

ANALISIS PERKEMBANGAN FISIK TERHADAP KEAKTIFAN SISWA KELAS V DI SDN 1 KARANGMANGU SUSUKAN LEBAK CIREBON

Syahfa Azahra¹, Syifa Ummuhani², Nurkholis³

Muhammadiyah Cirebon, Cirebon, Indonesia^{1,2,3}

Email: syhfaazzahra0404@gmail.com¹, syifaumuhani@gmail.com², nurkholis@umc.ac.id³

Informasi	Abstract
Volume : 2 Nomor : 7 Bulan : Juli Tahun : 2025 E-ISSN : 3062-9624	<i>This study aims to examine the physical development conditions of elementary school-aged students at SDN 1 Karangmangu, in order to support the creation of an optimal learning process through the strengthening of children's physical aspects. Physical development is understood as a biological change that includes the growth of muscles, the brain, and bones. The role of teachers and parents is crucial in stimulating and monitoring this development, so that children can grow into independent individuals in adulthood. The method used in this research is descriptive qualitative, with data collection techniques including observation, interviews, and documentation. The research location is SDN 1 Karangmangu, with participants being the students of the school, and analysis is conducted based on child physical development theory. The results of the study show that, in general, the physical development of students is progressing well, although some children experience growth that is not in accordance with their age. These differences are suspected to be influenced by genetic and environmental factors. Therefore, parental involvement is essential in guiding children's physical development towards a more optimal direction.</i>

Keywords: Physical Development, Activeness, Elementary School Children

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kondisi perkembangan fisik siswa usia sekolah dasar di SDN 1 Karangmangu, guna mendukung terciptanya proses pembelajaran yang optimal melalui penguatan aspek fisik anak. Perkembangan fisik dimaknai sebagai perubahan biologis yang mencakup pertumbuhan otot, otak, dan tulang. Peran guru dan orang tua menjadi krusial dalam menstimulasi serta memantau perkembangan ini, agar anak tumbuh menjadi individu yang mandiri ketika dewasa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Lokasi penelitian berada di SDN 1 Karangmangu, dengan partisipan penelitian yaitu siswa-siswi sekolah tersebut, dan analisis dilakukan berdasarkan teori perkembangan fisik anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum perkembangan fisik siswa berlangsung dengan baik, meskipun terdapat sebagian anak yang mengalami pertumbuhan tidak sesuai dengan usianya. Perbedaan ini diduga dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua sangat penting dalam mengarahkan perkembangan fisik anak ke arah yang lebih optimal.

Kata Kunci: Perkembangan Fisik, Keaktifan, Anak Sekolah Dasar

A. PENDAHULUAN

Perkembangan fisik merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia

sekolah dasar. Perubahan biologis yang mencakup pertumbuhan otot, tulang, dan otak tidak hanya berdampak pada kesehatan jasmani anak, tetapi juga memengaruhi kemampuan motorik, kognitif, serta keaktifan mereka dalam proses pembelajaran (Fikriyah, 2021). Masa sekolah dasar menjadi periode krusial di mana fondasi perkembangan fisik anak terbentuk secara signifikan, sehingga membutuhkan perhatian dan pendampingan yang tepat dari lingkungan keluarga dan sekolah (Dhika Widarnandhana et al., 2023)

Dalam konteks pendidikan, keaktifan siswa memiliki peranan penting dalam menunjang keberhasilan proses belajar mengajar. Anak-anak yang aktif dalam kegiatan pembelajaran cenderung menunjukkan semangat belajar yang tinggi, inisiatif dalam mengeksplorasi pengetahuan, serta kemampuan sosial yang lebih baik (Andriana et al., 2019). Namun demikian, keaktifan tersebut tidak dapat dilepaskan dari kondisi fisik anak, yang secara langsung berkaitan dengan tahap perkembangan biologis yang sedang mereka alami.

Fenomena yang diamati di lingkungan sekolah menunjukkan adanya variasi perkembangan fisik antar siswa, seperti perbedaan tinggi badan, berat badan, serta daya tahan fisik (Andriana et al., 2019). Variasi ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain faktor genetik, asupan nutrisi, aktivitas fisik, serta lingkungan sosial dan budaya. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang menyeluruh mengenai kondisi fisik siswa untuk mendukung mereka mencapai potensi optimalnya dalam kegiatan belajar (Dzaky Satria et al., 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perkembangan fisik pada siswa sekolah dasar, dengan fokus pada siswa kelas V di SDN 1 Karangmangu, Kecamatan Susukan Lebak, Kabupaten Cirebon. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui keterkaitan antara kondisi perkembangan fisik siswa dengan tingkat keaktifan mereka dalam kegiatan pembelajaran di kelas. Melalui pendekatan deskriptif kualitatif, studi ini diharapkan mampu menyajikan pemahaman yang komprehensif mengenai keadaan fisik peserta didik serta berbagai faktor yang memengaruhinya, sehingga dapat menjadi landasan bagi guru dan orang tua dalam merancang strategi pendampingan yang lebih tepat dan efektif.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan lapangan (field study). Pendekatan ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam terhadap suatu fenomena melalui interaksi langsung dengan subjek penelitian. Studi lapangan dilakukan guna menggali makna dan kondisi objek yang diteliti secara lebih komprehensif. Kegiatan penelitian dilaksanakan di SD Negeri 1 Karangmangu, Desa Karangmangu, dengan

melibatkan 10 siswa sebagai informan, terdiri dari lima siswa perempuan dan lima siswa laki-laki. Subjek penelitian adalah peserta didik di sekolah tersebut, dengan fokus utama pada kajian teori perkembangan fisik anak. Teknik pengumpulan data mencakup observasi langsung, wawancara mendalam, serta dokumentasi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perkembangan Fisik Pada Anak Sekolah Dasar

Hasil observasi dan pengukuran menunjukkan adanya variasi perkembangan fisik pada siswa kelas V SDN 1 Karangmangu. Pengukuran tinggi dan berat badan terhadap 10 siswa (lima laki-laki dan lima perempuan) menunjukkan bahwa sebagian besar anak berada dalam kategori pertumbuhan yang normal sesuai dengan usia mereka (11–12 tahun). Namun, terdapat beberapa siswa yang memiliki tinggi badan atau berat badan di bawah rata-rata.

Contohnya, pada usia 11 tahun, tinggi badan siswa laki-laki berkisar antara 142–147 cm dan berat badan antara 31–43 kg. Sementara itu, siswa perempuan memiliki tinggi badan 127–130 cm dan berat antara 22–32 kg. Pada usia 12 tahun, tinggi siswa laki-laki mencapai 150 cm dan berat hingga 50 kg, sedangkan siswa perempuan memiliki tinggi 131–136 cm dan berat 23–25 kg.

Perbedaan ini dapat dikaitkan dengan faktor genetik, asupan gizi, aktivitas fisik harian, serta kondisi lingkungan. Hasil ini mendukung pandangan Qur'ani, (2025), bahwa perkembangan fisik pada usia prapubertas dapat menunjukkan perbedaan yang signifikan antar individu meskipun dalam kelompok usia yang sam.

Tabel 1.1 Perkembangan Fisik Anak Kelas V SDN 1 Karangmangu

Usia	Tinggi Badan		Berat Badan	
	Laki-Laki	Perempuan	Laki-Laki	Perempuan
11 Tahun	142 cm	127 cm	31 kg	22 kg
	147 cm	130 cm	43 kg	32 kg
	142 cm	130 cm	38 kg	29 kg
12 Tahun	150 cm	136 cm	50 kg	25 kg
	150 cm	131 cm	42 kg	23 kg

Data diolah oleh penulis

Keaktifan Siswa Pada Anak Sekolah Dasar

Anak-anak dengan postur tubuh lebih besar cenderung merasa mampu memimpin

teman-temannya. Mereka tampak senang memberikan perintah, seperti meminta teman lain mengambilkan barang yang dibutuhkannya (Annisa Rahmadani et al., 2025). Sementara itu, anak-anak dengan tubuh lebih kecil biasanya menunjukkan tingkat keaktifan yang tinggi. Mereka sulit untuk duduk diam dan fokus mengerjakan tugas di meja masing-masing, lebih sering memperhatikan aktivitas teman-temannya. Adapun anak-anak dengan postur tubuh yang seimbang menunjukkan beragam perilaku, ada yang fokus menulis, sementara yang lain tampak berbincang sambil tetap menyelesaikan tugasnya (Arum et al., 2024).

Karakteristik Perkembangan Pada Anak Sekolah Dasar

Perkembangan fisik pada anak sekolah dasar ditandai oleh perubahan biologis yang berbeda antara anak laki-laki dan perempuan. Perbedaan ini mencakup pertumbuhan tulang, perkembangan organ reproduksi, serta kemunculan ciri-ciri seksual sekunder. Menurut Hasmarlin & Hirmaningsih (2019), pada anak perempuan, perubahan fisik meliputi pertumbuhan tulang dan tubuh yang memanjang, pembesaran payudara, pertumbuhan bulu halus berwarna gelap di area genital, kemunculan bulu ketiak, dan menstruasi. Sementara itu, anak laki-laki mengalami pembesaran testis, pertumbuhan bulu kemaluan, perubahan suara, ejakulasi pertama, serta pertumbuhan rambut pada wajah, ketiak, dan dada (Rosita et al., 2023).

Hasil penelitian mengonfirmasi bahwa perkembangan fisik siswa usia sekolah dasar bersifat bervariasi dan dipengaruhi oleh sejumlah faktor. Faktor utama yang memengaruhi perbedaan tersebut antara lain adalah genetik, pola makan, aktivitas fisik, dan lingkungan sosial. Anak-anak yang mendapatkan nutrisi cukup dan menjalani pola hidup aktif cenderung mengalami pertumbuhan lebih optimal.

Sesuai dengan literatur yang dikemukakan oleh Eka Winarsih (2021) dan (Qur'ani, 2025), perkembangan fisik meliputi peningkatan kemampuan biologis tubuh, baik dalam hal pertumbuhan otot, tulang, sistem saraf, hingga kelenjar endokrin. Anak-anak yang memiliki postur tubuh lebih besar umumnya menunjukkan kecenderungan dominan dalam kelompok sosialnya, seperti lebih percaya diri atau lebih sering memberi instruksi kepada teman sebayanya. Sebaliknya, anak-anak dengan postur tubuh lebih kecil tampak lebih aktif, sulit diam, namun kurang fokus dalam aktivitas belajar yang terstruktur.

Dari segi keaktifan, karakteristik fisik berpengaruh terhadap perilaku belajar siswa. Anak dengan perkembangan fisik yang seimbang menunjukkan keaktifan yang moderat, mampu menyelesaikan tugas dengan baik sambil tetap bersosialisasi. Hal ini sejalan dengan pandangan Seran (2022) bahwa keaktifan dalam belajar dipengaruhi oleh kesiapan fisik dan

mental siswa.

Lebih lanjut, pembahasan mengenai karakteristik perkembangan menunjukkan bahwa setiap usia memiliki tahapan dan ciri khas tersendiri. Anak usia 10–12 tahun umumnya memasuki masa prapubertas, dengan pertumbuhan tinggi badan yang signifikan serta mulai munculnya tanda-tanda kematangan seksual. Perbedaan antara laki-laki dan perempuan menjadi lebih terlihat pada tahap ini, sebagaimana dijelaskan oleh Rosita (2023) di mana anak laki-laki cenderung mengalami lonjakan pertumbuhan lebih cepat saat menjelang masa remaja.

Dengan demikian, penting bagi guru dan orang tua untuk terus memantau serta mendukung perkembangan fisik anak agar dapat menunjang keaktifan dan keberhasilan dalam proses pembelajaran

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa secara umum perkembangan fisik siswa kelas V di SDN 1 Karangmangu berlangsung dengan baik. Namun, terdapat beberapa siswa yang pertumbuhannya tidak sesuai dengan usianya. Usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan fisik anak, yang tercermin dari peningkatan tinggi badan, berat badan, serta kematangan mental. Meskipun demikian, perkembangan fisik tiap anak berbeda-beda, tergantung pada faktor lingkungan, pola makan, dan faktor genetik. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang memadai cenderung mengalami pertumbuhan fisik yang lebih cepat, seperti tubuh yang lebih tinggi dan percepatan menuju masa remaja, dibandingkan anak-anak dengan gizi yang kurang. Selain itu, pertumbuhan sistem saraf serta perkembangan kemampuan anak juga berperan dalam meningkatkan kecerdasan, yang selanjutnya memicu munculnya berbagai pola perilaku baru. Semakin baik perkembangan sistem saraf pada peserta didik, semakin kaya dan bervariasi pula perilaku yang mereka tampilkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah dan seluruh guru di SDN 1 Karangmangu, Susukan Lebak, Kabupaten Cirebon, atas izin dan dukungan yang telah diberikan selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa kelas V yang telah bersedia menjadi partisipan penelitian ini.

Tak lupa, penulis juga menyampaikan apresiasi kepada dosen pembimbing dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Cirebon atas bimbingan dan arahannya dalam menyusun artikel ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan, khususnya dalam memahami pentingnya perkembangan fisik anak dalam menunjang keaktifan belajar mereka di sekolah dasar.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, E., Rokmanah, S., & Nurhazizah. (2019). PENGARUH REWARD TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK DI KELAS 1 SDN CINANGGUNG. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, null(23), 301–316. <https://doi.org/10.15797/concom.2019..23.009>
- Annisa Rahmadani, Armilah Armilah, Nabila Ulkhaira, Nadia Syafitri, Yunita Azhari, & Ramadan Lubis. (2025). Implikasi Perkembangan Peserta Didik dalam Pembelajaran di Kelas V Sekolah Dasar. *PUSTAKA: Jurnal Bahasa Dan Pendidikan*, 5(1), 223–232. <https://doi.org/10.56910/pustaka.v5i1.1890>
- Arum, D. P., Wulandari, N. N. R., Darmawan, M. A. V., & Purwatitisari, N. (2024). Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Siswa Kelas 3 Sdn 1 Kedungpeluk Sidoarjo. *Journal of Community Service (JCOS)*, 2(4), 143–151. <https://doi.org/10.56855/jcos.v2i4.1148>
- Dhika Widarnandhana, I. G., Tria Ariani, N. W., & Jayadiningrat, M. G. (2023). Peran Orangtua Dalam Persiapan Anak Usia Dini Menuju Pendidikan Sekolah Dasar. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 144–155. <https://doi.org/10.25078/pw.v8i2.3103>
- Dzaky Satria, Ihsan Utama Kusasih, & Gusmaneli Gusmaneli. (2025). Analisis Rendahnya Kualitas Pendidikan di Indonesia Saat Ini: Suatu Kajian Literatur. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 3(2), 292–309. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v3i2.3838>
- Eka Winarsih, W. (2021). Perkembangan Fisik Anak, Problem Dan Penanganannya. *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 8(1), 55–68. <https://doi.org/10.54069/atthiflah.v8i1.126>
- Fikriyah, S. N. (2021). Analisis Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Kelas 3 di Sekolah Dasar Negeri Tajem. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 200–207. <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.121>
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Regulasi Emosi Pada Remaja Laki-Laki Dan Perempuan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 18(1), 87.

<https://doi.org/10.24014/marwah.v18i1.6525>

Qur'ani, B. (2025). Perkembangan Peserta Didik. Tahta Media Group.

Rosita, R., Ikawati, N., & Saleh, S. (2023). Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 7(1), 213.
<https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.11982>

Seran, E. Y., Marganingsih, A., & Lestari, V. (2022). Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa KEAKTIFAN BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR PADA MASA PANDEMI COVID-19 Pendahuluan Berdasarkan Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam ma. Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa, 8(April), 1–9.