

Perkembangan Fisik Peserta Didik Individu di SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang

¹ Rifki Fali, ² M. Fadhil Ardhiyansyah, ³ Nugraha Aditama Putra Perdana, ⁴ Loveyanni Marito Benedikta Gorat, ⁵ M. Fattah, ⁶ Laili Tanzila, ⁷ Muhammad Fahri Hafiz, ⁸ Alfi Rahmadhani, ⁹ Tirta Yasa Agung Barus, ¹⁰ Waliyul Maulana Siregar

¹ Mahasiswa Prodi Pendidikan Teknologi Informatik dan Komputer, FT - UNIMED

² Dosen Prodi Pendidikan Teknologi Informatik dan Komputer, FT - UNIMED

Email: Rifkifali.5233151020@mhs.unimed.ac.id, fadhilardiansyah0867@gmail.com,
nugrahaaditama73@gmail.com, muhammadfattah3293@gmail.com,
Lailitanzila.5231151012@mhs.unimed.ac.id, fahrihafiz64@gmail.com,
alfirahmadhani739@gmail.com, tirtabarus294@gmail.com,

Abstract. Physical growth is the process of change that occurs in the size, shape and structure of an individual's body as they age. In the context of education, understanding physical growth is very important as it can affect the learning process and overall development of learners. In essence, growth emphasises the physical changes of each child. At this time they need balanced nutrition, so that physical growth can be in accordance with the stages that should be. Growth is expected to be in accordance with the developmental tasks that must be passed. This study uses a survey approach research method which is part of a quantitative approach, with observation, interview, questionnaire filling, and documentation techniques. The research subjects were principals, teachers, parents, and students. The results showed that there are differences in how to educate children in the past era with the current one, and also in accordance with what we read in journals and books that are the reference of this research.

Key words: growth, physical, development, motor

Abstrak. Pertumbuhan fisik adalah proses perubahan yang terjadi dalam ukuran, bentuk, dan struktur tubuh individu seiring dengan perkembangan usia. Dalam konteks pendidikan, pemahaman terhadap pertumbuhan fisik sangat penting karena dapat memengaruhi proses belajar dan perkembangan peserta didik secara keseluruhan. Pada intinya, pertumbuhan penekanannya ada perubahan fisik dari setiap anak. Pada masa ini mereka membutuhkan nutrisi yang seimbang, supaya pertumbuhan fisik dapat sesuai dengan tahapan yang seharusnya. Pertumbuhan diharapkan sesuai dengan tugas perkembangan yang harus dilalui. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pendekatan survey yang termasuk bagian dari pendekatan kuantitatif, dengan teknik observasi, wawancara, pengisian angket, dan dokumentasi. Subjek penelitian adalah kepala sekolah, guru, orang tua murid, dan murid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perbedaan cara mendidik anak di era zaman yang dulu dengan yang sekarang, dan juga kesesuaian dengan apa yang kami baca di jurnal dan buku yang merupakan sebagai rujukan penelitian ini.

Kata kunci: pertumbuhan, fisik, perkembangan, motorik

PENDAHULUAN

Pertumbuhan fisik adalah proses perubahan yang terjadi dalam ukuran, bentuk, dan struktur tubuh individu seiring dengan perkembangan usia. Dalam konteks pendidikan, pemahaman terhadap pertumbuhan fisik sangat penting karena dapat memengaruhi proses belajar dan perkembangan peserta didik secara keseluruhan.

Perlu diketahui bahwa pertumbuhan dan perkembangan secara fisik dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri anak dan lingkungan sekitarnya. Selain itu, Perkembangan fisik dapat mempengaruhi anak untuk memandang dirinya sendiri dan orang lain, hal ini tercermin dari pola penyesuaian diri anak secara umum. Menurut Winarsih (2021, hlm. 56) perkembangan fisik meliputi perkembangan motorik (motor development) adalah perubahan yang terjadi secara progressif pada kontrol dan kemampuan untuk melakukan gerakan yang diperoleh melalui interaksi antara faktor kematangan (maturation) dan latihan atau pengalaman (experiences) selama kehidupan yang dapat dilihat melalui perubahan/pergerakan yang dilakukan. Perkembangan fisik merupakan faktor utama dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Menurut Murni (2017, hlm. 19) perkembangan fisik merupakan dasar bagi kehidupan selanjutnya dengan meningkatnya perkembangan fisik berat badan maupun tinggi badan, memungkinkan anak untuk lebih aktif dan berkembang keterampilan fisiknya, dan juga berkembangnya eksplorasi terhadap lingkungan tanpa bantuan orang tuanya. Pada intinya, pertumbuhan penekanannya ada perubahan fisik dari setiap anak. Pada masa ini mereka membutuhkan nutrisi yang seimbang, supaya pertumbuhan fisik dapat sesuai dengan tahapan yang seharusnya. Pertumbuhan diharapkan sesuai dengan tugas perkembangan yang harus dilalui. Bagaimana keluarga memegang peranan penting terhadap pertumbuhan yang terjadi sejak awal proses pembuahan dan proses anak itu lahir. Seluruh proses yang dihadapi berdampak terhadap pertumbuhan.

Maka dari itu sampel yang akan kami teliti adalah sekolah SD IT AL HIJRAH 2 Deli Serdang demi memperdalam mengenai perkembangan fisik anak untuk mengetahui dijamin sekarang apakah ada perkembangan yang terjadi mengenai pemikiran dan perubahan karena adanya teknologi yang semakin canggih.

Metodologi Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan suatu langkah yang dilakukan penulis untuk mengumpulkan data dan melakukan penelitian dari data yang telah didapatkan metode penelitian memiliki berbagai macam jenis dalam pengambilan hasil data. Seperti penelitian ini menggunakan metode pendekatan survey yang termasuk bagian dari pendekatan penelitian kuantitatif, yaitu menurut Sugiyono, (2017) metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan filsafat postivisme yang digunakan untuk meneliti pada sample tertentu, pengumpulan data,

analisis data, yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dikerjakan. Peneliti menggunakan penelitian survey dikarenakan peneliti dapat langsung mengetahui bagaimana sikap responden terhadap pertanyaan-pertanyaan yang telah diberikan oleh peneliti.

2. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Neuman W Lawrence, teknik pengumpulan data pada metode penelitian survei adalah mengambil respon, pendapat, dan tanggapan dari sekelompok orang tentang objek penelitian. Pertama, peneliti melakukan observasi ke SD IT AL HIJRAH 2 Deli Serdang. Yang dimana peneliti melakukan pengamatan dan mem videokan suasana dari sekolah tersebut. Kedua, peneliti menggunakan angket yang berisi pertanyaan/pernyataan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan fisik anak dan program apa saja yang dilaksanakan. Ketiga, peneliti melakukan wawancara untuk informasi lebih jelas dan pendapat ataupun saran dari empat objek yaitu: kepala sekolah, guru, orang tua dan murid/anak. Dan yang terakhir, peneliti melakukan studi kasus dalam penelitian untuk mendalami kasus secara spesifik yang berdasarkan dari pengumpulan data yang dilakukan.

Dapat disimpulkan bahwa teknik pengumpulan data pada metode penelitian survei melibatkan penggunaan alat-alat seperti kuesioner, angket, wawancara, atau skala yang disebarkan kepada sampel populasi untuk mendapatkan data yang valid, reliabel, dan representatif.

3. Langkah Penelitian

Adapun alat yang kami gunakan yaitu lembar angket dan wawancara beserta HP. Dalam pelaksanaan penelitian ini terdiri dari 9 orang. Pelaksanaan penelitiannya yaitu:

1. Dengan meminta persetujuan untuk melakukan penelitian di SD IT AL HIJRAH 2 Deli Serdang.
2. Meminta izin kepada guru yang bersangkutan untuk melakukan observasi di kelas.
3. Memperkenalkan diri dan memulai pembagian tugas.
4. Mulai melakukan wawancara dan memberikan angket yang dimana setiap wawancara dilakukan oleh dua orang. Yaitu terhadap kepala sekolah, guru, orang tua, dan murid.
5. Mengarahkan dan memberikan petunjuk dalam pengisian angket.
6. Mengumpulkan data berupa video dan angket yang telah selesai dilaksanakan.
7. Mengambil dokumentasi bersama tenaga pendidik.
8. Selanjutnya meminta izin untuk pamit kepada pihak yang bersangkutan seperti guru yang berada di kelas dan kepala sekolah.

9. Melakukan pengolahan data dan analisis lalu merangkum kemudian akan membuat kesimpulan dari hasil dari penelitian.

HASIL

Hasil yang peneliti dapatkan terkait perkembangan fisik di SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang, yang pertama dapat kami simpulkan hasil dari wawancara terkait keputusan dan kebijakan dari kepala sekolah SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yang bernama Novi Elisa Harahap, yaitu:

Upaya yang dilakukan Mengadakan kegiatan senam, mengadakan kegiatan outbon dan menyarankan anak anak untuk membawa bekal makan 4 sehat 5 sempurna. Lalu program khusus yang diberikan terhadap peserta didik mengenai perkembangan fisik itu ada, seperti pelaksanaan outbon yang dilakukan 3 tahun sekali dan menjelaskan masa pubertas kepada siswa/I yang berada di bangku kelas 6 yang langsung dijelaskan oleh dokter. Kepala sekolah SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang juga melakukan kerja sama terhadap orang tua peserta didik, yaitu menganjurkan kepada orang tua murid agar membawakan bekal 4 sehat 5 sempurna kepada siswa/I dan sekolah tidak menyediakan kantin tetapi sekolah menyediakan ketring untuk anak dengan makanan 4 sehat 5 sempurna.

Lalu kepala sekolah SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang juga menyediakan p3k dan ditambah adanya uks yang dijaga langsung oleh bidan, agar pada saat peserta didik bermain bebas di saat istirahat terjadi cedera agar dapat lebih mudah dan terjaga. Pihak sekolah juga memberikan fasilitas olahraga seperti lapangan sepak bola, basket dan lain-lain.

Hasil beberapa pernyataan angket yang diberikan kepada Ibu Novi Elisa Harahap yang merupakan Kepala Sekolah SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN
1.	Aktif mengawasi kegiatan ekstrakurikuler yang di ikuti siswa/i	Tidak
2.	Ikut berpartisipasi pada kegiatan senam pagi	Ya
3.	Menyediakan fasilitas olahraga di sekolah	Ya
4.	Mebuat kebijakan melakukan senam pagi mminimal 2 kali seminggu	Tidak
5.	Berupaya meghindari bullying di sekolah	Ya

Yang kedua, dapat kami simpulkan hasil dari wawancara terkait cara mengajar dan proses pembelajaran dari guru yang bernama Rahima Lubis SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

Salah satu guru di SD IT Al Hijrah mengatakan bahwa. “Untuk proses pembelajaran yang mendukung perkembangan fisik cenderung pada mata pelajaran olahraga. Untuk mata pelajaran lain, misalnya PKN. Guru-guru akan mengadakan ekskursi dan outbond”. Lalu cara khusus yang diberikan untuk pembelajaran tentang perkembangan fisik peserta didik tidak menentu. Setiap guru masuk ke kelas yang berbeda-beda. Maka guru-guru tersebutlah yang menentukan apa yang terbaik untuk kelas tersebut. Lalu guru-guru akan mengamati dan mendata berat badan dan tinggi peserta didik, lalu diserahkan kepada orang tua peserta didik melalui grup. Dan guru-guru juga mengamati perkembangan motorik peserta didik dengan cara mengamati melalui kegiatan sehari-hari peserta didik.

Hasil beberapa dari pernyataan angket yang diberikan kepada Guru yang bernama Rahima Lubis SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

NO	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Menganjurkan agar siswa/i rajin minum air putih	Ya
2.	Menanamkan pola hidup sehat	Ya
3.	Mengedukasi siswa/i mengenai perkembangan fisik yang baik	Ya
4.	Mengawasi aktivitas siswa/i di waktu istirahat	Ya
5.	Mengecek tinggi dan berat badan siswa/i lalu membuat laporan data siswa/i setiap semester ataupun pertahun	Tidak

Yang ketiga, dapat kami simpulkan hasil dari wawancara terkait cara mendidik anak dan pandangan dari orang tua murid yang bernama Fitriani SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

Cara orang tua murid dalam mendidik anaknya yaitu, harus adanya komunikasi yang saya terapkan supaya apa yang kita lakukan dirumah, membuat peraturan dirumah dia sudah siap untuk menerima peraturan itu, tetapi kalo komunikasi kita tidak baik kita hanya membuat peraturan saja namun tidak kita tidak komunikasikan dengan anak itu tidak akan baik, tidak akan sehat contohnya kita buat peraturan dirumah tetapi kita sebelumnya belum ada komunikasi nih, kita hanya bilang kamu tidak boleh nonton kita sebelumnya belum ada kesepakatan, belum ada perjanjian maka si anak tidak akan melakukan peraturan yang kita buat dan si anak tidak akan melakukan apa yang kita sampaikan nah jadi kesimpulannya harus ada kesepakatan antara orangtua dengan si anak

tersebut. Lalu cara orang tua dalam mengedukasi anak dalam perkembangan fisiknya yaitu, seringnya interaksi kita ke anak tepatnya menemani dia dan kita sebagai orangtua harus kontinuitas menemani dia dalam belajar, dalam segi akademik atau segi dia bermain hari-hariannya, kita harus memantau dan juga menemani bukan orangtua tu bekerja trus tidak menemani dan saya sebagai orang tua walaupun bekerja saya tetap menemani anak dan saya bisa mengontrolnya saya tidak sekedar memerintah tapi tidak mendampinginya jadi kita tidak tau akan perkembangannya tapi jika kita sudah mendampinginya kita tau titik jenuhnya dimana, titik temunya dimana kalo selama ini saya melakukan pendekatan komunikasi jadi nanti kalo pendekatan komunikasi kita kurang maka kita tidak akan tau mengonstruisikannya dengan sianak dan itulah pentingnya pendekatan komunikasi antara orangtua dan anak nya.

Hasil beberapa dari pernyataan angket yang diberikan kepada Orang Tua Murid yang bernama Fitriani SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

NO	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Mengontrol makanan anak agar teratur	Ya
2.	Memberikan makanan yang sehat dan bernutrisi kepada anak	Ya
3.	Membiasakan anak memakai pakaian yang bersih	Ya
4.	Menyediakan bekal anak untuk di bawa kesekolah	Ya
5.	Mengontrol anak menggunakan sepeda ataupun sepeda motor	Ya

Yang ketiga, dapat kami simpulkan hasil dari wawancara terkait bagaimana seorang murid yang bernama syifa SD IT Al Hijrah 2 Deli Serdang yaitu:

Aktivitas fisik yang paling di sukai ketika berada di luar kelas yaitu, basket. Lalu perasaan dari syifa ketika bermain permainan fisik atau olahraga di sekolah yaitu, senang. Karena waktu bermain olahraga itu saya dapat bersenang – senang dengan teman – teman saya. Olahraga yang sulit dan menantang menurut syifa yaitu, voli, karena permainan voli itu banyak teknik yang perlu dilakukan, jadi saya merasa tertantang ketika memainkannya. Dan menurut keterangan dari syifa mengenai bagaimana guru membantu dalam perkembangan fisiknya yaitu, membantu dengan teori – teori dan praktek yang diberikan oleh guru.

Manfaat

Adapun Manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian di atas, yaitu: Kesadaran Universal: Menunjukkan kesadaran akan pentingnya pendekatan holistik yang melibatkan sekolah, guru, orang tua, dan murid dalam mendukung perkembangan fisik anak. Sangat penting untuk bekerja

sama: Menegaskan bahwa sekolah, guru, dan orang tua harus bekerja sama untuk membuat lingkungan pendidikan yang mendukung perkembangan fisik anak. Penekanan yang Diberikan pada Pendidikan Kesehatan: Melalui peran sekolah dalam mengajarkan orang tua dan murid tentang kesehatan, termasuk nutrisi dan olahraga. Responsibilities Guru dalam Pembelajaran Aktif: Menggaris bawahi peran guru dalam menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, dan melibatkan kegiatan fisik untuk menghindari kebosanan dan meningkatkan minat belajar. Pentingnya Pendampingan dan Pemantauan Orang Tua: Menunjukkan betapa pentingnya orang tua memantau dan mendampingi anak dalam rutinitas harian mereka untuk membantu perkembangan fisik dan motorik mereka. Program Khusus Memiliki Manfaat: Menunjukkan keuntungan dari program tertentu seperti outbond.

Evaluasi

Peran orang tua dalam menjaga nutrisi yang seimbang untuk perkembangan fisik anak lebih ditingkatkan lagi, dan kita sebagai orang tua harus lebih perhatikan lagi apa saja yang dimakan oleh anak kita, apakah itu bernutrisi atau tidak. Yang dimana kesehatan fisik anak bergantung terhadap apa yang ia makan dan bagaimana aktivitas apa yang anak lakukan dalam sehari – hari. Lalu, peran kepala sekolah, guru, dan orang tua. Lebih ditingkatkan lagi dalam mengenal apa yang ada dalam diri anak dan bakat yang dia miliki, lalu apa saja yang ia sukai. Semisal si anak lebih suka bermain – main daripada belajar itu adalah hal yang wajar, karena pada dasarnya anak – anak lebih cenderung melakukan hal-hal yang menyenangkan dan tentunya kita sebagai guru maupun orang tua harus memaklumi dan jangan terlalu membatasi anak dalam beraktivitas, hanya saja kita bisa mengarahkan dan mengajari akan mana yang baik untuknya dan mengarahkan hobi apa yang disukainya.

KESIMPULAN

Terkait dari jurnal dan buku yang peneliti jadikan referensi dan pedoman dalam melakukan penelitian ini, peneliti menyimpulkan apa yang ada dalam buku maupun jurnal sesuai dengan apa yang kami teliti, yang dimana pertumbuhan fisik adalah proses perubahan yang terjadi dalam ukuran, bentuk, dan struktur tubuh individu seiring dengan perkembangan usia. Dalam konteks pendidikan, pemahaman terhadap pertumbuhan fisik sangat penting karena dapat memengaruhi proses belajar dan perkembangan peserta didik secara keseluruhan. Perkembangan fisik anak usia dini sangat penting, karena merupakan peletak dasar bagi perkembangan selanjutnya. Pada masa

ini, anak mengalami perkembangan yang sangat pesat, baik perkembangan fisik, motorik, intelektual, emosional, bahasa, sosial, maupun spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

<https://jurnal.arraniry.ac.id/index.php/bunayya/article/download/2042/1513>.

https://books.google.com/books/about/Pertumbuhan_dan_Perkembangan_Motorik_Kon.html?hl=id&id=9I1jDwAAQBAJ#v=onepage&q&f=false

<http://journal.uinmataram.ac.id/index.php/elmidad> ISSN 2985-3648

<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm>

PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK, Dr. Opan Arifudin, S.Pd., M.Pd.