

**MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5
TAHUN MELALUI SENAM
(KAJIAN LITERATUR)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

YULIA NOVITA

NIM. 160210043

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2021 M/ 1442 H**

**MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5
TAHUN MELALUI SENAM
(KAJIAN LITERATUR)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi untuk Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh

Yulia Novita

NIM. 160210043

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Pembimbing I,

Pembimbing II,

Zikra Hayati, M. Pd

NIP.198410012015032005

Faizatul Faridy, M. Pd

NIP.199011252019032019

**MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5 TAHUN
MELALUI SENAM
(KAJIAN LITERATUR)**

SKRIPSI

**Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini**

Pada Hari/Tanggal:

**Selasa, 13 Juli 2021 M
3 Dzulhijjah 1442 H**

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,



**Zikra Hayati, M.Pd
NIP. 198410012015032005**

Sekretaris,



**Lina Amelia, M.Pd
NIP.198509072020122010**

Penguji I,



**Faizatul Faridy, M.Pd
NIP. 199011252019032019**

Penguji II,



**Munawwarah, M.Pd
NIP.199312092019032021**



Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh



**Dr. Muslim Razali, S.H., M.Ag
NIP. 195903091989031001**



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulia Novita
NIM : 160210043
Prodi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun melalui Senam (Kajian Literatur)

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dipertanggungjawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banda Aceh, 29 April 2021

Yang Menyatakan,



Yulia Novita

NIM. 160210043

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah kami ucapkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya kepada umat-Nya. Shalawat dan salam tak lupa pula kita sanjungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, keluarga beserta sahabat beliau sekalian yang telah membawa umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang berilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Alhamdulillah berkat taufiq dan hidayah-Nya penulis mampu menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “ **Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun melalui Senam (Kajian Literatur)**” yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam penyusunan dan penulisan karya tulis ini, tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini perkenankanlah penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Zikra Hayati M.Pd, selaku Pembimbing Pertama dan kepada Ibu Faizatul Faridy, M.Pd, selaku Pembimbing Kedua yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat dan arahan kepada penulis sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Misbahul Jannah, M.Pd.Ph.D, selaku Penasehat Akademik (PA) yang telah memberikan motivasi sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.

3. Ibu Dra. Jamaliah Hasballah M.A, selaku Ketua Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini dan Kepada seluruh dosen dan staf prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini.
4. Bapak Dr. Muslim Razali, S.H, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, beserta stafnya yang telah membantu penulis.
5. Para Pustakawan yang telah banyak membantu penulis untuk meminjamkan buku dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga karya tulis ini dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi yang membacanya. Tak ada yang sempurna, demikian juga dengan karya tulis ini, oleh karena itu kekurangan pada tugas akhir ini dapat di perbaiki di masa yang akan datang.

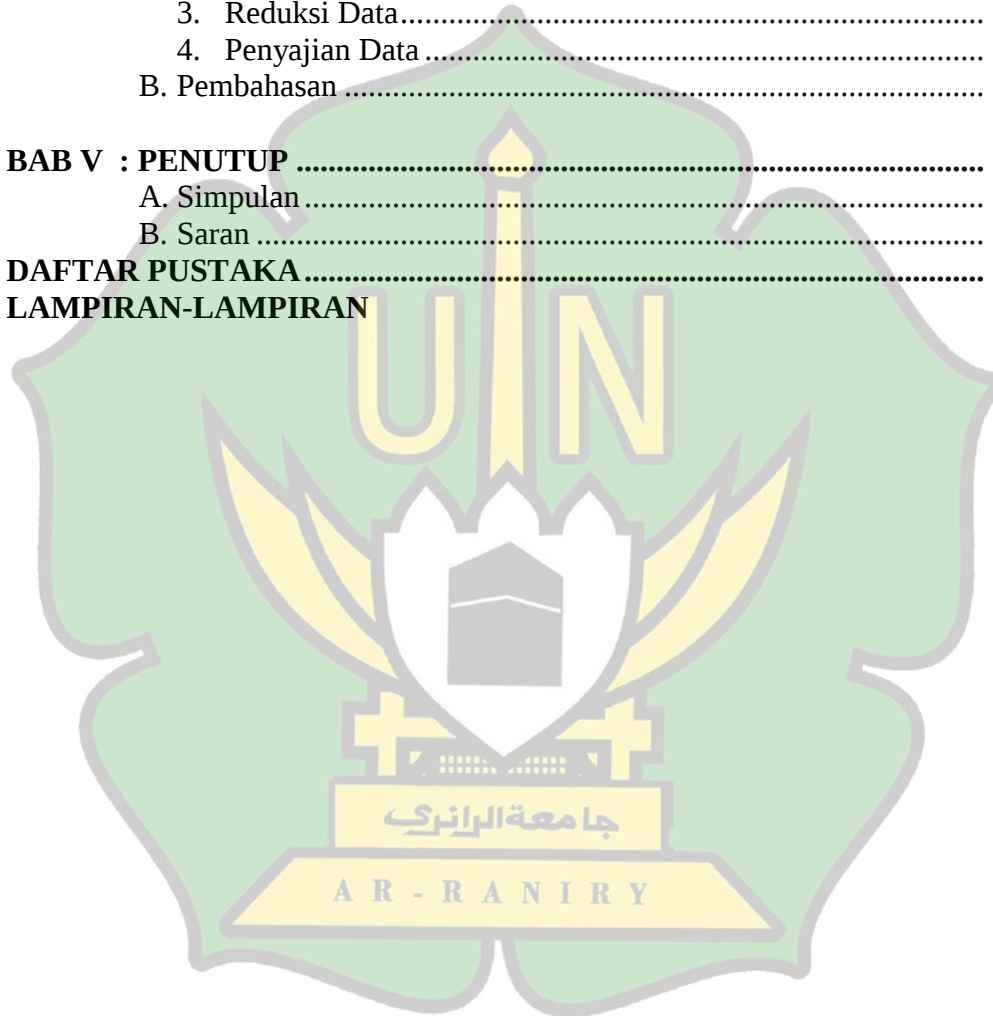
Banda Aceh, 21 Januari 2021
Penulis,

Yulia Novita

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN ILMIAH	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I : PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Defenisi Operasional	7
 BAB II : LANDASA TEORI	 10
A. Kemampuan Motorik kasar	10
1. Pengertian Motorik kasar	10
2. Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini	11
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar	12
4. Karakteristik Motorik Kasar Anak Usia Dini	13
5. Fungsi Pengembangan Motorik Kasar pada Anak	14
6. Tujuan Pengembangan Motorik Kasar pada Anak	14
7. Indikator Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak	15
B. Senam	15
1. Pengertian Senam	15
2. Karakteristik Senam	17
3. Pelaksanaan Gerakan Senam	17
4. Pengaruh dan Manfaat Gerakan Senam	19
C. Kajian Senam Untuk Motorik Kasar Anak	20
1. Pengertian Senam	20
2. Indikator Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun (Kurikulum)	21
 BAB III : METODE PENELITIAN	 23
A. Jenis Penelitian	23
B. Instrumen Penelitian	23
C. Sumber Data	24
D. Teknik Pengumpulan Data	24

E. Teknik Analisis Data	25
F. Tujuan Studi Kepustakaan	26
G. Prosedur Penelitian	27
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Penelitian	30
1. Deskripsi Hasil Penelitian	30
2. Pengumpulan Data	30
3. Reduksi Data	33
4. Penyajian Data	35
B. Pembahasan	43
BAB V : PENUTUP	49
A. Simpulan	49
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel <i>Tracking</i> Pencarian Artikel (<i>Publication Type</i>).....	25
Tabel 4.1 Identifikasi Pengumpulan Data.....	31
Tabel 4.2 Daftar Kumpulan Jurnal.....	31
Tabel 4.3 Hasil Reduksi Jurnal	34



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan Pembimbing Skripsi Mahasiswa dari Dekan
Lampiran 2 : Jurnal yang dianalisis dalam penelitian



ABSTRAK

Nama : Yulia Novita
NIM : 160210043
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/ Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Judul : Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun melalui Senam (Kajian Literatur)
Tebal Skripsi : 85 Halaman
Tanggal Sidang : 13 Juli 2021
Pembimbing I : Zikra Hayati, M. Pd
Pembimbing II : Faizatul Faridy, M. Pd
Kata Kunci : Motorik Kasar, Senam, Anak Usia 4-5 Tahun

Motorik kasar adalah salah satu dari enam aspek perkembangan yang harus dicapai anak dan harus dikembangkan dari sejak dini. Akan tetapi masih banyak yang belum menyadari akan pentingnya motorik kasar. Berdasarkan pengamatan peneliti di Desa Kedai Runding Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan keterampilan motorik kasar anak belum berkembang dengan baik dan anak kurang tertarik untuk melakukan gerakan senam. Sehingga dikhawatirkan dapat mengakibatkan motorik kasar anak tidak berkembang secara optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perkembangan motorik kasar anak melalui senam pada anak usia dini ditinjau dari studi literatur. Jenis penelitian ini adalah penelitian kajian kepustakaan. Data diperoleh dari sumber pustaka berupa jurnal yang diakses dari Google Scholar dan dianalisis. Dari hasil analisis ditemukan bahwa senam dapat mengembangkan motorik kasar anak, diantaranya seperti senam Irama, senam Ceria, senam Pinguin, senam Ritmik. Selain itu, dari berbagai kegiatan senam juga dapat menunjang rasa percaya diri, meningkatkan kreativitas, menanamkan kedisiplinan, mengembangkan aspek kognitif, dan sosial emosional. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar anak dapat berkembang melalui kegiatan senam.

A R - R A N I R Y

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan motorik terbagi atas perkembangan motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus adalah sekelompok otot-otot kecil seperti jari jemari dan tangan yang sering membutuhkan kecermatan dan koordinasi dengan tangan, keterampilan yang mencakup pemanfaatan menggunakan alat-alat untuk mengerjakan suatu objek.¹ Sedangkan Motorik kasar merupakan bagian dari aktivitas yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menitik fokuskan kepada kekuatan fisik dan keseimbangan. Oleh karena itu bisa disimpulkan bahwa perbedaan antara motorik halus dan motorik kasar adalah pada motorik halus digerakkan oleh otot-otot kecil seperti gerakan jari jemari dan tangan yang memerlukan kecermatan dan ketelitian, sedangkan motorik kasar adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar yang membutuhkan kekuatan fisik dan keseimbangan tubuh.²

Motorik kasar anak mulai terbentuk disaat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa, aktivitas motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.

¹ Sumantri, *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, (Jakarta: Depdiknas, 2005), hal. 143.

² Samsudin, *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak- Kanak*, (Jakarta: Prenada Media Grup, 2008), hal. 9 .

Oleh sebab itu, memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.³

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014, tingkat pencapaian perkembangan anak TK kelompok A usia 4-5 tahun khususnya dalam lingkup perkembangan fisik motorik kasar, anak bisa melakukan gerakan berjalan jinjit, meloncat, dan melompat. Motorik kasar juga mencakup kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, nonlokomotor, serta mengikuti aturan.⁴

Manfaat stimulasi motorik kasar bagi anak usia dini yakni untuk meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil, selain itu juga, jika anak melakukan banyak gerakan maka akan semakin banyak manfaat yang bisa dimiliki oleh anak ketika ia makin terampil menguasai gerakan motoriknya.⁵

Untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan melalui aktivitas-aktivitas seperti menari, permainan, olahraga, dan senam. Oleh karena itu, senam bisa dijadikan sarana untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, dapat mendukung perkembangan jasmani anak melalui kekuatan fisik dan otot anak. Gerakan senam adalah salah bentuk stimulasi motorik kasar yang

³ Sujiono, Bambang, dkk, *Metode Pengembangan Fisik*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2012), hal. 13.

⁴ Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014. *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kemendikbud

⁵ Sujiono, Bambang, *Metode Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, (Jakarta: Depdiknas, 2010), hal. 13.

dibuat dengan sangat menarik karena diiringi lagu yang membuat anak lebih bersemangat untuk bergerak.⁶

Senam juga dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak dengan gerakan-gerakan tubuh seperti berlari, melompat, menggerakkan tangan, dan lain sebagainya.⁷ Senam juga dapat membantu perkembangan kemampuan gerak lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, melompat, *skipping*, berlari cepat, dan berjalan, sedangkan kemampuan gerak nonlokomotor seperti keseimbangan, memutar badan, berbalik arah, dan melipat badan. Gerakan-gerakan senam selain merangsang perkembangan kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar.⁸

Berdasarkan pendapat para ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa Motorik adalah semua gerakan yang didapat dari seluruh tubuh, sedangkan Perkembangan Motorik adalah perkembangan yang dipengaruhi oleh adanya unsur kematangan dan pengendalian gerak yang dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan Motorik dibagi menjadi dua macam yaitu Motorik Halus dan Motorik Kasar, Motorik Halus yaitu meliputi otot-otot kecil seperti jari jemari dan tangan, sedangkan Motorik Kasar yaitu gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar yang memerlukan kekuatan fisik dan keseimbangan tubuh. Perkembangan Motorik Kasar pada anak bisa distimulasi kedalam bentuk

⁶ Zulkifli, *Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah*, (Jakarta: Ditjen Olahraga Depdiknas, 2002), hal.

⁷ Mustafa, *Media Senam Pinguin*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2010), hal. 35.

⁸ Muhajir, *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik 1*, (Jakarta: Erlangga, 2006), hal. 76.

permainan atau perlombaan agar anak merasa tertarik untuk melakukannya dan mendapatkan kesenangan. Untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan melalui aktivitas-aktivitas seperti menari, permainan, olahraga, dan senam. Oleh karena itu, senam bisa dijadikan sarana untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, dapat mendukung perkembangan jasmani anak melalui kekuatan fisik dan otot anak.

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti lakukan pada tanggal 16 Februari 2021 di TK Raudhatul Huda Kedai Runding Kecamatan Kluet Selatan Kabupaten Aceh Selatan, peneliti melihat keterampilan motorik kasar anak belum berkembang dengan baik. Hal ini dapat dilihat ketika guru mengarahkan anak untuk menggerakkan badan saat senam tetapi ada sekitar 12 dari 20 anak malas untuk menggerakkan badannya, ketika guru memberikan contoh gerakan senam, anak-anak juga masih belum bisa mengikutinya. Ada 2 anak yang hanya diam tidak menirukan gerakan dari guru, hanya melihat ke kiri dan ke kanan saja karena tidak bisa mengikuti gerakannya. Ada 5 anak yang menirukan gerakan guru, tetapi gerakan yang dilakukannya tidak sempurna, ada pula 2 anak yang hanya menirukan gerakan bersorak saja.

Dari kajian awal tentang kegiatan senam dalam mengembangkan motorik kasar secara umum dapat disimpulkan bahwa senam dapat mengembangkan motorik kasar. Pertama penelitian yang dilakukan oleh Sasmita dkk, tentang Pengaruh Kegiatan Senam Irama terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Tanjung Raja Kec. Tanjung Raja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kegiatan senam irama terhadap

kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Tanjung Raja Kec. Tanjung Raja. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Eksperimen dengan desain eksperimen *Quasi Eksperimental Jenis Nonequivalent Control Group Design*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh kegiatan senam irama terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di Kec. Tanjung Raja.⁹

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Fadlun Maulin dkk, tentang Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun melalui Metode Senam Fantasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)*. Hasil penelitian ini adalah melalui metode senam fantasi, kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun dapat meningkat.¹⁰

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Wa Ode Hartina dkk, tentang Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Irama. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga Kabupaten Muna. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Tahapan dalam penelitian yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Hasil penelitian ini adalah keterampilan

⁹ Sasmita, dkk, Pengaruh Kegiatan Senam Irama terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Tanjung Raja Kec. Tanjung Raja, *Jurnal. PERNIK jurnal PAUD*, VOL 3 NO.1 April 2020.

¹⁰ Fadlun Maulin, dkk, Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Senam Fantas. *EduBasic Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1 (1), 2019): 52-61.

motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga Kabupaten Muna.¹¹

Berdasarkan penelitian diatas bisa disimpulkan bahwa adanya persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang sedang dilakukan saat ini. Adapun persamaannya adalah sama-sama menitik fokuskan pada anak kelompok A, sedangkan perbedaannya adalah menggunakan desain metode penelitian yang berbeda, yang mana metode penelitian terdahulu menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas, ada juga yang menggunakan metode Penelitian Kuantitatif dengan teknik analisis data menggunakan statistik parametrik uji *paired sample t-test independen*. Serta ada juga yang menggunakan metode Penelitian Kuantitatif dengan analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif. Sedangkan penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dengan metode penelitian kajian pustaka, kemudian data dilakukan analisis.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan kajian kepustakaan tentang motorik kasar melalui senam pada anak usia dini dengan judul **“Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Senam (Kajian Literatur)”**. Tujuan penelitian ini secara khusus diharapkan dapat memberikan referensi pada pihak sekolah dalam pelaksanaan senam untuk mengembangkan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun.

¹¹ Wa Ode Hartina, Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Irama, Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO 2 (1) (2019).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu: bagaimana perkembangan motorik kasar anak melalui senam pada anak usia dini ditinjau dari studi literatur?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah: untuk mengetahui bagaimana perkembangan motorik kasar anak melalui senam pada anak usia dini ditinjau dari studi literatur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan, khususnya tentang perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun yang dilakukan melalui senam.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi civitas akademik Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan untuk bahan ajar perkuliahan dan bisa digunakan sebagai pedoman.
- b. Bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, hasil penelitian ini diharapkan bisa dijadikan acuan dalam kajian literatur untuk penelitian selanjutnya.
- c. Bagi pembaca, hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan dan pengetahuan dalam memahami motorik kasar anak melalui senam.

- d. Bagi penulis, penelitian ini merupakan bentuk latihan dalam membuat sebuah karya ilmiah.

E. Definisi Operasional

1. Motorik Kasar

Motorik adalah seluruh gerakan yang dilakukan oleh seluruh tubuh. Hal ini sangat berhubungan dengan kematangan dan pengendalian pada gerak tubuh. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau semua anggota tubuh yang di pengaruhi oleh kematangan pada anak itu sendiri.¹²

2. Senam

Senam merupakan cabang olahraga yang melibatkan seluruh gerakan anggota tubuh yang memerlukan kekuatan, kecepatan, dan keseragaman gerakan fisik yang sengaja di rancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, koordinasi, serta kontrol tubuh. Senam juga bisa dilakukan dimanapun, contohnya seperti di rumah, di sekolah, di tempat fitnes, atau di tempat *gym*.¹³

3. Anak Usia Dini

Adapun dalam penelitian ini, yang menjadi titik fokus peneliti adalah pada anak usia 4-5 tahun. Pada usia ini pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang secara pesat sehingga disebut masa

¹² Decaprio Richard, *Panduan Pengembangan Kecerdasan Motorik Siswa*, (Yogyakarta: Diva Press, 2017), hal. 14

¹³ Ahmad Satrio, *Senam*, (Jakarta: PT Indahjaya Pratama, 2007), hal. 1.

keemasan atau *golden age*. Perkembangan fisik pada usia 4-5 tahun bisa dilihat dari berkembang atau tidak keterampilan motoriknya, baik itu motorik halus maupun motorik kasar.¹⁴



¹⁴ Sujiono, Bambang et al. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2014), hal.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kemampuan Motorik Kasar

1. Pengertian Motorik Kasar

Motorik kasar adalah sebuah gerakan yang melibatkan seluruh tubuh dengan menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot yang ada di dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri. Sedangkan motorik kasar yang diterapkan di lingkungan sekolah adalah dengan melibatkan gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi anggota tubuh, sebagian, atau seluruh anggota tubuh. Contohnya seperti berlari, berjalan, melompat, menendang, dan lain-lain.¹ Sujiono berpendapat bahwa gerakan motorik kasar merupakan kemampuan yang memerlukan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.² Oleh sebab itu, biasanya membutuhkan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar.

Pengembangan motorik kasar juga membutuhkan koordinasi kelompok otot-otot yang khusus dan bisa mendorong mereka untuk melakukan gerakan meloncat, memanjat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta bisa berdiri dengan menggunakan satu kaki. Berdasarkan uraian di atas, maka disimpulkan bahwa kegiatan motorik kasar adalah gerakan-

¹ Musfiroh Tadkiroatun, *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), hal. 113.

² Tedjasaputra, Mayke, *Bermain Mainan dan Permainan untuk Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: PT Grasindo, 2001), hal. 40-41.

gerakan yang melibatkan seluruh anggota tubuh dengan menggunakan otot-otot besar atau sebagian otot bekerja untuk mengerjakan suatu aktivitas tubuh.³

Gerakan motorik kasar adalah gerakan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Aktivitas-aktivitas yang terdapat pada gerakan motorik kasar anak adalah seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak.⁴ Aktivitas-aktivitas yang melibatkan otot-otot besar yaitu gerakan keterampilan non lokomotor, gerakan lokomotor, dan gerakan manipulatif. Gerakan non lokomotor aktivitas pada gerak yang tidak memindahkan tubuh ke tempat lain, misalnya seperti: mendorong, melipat, menarik, dan membungkuk. Gerakan lokomotor adalah aktivitas gerak dengan memindahkan tubuh satu ke tempat yang lain. Seperti, berlari, melompat, jalan dan sebagainya. Sedangkan gerakan manipulatif adalah aktivitas pada gerak manipulasi benda, contohnya melempar, menggiring, menangkap, dan menendang.⁵

2. Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini

Perkembangan fisik pada masa kanak-kanak bisa dilihat dengan berkembangannya keterampilan motorik, baik kasar maupun halus. Pada usia 3 tahun, anak sudah bisa berjalan dengan baik, dan pada usia 4 tahun

³ Dharma Patria & Tomas Iriyanti, Penggunaan Media Papan Flanel untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mengenal Bilangan 1 Sampai 10 Siswa Keas 1 Sdlb, *Volume 1, Nomor 2, Desember 2011*, hal. 132-133.

⁴ Sujiono, Bambang, Dkk, *Metode Pengembangan Fisik*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2007), hal. 13.

⁵ Musfiroh Tadkiroatun, *Cerdas Melalui Bermain*, (Jakarta: PT. Grasindo, 2008), hal. 46.

anak mulai menirukan cara berjalan orang dewasa. Pada usia 5 tahun anak sudah bisa menggunakan kakinya untuk berjalan dengan berbagai cara, seperti maju dan mundur, jalan cepat, pelan-pelan, melompat dan berjingkrak, sangat aktif berlari kesana dan kemari, serta sudah bisa untuk memanjat. Jadi pada dasarnya diusia 5-6 tahun anak sudah mampu menyeimbangkan badan, berlari jauh, dan berenang dalam air.⁶

Pada fase pertengahan dan pada akhir masa kanak-kanak, perkembangan motorik menjadi lebih halus dan lebih terkoordinasi daripada awal masa kanak-kanak yang ditandai dengan bertambahnya berat dan kekuatan badan. Anak juga lebih mampu untuk menjaga keseimbangan badannya. Penguasaan badan, misalnya, melakukan berbagai kegiatan senam, membungkuk, dan gerakan-gerakan lainnya.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar

Motorik kasar seorang anak bisa tumbuh dan berkembang dengan baik. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak, yaitu:

a. Faktor Hereditas (Keturunan/ atau bawaan sejak lahir)

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat ditentukan oleh faktor genetik atau keturunan yang diwarisi dari orang tuanya. Faktor genetik lebih menfokuskan pada aspek fisiologis dan psikologis yang dibawa melalui aliran darah dalam kromosom sehingga faktor ini

⁶ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Roesdakarya, 2005), hal. 129.

bersifat statis atau tidak berubah, misalnya bentuk fisik, kesehatan, sifat, kepribadian, minat, bakat, serta kecerdasan.

b. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan adalah faktor yang bisa mempengaruhi perkembangan anak yang berasal dari luar individu/lingkungan, baik dalam bentuk lingkungan fisik yang berupa kondisi rumah, gizi, kesehatan lingkungan, dan sebagainya. Sedangkan lingkungan psikis berupa faktor kebudayaan, sikap, keyakinan, serta nilai-nilai yang dianut dan sebagainya.⁷

4. Karakteristik Motorik Kasar Anak Usia Dini

Pada saat pertumbuhan fisik anak sudah beranjak matang, maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkoordinasi secara baik. Setiap gerakan yang dilakukan anak sudah selaras dengan kebutuhan dan minatnya. Tujuan anak menggerakkan anggota badannya adalah, (1) menggerakkan tangan untuk menulis, menggambar, mengambil makanan, melempar bola, dan (2) menggerakkan kaki untuk menendang bola, melompat, berlari pada saat bermain.⁸

Berdasarkan uraian diatas maka karakteristik anak di atas ditandai dengan gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Oleh karena itu, pada usia ini merupakan usia yang sangat tepat untuk belajar keterampilan yang

⁷ Ahmad Rudiyanto, *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*, (Lampung: Darussalam Press, 2016), hal. 23.

⁸ Syamsu Yusuf, Nani M. Sugandi, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), hal. 59.

sangat berkaitan dengan motorik, baik itu motorik halus maupun motorik kasar.

5. Fungsi Pengembangan Motorik Kasar pada Anak

Adapun pengembangan motorik kasar pada anak usia dini adalah sebagai berikut:

- a. Melatih kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan.
- b. Memacu pertumbuhan dan pengembangan fisik motorik, rohani dan kesehatan anak.
- c. Membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak.
- d. Melatih keterampilan dan ketangkasan gerak serta berpikir anak.
- e. Meningkatkan perkembangan emosional anak.
- f. Meningkatkan perkembangan sosial anak.
- g. Menumbuhkan perasaan senang dan memahami manfaat kesehatan pribadi.⁹

6. Tujuan Pengembangan Motorik Kasar pada Anak

Pengembangan motorik kasar pada anak bertujuan untuk memperkenalkan serta melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta untuk meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga bisa menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. Sesuai

⁹ Depdiknas, *Kerangka Dasar Kurikulum*, (Jakarta: Pusat Kurikulum, 2004), hal.2.

dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, anak didik dilatih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya kelak.¹⁰

7. Indikator Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak

Pada usia 4-5 tahun indikator tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak adalah sebagai berikut:

- a. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb.
- b. Melakukan gerakan menggantung (bergelayut).
- c. Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi.
- d. Melempar sesuatu secara terarah.
- e. Menangkap sesuatu secara tepat.
- f. Melakukan gerakan antisipasi.
- g. Menendang sesuatu secara terarah.
- h. Memanfaatkan alat permainan di luar kelas.¹¹

B. Senam

1. Pengertian Senam

Menurut Peter H. Werner (dalam Nuryanti, 2015) mengatakan bahwa, senam adalah suatu aktivitas gerak yang dilakukan oleh tubuh dengan menggunakan alat atau dilakukan diatas lantai dengan tujuan untuk

¹⁰ Ibid...,

¹¹ Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014. *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kemendikbud

meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, dan kontrol tubuh.¹²

Sedangkan menurut Muhajir (dalam Aditya, 2016), senam adalah suatu aktivitas yang sangat bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan komponen gerak. Beragam macam senam yang bisa dilakukan contohnya seperti senam lantai, senam ketangkasan, senam aerobik, maupun senam ritmik.¹³

Senam merupakan kumpulan gerakan yang terbentuk dari berbagai macam gerakan dan diiringi dengan irama musik.¹⁴ Anak bisa menggerakkan seluruh anggota tubuhnya dengan melakukan kegiatan senam sehingga kemampuan motorik kasarnya akan meningkat serta dapat menstimuluskan gerakan tangan dan kaki.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa senam merupakan aktivitas gerakan yang dilakukan oleh seseorang untuk menggerakkan seluruh tubuhnya dengan tujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelincahan, dan koordinasi yang terkontrol pada tubuh. Selain itu juga, senam merupakan aktivitas yang sangat bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan komponen gerak. Oleh karena itu kita perlu membiasakan anak untuk melakukan gerakan yang bisa

¹² Nuryanti, Robandi Roni, Helmi Ismail “Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Cerita”, *Cakrawala Dini*, Vol 5 No. 2, (2015), hal. 104.

¹³ Aditya Purnama, “Pengaruh Senam Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Pra Menopause”, *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol. 06 No.2 Edisi (2016), hal.285.

¹⁴ Dwi Pradipta, G, Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B, *Jendela Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v2il.1292>. (2017).

mengembangkan potensi motorik kasar bagi anak dan menstimuluskan gerakan tangan dan kaki.

2. Karakteristik dan Ciri-Ciri Gerakan Senam

Adapun karakteristik aktivitas gerakan olahraga yang sangat baik untuk anak usia dini adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan bermacam-macam pengalaman gerak (*multilateral training*) dalam bentuk permainan dan perlombaan.
- b. Menstimulus perkembangan seluruh panca indera.
- c. Mengembangkan imajinasi/ fantasi.
- d. Melakukan gerakan sesuai dengan irama/ lagu atau cerita.¹⁵

Karakteristik olahraga untuk anak usia dini tersebut dibuat sangat menarik dalam bentuk permainan/ perlombaan agar anak merasa tertarik untuk melakukannya dan mendapatkan kesenangan.

3. Pelaksanaan Gerakan Senam

Davies (dalam Galih Dwi Paradipta, 2013) menyatakan bahwa gerak memberikan peranan yang sangat penting terhadap pertumbuhan, perkembangan dan pendidikan anak. Ada 3 kategori yang perlu diperhatikan dalam menyusun pembelajaran gerak antara lain:

- a. Dinamis yang menghubungkan bagaimana instrumen bergerak.

¹⁵ Erick Yunus Satrio, "Pengaruh Senam PAUD Ceria Terhadap Kemampuan Motorik Kasar di Pos Paud Terpadu Bina Balita (3-4 Tahun) Jombang Kota Surabaya", *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 02 Nomor 03 (2014), hal. 11.

- b. Space yang memfokuskan pada cara-cara yang ada dalam tubuh dan menggunakan ruang atau space.
- c. Hubungan (*relationship*) yang mengidentifikasi cara-cara yang ada dalam tubuh bergerak dan berhubungan dengan manusia dan objek.¹⁶

Berikut ini langkah-langkah dalam gerakan senam, yaitu:

- a. Langkah biasa, yaitu dilakukan secara berdiri dengan tegap sambil merentangkan kedua tangan dan dilanjut melangkahkan kaki kiri dan diikuti dengan kaki kanan.
- b. Selanjutnya langkah rapat, yaitu dilakukan dengan cara berdiri dengan sikap tegap, kaki kanan dilangkahkan kedepan hitungan selanjutnya kaki kiri kemudian kaki kanan dan kiri dirapatkan.
- c. Gerakan ketiga langkah keseimbangan, yaitu dilakukan dengan cara berdiri dengan kedua tangan direntangkan, selanjutnya hitungan pertama melangkahkan kaki kiri kedepan dengan diikuti dengan kaki kanan, sebelum kaki kanan diangkat tumit masih terangkat.
- d. Gerakan selanjutnya yaitu ayunan tangan kebelakang, dengan cara anak berdiri dengan tegak, hitungan satu ayunkan kedua lengan

¹⁶ Galih Dwi Pradipta, Pamuji Sukoco, "Model Senam Si Buyung untuk Pembelajaran Motorik Kasar pada Siswa Taman Kanak-Kanak", *Jurnal Keolahragaan*, Volume 1- Nomor 2, (2013), hal. 137.

kanan dan kiri kebelakang, hitungan kedua lengan kanan dan kiri diayunkan kedepan.

- e. Gerakan kelima,yaitu mengayunkan lengan dari depan kesamping, dengan cara sikap pertama berdiri tegak dengan kedua tangan direntangkan, hitungan pertama ayunkan lengan kiri dan kanan kearah sebelah kanan, selanjutnya diayunkan kekiri.
- f. Gerakan keenam, yaitu dengan cara mengayunkan lengan kesamping dengan memindahkan berat badan, dengan cara badan dan tegak sambil mengayunkan badan ke kiri, hitungan kedua mengayunkan badan kekanan, selanjutnya ayunkan lengan dan badan kearah kanan dan kiri bergantian.¹⁷

4. Pengaruh dan Manfaat Gerakan Senam

Senam akan memberikan manfaat kebugaran yang baik apabila dilakukan dengan benar. Kebugaran adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengerjakan rutinitas setiap hari tanpa merasakan lelah dan memiliki banyak energi. Menurut Djoko Pekik (dalam Endang, 2010), kebugaran dibagi kedalam beberapa kelompok, yaitu:

- a. Kebugaran Statis

Kebugaran statis adalah keadaan dimana seseorang bebas dari penyakit dan cacat atau disebut sehat.

- b. Kebugaran Dinamis

¹⁷ Nidhi Rizkya HP, M. Husni Abdullah, “Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B di TK Al-Fitroh”, Universitas Negeri Surabaya, hal. 3.

Kebugaran dinamis adalah kemampuan seseorang dalam bekerja secara efisien yang tidak memerlukan keterampilan khusus, misalnya seperti berjalan, berlari, melompat, mengangkat.

c. Kebugaran Motoris

Kebugaran motoris merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang terhadap bekerja secara efisien yang menuntut keterampilan khusus.¹⁸

C. Kajian Senam untuk Motorik Kasar Anak

1. Pengertian Senam

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan keterampilan gerakan yang memerlukan kekuatan, kecepatan, dan keseragaman gerakan fisik. Senam sering juga dilakukan untuk rekreasi, relaksasi atau menenangkan pikiran, ini biasanya dilakukan di rumah, di tempat fitnes, di *gymnasium*, dan di sekolah.¹⁹

Biasanya di Paud, guru menerapkan kegiatan senam yang sangat mudah untuk diikuti oleh anak. Gerakan-gerakan senam dapat menstimulus perkembangan kebugaran jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. selain itu senam juga dapat mengembangkan ketrampilan gerak dasar.²⁰

¹⁸ Endang Rini Sukanti, "Lomba Senam Irama Ceria Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia PGRI Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta". 2010, hal.3.

¹⁹ Kinanti dan M.L.A Sumaryati. *Prinsip-Prinsip Dasar dalam Penelitian Bahasa dan Sastra*, (Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia, 2004), hal. 34

²⁰ Ibid,...hal.35

2. Indikator Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun (Kurikulum)

Indikator pencapaian perkembangan motorik kasar anak pada usia 4-5 tahun, kemudian dikembangkan lagi berdasarkan kurikulum yaitu salah satunya terdapat pada kegiatan senam. Kegiatan senam sangat berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar pada anak. Penelitian Anik Wijayanti (2020), menunjukkan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak sebesar 92%. Hal ini terlihat ketika proses pelaksanaan kegiatan senam dalam meningkatkan motorik kasar anak Kelompok Bermain Nurul Iman Padas Ngawi meliputi, gerak lengan, gerak kaki, dan kombinasi gerak lengan dan kaki yang dilakukan sebanyak 6 pertemuan dalam 2 siklus. Hasilnya menunjukkan bahwa terjadi peningkatan disetiap siklusnya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.²¹

Penelitian dari Fauziah (2018), yang menyatakan bahwa kemampuan motorik kasar anak meningkat melalui senam ritmik garuda. Hal ini terlihat dari beberapa kegiatan yaitu, anak mampu berjalan lurus ke depan, ke samping, melompat dengan satu kaki, melompat dengan dua kaki, serta anak mampu bergerak mengikuti irama musik.²²

²¹ Anik Wijayanti, dkk, Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama, *Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan*, Vol. 2. No. 1, (2020), Hlm . 1-14

²² Fauziah, Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Ritmik Garuda Di Taman Kanak-Kanak PT BPP Air Balam Koto Balingka Pasaman Barat, *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, Vol. 5. No. 2 (2018).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hasmin (2020), yang menyatakan bahwa senam fantasi dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Hal ini terlihat ketika terjadi peningkatan pada anak yang dilakukan dengan 2 siklus. Aktivitas bermain senam fantasi memberikan kebebasan bagi anak untuk mengapresiasi gerak tubuh sesuai dengan imajinasi anak, sehingga memotivasi anak untuk melakukan kegiatan pembelajaran motorik kasar dengan penuh semangat.²³

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam dapat meningkatkan motorik kasar anak, karena kegiatan senam merupakan salah satu kegiatan yang menyenangkan bagi anak dan memiliki gerakan sederhana yang dapat ditiru oleh anak. Selain itu, senam menghasilkan banyak gerakan sehingga membuat motorik kasar anak berkembang.

²³ Hasmin , Erdiyanti, Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Pembelajaran Senam Fantasi pada Anak Kelompok Raudhatul Athfal di Kendari, *Jurnal Pendidikan Dasar*, 2020.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Desain penelitian menggunakan penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif desainnya bersifat umum, berubah-ubah atau berkembang sesuai dengan situasi lapangan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugiyono bahwa “metode ini disebut juga dengan metode *interpretive* karena data hasil penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan”. Penelitian kepustakaan atau kajian literatur merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik, serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologinya untuk topik tertentu.¹ Adapun penelitian studi literatur ini adalah suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui senam.

B. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, yang menjadi instrumen atau alat penelitian adalah peneliti itu sendiri. Oleh karena itu, peneliti harus memiliki bekal teori dan pengetahuan yang luas sehingga mampu menganalisis dan mengkonstruksi persoalan yang diteliti menjadi lebih jelas dan bermakna.² Dengan kata lain, peneliti menjadi instrumen atau alat utama penelitian. Maka dalam penelitian ini,

¹ Cooper dan Taylor dalam Muhammad Imam Farisi, *Pengembangan Asesmen Diri Siswa (Pengembangan Self-Assesment)* sebagai Model Penilaian dan Pengembangan Karakter. 2012. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2020 dari situs <http://utsurabaya.files.wordpress.com/2012/12/kin-unesa.pdf>.

² Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2018), hal. 101

Peneliti sendiri yang bertindak sebagai perencana, pelaksana pengumpulan data yang kemudian menginterpretasi data-data yang sudah terkumpul. Dalam penelitian ini, peneliti harus mengumpulkan data sebanyak-banyaknya dengan menggunakan jurnal-jurnal yang relevan sehingga memperoleh hasil yang akurat.

C. Sumber Data

Sumber data merupakan subjek dari mana data di peroleh.³ Sumber data merupakan bagian yang penting dalam penelitian untuk membantu dan memenuhi penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Sumber data dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sekunder yang dipaparkan sebagai berikut:

1. Sumber primer adalah referensi yang dijadikan sumber utama dalam sebuah acuan penelitian. Adapun data utama dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari jurnal yang diakses dari Google Scholar.
2. Sumber sekunder adalah referensi-referensi yang menjadi pelengkap dan pendukung dari sumber primer. Adapun data sekunder dalam penelitian ini berupa buku-buku.⁴

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam sebuah penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data, dengan tidak mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.⁵ Adapun

³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal. 26.

⁴ Saifuddin Anwar, *Metodelogi Penelitian*, (Yogyakarta: Pelajar Offset, 1998), hal. 91.

⁵ Sugiyono, *Metode Penelittian Evaluasi, (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi)*, (Bandung: Alfabeta, 2018), hal 270.

strategi atau langkah pengumpulan data menggunakan tabel tracking sebagai berikut:

Tabel 3.1 Tracking Pencarian Artikel (*Publication Type*)

Tanggal	Database	Tahun	Kata Kunci	Jumlah Artikel yang Ditemukan
07/08/2021	Google Scholar	2015-2020	Motorik kasar dan senam.	25

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah cara yang digunakan untuk menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber.⁶ Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi.⁷

1. Pengumpulan Data

Data yang diperoleh merupakan bentuk dari dokumentasi jurnal.

2. Reduksi Data

Reduksi data yang digunakan untuk menganalisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, dan membuang yang tidak penting, sehingga memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan.

3. Penyajian Data

Penyajian data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kata-kata. Tujuan dari penyajian data adalah untuk menggabungkan informasi sehingga dapat menggambarkan keadaan yang terjadi.

⁶ Lexi J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Roesdakarya, 2002), hal. 190.

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2018), hal. 131.

4. Penarikan Kesimpulan

Upaya penarikan kesimpulan dilakukan peneliti secara terus menerus selama melakukan penelitian. Penarikan kesimpulan dimulai dari pengumpulan data hingga menemukan penjelasan dalam permasalahan yang diteliti dan mendapatkan kesimpulan.⁸

F. Tujuan Studi Kepustakaan

Studi kepustakaan memuat tentang uraian sistematis tentang kajian literatur dan hasil penelitian sebelumnya yang ada kaitannya dengan penelitian yang akan dilakukan dan diusahakan. Studi kepustakaan dilakukan bertujuan untuk:

1. Menemukan suatu masalah untuk diteliti. Adapun masalah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah terkait kegiatan senam terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.
2. Mencari informasi yang relevan dengan masalah yang diteliti, yaitu dengan melihat keadaan di lingkungan sekitar, jurnal atau artikel terkait dengan kegiatan senam terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.
3. Mengkaji beberapa teori dasar yang relevan dengan masalah yang ingin diteliti.
4. Membuat uraian teoritik dan empiric yang berkaitan dengan faktor, indikator, dan variabel penelitian yang tergambarkan didalam masalah-masalah yang ingin dipecahkan. Penulis menguraikan tentang perkembangan motorik kasar, dan kegiatan senam pada anak usia dini.

⁸ Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Roesdakarya, 2012), hal.177.

5. Memperdalam pengetahuan peneliti mengenai permasalahan yang akan diteliti. Melalui penelitian ini penulis dalam memperdalam pengetahuan tentang masalah yang terkait dengan kegiatan senam pada anak usia dini.
6. Membaca, membandingkan dan mengkaji hasil penelitian terdahulu yang ada kaitannya dengan penelitian yang dilakukan.⁹

G. Prosedur Penelitian

Berikut ini akan diuraikan mengenai tahapan yang dilakukan peneliti dalam melakukan penelitian. Adapun dalam tatanan praktisnya, peneliti membagi kedalam tiga tahapan, yaitu tahapan persiapan, penelitian, dan penulisan laporan penelitian.

1. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Penelitian

Tahap ini merupakan tahap awal yang dilakukan peneliti. Langkah pertama yang peneliti lakukan adalah mengajukan rancangan tema penelitian kepada pihak Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

b. Penyusunan Rancangan Penelitian

Setelah mendapatkan Surat Keputusan (SK) penunjukkan dosen pembimbing oleh pihak Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini yang dikeluarkan pada tanggal 14 Desember 2020, untuk pembimbing yang dimaksudkan adalah Ibu Zikra Hayati, M.Pd (sebagai pembimbing pertama) dan Ibu Faizatul Faridy M.Pd. (sebagai

⁹ Sukardi, *Metodelogi Penelitian Pendekatan Kualitatif, Aktualisasi Metodologis ke Arah Ragam Varian Kontemporer*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004), hal. 209.

pembimbing kedua). Kemudian peneliti merancang jenis dan metode penelitian. Rancangan dalam penelitian ini berupa kerangka yang dijadikan acuan dalam melakukan penelitian.

c. Konsultasi (Bimbingan)

Untuk kesempurnaan penulisan skripsi, penulis dibimbing oleh Dosen yang bersangkutan diatas, dengan proses bimbingan dilaksanakan berdasarkan kesepakatan bersama. Setiap kesalahan atau masukan dari pembimbing penulis catat dan kemudian revisi sebelum melakukan bimbingan selanjutnya.

2. Pelaksanaan Penelitian

Beberapa tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

a. Pengumpulan Data atau Sumber

Pengumpulan data atau sumber adalah agar memudahkan dalam proses analisis. Teknik yang penulis gunakan adalah studi kepustakaan, maka sumber yang digunakan berbentuk tulisan, baik berupa buku, kamus, karya ilmiah, serta bahan yang peneliti temukan di internet.

b. Merumuskan Masalah yang akan diteliti

Memfokuskan objek penelitian yang ingin diteliti, yaitu perkembangan motorik kasar melalui kegiatan senam pada anak usia dini

c. Menentukan Tujuan dan Manfaat Penelitian

Perihal tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui kegiatan senam, selanjutnya manfaat umumnya adalah dari hasil penelitian ini, mampu menjadi bahan untuk mengembangkan kemampuan guru, orang tua, dalam mengembangkan motorik kasar anak agar dapat berkembang secara optimal.

3. Interpretasi dan Penulisan

Pada tahapan ini digunakan kontruksi etik yaitu pandangan atau perspektif peneliti. Interpretasi dilakukan dengan tujuan untuk mengungkapkan makna yang terkandung dalam data yang kemudian dituliskan ke dalam bentuk Skripsi berdasarkan Pedoman Karya Tulis Ilmiah UIN Ar-Raniry tahun 2016.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang disajikan dalam penelitian ini adalah bagaimana mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui senam yang terdapat dari sumber ilmiah, sehingga studi literatur ini diharapkan bisa menemukan berbagai teori dan penemuan ilmiah yang berhubungan dengan permasalahan yang ingin diteliti dan bisa membentuk sebuah kerangka pikir ilmiah.

Adapun yang menjadi sumber referensi dalam penelitian ini adalah jurnal-jurnal relevan dengan permasalahan yang ingin diteliti. Terdapat 25 jurnal yang terkait dengan topik mengenai mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui senam. Jurnal yang dimaksud terdapat dari sumber online secara open access, yang dikumpulkan kemudian ditelaah dan disajikan kedalam bentuk deskriptif.

2. Pengumpulan Data

Data penelitian ini adalah berupa *tracking* jurnal tentang motorik kasar melalui kegiatan senam usia 4-5 tahun. Akan tetapi sebelum melakukan reduksi data, ada beberapa hal penting yang perlu diidentifikasi sebagai berikut:

Tabel 4.1 Identifikasi Pengumpulan Data

Pertanyaan Penelitian	Metode	Karakteristik sampel	Persamaan	Perbedaan
Pengembangan motorik kasar anak melalui kegiatan senam	• <i>Tracing</i> jurnal tentang motorik kasar dan senam	• Jurnal ilmiah • Motorik kasar • Kegiatan senam • Usia 4-5 tahun	• Kegiatan Senam • Usia 4-5 Tahun	• Metode yang digunakan • Lokasi penelitian

Kemudian langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah merangkum jurnal yang telah dilakukan pada tabel tracking pencarian artikel sebagai berikut:

Tabel 4.2 Daftar Kumpulan Jurnal

No	Nama	Judul	Tahun
1.	Galih Dwi Pradipa, Pamuji Sukoco	Model Senam Si Buyung untuk Pembelajaran Motorik Kasar pada Siswa Taman Kanak-Kanak	2013
2.	Nuryanti	Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Ceria	2015
3.	I Dw Ayu Winda Astari, I Nengah Suadnyana, I Kmg Ngurah Wiyasa	Penerapan Metode Demonstrasi melalui Kegiatan Senam Irama Berbantuan Media Audio untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B1 TK Widya Santhi	2015
4.	Febrina Anggraini, Ajo Sutarjo, Neneng Sri Wulan	Peranan Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini	2016
5.	Sri Sundari, Rivo Panji Yuda	Pengaruh Metode Senam Irama terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Islam Al-Azhar Kota Cirebon	April, 2017
6.	Siti Nurdaningsih, Edy Rianto	Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Senam Irama Ceria pada Anak Tunagrahita Ringan	2017
7.	Fauziah	Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Ritmik	2018

		Garuda di Taman Kanak-Kanak PT BPP Air Balam Koto Balingka Pasaman Barat	
8.	Nurul Fuaidah,	Kegiatan Senam Irama Terhadap Kemampuan Pengaruh Motorik Kasar Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun di RA Perwanida Raci Bangil Pasuruan	Februari, 2018
9.	S. Edi Subroto	Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Parenting Senam Masal Ibu dan Anak Pada Anak Usia Dini TK Dharma Wanita Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018	Maret, 2018
10.	Ani Marlia, Titin Faridatun Nisa, Yulias Wulani Fajar	Perbandingan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B pada Kegiatan Senam Berirama dan yang Tidak Berirama	Oktober, 2018
11.	Asma'ul Husnah, Basuki Hadi Prayogo	Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK Muslimat Nu Gesang Kabupaten Lumajang	Juli, 2018
12.	Agni Firdaus, Yuyun Yulianingsih, Tuti Hayati	Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar melalui Kegiatan Senam Ritmik	September, 2018
13.	Anik Lestarinigrum	Pengaruh Senam Bebek Berenang Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun	2019
14.	Zikrur Rahmat	Upaya Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Pinguin Di Kelompok B TK Ikal Dolog, Lampineung Banda Aceh.	April, 2019
15.	Evi Maulidia	Efektivitas Gerak Senam Ceria terhadap Peningkatan Motorik Kasar pada Kelompok A TK Kartika Nawa Desa Kedok Turen	2019
16.	Dedeh Ubaedah, Atin Fatimah, Ratih Kusumawardani	Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Senam Irama Binatang	Mei, 2019
17.	Umi Zulfah	Penerapan gerakan Senam Ceria untuk Meningkatkan Minat Siswa dalam Kegiatan Fisik Motorik Kelompok B di Pos Paud Terpadu Kartini Kota Surabaya	Juni, 2019
18.	Hasmin, Erdiyanti	Meningkatkan Kemampuan Motorik	April,

		Kasar melalui Pembelajaran Senam Fantasi pada Anak Kelompok Raudhatul Atfal di Kendari	2020
19.	Nurtin, Muhammad Safiuddin Saranani	Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Senam Fantasi	Juli, 2020
20.	Siti Tsaliska Maghfiroh	Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Senam Irama	Juli, 2020
21.	Ariska Lestariani, Gunawan	Pengaruh Senam Pinguin terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A Usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Jember	Juli, 2020
22.	Anik Wijayanti	Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama	2020
23.	Syafrimen Syafril, Cahniyo Wijaya Kuswanto, Farida, Osanisa Muriyan	Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini melalui Gerakan-Gerakan Senam	Desember, 2020
24.	Mutiara Manik, Damaiwaty Ray, Wan Nova Listia, Jasper Simanjuntak	Analisis Keterampilan Motorik Kasar pada Senam Irama di TK	2020
25.	Amira Adlina Ulfah, Dimiyati, A. Joki Armaini Putra	Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini	Januari, 2021

Setelah mengumpulkan mendapatkan data menggunakan tabel *tracking* pencarian artikel sebanyak 25, maka tahap selanjutnya yang peneliti lakukan adalah reduksi data yaitu, menajamkan, menggolongkan, mengarahkan sesuai dengan kata kunci dalam variabel penelitian ini, dan membuang yang tidak penting.

3. Reduksi Data

Adapun syarat-syarat jurnal yang akan diambil dalam reduksi data adalah jurnal yang berkaitan dengan kata kunci penelitian ini yaitu motorik

kasar anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan senam. Dari 25 hasil pencarian jurnal maka yang memenuhi syarat sesuai subjek kriteria hanya 6 jurnal.

Adapun tabelnya adalah sebagai berikut ini:

Tabel 4.3 Hasil Reduksi Jurnal.

No.	Nama	Judul	Tahun
1.	Nuryanti	Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Ceria	2015
2.	Asma'ul Husnah	Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK Muslimat Nu Gesang Kabupaten Lumajang	Juli, 2018
3.	Agni Firdaus	Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar melalui Kegiatan Senam Ritmik	September, 2018
4.	Evi Maulidia	Efektivitas Gerak Senam Ceria terhadap Peningkatan Motorik Kasar pada Kelompok A TK Kartika Nawa Desa Kedok Turen	2019
5.	Ariska Lestariani	Pengaruh Senam Pinguin terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A Usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Jember	Juli, 2020
6.	Syafrimen Syafril	Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini melalui Gerakan-Gerakan Senam	Desember, 2020

Setelah mereduksi data, peneliti mendapatkan 6 jurnal yang sesuai dengan kata kunci atau variabel, maka langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah penyajian data, yaitu berupa kata-kata. Tujuan dari penyajian data ini adalah untuk menggabungkan informasi sehingga dapat menggambarkan keadaan yang terjadi.

4. Penyajian Data

Menurut Nuryanti dan kawan-kawan mengatakan bahwa gerak motorik kasar anak adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang di pengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Tugas perkembangan jasmani berupa kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga serta koordinasi tubuh seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar, menangkap dan menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerak motorik kasar.

Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak. oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Untuk mengembangkan motorik kasar anak bisa dilakukan dengan kegiatan senam ceria. Senam ceria merupakan senam yang dimodifikasi dari senam irama dengan senam ritmik, karena gerakannya dilakukan dengan iringan musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas model Elliot. Alasan peneliti menggunakan penelitian ini adalah karena dalam pengembangan perkembangan fisik motorik melalui kegiatan senam ceria memerlukan waktu yang untuk melaksanakan kegiatan tersebut, sehingga model penelitian tindakan kelas yang cocok yaitu model Elliot, karena model ini terdiri dari beberapa siklus yang tiap siklusnya

terdiri dari 3 tindakan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui kegiatan senam ceria dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak di kelompok A TK Atikan.

Menurut penulis senam ceria dapat meningkat perkembangan motorik kasar pada anak. Hal ini terlihat ketika anak di beri ransangan agar kemampuan motorik kasar anak dengan sangat lincah, luwes, semangat dan tepat. Selain itu, pada aktivitas kegiatan senam ini dilakukan dengan 3 siklus. Pada siklus pertama perkembangan motorik kasar anak belum terlalu meningkat, karena hanya dilakukan dengan menggunakan irama atau ketukan tamborin, pada siklus kedua terlihat kemampuan motorik kasar anak lebih meningkat dibandingkan dengan siklus I. Karena kegiatan senamnya sudah diirigi dengan lagu atau musik. Sedangkan pada siklus ketiga perkembangan motorik kasar anak sudah berkembang dengan sangat baik. Karena anak-anak diberikan properti saat melakukan kegiatan senam. Seperti gelang lonceng, gelang kaki lonceng dan topi kartu. Sehingga menjadikan anak lebih bersemangat, senang, luwes, dan lincah saat melakukan kegiatan senam. Selain itu, pada aktivitas kegiatan senam ceria ini juga terdapat pemberian *reward* atau motivasi yang diberikan sehingga anak lebih tertarik untuk melakukan kegiatan senam ini.

Menurut Asma'ul Husnah dan kawan-kawan mengatakan bahwa salah satu cara yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak adalah dengan melakukan kegiatan senam irama. kegiatan pada senam irama merupakan sebuah pembelajaran pengembangan motorik

pada anak yang dilakukan bermain sambil belajar. Aktifitas yang dilakukan dalam senam irama diharapkan dapat menyenangkan sekaligus menyentuh kepekaan akan irama musik dan perkembangan motorik kasar, sehingga menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Bagian metode penelitian ini memuat jenis penelitian, subjek penelitian, instrumen penelitian, pengumpulan data, dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian. Jenis penelitian ini termasuk jenis *Pre Eksperiment* atau penelitian semu. Berdasarkan hasil dari penelitian ini adalah dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara senam irama terhadap perkembangan motorik anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang Kecamatan Tampeh Kabupaten Lumajang.

Menurut penulis perkembangan motorik kasar anak mengalami peningkatan pada saat melakukan kegiatan senam irama, hal ini terlihat pada saat anak sangat senang melakukan kegiatan ini dan anak tidak merasa jenuh atau bosan karena senam irama ini memberikan pengalaman langsung kepada anak sehingga membuat anak dengan bebas melakukan gerakannya. Senam irama juga dapat menarik perhatian anak dan merangsang anak untuk bergerak. Jadi, semakin banyak gerakan yang dilakukan oleh anak maka dapat mengembangkan motorik kasar anak secara optimal sampai dimasa yang akan datang.

Menurut Agni Firdaus dan kawan-kawan mengatakan bahwa perkembangan motorik kasar meliputi kegiatan seluruh tubuh atau bagian

tubuh yang melibatkan bermacam koordinasi kelompok otot-otot tertentu. Berbagai cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar agar anak dapat berkembang fisik motoriknya. Salah satu cara yang dapat membuat anak aktif dan membuat anak senang yaitu dengan menggunakan kegiatan senam. Senam merupakan cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas yang secara prosedur biasanya meliputi beberapa siklus yang disesuaikan dengan tingkat permasalahan yang akan dipecahkan dan kondisi yang akan ditingkatkan, dengan pendekatan kualitatif dan kuantitatif atau disebut dengan pendekatan campuran (*mix methode*). Berdasarkan hasil penelitian ini adalah keterampilan motorik kasar anak setelah diterapkan kegiatan senam ritmik di kelompok A RA Jadaria setiap siklusnya mengalami peningkatan.

Menurut penulis anak mengalami peningkatan motorik kasarnya setelah melakukan kegiatan senam ritmik, hal ini terlihat ketika anak sangat terampil dalam melakukan gerakan-gerakan senam. Selain itu senam ritmik ini juga dapat meningkat rasa percaya diri anak karena pada awalnya anak sangat malas untuk melakukan gerakan dan memilih untuk berdiam diri saja, tetapi setelah melakukan senam ritmik anak menjadi aktif dan percaya diri untuk ikut serta bergerak bersama temannya. Senam ritmik ini juga dapat menjalin kerjasama antar anak. Hal ini terlihat ketika anak yang sudah hafal gerakan senam ini senantiasa memberikan contoh kepada

temannya yang belum hafal gerakan-gerakan senam tersebut. Senam ritmik melatih kelenturan, keseimbangan, kontinuitas gerakan, dan ketepatan dengan irama.

Menurut Evi Maulidia dan kawan-kawan mengatakan bahwa motorik kasar merupakan perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, perkembangan ini erat kaitannya dengan pusat motorik kasar di otak. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ-organ otak, merangsang pertumbuhan melalui permainan terjadi ketika otot-otot anak melompat, melempar, atau berlari. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen menggunakan design preeksperimental design dengan *one group pre test post test design* karena pada desain ini melibatkan satu kelompok. Sebelum melakukan perlakuan atau *treatment* anak diberikan *pretest* untuk mengetahui perkembangan motorik kasar pada anak. Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, hal yang dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini adalah hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t diperoleh nilai hitung untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak sebesar 5.973 dengan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000, dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, artinya ada pengaruh signifikan secara individual antara perkembangan motorik kasar anak pada gerakan senam ceria. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang mengemukakan bahwa terdapat peningkatan terhadap kemampuan motorik

kasar pada anak KB-TK Terpadu Kartika Nawa. Kabupaten Malang melalui gerakan senam ceria dapat diterima.

Menurut penulis senam ceria ini merupakan kegiatan senam yang dimodifikasi dari senam irama dengan senam ritmik. Senam ceria dapat membantu mengembangkan gerak dasar pada anak, selain itu senam ceria mampu menjadikan anak lebih aktif dan bersemangat untuk melakukan gerakan karna kegiatan senam ini dilakukan dengan iringan musik atau latihan bebas yang berirama sehingga dapat mengembangkan motorik kasar anak secara optimal yang dapat berpengaruh di masa yang akan datang.

Menurut Ariska Lestariani dan kawan-kawan adalah pertumbuhan dan perkembangan anak biasanya disebut dengan periode emas pada usia 5 tahun pertama, karena pada masa itu keadaan fisik maupun segala kemampuan anak berkembang secara cepat. Seperti anak mampu menjaga keseimbangan tubuh saat berlari, mampu berdiri diatas satu kaki dan berjalan berputar. Selain itu, secara fisik anak terlihat lebih tinggi dan berat badan anak bertambah. Salah satu kemampuan anak yang berkembang cepat dan sangat mudah untuk diamati adalah kemampuan fisik atau motorik kasarnya. Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positifisme, yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau

sampel tertentu. Berdasarkan hasil penelitian ini adalah dengan berdasarkan hasil uji analisa menggunakan rumus t-tes, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita.

Menurut penulis senam penguin sangat berpengaruh terhadap peningkatan motorik kasar anak. Hal ini terlihat ketika aktivitas dari kegiatan senam penguin ini melatih gerakan dasar anak seperti melompat dengan menggunakan satu kaki, memutar kedua tangan sebesar 360° , berlari ditempat dengan menjinjitkan kaki serta berjalan pada garis lurus sepanjang satu meter kedepan dan kebelakang. Kegiatan senam penguin ini juga dilakukan dengan beberapa kali pengulangan agar anak mudah untuk menghafal gerakannya. Selain itu, senam penguin selain digemari oleh anak-anak juga sangat disukai oleh masyarakat umum karena gerakannya menyenangkan dan membangkitkan semangat anak untuk bergerak.

Menurut Syafrimen Syafril dan kawan-kawan mengatakan bahwa manfaat kemampuan motorik kasar bagi anak adalah kemampuan motorik kasar sangat penting untuk perkembangan anak. Anak yang memiliki kemampuan motorik kasar yang baik akan memiliki perkembangan mental yang baik juga. Hal ini disebabkan karena anak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Jadi, hal tersebut akan meningkatkan rasa percaya diri anak. selain itu juga anak yang terlatih kemampuan motorik kasarnya akan berpengaruh positif pada kemampuan kognitifnya. Melatih kemampuan motorik kasar anak sama saja dengan membantu

menyeimbangkan kinerja belahan otak kanan dan belahan otak kiri pada anak. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif jenis penelitian ini menggunakan studi kasus. Fokus penelitian ini tertuju pada representasi terhadap fenomena yakni bukan dimaksud untuk mengambil kesimpulan yang berlaku umum akan tetapi hanya untuk sekolah yang terkait dengan fenomena yang diamati seperti motorik kasar anak melalui gerakan-gerakan senam. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya guru dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar adalah sebagai berikut: pertama mengajak anak untuk bergerak, kedua memperbaiki gerakan yang salah. Temuan tersebut ditemukan dalam penelitian yang nantinya dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar.

Menurut penulis keterampilan motorik kasar merupakan suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia karna semua gerakan anggota tubuh yang dihasilkan oleh manusia berasal dari gerakan motorik kasar. Untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak bisa dilakukan dengan hal-hal yang menyenangkan salah satunya adalah senam. Gerakan senam dibuat secara tersusun dan semenarik mungkin agar anak-anak lebih aktif dan bergairah untuk melakukannya, sehingga semakin banyak gerakan yang dilakukan oleh anak dalam kegiatan senam, dapat meningkatkan keterampilan motorik ataupun keterampilan fisik seperti keseimbangan, kelentukan, kekuatan, kelincahan, daya tahan, serta koordinasi. Pada kegiatan senam terdapat juga dua cara yang bisa dilakukan

untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak yaitu, pertama ajak anak untuk bergerak, kedua koreksi jika ada gerakan yang salah dengan cara guru juga ikut terlibat dalam kegiatan senam tersebut, sehingga dapat tercapai perkembangan motorik kasar anak secara optimal sesuai dengan yang diharapkan.

B. Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti mendapatkan 25 jurnal dari tabel *tracking* pencarian artikel yang terkait dengan judul yang dianalisis atau ditelaah pada hasil-hasil penelitian yang terdahulu, berbagai macam pendapat yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya, selain itu juga, kegiatan tersebut disajikan dengan sangat bervariasi yang mana dapat bermanfaat bagi anak dalam peningkatan yang terjadi khususnya pada aspek perkembangan motorik kasar anak.

Dari 25 jurnal tersebut kemudian peneliti reduksi lagi untuk mempertajamkan, atau memfokuskan pada variabel yang ingin dianalisis, sehingga ditemukan 6 jurnal yang terkait dengan judul mengembangkan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui senam.

Motorik merupakan semua gerakan yang dihasilkan oleh tubuh. Sedangkan perkembangan motorik adalah perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh dari sejak bayi sampai dewasa. Perkembangan motorik anak terbagi atas perkembangan motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus melibatkan otot-otot kecil seperti gerakan jari jemari dan tangan yang memerlukan ketelitian dan kecermatan, sedangkan

motorik kasar adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar, seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak.

Keterampilan motorik kasar sangat penting dalam kehidupan manusia. Karena manusia bisa melakukan gerakan tubuh melalui gerakan motorik kasarnya. Sedangkan bagi anak-anak kegiatan motorik sangat berperan penting dalam membantu mereka melalui setiap tahap perkembangannya. Karena apabila keterampilan motorik anak berkembang dengan baik maka akan menunjang rasa percaya diri dan kemandirian pada anak, selain itu juga berpengaruh pada kemampuan kognitif anak dan aspek perkembangan yang lainnya. Perkembangan motorik ini sangat penting diberikan stimulus dari sejak dini, karena ketika kita melatih kemampuan motorik kasar anak sama halnya seperti kita membantu menyeimbangkan kinerja otak kanan dan otak kiri pada anak. Sebaliknya apabila kemampuan motorik kasar anak tidak berkembang dengan baik. Maka dapat menghambat semua keterampilan perkembangan anak.

Meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini bertujuan untuk mengenalkan kepada anak dan melatih gerak dasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil.

Banyak cara yang bisa dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar anak agar dapat berkembang secara optimal seperti yang diharapkan. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk membuat anak menjadi aktif dan membuat

anak senang untuk bergerak yaitu dengan menggunakan kegiatan senam. Senam merupakan gerakan tubuh yang bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spritual. Selain itu, senam juga dapat kita artikan sebagai suatu bentuk latihan tubuh yang sengaja dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh.

Kegiatan senam memberikan banyak ransangan gerak terhadap anak. Selain itu, kegiatan aktivitas senam sengaja dirancang dengan sangat menarik agar anak berminat untuk menggerakkan tubuhnya dan membuat anak senang untuk melakukan kegiatan senam. Gerakan-gerakan dalam senam yang dilakukan oleh anak dapat meningkatkan motorik kasar anak. Kegiatan senam juga dapat melatih kedisiplinan anak. Hal ini terlihat ketika anak mengikuti gerakan senam sesuai yang diajarkan oleh guru dan anak tidak bergerak dengan bebas sesuai yang dia inginkan, sehingga terdapat kesamaan gerakan yang dilakukan oleh semua anak.

Kegiatan senam dilakukan untuk melatih kemampuan gerakan dasar anak, adapun kemampuan gerak dasar itu adalah: pertama, gerak lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan cara berpindah tempat, atau memindahkan tubuh dari tempat satu ke tempat lain, misalnya seperti berlari, berjalan, melompat, berguling, dan lain-lain. Kedua, gerak nonlokomotor yaitu gerakan yang dilakukan dengan tidak berpindah tempat, misalnya seperti membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengangkat, mengayun, dan lain sebagainya. Ketiga, gerak manipulatif adalah sebuah

gerakan yang membutuhkan media sebagai alat bantu, misalnya seperti menendang bola, memukul, dan menangkap.

Pemberian *reward* atau motivasi yang diberikan kepada anak, salah satu cara yang dilakukan guru untuk memberikan semangat kepada anak. Anak tidak takut jika dia melakukan kesalahan dalam melakukan gerakan senam, anak lebih tampil percaya diri dan tidak malu-malu melakukan kegiatan senam.

Aktivitas kegiatan senam juga akan lebih menarik jika di dukung dengan media, karena akan menjadikan suasana tersebut menjadi lebih hidup, dan menjadikan anak lebih semangat dan ceria. Rasa senang pada anak dapat menarik perhatian anak untuk selalu mencoba dan mengikuti proses kegiatan senam. selain itu, jika anak banyak menghasilkan gerakan maka perkembangan motorik kasar anak pun ikut berkembang menjadi lebih baik.

Kegiatan senam di PAUD bertujuan untuk memperkaya gerakan-gerakan pada anak, memberikan pengalaman langsung, menambah pengetahuan anak, menumbuhkan rasa percaya diri, melatih kedisiplinan, serta meningkatkan kesegaran jasmani. Kegiatan senam juga menjadikan fisik anak menjadi sehat, sehingga anak tidak mudah sakit dan tahap perkembangan anak bisa berkembang dengan baik.

Berdasarkan analisis dari tahun ke tahun kegiatan senam pada anak usia dini menghadirkan sesuatu yang baru, baik itu dari senamnya, aktivitas senamnya, dan proses penerapan yang bervariasi seperti yang dilakukan oleh Agni Firdaus dan Evi Maulidia beserta kawan-kawan pada tahun 2018 dan 2019. Pada tahun sebelumnya belum dilakukan kegiatan senam ceria, adapun

senam ceria ini merupakan senam yang dimodifikasi antara senam irama dengan senam ritmik. Hal tersebut karena pada kegiatan senam ini gerakan yang dilakukan adalah dengan iringan musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.

Selain itu, sebuah penelitian juga yang sangat berbeda dengan tahun-tahun sebelumnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Ariska Lestariani dan kawan-kawan yang berjudul pengaruh senam pinguin terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Jember. Dari hasil penelitiannya ia menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh senam pinguin terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak.

Pengalaman langsung yang didapatkan oleh anak pada saat melakukan kegiatan senam menjadikan pembelajaran lebih mudah diserap dan ditiru oleh anak. Anak juga banyak menemukan hal-hal baru yang sangat menyenangkan terutama dalam hal kegiatan fisik motoriknya. Gerakan-gerakan yang bervariasi yang didapatkan oleh anak dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan motorik kasar anak.

Kegiatan senam selain dapat meningkatkan motorik kasar anak, juga dapat mengembangkan aspek perkembangan yang lain seperti, kognitif, sosial emosional, rasa percaya diri, kemandirian, kedisiplinan, dan lain sebagainya. Sejalan dengan pendapat Mustafa, yang mengatakan bahwa senam juga dapat

meningkatkan motorik kasar anak dengan gerakan-gerakan tubuh seperti berlari, melompat, menggerakkan tangan, dan lain sebagainya.¹

Berdasarkan uraian pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam dapat mengembangkan motorik kasar anak. Gerakan senam yang diajarkan kepada anak sejak dini sangat membantu anak dalam mengembangkan kemampuan gerak dasarnya, kegiatan senam memperkaya gerakan-gerakan kepada anak. Selain itu, senam juga dapat menunjang motorik kasar anak berkembang secara optimal sampai dimasa yang akan datang.

Gerakan-gerakan yang dihasilkan anak pada saat melakukan kegiatan senam dapat menjadikan motorik kasar anak berkembang, karena anak menjadi lebih aktif, lebih bersemangat, membuat anak menjadi lebih ceria, dan meningkatkan keterampilan tubuh menjadi sehat, sehingga kemampuan motorik kasar dapat berkembang sesuai yang diharapkan.

¹ Mustafa, *Media Senam Pinguin*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2010), hal. 35.

BAB V

PENUTUP

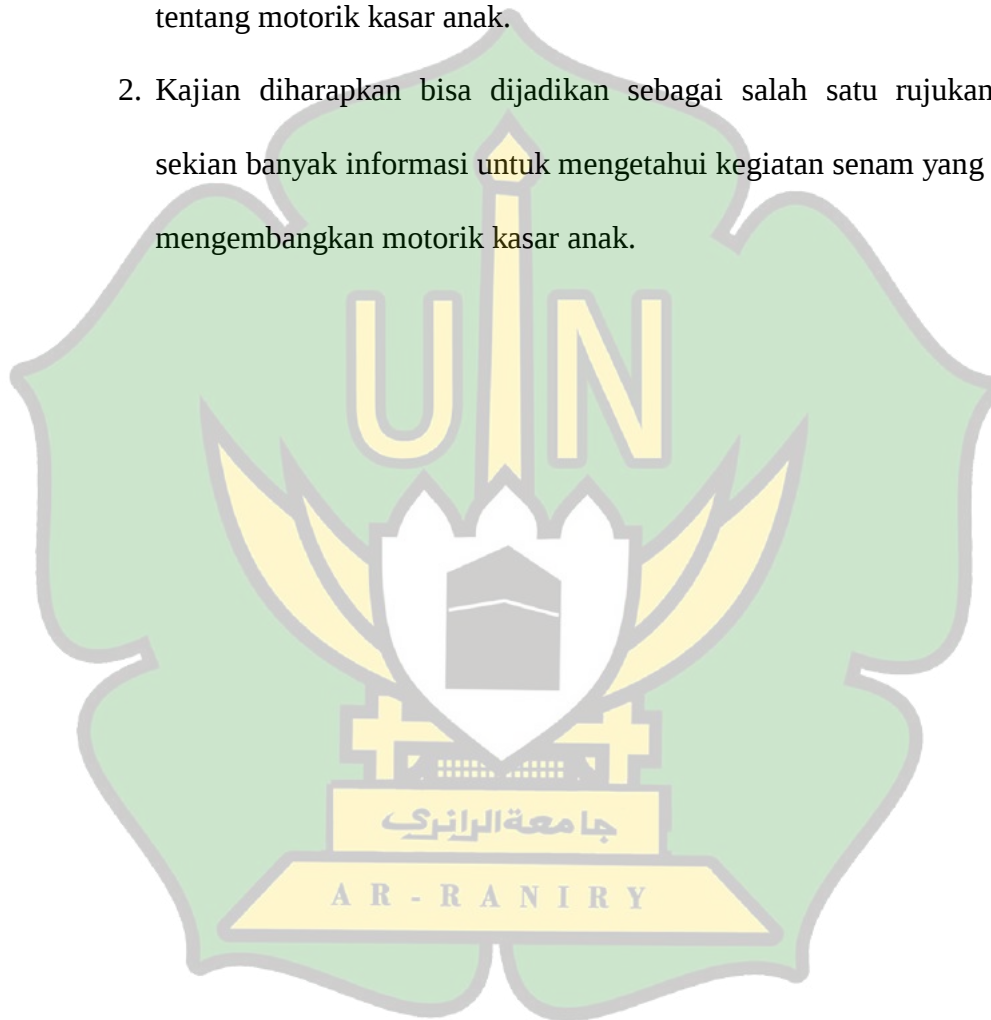
A. Simpulan

Motorik kasar merupakan sebuah gerakan yang melibatkan seluruh tubuh dengan menggunakan otot-otot besar yang dipengaruhi oleh kematangan. Kegiatan senam merupakan salah satu kegiatan yang dapat mengembangkan motorik kasar anak. Dari 6 jurnal yang dianalisis didapatkan informasi bahwa pengembangan motorik kasar melalui senam dapat dilakukan melalui senam ceria yang memperkenalkan kepada anak gerak-gerak dasar, senam penguin melatih gerakan dasar anak seperti melompat dengan menggunakan satu kaki, memutar kedua tangan sebesar 360°, berlari ditempat dengan menginjitkan kaki serta berjalan pada garis lurus sepanjang satu meter kedepan dan kebelakang. Senam irama memberikan pengalaman langsung kepada anak sehingga membuat anak dengan bebas melakukan gerakannya. Senam irama juga dapat menarik perhatian anak dan merangsang anak untuk bergerak, senam ritmik melatih kelenturan, keseimbangan, kontinuitas gerakan, dan ketepatan dengan irama. Jadi, hasil analisis kajian literatur dapat disimpulkan bahwa melalui kegiatan senam dapat mengembangkan motorik kasar anak secara optimal sampai dimasa yang akan datang.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan di atas, maka saran yang bisa diberikan adalah:

1. Untuk peneliti selanjutnya disarankan agar bisa melakukan penelitian tentang motorik kasar anak.
2. Kajian diharapkan bisa dijadikan sebagai salah satu rujukan dari sekian banyak informasi untuk mengetahui kegiatan senam yang dapat mengembangkan motorik kasar anak.



DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Purnama, (2016), “Pengaruh Senam Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Pra Menopause”, *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol. 06 No.2.
- Afrita Yeni, Studi Literatur: (2020), “Simulasi Kemampuan Anak Mengenal Huruf Melalui Permainan Menguraikan Kata di Taman Kanak-Kanak Al-Widjar Padang”, *Jurnal Pendidikan Tumbusai*, Vol. 4 No. 1.
- Ahmad Rudyanto, (2016), *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*, Lampung: Darussalam Press.
- Ahmad Satrio, (2007), *Senam*, Jakarta: PT Indahjaya Pratama
- Anggraini, Febrina, dkk, (2016), “Peranan Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Infantia*, Vol. 4. No. 2.
- Anik Wijayanti, dkk, (2020), “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama”, *Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan*, Vol. 2. No. 1.
- Anwar, Saifuddin, (1998), *Metodelogi Penelitian*, Yogyakarta: Pelajar Offset.
- Arikunto, Suharsimi, (2010), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Bambang, Sujiono, Dkk, (2007), *Metode Pengembangan Fisik*, Jakarta: Universitas Terbuka.
- Bambang, Sujiono, Dkk, (2010), *Metode Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, Jakarta: Depdiknas.
- Bambang, Sujiono, Dkk, (2012), *Metode Pengembangan Fisik*, Jakarta: Universitas Terbuka.
- Cooper dan Taylor dalam Muhammad Imam Farisi, (2012), *Pengembangan Asesmen Diri Siswa (Pengembangan Self-Assesment)* sebagai Model Penilaian dan Pengembangan Karakter. 2012. Diakses pada tanggal 2 Agustus 2020 dari situs <http://utsurabaya.files.wordpress.com/2012/12/kin-unesa.pdf>.
- Decaprio Richard, (2017), *Panduan Pengembangan Kecerdasan Motorik Siswa*, Yogyakarta: Diva Press.

- Depdiknas, (2004), *Kerangka Dasar Kurikulum*, Jakarta: Pusat Kurikulum.
- Desmita, (2005), *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Remaja Roesdakarya.
- Dwi Galih Pradipta, Pamuji Sukoco, (2013), “Model Senam Si Buyung untuk Pembelajaran Motorik Kasar pada Siswa Taman Kanak-Kanak”, *Jurnal Keolahragaan*, Volume 1- Nomor 2.
- Dwi Galih Pradipta, (2017), Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B, *Jendela Olahraga*, 2(1).
<https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1292>.
- Erick Yunus Satrio, (2014), “Pengaruh Senam PAUD Ceria Terhadap Kemampuan Motorik Kasar di Pos Paud Terpadu Bina Balita (3-4 Tahun) Jombang Kota Surabaya”, *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Volume 02 Nomor 03.
- Fadlun Maulin, dkk, (2019), “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Senam Fantasi”. *EduBasic Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1 (1).
- Fauziah, (2018), “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Ritmik Garuda Di Taman Kanak-Kanak PT BPP Air Balam Koto Balingka Pasaman Barat”, *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, Vol. 5. No. 2.
- Firdaus, Agni, dkk, (2018), “Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar melalui Kegiatan Senam Ritmik”, *Jurnal*, Vol. 1, No. 1.
- Fuaidah, Nurul dan Miftahillah, (2018), “Kegiatan Senam Irama Terhadap Kemampuan Pengaruh Motorik Kasar Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun di RA Perwanida Raci Bangil Pasuruan”,
- Hasmin , Erdiyanti, (2020), “Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Pembelajaran Senam Fantasi pada Anak Kelompok Raudhatul Athfal di Kendari”, *Jurnal Pendidikan Dasar*
- Husnah, Asma’ul dan Basuki Hadi Prayogo, (2018), “Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun di TK Muslimat Nu Gesang Kabupaten Lumajang”, *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, Vol. 1, No.2
- I Dw Ayu Winda Astari, dkk, (2015), “Penerapan Metode Demonstrasi melalui Kegiatan Senam Irama Berbantuan Media Audio untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B1 TK Widya Santhi” *e-journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganesha*, Vol. 3. No. 1

Kamus Besar Bahasa Indonesia, (2014), Jakarta: Pusat Bahasa, Departemen Pendidikan Nasional Indonesia

Lestariani, Ariska dan Gunawan, (2020), “Pengaruh Senam Pinguin terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok A Usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Jember”, *Jurnal JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, Vol. 3, No. 2

Lestarinigrum, Anik, (2019), “Pengaruh Senam Bebek Berenang Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun”, *Jurnal Efektor*, Vol. 6, Issue. 1

Maghfiroh, Tsaliska Siti, (2020), “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Senam Irama”, *Jurnal Care*, Vol. 8, No.1

Manik, Mutiara, dkk, “Analisis Keterampilan Motorik Kasar pada Senam Irama di TK”, *Jurnal Education For All*, 9 (2)

Marlia, Ani, dkk, (2018), “Perbandingan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B pada Kegiatan Senam Berirama dan yang Tidak Berirama”, *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, Vol. 5, No, 2.

Maulidia Evi, dkk, (2019), “Efektifitas Gerak Senam Ceria Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Pada Kelompok A TK Kartika Nawa Desa Kedok Turen, *jurnal. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran Bagi Guru dan Dosen*. Vol. 3

Moh Nazir, (2005), *Metode Penelitian*, Bogor: Ghalia Indonesia.

Moleong, Lexi J, (2002), *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Roesdakarya.

Muhajir, (2006), *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik 1*, Jakarta: Erlangga, 2006

Mustafa, (2010), *Media Senam Pinguin*, Jakarta: Universitas Terbuka

Nidhi Rizkya HP, M. Husni Abdullah, “Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B di TK Al-Fitroh”, Universitas Negeri Surabaya

Nurdaningsih, Siti dan Edy Rianto, (2017), “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Senam Irama Ceria pada Anak Tunagrahita Ringan”, *Jurnal Pendidikan Khusus*.

- Nuryanti, Robandi Roni, Helmi Ismail (2015), “Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Cerita”, *Cakrawala Dini*, Vol 5 No. 2.
- Nurtin dan Muhammad Safiuddin Saranani, (2020), “Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Senam Fantasi”, *Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO*, Vol. 3, No. 2
- Patria, Dharma dan Tomas Iriyanti, (2011), “Penggunaan Media Papan Flanel untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mengenal Bilangan 1 Sampai 10 Siswa Keas 1 Sdlb”, *Volume 1, Nomor 2*.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014. *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kemendikbud.
- Qurrota Farihatun Aini, dkk, (2016), Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A, *jurnal*. PAUD Teratai. Volume 05 Nomor 02.
- Rahmat, Zikrur, (2019), “Upaya Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Pinguin Di Kelompok B TK Ikal Dolog, Lampineung Banda Aceh”, *Jurnal Penjaskesrek*, Vol.6, No. 1
- Rini Endang Sukanti, (2010) “Lomba Senam Irama Ceria Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia PGRI Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”.
- Samsudin, (2008), *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak- Kanak*, Jakarta: Prenada Media Grup.
- Sasmita, dkk, (2020), Pengaruh Kegiatan Senam Irama terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Tanjung Raja Kec. Tanjung Raja, *Jurnal*. PERNIK jurnal PAUD, VOL 3 NO.
- Subroto, Edi. S, (2018), “Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Parenting Senam Masal Ibu dan Anak Pada Anak Usia Dini TK Dharma Wanita Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018, *Jurnal PINUS*, Vol. 3. No. 2
- Sugiyono, (2018), *Metode Penelittian Evaluasi, (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi)*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2018), *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.

- Sukardi, (2004), *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kualitatif, Aktualisasi Metodelogis ke Arah Ragam Varian Kontemporer*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sukiman, (2012), *Pengembangan Media Pembelajaran*, Yogyakarta: PT. Pustaka Insan Madani
- Sumantri, (2005), *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, Jakarta: Depdiknas
- Sundari, Sri dan Rivo Panji Yuda, (2017), “Pengaruh Metode Senam Irama terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Islam Al-Azhar Kota Cirebon”, *Jurnal Olahraga*, Vol. 3. No.1
- Suyadi, Maulidya Ulfah, (2017), *Konsep Dasar Paud*, Bandung: PT Remaja Roesdakarya.
- Syafril, Syafrimen, dkk, 2020, “Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini melalui Gerakan-Gerakan Senam”, *Jurnal*, Vol. 5, No. 1
- Tadkiroatun, Musfiroh, (2008), *Cerdas Melalui Bermain*, Jakarta: PT. Grasindo.
- Tadkiroatun, Musfiroh, (2012), *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Tedjasaputra, Mayke, (2001), *Bermain Mainan dan Permainan untuk Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: PT Grasindo
- Ubaedah, Dedeh, dkk, (2019), “Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Senam Irama Binatang”, *Jurnal JPP PAUD FKIP Untirta*, Vol. 6, No. 1
- Ulfah, Adlina Amira, dkk, (2021), “Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol. 5, No. 2
- Wa Ode Hartina, (2019), Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Irama, *Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO* 2 (1).
- Yusuf, Syamsu, dkk, (2013), *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arifin, Zainal (2012), *Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Roesdakarya.

Mestika, Zed (2004), *Metode Penelitian Kepustakaan*, Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

Zulfah, Umi, (2019), “Penerapan gerakan Senam Ceria untuk Meningkatkan Minat Siswa dalam Kegiatan Fisik Motorik Kelompok B di Pos Paud Terpadu Kartini Kota Surabaya”, *Jurnal* Vol. 3, No. 1

Zulkifli, (2002), *Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah*, Jakarta: Ditjen Olahraga Depdiknas.



PENGEMBANGAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI KEGIATAN SENAM CERIA

Nuryanti¹
Robandi Roni²
Helmi Ismail³

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah pengembangan kemampuan motorik kasar anak yang belum baik. Proses kegiatan pembelajaran lebih terpaku pada kegiatan membaca, menulis dan berhitung sehingga untuk kemampuan motorik anak kurang ditingkatkan. Maka dari itu penelitian dilaksanakan untuk pengembangan kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senam yang dikhususkan untuk kelompok A. Jumlah anak pada penelitian ini adalah 5 orang, terdiri dari 1 anak perempuan dan 4 anak laki-laki. Pengembangan kemampuan motorik kasar anak dilakukan melalui kegiatan senam ceria yang menarik dan mudah ditiru oleh anak sehingga tidak menyulitkan anak. Selain itu kegiatan senam ini dilakukan dengan iringan irama tamborin dan irama musik/lagu yang ceria, serta anak dipakaikan properti saat senam. Dalam pelaksanaannya, peneliti menggunakan metode penelitian tindakan kelas dengan desain penelitian model John Elliot. Instrumen yang digunakan yaitu, penilaian performa, observasi, catatan lapangan, wawancara. Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan senam ceria terdapat pengembangan yang lebih baik. Pengembangan kemampuan motorik kasar dalam indikator mengikuti gerakan senam sesuai dengan irama pada siklus I sebesar 48%, sedangkan pada siklus II terjadi pengembangan yaitu sebesar 72%, dan siklus III semakin meningkat sebesar 89%. Dalam indikator menggerakkan kepala, tangan dan kaki secara terkoordinasi sesuai irama pada siklus I sebesar 44%, pada siklus II terjadi pengembangan sebesar 68%, dan siklus III semakin meningkat menjadi 91%. Dalam indikator mengekspresikan gerakan senam sesuai dengan irama musik, pada siklus I sebesar 43%, pada siklus II terjadi pengembangan 65%, dan siklus III semakin meningkat menjadi 89%. Maka dapat disimpulkan bahwa melalui kegiatan senam ceria kemampuan motorik kasar anak meningkat. Hal ini dapat dilihat dari proses dan performa pada saat penelitian.

Kata Kunci: Kemampuan Motorik kasar, Senam ceria

A R - R A N I R Y

¹ Kunuy20@yahoo.com

² Dosen Kampus UPI Cibiru

³ Dosen Kampus UPI Cibiru

A. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang berada pada usia 0-6 tahun. Usia dini merupakan usia yang sangat penting bagi perkembangan anak sehingga dapat disebut dengan usia *golden age*. Anak usia dini sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat, baik fisik maupun mental.

Pada anak usia 0-6 tahun hendaklah memberikan layanan pendidikan dengan baik, karena masa itu lah anak dapat di rangsang segala aspek perkembangannya. Maka dari itu untuk memfasilitasi anak usia dini maka pemerintah menyediakan beberapa lembaga pendidikan pendidikan anak usia dini, yang dimana pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggara pendidikan yang menitik beratkan pada peletakkan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan, sosial emosional, bahasa dan komunikasi sesuai dengan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini. Pendidikan anak usia dini ini merupakan sebuah pendidikan yang dilakukan pada anak yang baru lahir hingga enam tahun.

Pendidikan anak usia dini ini sudah tertera dalam Undang-undang 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional berkaitan dengan pendidikan Anak Usia Dini pada Bab 1 pasal 1 ayat 14 ditegaskan bahwa: Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Maka dari itu pendidikan untuk anak usia dini ini memiliki jalur dan jenjang pendidikan yaitu, jalur formal dan non formal. Dan salah satu jalur formal ialah TK (tamana kanak-kanak). Menurut Abidin (2009, hlm. 103) mengemukakan 'Taman Kanak-Kanak adalah salah satu bentuk satuan pendidikan anak usia dini pada jalur formal yang menyelenggarakan program pendidikan bagi anak usia 4-6 tahun'. Dalam hal ini anak usia 4-6 tahun ini di bagi ke dalam dua kelompok, untuk usia 4-5 tahun dikelompokkan ke dalam kelompok A sedangkan untuk anak usia 5-6 tahun di kelompokkan ke dalam kelompok B. Pembagian kelompok tersebut bertujuan agar pembelajaran yang diberikan dapat disesuaikan dengan karakteristik anak, karena tahapan perkembangan anak berbeda-beda maka tahapan perkembangan anak yang harus dicapai pun berbeda-beda pula dan di sesuaikan dengan usia anak.

Beberapa aspek perkembangan anak yang dapat dikembangkan untuk anak usia dini di antaranya aspek moral, agama, sosial emosional, bahasa, kognitif serta fisik motorik. Mengingat banyak aspek perkembangan yang harus dimiliki oleh anak, maka rangsangan dan stimulus yang diberikan oleh guru harus tepat. Seperti salah satu contoh aspek perkembangan yang perlu dikembangkan pada anak pada anak adalah aspek fisik motorik. Kemampuan fisik motorik anak merupakan salah satu hal yang penting untuk perkembangan anak. Karena pada masa tersebut anak mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk perkembangan motoriknya. Motorik pada umumnya gerakan-gerakan yang biasa dilakukan anak, bisa kita lihat pada saat anak melakukan aktifitas bermain.

Perkembangan motorik merupakan proses tumbuh kembang kemampuan

gerak seorang anak. Setiap gerakan yang dilakukan anak merupakan hasil dari pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol otak.

Pembangunan motorik berarti perkembangan pengendalian gerak jasmani melalui kegiatan pusat syaraf, urat, dan alat yang terkoordinasi dalam tubuh. Dalam buku "Anak Prasekolah (2000)" (dalam Sujiono, 2007, hlm. 1.3) tertulis bahwa, masa lima tahun pertama adalah masa pesatnya perkembangan motorik anak. Motorik adalah semua gerakan yang mungkin didapatkan oleh seluruh tubuh, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Perkembangan motorik ini erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik di otak. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan otak dan syaraf. Oleh sebab itu, setiap gerakan yang dilakukan anak sesederhana apapun, sebenarnya merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol otak. Maka dari itu otaklah yang berfungsi sebagai bagian dari susunan syaraf yang mengatur dan mengontrol semua aktivitas fisik dan mental seseorang, perkembangan motorik terbagi atas motorik halus dan motorik kasar.

Gerak motorik kasar anak adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Tugas perkembangan jasmani berupa kemampuan duduk, menendang, berlari, naik-turun tangga serta koordinasi gerak tubuh seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar, menangkap dan menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerak motorik kasar.

Perkembangan gerak motorik kasar ini berkaitan dengan aktifitas fisik/jasmani dengan menggunakan otot-otot besar, seperti otot lengan, otot tungkai, otot bahu, otot punggung dan otot perut yang dipengaruhi oleh kematangan fisik anak, dan pada umumnya gerakan-gerakan yang bisa dilakukan anak, bisa kita lihat pada saat anak bermain, anak bermain kesana kemari dengan berlari, melompat, meloncat atau bermain-main dengan bola. Gerakan-gerakan ini sangatlah dipengaruhi oleh perkembangan fisik maupun psikis anak.

Dari buku perkembangan anak dan buku balita dan perkembangannya menurut Sujiono (2007, hlm. 1.13), menyatakan bahwa:

Perkembangan motorik anak telah terbagi menjadi dua bagian, yaitu gerak motorik kasar dan gerak motorik halus. Gerak motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa. Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagi tubuh anak.

Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi. Berbagai gerak motorik kasar yang dicapai anak tentu sangat berguna bagi kehidupannya kelak. Misalnya, anak dibiasakan untuk terampil berlari atau memanjat jika ia sudah besar ia akan senang berolahraga.

Maka untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak

menguji keabsahan data yang ditemukan melalui teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif sehingga disebutlah teknik triangulasi. Jadi teknik analisis data triangulasi merupakan perpaduan analisis data kuantitatif berserta kualitatif sehingga data yang didapat lebih akurat.

C. PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di TK Atikan yang terletak di Kecamatan Gedebage Kota Bandung dan penelitian ini dilakukan pada kelas A yang terdiri 5 orang jumlah siswa yang diantaranya 1 orang anak perempuan dan 4 orang anak laki-laki. Disini peneliti berperan sebagai guru inti di dalam kelas, sedangkan guru pamong berperan sebagai observer, tugas seorang observer yaitu menilai penampilan peneliti selama proses belajar mengajar berlangsung. Pada kegiatan ini, peneliti ingin mengembangkan kemampuan fisik motorik kasar anak melalui kegiatan senam Ceria.

Sesuai dengan tujuan penelitian tindakan kelas, yaitu mengembangkan dan mengembangkan praktik pembelajaran yang dilaksanakan di lapangan, kegiatan senam ini dilakukan pada anak diiringi dengan musik dan dilakukan pada setiap tindakan. Pada setiap tindakan bertujuan untuk melatih gerakan dasar yang dilakukan oleh anak seperti gerakan lokomotor dan non-lokomotor melalui gerakan yang melibatkan koordinasi antara tangan, kaki dan kepala. Melakukan kegiatan senam ceria ini merupakan kegiatan tambahan pada kegiatan inti, dan waktu yang dibutuhkan ± 30 menit untuk melaksanakan kegiatan ini. Secara lengkap dapat dilihat pada Rencana Kegiatan Harian (RKH) yang telah dirancang peneliti pada lampiran. Kemudian selanjutnya kegiatan senam ini dilakukan melalui refleksi pada setiap siklusnya. Adapun dilakukannya refleksi pada siklus pertama adalah sebagai upaya untuk melakukan perbaikan pada tindakan selanjutnya untuk memperbaiki siklus yang belum mencapai indikator yang telah diajukan.

Pada setiap kegiatan senam ceria setiap siklusnya dilakukan di luar sekolah dan sebelum keluar anak-anak selalu di kondisikan agar tertib ketika keluar kelas, setelah berada diluar kelas sebelum melakukan senam guru mengajak anak untuk membuat lingkaran dan bernyanyi terlebih dahulu setelah itu anak-anak dikondisikan pada posisi senam ceria karena jumlah anak yang mengikuti senam ceria berjumlah 5 anak maka posisi senam seperti berikut.



Seiap senam ceria ini dilakukan berulang-ulang agar anak dapat ingat tetapi terdapat waktu istirahat atau jeda, pada waktu tersebut guru secara tidak langsung dapat mewawancarai atau bertanya jawab mengenai kegiatan senam ceria ini.

Pada siklus I, kegiatan senam ceria dilakukan di luar sekolah dan kegiatan senam ceria pada siklus I ini diiringi dengan ketukan tamborin pada setiap gerakan yang telah di contohkan oleh guru, kemudian anak-anak mengikuti gerakan senam

tersebut bersama-sama.

Dalam memberikan kegiatan yang dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, peneliti memilih kegiatan senam pada anak karena dalam melakukan senam semua bagian tubuh anak dapat bergerak dan dapat terkoordinasikan antara tangan, kepala dan kaki dan bergerak mengikuti irama sehingga dapat mengembangkan kemampuan motorik anak dengan baik, sejalan dengan pendapat sujiono (2007, hlm, 1.13) yang mengatakan "motorik kasar sebagai kemampuan gerak yang dapat dilakukan oleh seluruh tubuh secara terkoordinasi". Sedangkan senam merupakan gerakan atau kombinasi beberapa gerakan yang disusun secara sistematis untuk mencapai kondisi tubuh yang sehat (Neggala, 2007, hlm, 60). Sedangkan senam ceria merupakan senam yang diiringi dengan musik yang ceria sehingga dalam melakukan kegiatan senam anak-anak semangat dan ceria.

Pada siklus II, kegiatan senam ceria yang dilakukan di luar sekolah ini dengan menggunakan irama musik atau lagu yang telah guru siapkan kemudian anak-anak mengikuti gerakan senam ceria ini dengan iringan musik.

Pada saat anak-anak tampil guru selalu memberikan *reward* atau pujian kepada anak. karena dengan memberikan pujian atau *reward* maka anak akan mengalami pengembangan kearah lebih baik, hal tersebut sejalan dengan pendapat Sumantri dan Syaodih (2007, hlm. 2.40) yang mengatakan "ganjaran dan hadiah sebagai bentuk apresiasi atau penghargaan terhadap suatu prestasi yang dicapai oleh suatu atau sekelompok anak dalam aktivitas tertentu". yang berupa pemberian bintang, hadiah dan pujian yang diberikan oleh guru kepada anak-anak yang dapat melakukan kegiatan yang telah diberikan guru.

Pada siklus III, kegiatan senam ceria yang dilakukan dengan iringan musik seperti pada siklus II dan diberi properti pada masing-masing anak, seperti pada tindakan 1 anak memakai gelang lonceng, pada tindakan 2 anak memakai gelangkakilonceng dan pada tindakan 3 anak memakai topi kartun, properti yang dilakukan pertindakannya ditambah sehingga pada tindakan 3 anak-anak memakai semua properti yang telah guru berikan.

Serta pada kegiatan senam ceria menggunakan properti karena media mempunyai peran penting dalam mengembangkan motivasi anak dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, hal ini sejalan dengan pendapat Hamalik (dalam Deltanti, 2014, hlm, 118) bahwa "pemakaian media belajar dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dalam kegiatan belajar, bahkan membawa pengaruh- pengaruh psikologis terhadap anak".

kemampuan motorik kasar anak dikelompok A sudah meningkat, kegiatan senam ceria yang dilakukan pada siklus III yaitu menggunakan properti sepasang gelang lonceng, gelang kaki lonceng dan topi kartu, pada tindakan tiga ini anak-anak tertib dan fokus saat mengikuti gerakan senam dan anak sudah dapat mengikuti gerakan senam, menggerakkan anggota tubuhnya secara terkoordinasi dan mampu mengekspresikan gerakan senam sesuai irama sesuai dengan pendapat Mutia (dalam Nurlitasari, 2014 hlm, 25) mengatakan bahwa :

Gerakan yang erat hubungannya dengan musik merupakan isyarat yang ekspresif dan membebaskan diri dari ketegangan melalui gerakan-gerakan

pada siklus II peneliti menggunakan lagu sebagai irama musiknya sehingga anak mulai antusias dan berani dalam mengekspresikan gerakannya, namun masih terdapat anak yang masih belum berani dan ceria, sedangkan pada siklus III anak-anak sudah meningkat dalam kemampuan motorik kasar anak di bandingkan pada siklus sebelumnya sebesar 3,55 peningkatan motorik kasar anak pada siklus ini karena peneliti menggunakan berbagai properti seperti yang telah disebutkan sebelumnya sehingga anak-anak termotivasi dalam mengekspresikan gerakan sesuai dengan irama musik. Namun pada siklus III masih ada satu anak yang masih belum luwes dan lemas saat melakukan senam ceria ini.

D. PENUTUP

Proses kegiatan senam ceria yang dilaksanakan di TK Atikan yang dilakukan melalui III siklus dan 3 tindakan. Pada kegiatan senam ini anak-anak distimulus agar dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar dengan lincah, luwes, semangat dan tepat. Pada kegiatan senam ceria siklus I belum terdapat banyak pengembangan pada anak, kemudian kegiatan senam siklus II mulai pengembangan motorik kasar pada anak. pada siklus III kegiatan senam ceria ini sudah terdapat pengembangan pada kemampuan motorik kasar pada anak dikelompok A pada kegiatan senam ceria siklus III anak terlihat semangat, ceria, lincah dan luwes saat melakukan senam ceria. Pada setiap siklusnya terdapat pengembangan kemampuan motorik kasar pada anak, hal ini terjadi karena pada siklus I peneliti hanya menggunakan irama dan ketukan tamborin, pada siklus II peneliti menggunakan lagu/musik untuk mengiringi anak saat sedang senam, sedangkan pada siklus III peneliti menggunakan properti/ media pada anak saat melakukan senam, seperti gelang lonceng, gelang kaki lonceng dan topi kartun, sehingga anak mulai meningkat kemampuan senam ceria yang telah dilakukan oleh peneliti, serta pemberian motivasi dan *reward* yang diberikan sehingga anak-anak antusias mengikuti kegiatan senam ini.

Hasil dari kemampuan motorik kasar anak setelah mengikuti kegiatan senam ceria mengalami pengembangan. Hal tersebut terlihat pada indikator 1 yaitu mengikuti gerakan senam sesuai dengan irama, pada siklus I mencapai 48%, siklus II mencapai 72%, siklus III 89%. Pada indikator ke 2 yaitu menggerakkan kepala, tangan dan kaki secara terkoordinasi sesuai irama, siklus I mencapai 44%, siklus II mencapai 68% dan pada siklus III mencapai 91%. Sedangkan pada indikator ke 3 yaitu mengekspresikan gerakan senam sesuai dengan irama musik, siklus I mencapai 43%, siklus II mencapai 65% dan siklus III mencapai 89%. Berdasarkan hasil setiap indikator ini, maka kegiatan melalui senam ceria dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak di kelompok A TK Atikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Y. (2009). *Bermain*. Bandung: Rizqi Press
- Deltanti. R. (2014). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Tarian Kreasi. Sekolah Sarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Ensiklo Penjas, (2012). *Pendidikan Jasmani*. [Online]. Diakses dari. <http://pendidikanjasmani13.blogspot.com/2012/05/pengertian-senam.html>

PENGARUH SENAM IRAMA TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK MUSLIMAT NU GESANG KABUPATEN LUMAJANG

Asma'ul Husnah¹⁾, Basuki Hadi Prayogo^{2,a)}

^{1,2}PG PAUD, IKIP PGRI Jember, Jl. Jawa No. 10 Jember, Indonesia

^{a)}Email: b.hadiprayogo@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang, Tempeh, Lumajang. Salah satu cara untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar adalah dengan kegiatan senam irama setiap pagi. Kegiatan senam irama akan memberikan pengalaman langsung kepada anak mengenai gerak dasar yang nantinya dapat menambah pengalaman gerak anak. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini digunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre experiment* dengan menggunakan model eksperimen tidak murni yaitu *one shot case study*. Penentuan objek penelitian menggunakan teknik *population research* dengan jumlah 25 anak. Analisis data menggunakan analisis *Chi-kuadrat*. Hasil analisis *Chi-kuadrat* menghasilkan X^2 hitung = 6,5 lebih besar dari X^2 tabel = 3,84 pada taraf signifikansi 5%. Kesimpulan penelitian ini bahwa ada pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang Tempeh Kabupaten Lumajang.

Kata kunci: Senam Irama, Perkembangan, Motorik Kasar

Abstract

This study aims to determine the effect of rhythmic gymnastics on gross motor development of children aged 4-5 years at TK Muslimat NU Gesang, Tempeh, Lumajang. One way to improve gross motor development is rhythmic exercise every morning. Rhythmic gymnastics activities will provide direct experience to children regarding basic movements which can later add to the child's experience of movement. To analyze the data in this study, quantitative research methods are used. This study used a pre-experimental research type using an impure experimental model, namely the one shot case study. Determination of the research object using population research techniques with a total of 25 children. Data analysis used Chi-square analysis. The results of the Chi-square analysis resulted in X^2 count = 6.5 greater than X^2 table = 3.84 at the 5% significance level. The conclusion of this study is that there is an effect of rhythmic gymnastics on the gross motoric development of children aged 4-5 years at TK Muslimat NU Gesang, Tempeh, Lumajang.

Keywords: Rhythmic Gymnastics, Development, Gross Motoric

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Pendidikan anak usia dini merupakan upaya untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya perkembangan motorik kasar anak usia dini, serta menyediakan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan tahap-tahap perkembangan agar anak memiliki

kesiapan untuk memasuki pendidikan lebih lanjut.

Permasalahan yang terjadi di lapangan antara lain adalah masih banyak kegiatan pembelajaran di taman kanak-kanak yang mengesampingkan aktivitas dalam mengembangkan motorik kasar. Sebagian besar kegiatan yang dirancang oleh guru yakni untuk pengembangan kognitif, bahasa, dan motorik halus. Hal ini karena adanya tuntutan dari orang tua

seperti senam irama yang dilakukan di sekolah akan memberikan pengalaman langsung kepada anak, sehingga melalui pengalaman itulah yang nantinya dapat meningkatkan motorik kasar anak.

Menurut Mahendra (Nisnayeni, 2012) jika anak memiliki komponen kemampuan fisik yang memadai, maka ketangkasan anak akan mudah didapatkan. Sehingga jika bermain dengan teman-temannya di lingkungan anak akan diperhitungkan. Untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan aktifitas seperti menari, olahraga, dan senam. Aktivitas tersebut masuk ke dalam wilayah pendidikan jasmani.

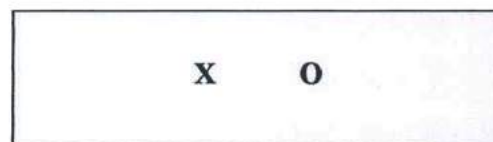
Aktivitas yang dilakukan melalui kegiatan senam irama sangat menyenangkan bagi anak dan membuat anak tidak jenuh atau bosan ketika anak berlatih gerak tubuh. Walaupun latihan gerakan tersebut dilakukan berulang-ulang anak akan tetap antusias melakukannya karena anak merasa senang dan dapat dengan bebas melakukan gerakannya. Selain berlatih gerak dasar, melalui senam irama anak juga dapat menyalurkan kebutuhannya untuk bergerak secara ekspresif dan kreatif. Sehingga melalui senam irama perkembangan motorik kasar anak dapat berkembang dengan baik.

Kegiatan senam irama berpengaruh terhadap proses pengembangan motorik kasar anak. Karena proses tumbuh kembang motorik anak berhubungan dengan tumbuh kembang kemampuan gerak anak, pengaruh kegiatan senam irama akan berdampak positif bagi perkembangan motorik kasar anak. Di dalam kegiatan senam irama, anak belajar keterampilan gerak dasar yang harus dikuasai oleh anak sesuai dengan tugas-tugas dalam tahap perkembangan motorik kasar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Bagian metode penelitian ini memuat jenis penelitian, subjek penelitian, instrument

pengumpulan data, dan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian. Jenis penelitian termasuk jenis *pre experiment* atau penelitian semu (Sugiono, 2013), dengan menggunakan model eksperimen tidak murni (*one shot case study*) dengan diagram sebagai berikut:



Keterangan:

X: Treatment yang diberikan

O: Hasil penelitian

Gambar 1. Model Penelitian *One Shot Case Study*

Penentuan daerah penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Metode penelitian disajikan dalam bentuk paragraf dan dapat dilengkapi dengan tabel, gambar, diagram, atau bagan alir. Lokasi penelitian dilakukan di TK Muslimat NU Gesang Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang, dengan pertimbangan sebagai berikut :

1. Di TK Muslimat NU Gesang belum pernah diadakan penelitian tentang masalah tersebut.
2. Di TK Muslimat NU Gesang membutuhkan informasi tentang penerapan beberapa metode pembelajaran untuk mendukung jalannya pendidikan.

Responden pada penelitian ini adalah seluruh anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang yang berjumlah 25 anak. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Metode observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasi nonpartisipan dan terstruktur. Wawancara berstruktur digunakan dalam penelitian ini, dimana pewawancara menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Sedangkan

dan 2 kolom, sehingga mencari db dengan rumus:

$$\begin{aligned} Db &= (\text{baris}-1) (\text{kolom}-1) \\ &= (2-1) (2-1) \\ &= (1) (1) \\ &= 1 \end{aligned}$$

Selanjutnya dikonsultasikan nilai X^2 hitung terhadap X^2 tabel (Tabel 6) dengan derajat kebebasan (db) 1 dan taraf signifikansi 5%.

Tabel 6. Nilai Kritik Chi-Kuadrat

db	Taraf signifikansi		
	10%	5%	1%
1.	2.706	3.841	6.635
2.	4.605	5.991	9.210
3.	6.251	7.815	11.341
4.	7.779	9.488	13.277
5.	9.236	11.070	15.086
6.	10.645	12.592	16.812
7.	12.017	14.067	18.475
8.	13.362	15.507	20.090
9.	14.684	16.919	21.666
10.	15.987	18.307	23.209

(Sugiono, 2015)

Berdasarkan data yang diperoleh, maka kemudian dihitung menggunakan rumus Chi-kuadrat dan mendapat hasil nilai X^2 hitung adalah 6,5 sedangkan nilai X^2 tabel dengan db = 1 dan taraf signifikansi 5% = 3,84. Dengan demikian nilai X^2 hitung lebih besar dari X^2 tabel sehingga hipotesis nihil ditolak dan hipotesis kerja diterima, yang berarti ada pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang tahun pelajaran 2015/2016.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang menyatakan bahwa aktivitas gerak seperti senam irama akan memberikan pengalaman langsung kepada anak mengenai gerak sehingga dapat menambah pengalaman gerak anak. Melalui pengalaman itulah yang nantinya berpengaruh pada perkembangan motorik kasar anak (Sujiono *et al*, 2014).

Kegiatan senam irama merupakan bagian dari pengembangan motorik kasar di TK, oleh karena itu guru diharapkan lebih kreatif dalam menciptakan gerakan senam agar menarik minat anak. Guru perlu menambah wawasan untuk mengembangkan materi senam irama, karena kegiatan senam irama sangat erat kaitanya dengan pembelajaran motorik yang ada di sekolah. Proses tumbuh kembang motorik anak berhubungan dengan tumbuh kembang kemampuan gerak anak, faktor kematangan dan latihan merupakan unsur penting dalam pengembangan motorik kasar anak. Pengaruh kegiatan senam irama akan berdampak positif bagi perkembangan motorik kasar anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Muslimat NU Gesang Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran. Saran untuk penelitian selanjutnya antara lain, kegiatan senam irama dapat digunakan sebagai metode dalam pengembangan pembelajaran motorik kasar anak usia dini, serta guru diharapkan dapat memperbaiki kegiatan pembelajaran motorik kasar yang dikelola agar dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak, sehingga perkembangan motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini sehingga dapat selesai dengan baik dan tepat waktu. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada TK Muslimat NU Gesang Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang, para dosen, rekan sejawat, dan Prodi PG PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan, IKIP PGRI Jember.

Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Ritmik

Agni Firdaus¹, Yuyun Yulianingsih², Tuti Hayati³

¹Raudhatul Athfal Jadaria, Cibiru Wetan Kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung

^{2,3} Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, Jalan A.H. Nasution No. 105 Bandung 40614

Email: agnifirdausda5@gmail.com¹

Abstrak

Observasi awal yang dilakukan pada anak di kelompok A RA Jadaria bahwa keterampilan motorik kasar anak belum optimal. Hal ini terbukti masih adanya anak yang belum mampu menggerakkan otot besarnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterampilan motorik kasar anak sebelum dan sesudah diterapkan kegiatan senam ritmik, dan penerapan kegiatan senam ritmik untuk meningkatkan motorik kasar. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Metode PTK meliputi: *planning, acting, observing, and reflecting*. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah observasi, unjuk kerja, dan dokumentasi. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak sebelum diterapkan kegiatan senam ritmik diperoleh nilai 46,17 dengan kategori kurang sekali, sedangkan setelah diterapkan kegiatan senam ritmik pada siklus I diperoleh nilai 55,28 dengan kategori kurang. siklus II diperoleh nilai 78,35 dengan kategori baik. Adapun penerapan senam ritmik untuk meningkatkan keterampilan motorik pada aktivitas guru siklus I diperoleh rata-rata 75% dengan kriteria cukup, dan pada siklus II diperoleh rata-rata 95% dengan kriteria sangat baik. Demikian pula hasil analisis aktivitas anak pada siklus I diperoleh rata-rata 49,65% dengan kategori kurang sekali, dan pada siklus II diperoleh rata-rata 71,82% dengan kategori cukup. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima, artinya kegiatan senam ritmik dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Kata kunci: Keterampilan Motorik Kasar, Penelitian Tindakan Kelas, Senam Ritmik.

Abstract

Preliminary observations made on children in A RA Jadaria group that children's gross motor skills were not optimal. This is evident that there are still children who have not been able to move their large muscles. The purpose of this study was to find out: gross

motor skills of children before and after applied rhythmic exercise activities, and the application of rhythmic gymnastic activities to improve gross motor. The method used is PTK which consists of two cycles. PTK methods include: planning, acting, observing and reflecting. Data collection techniques used are observation, performance and documentation. The results of the study showed that: The gross motor skills of children before being applied to rhythmic gymnastic activities obtained a value of 46.17 with very less category. while after applying rhythmic exercise activities in cycle I obtained a value of 55.28 with less category, cycle II obtained a value of 78.35 with good category. As for the application of rhythmic gymnastics to improve motor skills in teacher activity cycle I obtained an average of 75% with sufficient criteria, and in cycle II obtained an average of 95% with very good criteria. Likewise, the results of the analysis of children's activities in the first cycle obtained an average of 49.65% with very poor categories, and in cycle II obtained an average of 71.82% with enough categories. Thus the proposed hypothesis is accepted, meaning that rhythmic gymnastic activities can improve children's gross motor skills.

Keywords: classroom action research, gross motor skills, rhythmic gymnastics.

Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun, dilakukan melalui pemberian rangsangan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak baik jasmani maupun rohani agar anak memiliki kesiapan dan keterampilan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pendidikan Anak Usia Dini dapat dilakukan melalui jalur pendidikan formal, non formal maupun informal misalnya Taman Kanak-Kanak (TK), Raudhatul Athfal (RA) , Kelompok Bermain (Kober), Taman Penitipan Al-Qur'an (TPA), Pos PAUD, dan lembaga lain yang sederajat. Melalui program pendidikan anak usia dini diharapkan dapat memfasilitasi perkembangan anak secara optimal.

Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan itu diantaranya perkembangan moral dan agama, perkembangan fisik yang berhubungan dengan koordinasi motorik halus dan kasar, kecerdasan kognitif yang berkaitan dengan daya pikir serta daya cipta, sosio emosional menyangkut sikap dan emosi, dan yang terakhir bahasa, sesuai dengan keunikan dan tahap perkembangan pada kelompok usia yang dilalui oleh anak usia dini

yang diajukan diterima, artinya kegiatan senam ritmik dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Dalam pelaksanaan kegiatan senam ritmik hal pertama yang dilakukan oleh guru adalah mengenalkan gerakan senam kepada anak. Kemudian guru mengajak anak untuk mencoba gerakan senam secara bersama-sama. Setelah anak melakukan gerakan-gerakan senam secara berulang-ulang anak menjadi hafal terhadap gerakan senam, dan anak dapat melakukan gerakan senam sendiri tanpa melihat contoh dari guru. Setelah melakukan kegiatan senam ritmik, anak-anak kelompok A RA Jadaria mengalami peningkatan dalam hal kemampuan motorik kasarnya. Hal ini terlihat dari keterampilan anak dalam melakukan gerakan-gerakan senam yang meliputi ketepatan, keseimbangan, kontinuitas gerakan, kelenturan. Selain itu, kepercayaan diri anak meningkat setelah melakukan gerakan senam ritmik. Anak yang biasanya hanya terdiam tidak mau bergerak, setelah dilakukan kegiatan senam ritmik menjadi lebih percaya diri dan mau ikut bergerak bersama teman-temannya. Pelaksanaan kegiatan senam ritmik mampu meningkatkan kerjasama antar anak di RA Jadaria. Hal ini terlihat ketika anak yang sudah hafal gerakan senam memberikan contoh terhadap teman yang belum hafal terhadap gerakan-gerakan senam. Kegiatan senam ritmik dapat meningkatkan rasa kedisiplinan anak, hal ini terlihat dari pelaksanaan kegiatan senam ritmik, anak harus mengikuti musik yang digunakan, sehingga anak tidak dapat bergerak sesuai kehendak pribadinya. Anak harus mengikuti gerakan senam yang dicontohkan oleh guru, sehingga terlihat keseragaman gerakan pada setiap anak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suci Permata Sari pada tahun 2016 yang berjudul "Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Senam Irama di Kelompok A TK Pertiwi 21.1 Setda Kabupaten Sragen". Adapun hasil penelitian tersebut yaitu pada unsur ketepatan anak yang memenuhi kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) sebanyak 22 anak atau 88% dan anak yang masuk dalam kategori MB (Mulai Berkembang) sebanyak tiga anak atau sebesar 12% dari jumlah anak. Pada unsur keseimbangan anak yang memenuhi kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) sebanyak 23 anak atau sebesar 92% dan anak yang masuk dalam kategori MB (Mulai Berkembang) sebanyak dua anak atau sebesar 8% dari jumlah anak. Pada kontinuitas gerakan anak yang memenuhi kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) sebanyak 23 anak atau sebesar 92% dan kategori MB (Mulai Berkembang) sebanyak dua anak atau sebesar 8% dari jumlah anak. Pada unsur kelenturan anak yang memenuhi kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) sebanyak 13 anak atau 52%, dalam kategori MB (Mulai Berkembang) sebanyak 12 anak

atau 48%. Berdasarkan pembahasan diatas, maka keterampilan motorik kasar pada anak kelompok A TK Pertiwi 21.1 Setda Kabupaten Sragen dapat dikatakan baik, karena anak yang memasuki kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) sudah mencapai 80%, Sejalan dengan pedoman penilaian di Taman Kanak-kanak (2010: 40). Selain hasil yang dicapai, keberhasilan lain juga dilihat dari keadaan anak-anak yang semakin sehat dan ceria setelah diadakan senam irama. Kegiatan senam irama yang memiliki gerakan-gerakan senam sederhana dan diiringi oleh musik ceria, pada dasarnya disukai oleh anak-anak, Untuk itu keterampilan motorik kasar pada anak perlu diperkaya dengan inovasi-inovasi agar anak antusias dalam mengikutinya. Dengan melalui aktivitas fisik anak akan terlibat langsung pada pengalaman yang dapat melatih kekuatan otot mereka yang dapat berkembang sesuai harapan. Hal ini sependapat dengan Depdiknas (2007: 45) bahwa senam irama memiliki fungsi: (1) untuk melatih kekuatan motorik anak, (2) untuk melatih kecepatan motorik anak, (3) untuk melatih kelentukan motorik anak, dan (4) untuk melatih keseimbangan motorik anak.

Penutup

Berdasarkan hasil analisis data tentang penerapan kegiatan senam ritmik untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak yang dilakukan di RA Jadaria, dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Keterampilan motorik kasar anak sebelum diterapkan kegiatan senam ritmik di kelompok A RA Jadaria diinterpretasikan dalam kategori kurang sekali. Hal ini dibuktikan dengan hasil penilaian motorik kasar anak dengan nilai 46,17. (2) Penerapan senam ritmik untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak dilihat dari aktivitas guru dan aktivitas anak mengalami peningkatan setiap siklusnya. Hal ini ditunjukkan oleh aktivitas guru pada siklus I diperoleh rata-rata sebesar 75% dengan kriteria cukup, dan pada siklus II diperoleh rata-rata sebesar 95% dengan kriteria sangat baik. Demikian pula hasil analisis aktivitas anak pada siklus I diperoleh rata-rata sebesar 49,65% dengan kategori kurang sekali, dan pada siklus II diperoleh rata-rata sebesar 71,82% dengan kategori cukup. (3) Hasil keterampilan motorik kasar anak setelah diterapkan kegiatan senam ritmik di kelompok A RA Jadaria setiap siklusnya mengalami peningkatan. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil penilaian pada akhir siklus I diperoleh nilai rata-rata 55,28 dengan kategori kurang. Sedangkan pada siklus akhir II diperoleh nilai rata-rata 78,35 dengan kategori baik. Hal tersebut membuktikan bahwa kegiatan senam ritmik dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Berdasarkan kesimpulan di atas ada beberapa saran yang ingin peneliti uraikan yaitu: (1) Dalam merencanakan kegiatan yang berhubungan dengan motorik kasar,

Efektifitas Gerak Senam Ceria Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Pada Kelompok A TK Kartika Nawa Desa Kedok Turen

Evi Maulidia^{1*}, Sarah Emmanuel², Ayu Asmah³

^a Universitas Kanjuruhan Malang Indonesia

¹ evhinura@gmail.com*

informasi artikel

Kata kunci:

Gerak, Senam
 Ceria, Motorik
 Kasar

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui efektifitas gerak senam ceria terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada peserta didik TK Kartika Nawa Kecamatan Turen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini menggunakan bentuk *One-Group Pretest-Posttest Design*, maka pada desain ini terdapat pretest (tes awal) sebelum diberi perlakuan dan diakhiri dengan post-test, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum perlakuan diberikan kepada anak kelompok A dengan jumlah 15 siswa di TK Kartika Nawa Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t diperoleh nilai t hitung untuk untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak sebesar 5,973 dengan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000. di mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Artinya, ada pengaruh signifikan secara individual antara perkembangan motorik dasar anak pada gerakan senam ceria. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah hipotesis penelitian yang mengemukakan bahwa terdapat peningkatan terhadap kemampuan motorik kasar pada anak TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang melalui gerakan senam ceria dapat diterima.

Copyright ©2019 Evi Maulidia¹, Sarah Emmanuel², Ayu Asmah³ All Right Reserved

Pendahuluan

Aspek perkembangan anak menjadi tujuan yang utama dalam pendidikan anak usia dini pada masa usia dini anak mengalami masa keemasan (*golden age*) yang merupakan masa dimana anak mulai peka untuk menerima rangsangan. Masa peka pada masing-masing anak berbeda seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak secara individual. Masa peka adalah masa terjadinya kematangan fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Masa ini juga merupakan masa peletak dasar untuk mengembangkan kemampuan kognitif, motorik, bahasa, sosio emosional, agama dan moral (Dwi, 2017) Anak usia dini lahir dengan memiliki banyak bakat, bakat tersebut bersifat potensial belum terlihat pada anak untuk itulah anak perlu diberikan pendidikan yang sesuai dengan perkembangannya dengan cara memperkaya lingkungan bermain.

Diana (2011) menjelaskan bahwa motorik kasar merupakan perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, perkembangan ini erat kaitannya dengan pusat motorik kasar di otak. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ-organ otak, merangsang pertumbuhan melalui permainan terjadi ketika otot-otot anak melompat, melempar atau berlari. Menurut Sujarwo dan Widhianawati (2011) tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung melempar dan menangkap. kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar.

Tingkat pencapaian perkembangan anak dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, dalam hal ini capaian perkembangan motorik kasar ini berada dalam indikator peserta didik usia 4-5 Tahun yaitu: 1) Anak mampu melakukan gerakan tubuh seperti menirukan gerakan pohon melompat, menirukan gerakan senam. 2) Melompat kedepan dan kebelakang dengan dua kaki. 3) Anak mampu Melakukan koordinasi gerakan mata kaki-tangan kepala dalam menirukan senam. Menurut Jurana (2015) Hendaknya orang tua memberi perhatian khusus tentang faktor-faktor yang dapat mendukung perkembangan motorik

Motorik kasar merupakan perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, perkembangan ini kaitannya dengan pusat motorik kasar di otak. Diana (2011). Menurut Nawang (2000) senam irama ceria adalah satu jenis senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian.

Anak usia dini adalah sekelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, artinya memiliki karakteristik pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, kognitif, atau intelektual (daya pikir, daya cipta) sosial emosional, serta bahasa. Anak usia dini juga merupakan anak yang aktif dan energik, memiliki rasa ingir tahu yang sangat kuat, eksploratif, dan mengekspresikan prilakukanya secara spontan dengan pendidikan yang baik diharapkan anak berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya (Anhusadar, 2013).

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen menggunakan design preeksperimental design dengan one-group pre-test post-test design karena pada desain ini melibatkan satu kelompok, sebelum perlakuan atau treatment anak diberikan pretest untuk mengetahui perkembangan motorik kasar pada anak. Menurut Sugiyono (2017) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017). Teknik dalam penentuan subjek dapat menggunakan teknik nonprobability sampling jenis sampling jenuh. Sampling jenuh adalah teknik sampel bila semua anggota populasi di gunakan sebagai sampel. Hal ini sering di lakukan bila jumlah populasi kurang dari 30 orang maka pengambilan sampelnya bisa secara keseluruhan yang ada pada populasi (Sugiyono, 2017). Untuk menguji validitas instrument penelitian menggunakan teknik kolerasi produk moment (KPM) dengan menggunakan bantuan computer SPSS versi 22.00 for window. Pengujian reliabilitas dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS 22,0 for windows dengan rumus alpha (a) jika nilai cronbach alpha (a) lebih besar dari 0,05 maka suatu variabel dikatakan valid untuk dipakai sebagai input penganalisis data guna menguji hipotesis. Uji Normalitas data adalah untuk melakukan pengujian hipotesis penelitian, akan dilakukan pengujian dengan prosedur pengujian untuk mencari apakah data penelitian ini berdistribusi normal (Anwar, 2005). Untuk mengetahui uji normalitas data maka dapat digunakan dengan uji produk moment data berbentuk interval atau rasio. Uji normalitas data dilakukan dengan statistic uji Wilxon dengan bantuan SPSS 22,0 for windows. Menurut Ridwan, dalam Widhianawati (2011), hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang harus diuji lagi kebenarannya melalui penelitian ilmiah. Uji hipotesis menggunakan uji t independen dengan menggunakan program SPSS versi 22. Data hasil pre test dan post test dianalisis secara diskriptif distribusi frekuensi dan analisis rata-rata yang disajikan dalam table-table distribusi frekuensi dan analisis data.

Hasil dan pembahasan

Gerak senam sangat bermanfaat bagi siapapun terutama bagi anak. Menurut Samsudin, dalam Sari (2016), mengungkapkan bahwa aktivitas atau kondisi bergerak pada anak TK sangat tinggi (dominan). Manfaat gerak senam untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan di masa yang akan datang olah raga bagi anak salah satunya adalah untuk memaksimalkan kemampuan motorik dasar. Menginjak usia 4-5 tahun, anak-anak sudah menguasai kecakapan motorik dasar, seperti berjalan, berlari, dan melompat, meski belum sempurna. Sehubungan dengan itu, balita butuh berolahraga demi memaksimalkan keterampilan motorik dasar tersebut. (Daroyah, 2016). Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t diperoleh nilai t hitung untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak sebesar 5,973 dengan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000. di mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Artinya, ada pengaruh signifikan secara individual antara perkembangan motorik dasar anak pada gerakan senam ceria. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang mengemukakan bahwa Terdapat peningkatan terhadap kemampuan motorik kasar pada anak TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang melalui gerakan senam ceria dapat diterima.

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa tahap, yang pertama melalui observasi, kemudian dilakukan dengan pretest. Pretest ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat kemampuan motorik kasar pada anak TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang. Setelah mengetahui hasil dari pretest, kemudian dilakukan tindakan yaitu berupa gerak senam ceria yang dipandu oleh guru TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang. Selanjutnya, untuk melihat tindak lanjut dari tindakan tersebut, maka dilakukan posttest. Posttest ini dilakukan untuk melihat perkembangan motorik kasar anak TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang setelah adanya gerak senam.

Kegiatan ini dilakukan dengan observasi terlebih dahulu yaitu melihat bagaimana kemampuan motorik kasar siswa TK Kartika Nawa. Untuk melihat secara detail, maka dilakukan pretest sehingga bisa dilihat banyaknya siswa dengan motorik kasar yang belum memenuhi persyaratan. Setelah itu dilakukan gerakan senam ceria, hal ini dilakukan dengan persiapan guru, pemilihan senam ceria, hingga pelaksanaan yang diikuti oleh semua siswa. Setelah dilakukan senam tersebut, maka dilakukan posttest untuk mengukur tingkat kemampuan motorik siswa.

Kondisi ini menjadikan guru TK untuk lebih inovatif dan kreatif dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak. Sebab hal ini sangat bermanfaat dan berguna untuk kehidupan siswa di masa mendatang, yang mana harus dikembangkan mulai dini. Apabila terjadi keterlambatan pada motorik kasar anak, maka perlu dilakukan tindakan lebih lanjut supaya dapat berkembang dengan sempurna pada masa dewasanya.

Adapun kelebihan dari penelitian ini dengan adanya gerak senam ceria dapat meningkatkan motorik kasar anak selaras dengan pendapat Sari (2016) bahwa secara keseluruhan akan dapat hasil lebih baik apabila dilakukan melalui kegiatan dan latihan secara senam teratur dan dengan frekuensi latihan yang lebih banyak serta latihan yang berulang-ulang untuk meningkatkan motorik kasar pada peserta didik Sehingga seorang guru mengetahui tindakan apa yang harus dilakukan dalam meningkatkan motorik kasar anak. Akan tetapi dalam penelitian ini juga memiliki kekurangan yaitu keterbatasan waktu dalam melakukan kegiatan senam, dan kurangnya penyesuaian jadwal dalam melakukan penelitian serta senam ceria tergolong senam yang baru dikenal sehingga beberapa anak ada yang masih kesulitan menirukan gerakan senam.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, hal yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini adalah Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t diperoleh nilai t hitung untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak sebesar 5,973 dengan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000. di mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Artinya, ada pengaruh signifikan secara individual antara perkembangan motorik dasar anak pada gerakan senam ceria. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang mengemukakan bahwa Terdapat peningkatan terhadap kemampuan motorik kasar pada anak KB-TK Terpadu Kartika Nawa, Kabupaten Malang melalui gerakan senam ceria dapat diterima. Bagi lembaga TK Kartika Nawa, Kabupaten Malang diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menentukan model pembelajaran yang lebih baik buat para siswanya, khususnya untuk meningkatkan motorik kasar pada anak. Bagi guru, dapat meningkatkan pengetahuan, pembelajaran dan pemahaman di institusi pendidikan tentang peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini melalui senam ceria.

Referensi

- Arumningtyas, N. 2017. "Hubungan Antara Senam Irama Dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini di Kelompok Bermain Bunga Bangsa Kertosari Kecamatan Pasrujambe Kabupaten Lumajang" *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JLC/article/view/8076> (Online) diakses 19 Juli 2019
- Anhusadar, 2013 "Assesment Dalam Pendidikan Anak Usia Dini" *Jurnal Al-Ta'dib* <http://ejournal.iainkendari.ac.id/al-tadib/article/viewFile/290/777> (Online) diakses 19 Juli 2019
- Dwi, P.G, 2017, Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak Untuk Anak Usia Dini di Taman Kanak-kanak, Jurnal Universitas PGRI Semarang <http://Journal.Upgris.Ac.Id/Index.Php/Jendelaolahraga/Article/Viewfile/1292/1119m> (Online) diakses 07 Juli 2019
- Diana, 2011. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar nak Usia 4-6 tahun Melalui Penggunaan Alat Permainan Tradisional (Studi deksriptif di Tunas Cendekia, Ngalian Semarang. *Jurnal Edukasi*, (Online), Vol 2 No. 5 (http://jurnal.upi.edu/file/7-Diana_Spd-edit.pdf, (online) diakses 19 Juli 2019
- Daroyah, 2016 "Perkembangan Fisik Motorik KAsar Anak Usia Dini Melalui Aktifitas Bermain Senam Fantasi" <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/PAUD/article/download/16874/12053> (Online) diakses 19 Juli 2019
- Jurana, Perkembangan Motorik Kasar Dan Halus Pada Anak Usia 1-3 Tahun (Toddler) Di Kelurahan Mamboro Barat Wilayah Kerja Puskesmas Mamboro, Medika Tadulako- *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, Vol. 4 No. 3, September 2017 <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/MedikaTadulako/issue/view/1321> (Online), diakses 07 Juli 2019
- Nawang, S.D. 2014 Meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak melalui senam irama penelitian tindakan kelas ditaman kanak-kanak riyadush sholihin margayu kota bandung. *Jurnal edukasi*
- Nisnayeni, 2012 "Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Irama Di Taman Kanak- Kanak Bina Ummat Pesisir Selatan" *Jurnal Ilmiah Pesona Paud* <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/article/view/1707/1476> (Online) diakses 19 Juli 2019
- Nuryanti, 2015 "Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Ceria" *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* <http://ejournal.upi.edu/index.php/cakrawaladini/article/view/10525/6503> (Online) diakses 19 Juli 2019
- Satrio, Y.E. 2014 "Pengaruh Senam PAUD Ceria Terhadap Kemampuan Motorik Kasar". *Jurnal Universitas Negeri Jakarta*, <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/8479> (Online) diakses 19 Juli 2019

PENGARUH SENAM PINGUIN TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK A USIA 4-5 TAHUN DI TK DHARMA WANITA PERSATUAN JEMBER

Ariska Lestariani¹⁾, Gunawan^{2,a)}

^{1,2}PG PAUD, IKIP PGRI Jember, Jl. Jawa No. 10 Jember, Indonesia

^{a)}Email: gunawan_gs@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh kegiatan senam penguin terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Desa Sumberjati Kecamatan Silo Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2017-2018. Penelitian ini berfokus pada perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TK Dharma Wanita Persatuan. Penentuan daerah penelitian menggunakan teknik *Purposive Sampling* sedangkan teknik penentuan sampel menggunakan *Sampling Kuota* dengan jumlah responden sebanyak 29 orang anak usia 4-5 tahun. Teknik pengambilan data menggunakan metode observasi dan dokumentasi, sedangkan untuk menganalisis data menggunakan rumus *t-test*. Berdasarkan hasil uji menggunakan rumus *t-test*, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh peningkatan kemampuan motorik kasar di TK Dharma Wanita. Hal ini dibuktikan dengan melihat besarnya nilai *t* hitung (*t_o*) yang jauh lebih besar dari pada nilai *t* tabel (*t_t*) dengan taraf signifikansi 5% ataupun 1% sebesar $2,05 < 5,985 > 2,76$.

Kata kunci: *Senam Penguin, Perkembangan, Motorik Kasar*

Abstract

*This study aims to determine whether there is an effect of penguin exercise on gross motoric development of group A children aged 4-5 years at TK Dharma Wanita Persatuan Desa Sumberjati, Silo District, Jember Regency, 2017-2018 Academic Year. This study focuses on the gross motor development of children aged 4-5 years at TK Dharma Wanita Persatuan. The determination of the research area used the purposive sampling technique while the sampling technique used quota sampling with the number of respondents as many as 29 children aged 4-5 years. The data collection technique used the method of observation and documentation, while the t-test formula was used to analyze the data. Based on the test results using the t-test formula, it shows that there is an effect of increasing gross motor skills in TK Dharma Wanita. This is evidenced by seeing the value of t count (*t_o*) which is much greater than the value of t table (*t_t*) with a significance level of 5% or 1% of $2.05 < 5.985 > 2.76$.*

Keywords: *Penguin Gymnastics, Development, Gross Motoric*

PENDAHULUAN

Anak TK menurut Dewi (2005) adalah anak berusia 4 sampai 6 tahun. Anak TK tergolong anak usia dini yaitu anak yang berada pada rentan usia 4 sampai 6 tahun. Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Menurut Solehudin (Nisnayeni, 2012) anak usia dini adalah sosok individu yang sedang mengalami proses perkembangan dengan

sangat pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya.

Hurlock (2007) mengatakan bahwa lima tahun pertama kehidupan anak merupakan peletak dasar bagi perkembangan selanjutnya. Dapat diasumsikan bahwa usia dini merupakan usia emas anak dimana anak mampu mempelajari dan menirukan segala sesuatu yang terjadi pada diri anak atau pada lingkungan sekitar. Suyadi (2010)

jawaban dari jawaban kualitatif yang telah disediakan, tetapi menjawab salah satu jawaban kuantitatif yang telah disediakan.

Pengukuran kemampuan responden, digunakan skor 1, 2, 3 dan 4 dengan kriteria sebagai berikut:

- 4: Anak dapat mengikuti gerakan senam dengan sangat baik.
- 3: Anak dapat mengikuti gerakan senam dengan cukup baik.
- 2: Anak belum dapat mengikuti gerakan senam.
- 1: Anak belum mau mengikuti gerakan senam.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji-t (t-test). Sudijono (2014) menjelaskan bahwa test "t" atau "t" test, adalah salah satu test statistik yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hoptesis nihil yang menyatakan bahwa diantara dua buah mean sampel yang diambil secara random dari populasi yang sama, tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Adapun rumus yang digunakan dalam penelitian ini adalah *t-test* untuk sampel kecil (N kurang dari 30) adalah sebagai berikut:

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{M_D}}$$

Rumus mencari Mean dari Difference:

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

Rumus mencari Deviasi Standar dari Difference:

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

Rumus mencari Standar Error:

$$SE_{M_D} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh senam pinguin terhadap perkembangan motorik kasar anak. Setelah dilakukan tabulasi

data, maka langkah selanjutnya adalah menghitung data-data menggunakan rumus sebagai berikut ini.

Mencari Mean dari *Difference*:

$$M_D = \frac{\sum D}{N} = \frac{-21}{29} = -0.724$$

Jadi rata-rata yang diperoleh untuk hasil perhitungan antara pembagian *Difference* dan jumlah responden adalah sebesar (-0,724).

Mencari *Deviasi Standar* dari *Difference*:

$$\begin{aligned} SD_D &= \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{27}{29} - \left(\frac{-21}{29}\right)^2} = \sqrt{0.931 - (-0.724)^2} \\ &= \sqrt{0.931 - 0.524} \\ &= \sqrt{0.407} \\ &= 0.638 \end{aligned}$$

Mencari *Standar Error*:

$$SE_{M_D} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}} = \frac{0.638}{\sqrt{29-1}} = \frac{0.638}{\sqrt{28}} = \frac{0.638}{5.292} = 0.121$$

Mencari *t₀*:

$$t_0 = \frac{M_D}{SE_{M_D}} = \frac{-0.724}{0.121} = -5.985$$

$$db = N-1 = 29-1 = 28$$

Setelah terlebih dahulu memperhitungkan db nya yang diperoleh nilai sebesar 28 maka diperoleh tt sebagai berikut:

Pada taraf signifikansi 5% : *t_t* = 2,05

Pada taraf signifikansi 1% : *t_t* = 2,76

Dengan membandingkan harga (*t₀* = 5,985) dengan besarnya "t" yang tercantum dalam tabel nilai, maka dapat kita ketahui bahwa harga *t₀* (yaitu harga t yang kita peroleh dari hasil perhitungan dimuka) adalah jauh lebih besar dari pada *t_t*, yaitu:

$$2,05 < 5,985 > 2,76$$

Oleh karena itu, hipotesis nihil

yang mengatakan bahwa tidak ada pengaruh senam pinguin terhadap perkembangan motorik kasar anak ditolak. Hal ini berarti bahwa adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak setelah diberikan senam pinguin dan terdapat perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan senam pinguin.

Pada tahap awal penelitian, diberikan pre-test berupa beberapa gerakan dasar senam seperti melompat dengan satu kaki, memutar kedua tangan sebesar 360° , berlari ditempat dengan menjinjitkan kaki serta berjalan pada garis lurus sepanjang satu meter kedepan dan kebelakang. Pre-test dilakukan sebanyak dua kali pengulangan dengan dua observer yaitu guru kelas A1 dan A2 dengan pembagian waktu per 10 menit 10 orang anak.

Treatment senam pinguin dengan 5 kali pengulangan senam dengan durasi 30 menit. Dalam pemberian treatment dilakukan secara bersama-sama, artinya seluruh responden mengikuti senam dalam waktu yang bersamaan. Setelah diberikan treatment, tahap selanjutnya adalah pemberian post-test. Post-test yang diberikan sama dengan pre-test. Dengan 2 kali pengulangan post-test selama 30 menit dengan pembagian waktu per 10 menit 10 orang anak.

Setelah selesai dilakukan penelitian dan mendapatkan hasil yang tertera dalam lembar observasi kemudian hasilnya dihitung. Setelah mendapatkan perhitungan tentang jumlah skor pre-test dan post-test, tahap selanjutnya adalah mencari nilai mean dari selisih nilai skor pre-test dan post-test. Tahap terakhir adalah menghitung besarnya nilai "t" dengan menggunakan rumus t-test. Berdasarkan hasil uji analisa menggunakan rumus t-test, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita.

Hal ini dibuktikan dengan melihat besarnya nilai t_o yang jauh lebih besar dari pada nilai t_t dengan taraf signifikansi 5% ataupun 1% sebesar $2,05 < 5,985 > 2,76$.

Dalam kata lain, nilai hasil perhitungan t observasi jauh lebih besar jika dibandingkan dengan nilai t tabel pada tabel kritik. Sehingga dapat ditarik kesimpulan apabila nilai t_o lebih besar daripada nilai t_t maka hipotesis nihil (H_o) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Dengan hasil tersebut maka dapat dikatakan jika senam pinguin memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita Persatuan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini berdasarkan hasil uji analisa menggunakan rumus t-test, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 Tahun di TK Dharma Wanita. Hal ini dibuktikan dengan melihat besarnya nilai t_o yang lebih besar dari pada nilai t_t dengan taraf signifikansi 5% ataupun 1% sebesar $2,05 < 5,985 > 2,76$. Dengan kata lain, nilai hasil perhitungan t observasi jauh lebih besar jika dibandingkan dengan nilai t tabel pada tabel kritik. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh senam pinguin terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak kelompok A usia 4-5 tahun di TK Dharma Wanita Persatuan Desa sumberjati Kecamatan Silo Kabupaten Jember Tahun Pelajaran 2017/2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, Hendra. (2009). *Pola Gerak dalam Senam*. Jakarta: IPA Abong.
- Ahmad, Satrio. (2007). *Senam*. Jakarta Barat: PT. Indahjaya Adipratama.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Decaprio, Richard. (2013). *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta : Diva Press.

DUA CARA PENGEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA DINI MELALUI GERAKAN-GERAKAN SENAM

Syafriyem Syafriy¹, Cahniyo Wijaya Kuswanto², Farida³, Osanisa Muriyan⁴

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Raden Intan Lampung^{1 2 3 4}

Email: syafriyem@radenintan.ac.id¹, cahniyo.wijaya@radenintan.ac.id², farida@radenintan.ac.id³,
osanisamuriyan96@gmail.com⁴

Syafriy, Syafriyem., Cahniyo Wijaya Kuswanto., Farida, Osanisa Muriyan. (2020). Dua Cara
Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini Melalui Gerakan-Gerakan Senam. *Jurnal
Pelita PAUD*, 5(1), 104-103.

doi: <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v5i1.1172>

Diterima: 29-11-2020

Disetujui: 01-12-2020

Dipublikasikan: 16-12-2020

Abstrak: Keterampilan motorik kasar mengacu pada latihan yang melibatkan otot-otot besar tubuh. Senam dapat membantu perkembangan fisik anak seperti ketahanan dan kekuatan otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana guru dapat mengembangkan ketrampilan motorik kasar anak usia 4-5 tahun secara keseluruhan melalui senam di taman kanak-kanak. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif yang melibatkan dua orang guru di dalam kelas. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumen analisis. Analisis data dilakukan secara kualitatif, meliputi reduksi data, penyajian data, dan diagram kesimpulan. Hasil penelitian menunjukan bahwa upaya guru dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar adalah sebagai berikut; pertama mengajak anak untuk bergerak, kedua memperbaiki gerakan yang salah. Temuan tersebut ditemukan dalam penelitian yang nantinya dapat digunakan untuk mengembangkan ketrampilan motorik kasar.

Kata kunci: motorik kasar, gerakan senam, anak usia dini

Abstract: Gross motor skills refer to exercises that involve the large muscles of the body. Gymnastics can help children's physical development such as endurance and muscle strength. This study aims to find out how teachers can develop gross motor skills of children aged 4-5 years as a whole through childrens gymnastics. This research is a descriptive qualitative research, involving 2 teachers in the class. The data were collected through observation, interviews, and notes. Performed qualitative data analysis, including: data reduction, data presentation and conclusion diagrams. The results show that the teacher's efforts in developing gross motor skills are as follows: the first is to invite children to move. the second corrects the wrong move. These findings can be found in the results of research which can be used to develop gross motor skills.

Keywords: gross motorik, gymnastic movements, early childhood

Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni-Juli di salah satu sekolah paud yang ada di Kota Bandar Lampung.

Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini subjek yang menjadi fokus penelitian adalah 2 orang pendidik di TK yang profesional memiliki sertifikat pendidik dan menangani langsung dalam pembelajaran di kelas.

Prosedur

Fokus penelitian ini tertuju pada representasi terhadap fenomena yakni bukan dimaksudkan untuk mengambil kesimpulan yang berlaku umum akan tetapi hanya untuk sekolah yang terkait dengan fenomena yang diamati seperti motorik kasar anak melalui gerakan-gerakan senam. Prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian berupa pengambilan sebuah kasus yang ada disekeloa tersebut sehingga dapat menarik garis kesimpulan dari kasus yang diteliti. Tetapi hasil tidak bisa di generalisasikan dan hanya ada pada sekolah yang bersangkutan.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui observasi yang tertuju pada kemampuan motorik kasar anak dan perlakuan guru dalam mengemabngkan kemampuan motorik, sedangkan wawancara di fungsikan sebagai alat untuk mengetahui data dari pertanyaan-pertanyaan penelitian, begitu pula dokumen analisis di fungsikan sebagai penguat dalam rangka mengidentifikasi permasalahan yang diteliti.

Teknik Analisis Data

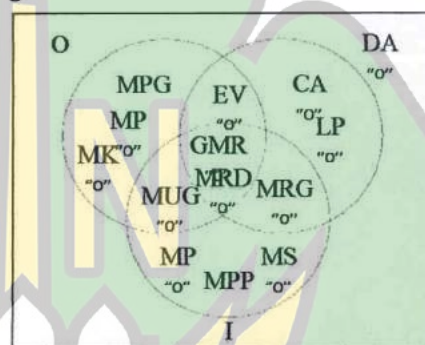
Teknik analisis data menggunakan triangulasi sumber yang dikaji dari data-data yang dikupulkan setekah itu di reduksi, kemudian data di sajikan, terakhir data di veryfikasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pemenuhan aktivitas bermain, dan keterampilan dalam pendidikan Taman Kanak-kanak akan maksimal dan baik jika diiringi dengan perkembangan motorik kasar. Melalui keterampilan fisik motorik yang baik, terutama motorik kasar, anak dapat melakukan aktivitas mandirinya dengan baik, dengan melakukan gerakan-gerakan permainan seperti berlari, meloncat, senam perlu diberigan guna menambah kekayaan motorik yang dimiliki anak. Jika keterampilan motorik kasar anak kurang baik, tidak hanya

pemenuhan kemandirian aktivitasnya yang terlambat, maka hal itu juga berpengaruh kepada perkembangan anak yang lain seperti aktivitas sosial serta perkembangan konsentrasinya. Perkembangan motorik kasar yang baik itu , tidak hanya didukung melalui status gizi saja, akan tetapi didukung juga oleh motivasi ataupun semangat yang diberikan. maka cara untuk mengembangkan fisik motorik anak salah satunya dengan melakukan senam. Senam adalah salah satu kegiatan fisik yang dapat dikembangkan ank dan senam dapat mendukung perkembangan Anak jasmani anak dengan kekuatan dan daya tahan otot. Metode yang dapat digunakan oleh guru dalam peningkatan motorik kasar anak adalah melalui senam.

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk gambar dibawah ini:



Gambar 1 Rangkaian Penelitian

Keterangan Gambar:

- O : Observasi
- DA : Dokumen Analisis
- I : Interview
- MPG : Memantau Perkembangan Gerakan
- MPK : Mengatur Pelaksanaan Kegiatan
- MK : Memberikan Kesempatan Kepada Siswa
- MUG : Memberi umpan benar atau salahnya gerakan.
- MP : Memberikan Pengarahan untuk Mencapai Tujuan
- MPP : Mengidentifikasi Potensi Masalah
- MS : Membangkitkan Minat Siswa
- MRG : Mempraktikan Rangkaian Gerakan
- LP : Lembar Penilaian
- CA : Catatan Anekdote
- EV : Evaluasi
- GM : Guru Menyusun Rencana
- MRD : Melaksanakan Rencana yang Disusun

Gambar diatas mendeskripsikan hasil penelitian yang menggunakan symbol untuk mempermudah dibaca. Berdasarkan data diatas, Temuan penelitian terdapat dua cara untuk mengembangkan motorik kasar anak usia dini melalui gerakan-gerakan senam diantaranya: Ajak anak untuk bergerak. Kedua, koreksi jika ada gerakan yang salah. Dilihat dari dua cara tersebut merupakan tahap yang saling berhubungan satu sama lain, yang mana guru harus mengajak anak terlebih dahulu kemudian ketika anak sudah mau bergerak maka koreksi jika ada gerakan yang salah.

Guru diharapkan untuk mampu memberikan pembelajaran yang baik dan menarik pada anak, sehingga tujuan dalam pembelajaran disekolah dapat tercapai. Tujuan-tujuan pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan dasar anak yang ada, seperti untuk meningkatkan motorik kasar pada anak. dengan itu Guru mampu memilih model pembelajaran yang tepat untuk menyusun materi-materi berkaitan dengan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. maka guru mampu menggunakan model pembelajaran senam untuk mengembangkan motorik kasar pada anak (Pradipta & Sukoco, 2013). Hasil observasi dan wawancara dari penelitian yang telah dilakukan dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini ditemukan hasil penelitian yaitu Pertama, ajak anak untuk bergerak. Kedua, koreksi jika ada gerakan yang salah. Hal demikian ini yang muncul ketika proses penelitian berlangsung dan yang ditekankan guru ketika mengembangkan kemampuan motorik. Guru melakukan proses yang baik ketika mengembangkan kemampuan motorik yang dilakukan disekolah dan ini sesuai dengan data yang dikumpulkan melalui wawancara observasi dan dokumen analisis. Pendidikan itu memiliki peranan yang sangat penting untuk membantu mencerdaskan kualitas manusia dari hal sosial, spiritual dan intelektual agar menjadi profesional. (Sepriadi, 2017).

Perkembangan motorik yang baik akan berdampak pada aktivitas yang dilakukan, semakin aktivitas sering dilakukan dengan bermain maka kualitas motorik akan terus meningkat. Penelitian telah bnyak dilakukan

terkait dengan perkembangan motorik dan memberikan pemahaman agar ketika keterampilan anak cenderung terus meningkat hendaklah didukung dengan aktifitas fisik (Susanti et al., 2016). Permainan yang cocok untuk anak usia dini itu yang dapat mengembangkan imajinasi, merangsang gerak seluruh anggota tubuh maupun olahraga-olahraga yang sifatnya perlombaan. Dari karakteristik ini guru yang ada di sekolah tersebut memberikan stimulus kepada peserta didik untuk terus melakukan gerakan-gerakan. Hasilnya ketika guru melakukan gerakan senam didepannya maka anak cenderung mengikuti gerakan yang dilakukan guru dan ketika ada anak yang melakukan gerakan yang salah langsung diperbaiki.

Salah satu cara untuk menstimulasi anak usia dini yang dilakukan di sekolah tersebut terkait perkembangan motorik kasar anak adalah melalui aktivitas bermain di luar ruangan yaitu senam. Bagi sekolah, senam tidak terlalu menyiapkan area bermain yang luas, maka guru bisa memanfaatkan ruangan yang ada di sekolah ataupun lapangan. Hal ini juga ditegaskan oleh Fikriyati bahwa memaksimalkan ruangan bisa dijadikan strategi untuk menyediakan ruang gerak yang bebas bagi anak untuk berlari, melompat, dan menggerakkan seluruh tubuhnya dengan cara-cara yang tidak terbatas Gallahue.

Gerakan senam yang dilakukan guru cenderung variatif, Menurut Menke G. Frank senam terdiri dari gerakan-gerakan yang luas dari latihan yang dapat membangun dan membentuk otot-otot tubuh seperti: pergelangan tangan, punggung, lengan, dan sebagainya (Kumalayanti et al., 2018). Keinginan anak untuk mengikuti gerakan-gerakan yang dilakukan selalu membuat guru memperbaiki gerakan salah disetiap runtutan gerak. Hal demikian ini yang menjadi penekanan guru ketika proses pengembangan motorik melalui gerakan senam. Tidak hanya itu ketika pelaksanaan senam, guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan gerakan yang dilakukan guru tanpa didamping. Disini seolah-olah guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mereview apa yang sdh di tangkap oleh siswa ketika senam telah selesai dilakukan. Gerakan yang dimunculkan siswa sangat beragam menurut versi mereka. Disinilah peran guru

dalam memberikan pembelajaran *trial and error*. Trial and error sering kita sebut dengan pembelajaran yang dilakukan tanpa mengesampingkan kesalahan dalam setiap apa yang dilakukan sehingga mereka akan belajar dari kesalahan itu untuk memperbaiki kesalahan menjadi sebuah keberhasilan (Amsari, 2018, p. 2).

Pemberian kesempatan kepada siswa untuk melakukan tugas dari guru melakukan gerakan-gerakan sederhana ke kompleks menuntut anak usia dini mengeksplor kemampuan yang didapat setelah mencontoh guru saat kegiatan senam. Gerakan-gerakan yang dimunculkan menambah kekayaan gerak yang dimiliki sebelumnya. Catatan anekdot yang setiap hari guru lakukan untuk mencatat semua kejadian baik kemajuan atau kejadian-kejadian yang langka dilakukan siswa menjadi catatan penting ketika proses pembelajaran, ada hal yang perlu ditekankan setiap harinya dan adanya perbaikan yang dilakukan guru semata-mata untuk perkembangan motorik anak usia dini melalui gerakan senam. Kemunculan gerakan yang beragam itu juga tidak lepas dari kemampuan system saraf ada pada manusia. Dalam otak manusia berfungsi diantaranya mengatur posisi tubuh, mengontrol keseimbangan di setiap gerakan tubuh (Mahmud, 2019, p. 12).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang pernah dilakukan bahwa penelitian ini menemukan sebuah temuan untuk mengembangkan motorik anak usia dini. Hasil penelitian membuktikan perlu adanya sebuah *ketelatenan* untuk mengembangkan motorik anak dengan cara; pertama ajak anak untuk bergerak maksudnya ketika kita mengajak anak untuk senam ataupun kegiatan pengembangan motorik harus selalu di berikan contoh terlebih dahulu, dengan pemberian contoh anak akan terangsang dirinya untuk mengikuti gerakan yang dilakukan guru sehingga kegiatan pun mengalir seiring tujuan pembelajaran yang telah dikonsep guru. Kedua perbaiki jika ada gerakan yang salah maksudnya ketika mereka sudah mau bergerak guru harus mendampingi di setiap gerakan yang mereka lakukan dalam pembelajaran, tujuannya adalah untuk mengoreksi jika ada gerakan-gerakan yang salah atau bisa membuat cedera tubuh anak mengingat masih rentan di usai mereka. Ini lah yang menjadi perbedaan atau temuan 2 cara

dalam pengembangan motorik melalui gerakan senam.

Berdasarkan uraian diatas maka disimpulkan bahwa senam merupakan suatu latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan rencana ataupun sengaja, disusun dengan cara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis; sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesadaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental dan spiritual; dan senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, agilitas, dan ketepatan.

SIMPULAN

Upaya guru yang dilakukan dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini menghasilkan dua temuan penelitian yaitu ajak anak untuk bergerak dan koreksi jika anak melakukan kesalahan gerakan. Kedua temuan ini menjawab tujuan penelitian yang menginginkan kemampuan motorik anak terus berkembang dengan baik. Dilihat dari kedua cara tersebut merupakan tahap yang saling berhubungan satu sama lain, yang mana guru harus menyusun rencana terlebih dahulu terkait apa saja yang harus dilakukan kemudian diikuti dengan pelaksanaannya. Hasil ini diharapkan dapat menjadi urutan para guru dalam mengembangkan perkembangan motorik. Pengembangan penelitian selanjutnya diharapkan muncul lima atau enam cara mengembangkan motorik anak usia dini

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, E. N., Slamet, S. Y., & Mulyono, H. (2015). Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Tubuh Melalui Kegiatan Senam Irama Pada Anak Kelompok A Tk Al-Huda Kerten Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015. *Universitas Sebelas Maret*, 3.
- Aini, F. Q. (2016). Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A. *Jurnal Paud Teratai*, 5(2), 2.