bahwa dari 32 responden pengetahuan orangtua terhadap perkembangan motorik pada balita dengan kategori baik sebanyak 3 orang (9,37%), berpengetahuan sedang sebanyak 8 orang (25 %), dan berpengetahuan rendah sebanyak 21 orang (65,62%) (Saputra & Yunus, 2017).

Dengan demikian, harapannya orangtua dapat mengetahui segala segi perkembangan pada anak, agar anak dapat memiliki perkembangan yang optimal secara keseluruhan di masa kini dan yang akan mendatang.

### **Identifikasi dan Perumusan Masalah**

Berdasarkan survey yang telah dilakukan di kelurahan Pidada Kecamatan Panjang, kami menemukan bahwa para orangtua belum memahami cara melatih motorik pada anak karena kurangnya pengetahuan yang mereka dapatkan. Melihat dampak yang akan terjadi jika kurangnya pelatihan motorik pada anak, maka dalam program pengabdian masyarakat ini akan diselenggarakan psikoedukasi tentang perkembangan motorik pada anak untuk meningkatkan pengetahuan orangtua agar dapat melatih sendiri anaknya dirumah sesuai dengan tahap perkembangannya.

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **a. Tahap Persiapan**

Kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Pidada Kecamatan Panjang ini berbentuk psikoedukasi. Sebelum melakukan kegiatan, terdapat beberapa persiapan yang perlu dilakukan yaitu mempersiapkan *pre test* dan *post test*, materi, *flyer* dan perlengkapan lainnya. Kegiatan psikoedukasi melibatkan pihak kader Posyandu sebagai penyedia tempat serta ikut serta dalam membantu jalannya kegiatan.

#### **b. Tahap Pelaksanaan**

Kegiatan penyuluhan dilakukan di Posyandu Mekar GG. Rajawali, RT 06, Lingkungan 3, Kelurahan Pidada, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung dengan peserta orangtua yang datang ke Posyandu tersebut. Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan *flyer* yang berisi tentang tahap perkembangan motorik kasar dan halus pada anak. Materi yang disampaikan yaitu tentang perkembangan motorik beserta cara melatih motorik anak serta pentingnya melatih motorik anak. Sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan, peserta diberikan *pre test* dan *post test* untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman orangtua terkait materi yang telah disampaikan.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan pada orang tua yang melaksanakan posyandu di salah satu desa kelurahan Pidada yaitu Posyandu Mekar yang berada di GG. Rajawali, RT 06, Lingkungan 3, Kelurahan Pidada, Kecamatan Panjang, Kota Bandar Lampung berjumlah 5 orang. Kegiatan Psikoedukasi secara umum berjalan dengan lancar dan pihak posyandu pun turut membantu mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta yang hadir. Sebelum melakukan kegiatan, peserta diberikan *pre tes* terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi yang memaparkan tentang perkembangan motorik pada anak usia dini.

#### **a. Perkembangan Motorik**

Menurut Kementerian Kesehatan (2016) Perkembangan adalah penambahan akan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian. Perkembangan juga merupakan hasil interaksi kematangan antara otak dengan organ yang dipengaruhinya, seperti

perkembangan sistem neuromuskuler, kemampuan bicara, emosi dan sosialisasi. Perkembangan adalah suatu proses perubahan pada kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh ke arah keadaan yang semakin terorganisasi dan terspesialisasi. Sedangkan Perkembangan motorik merupakan perkembangan gerakan yang di kontrol melalui kegiatan pada pusat syaraf, urat syaraf, dan otot syaraf yang terkoordinasi (Hurlock, 1998). Perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar melibatkan otot – otot besar sedangkan motorik halus melibatkan otot – otot kecil (Fitriani & Adawiyah, 2018).

## **Macam-macam Kemampuan Motorik**

### **1. Motorik Kasar**

Motorik kasar adalah kemampuan anak dalam melakukan pergerakan dan sikap tubuh dengan melibatkan otot-otot besar seperti duduk, berdiri, dan sebagainya (Kemkes RI : 2006). Sedangkan dalam modul *Hakikat Perkembangan Motorik dan Tahap Perkembangannya* Gerakan motorik kasar adalah kemampuan anak yang membutuhkan koordinasi dari sebagian besar bagian tubuh. Lebih lanjut Motorik kasar adalah gerakan fisik yang melibatkan otot-otot besar, seperti otot lengan, kaki, dan leher.

Ada 3 (tiga) jenis gerakan dalam motorik kasar, yaitu

#### **a. Gerak lokomotor**

Gerak lokomotor adalah aktivitas gerakan yang memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Contoh : melangkah, berjalan, berlari, melompat, merangkak, dan lain-lain.

#### **b. Gerak nonlokomotor**

Gerak nonlokomotor adalah aktivitas yang dilakukan tanpa adanya perpindahan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Contoh: Gerakan-gerakan memutar bagian tubuh (kepala, lengan, pinggang, kedua lutut, pergelangan kaki, dan pergelangan tangan), membungkukkan tubuh, dan gerak pesawat terbang.

#### **c. Gerak manipulatif**

Gerak manipulatif adalah aktivitas yang dilakukan tubuh yang memerlukan bantuan berupa alat. Contoh: melempar, menangkap, menggiring, menendang, memantulkan bola atau benda- benda lainnya. Kemampuannya untuk melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari.

## **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Menurut Aida Farida dalam Widia Rahayu (2020) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pada proses perkembangan motorik kasar anak usia dini antara lain:

- 1) Kematangan, kematangan saraf sangat mempengaruhi Kemampuan anak dalam melakukan gerakan motorik.
- 2) Gizi, asupan gizi yang baik akan menciptakan kondisi fisik yang baik, sehingga dapat bergerak dan beraktifitas secara aktif dalam menggunakan anggota tubuhnya.
- 3) Obesitas (kelebihan berat badan)
- 4) Jenis Kelamin
- 5) Latihan
- 6) Motivasi
- 7) Pengalaman, pengalaman gerak merupakan dasar bagi pengalaman berikutnya.
- 8) Urutan Perkembangan, proses perkembangan fisik manusia berlangsung

secara berurutan, dari gerakan yang belum terarah kepada yang lebih terarah kemudian sampai mampu menggabungkan gerakan yang berlawanan dengan koordinasi gerakan yang baik.

### **Manfaat Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Ada beberapa manfaat perkembangan motorik kasar menurut Sujiono dalam Widia Rahayu (2020) yaitu untuk meningkatkan kemampuan anak dalam mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, juga meningkatkan keterampilan tubuh serta cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang ideal.

## **2. Motorik Halus**

Motorik halus adalah kemampuan anak dalam melakukan gerakan dengan melibatkan otot-otot kecil, dan memerlukan koordinasi yang cermat seperti menggantung, merobek, menggambar, menulis, melipat, meronce, menjahit, meremas, menggenggam, menyusun balok, meringis, melotot, tertawa, dan sebagainya.

### **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini**

Menurut Rumini dan Sundari dalam Widia Rahayu (2020) faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik halus anak usia dini, antara lain yaitu:

1) Faktor Genetik

2) Faktor Kesehatan dan Periode Pranatal

Janin yang selama dalam kandungan dalam keadaan sehat, tidak keracunan, tidak kekurangan gizi, tidak kurang vitamin dapat membantu memperlancar perkembangan motorik anak.

3) Faktor Kesulitan dalam Kelahiran

4) Kesehatan dan Gizi

Kesehatan yang baik pada awal kehidupan pasca lahir akan mempercepat perkembangan motorik bayi.

5) Rangsangan

Adanya rangsangan, bimbingan dan kesempatan anak untuk menggerakkan semua bagian tubuh, akan mempercepat perkembangan motorik anak.

6) Perlindungan yang berlebihan

7) Prematur

8) Kelainan

Individu yang mengalami kelainan, baik fisik maupun psikis, sosial, mental, biasanya mengalami hambatan perkembangan motorik.

### **Manfaat Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini**

Husdarta dan Nurlan Kusmaedi mengemukakan beberapa manfaat perkembangan motorik halus anak usia dini antara lain:

1) Keterampilan menolong diri sendiri

Seperti : makan, mandi, dan menyelesaikan tugas secara mandiri.

2) Keterampilan menolong orang lain

Seperti: membantu menyapu, dan membersihkan papan tulis.

3) Keterampilan sekolah

Seperti: menggambar, melukis, menulis, mewarnai, dan menari

- 4) Keterampilan bermain  
Seperti bermain boneka, bermain balok, dan lain-lain.

### **Tahap-tahap Tumbuh Kembang Anak**

Dalam buku *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak* dijelaskan bahwa tahap tumbuh kembang anak dibagi menjadi 4 tahap, yaitu :

1. Masa Prenatal (janin dalam kandungan)  
Tahap terpenting pada masa ini adalah trimester pertama kehamilan. Pada tahap ini otak janin tumbuh sangat peka terhadap pengaruh lingkungan. Kekurangan gizi pada ibu hamil, infeksi, merokok dan asap rokok, minuman beralkohol, obat-obat, bahan-bahan toksik, pola asuh, depresi berat, serta faktor psikologis seperti kekerasan terhadap ibu hamil, dapat menimbulkan pengaruh buruk bagi pertumbuhan janin dan kehamilan.
2. Masa bayi (*infancy*) umur 0 - 11 bulan.  
Pada masa ini, mulai terjadi adaptasi terhadap lingkungan dan perubahan pada sirkulasi darah, sertamulainya berfungsi organ-organ. Dan ketika usia bayi berumur 29 hari - 11 bulan, akan terjadi pertumbuhan yang pesat dan proses pematangan berlangsung secara terus menerus terutama meningkatnya fungsi sistem saraf.
3. Masa balita (umur 12-59 bulan).  
Ketika anak masuk pada masa ini, kecepatan pertumbuhan anak mulai menurun namun terdapat kemajuan dalam perkembangan motorik (gerak kasar dan gerak halus) serta fungsi ekskresi. Dan periode penting dalam tumbuh kembang anak yaitu ketika anak memasuki masa balita. Karena pertumbuhan dasar yang berlangsung pada masa balita akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya.
4. Masa anak prasekolah (umur 60 - 72 bulan).  
Pada masa ini, pertumbuhan berlangsung dengan stabil. Terjadi perkembangan dengan aktivitas jasmani yang bertambah dan meningkatnya ketrampilan dan proses berfikir.

### **Beberapa gangguan motorik yang sering ditemukan**

Ada banyak sekali gangguan tumbuh kembang yang biasa dialami, seperti:

- 1) Muscular distrofi, yaitu keterlambatan dalam kemampuan berjalan.
- 2) Cerebral palsy, yaitu suatu kelainan gerakan dan postur tubuh yang tidak progresif, akibat suatu kerusakan/gangguan pada sel-sel motorik pada susunan saraf pusat yang sedang tumbuh/belum selesai pertumbuhannya.
- 3) Clumsy child syndrome
- 4) Perawakan Pendek.
- 5) Dan lain-lain.

### **Stimulasi yang dapat meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini**

Stimulasi yang diberikan guna meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini (Yenny; 2017) dibagi menjadi 2, yaitu:

1. Stimulasi untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar
  - a. Naik turun tangga

- b. Melompat
  - c. Berjalan di atas garis
  - d. Berdiri satu kaki
  - e. Berjalan jinjit
  - f. Melempar, menangkap, dan menendang bola
2. Stimulasi untuk meningkatkan perkembangan motorik halus
- a. Membangun menara
  - b. Membangun jembatan
  - c. Meniru gambar bentuk
  - d. Menggambar
  - e. Melipat kertas
  - f. Memasukkan kelereng ke botol
  - g. Memindahkan koin
  - h. Makan dan minum
  - i. Mandi

Selama pemberian materi peserta tampak antusias dan memperhatikan materi. Di akhir sesi penyampaian materi, moderator memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Namun pada sesi diskusi dan tanya jawab, tidak ada peserta yang memberikan pertanyaan karena mereka menganggap sudah memahami materi yang disampaikan.





Gambar 1. Kegiatan Psikoedukasi di Posyandu Mekar Kelurahan Pidada

Dalam kegiatan ini, peserta diberikan *pre* dan *posttest* untuk mengetahui keberhasilan dari psikoedukasi yang dilakukan. *Pre* dan *posttest* yang diberikan berisi 5 pertanyaan terkait pemahaman orang tua tentang perkembangan motorik pada anak usia dini. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan ditemukan terjadi peningkatan pemahaman orang tua akan perkembangan motorik pada anak usia dini. Hal ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 1  
*Persentase Pengetahuan Orang Tua Sebelum dan Sesudah Psikoedukasi*

Kategori	Persentase <i>Pretest</i>	Persentase <i>Post Test</i>
Baik	0%	100%
Cukup	80%	0%
Kurang	20%	0%

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa pada saat *pre test*, sebagian besar orang tua memiliki pengetahuan kategori cukup yaitu sebesar 80% dan tidak ada orang tua yang memiliki pengetahuan baik. Selanjutnya setelah diberikan psikoedukasi, skor *post test* orang tua cenderung meningkat, yaitu seluruh orang tua memiliki pengetahuan yang baik (100%).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk psikoedukasi yang bertujuan untuk memberikan wawasan dan pemahaman orang tua terkait perkembangan motorik pada anak usia dini. Pemahaman orang tua terkait hal ini sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan perkembangan si buah hati agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan dapat dikatakan psikoedukasi berhasil meningkatkan pengetahuan orang tua tentang perkembangan motorik pada anak usia dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Kesehatan Departmen Kesehatan Keluarga. (2016). Pedoman pelaksanaan Stimulasi deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak. *Kementerian Kesehatan RI*, 53–82.
- Eva Kristiani. (2018). Berguna dari Clap hand games untuk mengoptimalkan aspek cognivite dalam pendidikan anak usia dini. *Prodi PG-PAUD Universitas Pahlawan Tuanku Tembusai*, 2(2), 162–169.
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Hurlock, E. B. (1998). Psikologi Perkembangan: pendekatan sepanjangrentangkehidupan. *Jakarta: Erlangga*.
- L.Puspita, M. Umar. *Perkembangan motorik Kasar dan motorik halus ditinjau dari pengetahuan ibu tentang pertumbuhan dan perkembangan anakusia 4-5 tahun*. *Wellness and healthy Magazine*.: 2020
- M.Amini, B.Sujiono, S. Aisyah. *Hakikat Perkembangan Motorik dan Tahap Perkembangannya: 2010* atau <https://pustaka.ut.ac.id/lib/wp-content/uploads/pdmpk/PAUD4202-M1.pdf>
- Saputra, R., & Yunus, M. K. (2017). *Tingkat Pengetahuan Orang Tua Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Balita Di PAUD Kasih Ibu bengkalis*. 58.
- Yenny. *Gambaran Perkembangan Motorik Anak Usia 5-6 Tahun yang Bermain Games Gadget*. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia: 2017*