



Penerapan Senam Irama Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak 4-5 Tahun di TKQ Tamrinusshibyan

Siti Badriah¹, Ine Nirmala², Feronica Eka Putri³

¹Mahasiswa Jurusan PIAUD, Universitas Singaperbangsa Karawang

²Agama Islam Prodi PIAUD/Universitas Singaperbangsa Karawang

Abstract

Received: 15 September 2022

Revised: 18 September 2022

Accepted: 24 September 2022

This research is motivated by the lack of physical motoric development of children with rhythmic gymnastics activities. This study aims to develop children's gross motor skills through rhythmic gymnastics activities. On the following indicator, strength, balance, and coordination. The subjects of this study were 21 children of group A TKQ Tamrinusshibyan Karawang district and the research method used is classroom action research (CAR). The result of the study shows that there is a process of gross motor development in children through rhythmic gymnastics activities. These results can be seen from the pre-observation, activities in cycle I and cycle II. The pre-observed child's strength indicator is 35%, in the first cycle it is 55% and the second cycle is 75%, meaning that there is a development in the child's strength of 37,5% that there is a development of 45% in the child's balance indicator of 32,5% in pre-observation, in cycle I it was 55%, and cycle II was 77,5% so that the development of children's coordination in cycle II it was 75% so that the increase reached 41%. With activities. Rhythmic gymnastics activities can develop gross skills of group A children at TKQ Tamrinusshibyan Karawang.

Keywords: Fisik Motorik, Senam Irama, Motorik Kasar

(*) Corresponding Author: siti.badri902@gmail.com

How to Cite: Badriah, S., Nirmala, I., & Putri, F. (2022). Penerapan Senam Irama Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak 4-5 Tahun di TKQ Tamrinusshibyan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(18), 391-399. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7135832>.

PENDAHULUAN

PAUD merupakan upaya pembinaan khusus untuk anak usia dini dari semenjak lahir sampai usia 6 tahun dilaksanakan dengan pemberian rancangan kegiatan pendidikan guna membantu tumbuh kembang jasmani dan rohani anak supaya anak mempunyai kesiapan ketika memasuki pendidikan lebih jauh sesuai Permendikbud 137/2014. Capaian kemampuan anak usia dini merupakan keseluruhan aspek perkembangan dan pertumbuhannya yang mencakup dari lima aspek diantaranya aspek moral dan nilai agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, dan membuat melompat, berlari, memanjat, berdiri satu kaki dan menaiki sepeda roda tiga. Menurut (Hasanah, 2016). Kemampuan aspek pada motorik dapat menghambat pada berkembang melalui kematangan akan dapat dirangsang melalui cara-cara yang telah dipelajari. Dalam hal ini kebutuhan setiap anak perlu diketahui oleh pendidik untuk mengembangkan otot kecil dan otot besar pada setiap usianya.

Menurut (Montulu, 2014), bahwa "perkembangan motorik kasar pada anak untuk melatih jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh pada anak, seperti merangkak, berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap,

serta untuk menjaga keseimbangan”. Anak dengan kemampuan motorik kasar yang baik juga menunjukkan perkembangan mental yang baik. Faktor yang menyebabkan anak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, akan menambah rasa percaya diri. Kemampuan motorik kasar anak ada pengaruh positif terhadap kemampuan kognitif. Kemampuan motorik kasar akan mendorong keseimbangan kinerja otak kiri dan kanan. Tingkat pencapaian perkembangan fisik motorik kasar anak usia 4-5 tahun seperti pohon tertiuip angin, gerakan binatang, pesawat terbang, dan sebagainya, bergelantung, meloncat, melompat, sampai berlari dengan cara berkoordinasi, melempar dengan terarah, melakukan gerakan secara antisipasi, menangkap dengan tepat, menendang dengan terarah, dan memanfaatkan alat permainan diluar kelas.

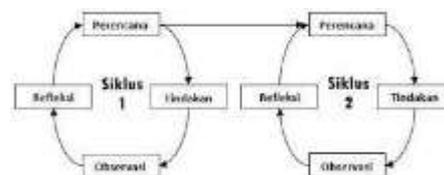
Berdasarkan dari hasil observasi yang dilakukan pada bulan Mei pada anak usia 4-5 tahun di TKQ Tamrinusshibyan Karawang sebagian besar masih belum berkembang pada motorik kasarnya. Dari hasil pengamatan yang telah dilakukan di TKQ Tamrinusshibyan Karawang terdapat permasalahan dalam aspek motorik kasar yaitu: (1) Belum optimal dalam unsur kekuatan. (2) Belum optimal dalam keseimbangan. (3) Belum optimal dalam unsur koordinasi. Hal ini diperkuat lagi dengan adanya data yang diperoleh dengan jumlah anak secara keseluruhan yaitu 10 anak, dimana anak kesulitan dalam unsur kekuatan sebanyak 6 anak (45%), anak kesulitan dalam unsur keseimbangan 2 anak (20%), dan anak mengalami kesulitan koordinasi sebanyak 2 anak (35%). Dari hasil wawancara kepada guru kelompok A (usia 4-5 tahun), dimana kegiatan pembelajaran fisik motorik di dalam kelas lebih banyak pada motorik halus seperti kegiatan menempel, menulis, menggunting, menggambar, mewarnai, dan lain sebagainya. Kegiatan fisik motorik di luar kelas diantaranya senam yang biasa dilakukan sebelum kegiatan pembelajaran dilaksanakan bermain bebas saat istirahat dan kegiatan makan bersama. Oleh karena hal ini yang mempengaruhi kurang optimalnya perkembangan aspek motorik kasar pada kelompok A (anak usia 4-5 tahun) pada anak yang bertempat di TKQ Tamrinusshibyan.

Peningkatan kemampuan pada anak usia dini usia 4-5 tahun dapat dilakukan dengan berbagai macam cara salah satu kegiatan yaitu senam irama. Senam irama atau disebut juga aktivitas gerak berirama adalah gerakan senam yang dilakukan dalam irama musik, atau pembelajaran bebas yang dilakukan secara berirama (Muhajir, 2017). Kegiatan senam irama ini dapat menstimulus motorik anak terutama pada motorik kasarnya. Aktivitas gerak berirama dapat dipadukan dengan beraneka ragam lagu, dan musik yang dapat merangsang anak untuk semangat dalam mengikuti kegiatan tersebut. Dengan kegiatan senam irama diharapkan dapat mengembangkan aspek motorik kasar dan berfokus pada satu aspek motorik. Senam irama biasa disebut juga dapat dilakukan dengan gerakan yang diiringi dengan alunan irama (Burhaein,2017). Berdasarkan dari hasil observasi (Siti Badriah, 2021) di TKQ Tamrinusshibyan karakteristik pembelajaran bisa dilakukan dengan beragam kegiatan seperti menendang, melompat, menangkap bola, dan melempar. Pada awalnya TKQ Tamrinusshibyan memperkenalkan senam irama yang dilakukan dengan gerakan senam dalam kegiatan jasmani yang pada dasarnya kurangnya stimulus pada peserta didik di TKQ Tamrinusshibyan yang mengakibatkan kurangnya rangsangan sehingga membuat gerakan anak kurang terkoordinasi secara bagus. Pada

dasarnya aspek motorik kasar bisa dilatih atau distimulus agar peserta didik dapat mengimbangi rangsangan serta dapat berguna untuk anak. Dengan gerakan yang berangsur-angsur dengan cara terus menerus terhadap gerakan senam khususnya senam irama dengan adanya gerak melalui kegiatan senam irama di TKQ Tamrinusshibyan mampu meningkatkan aspek motorik kasar pada peserta didik dan sebanding sesuai (Sari, 2016) dari hasil keseluruhan terlihat hasilnya melalui kegiatan senam irama secara teratur dengan frekuensi latihan atau kegiatan lebih sering dilaksanakan dengan cara berulang-ulang akan meningkatkan aspek motorik kasar bagi peserta didik. Seorang pendidik dapat melihat tindakan apa yang dapat meningkatkan aspek motorik kasar pada anak. Hal itu peneliti juga mempunyai suatu permasalahan dalam penelitian terutama pada saat melaksanakan kegiatan senam dalam melakukan kegiatan senam irama pengenalan senam sesindo dengan gerakan yang yang terbaru dan baru dikenalkan pada peserta didik sehingga ada beberapa peserta didik masih kesulitan menirukan gerakan senam. Tujuan dari penelitian adalah untuk mendeskripsikan penerapan senam irama akan meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun di TKQ Tamrinusshibyan Karawang.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian di laksanakan pada saat pembelajaran berlangsung yaitu dari jam 08:00–09:00 WIB, Di TKQ Tamrinusshibyan tahun ajaran 2020 – 2021. Pada penelitian saat ini dengan menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Model PTK yang dikembangkan oleh Kurt Lewin (Arikunto 2014). Karena peneliti menemukan permasalahan dalam kegiatan pembelajaran yang dilakukan di lembaga tersebut. Penelitian ini menggunakan dengan pelaksanaan dua siklus dan dilakukan empat tahapan yaitu: (1) Perencanaan (Planing), (2) Tindakan (Akting), (3) Pengamatan (Observasi), dan (4) Refleksi (Reflecting). Siklus tersebut ditampilkan pada gambar di bawah ini:



Proses PTK Model Kurt Lewin

Lokasi yang digunakan sebagai penelitian dalam Penerapan Senam Irama Untuk Meningkatkan Motorik Kasar anak 4-5 Tahun Di TKQ Tamrinusshibyan. Pada tindakan pengumpulan data tujuan ketempat penelitian terlebih dahulu mengadakan konsultasi dengan pembimbing tentang pedoman observasi yang akan diisi, dan meminta persetujuan dari lembaga dan guru TKQ Taminusshibyan. Dalam penelitian ini menggunakan subjek penelitian yang berjumlah 21 orang anak. Data penelitian mencakup kemampuan dari pendidik dalam menyusun pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran yang di kumpulkan dari berbagai sumber di antaranya seperti: 1) informasi dari peserta didik atau guru, 2) lokasi atau tempat berlangsungnya kegiatan yang berkaitan dengan penerapan senam irama anak, 3) dokumentasi yang berkaitan dengan penerapan senam irama. Teknik

pengumpulan data dalam rangka memenuhi validasi data, maka peneliti menggunakan teknik sebagai berikut: a) teknik observasi, b) teknik wawancara, c) dokumentasi.

Validasi data merupakan kebenaran di dalam proses penelitian. Teknik observasi menggunakan pengamatan catatan di lapangan untuk memperoleh data sasaran yang di teliti. Observasi dilakukan dengan cara mendokumentasikan kegiatan berupa foto, merupakan catatan dalam metode pembelajaran untuk mendapatkan data anak didik dan guru selama pelaksanaan pembelajaran penerapan senam irama. Lembar indikator di persiapkan oleh peneliti yang mencakup tentang acuan dalam pelaksanaan penilaian pengembangan anak. Setiap indikator sesuai dengan tingkatan perkembangan yang terlihat pada anak. Instrumen akan diisi oleh guru dan peneliti dengan memberikan tanda BB (Belum berkembang), MB (Mulai Berkembang), BSH (Berkembang Sesuai Harapan), BSB (Berkembang sangat Baik).

Tabel 1. Indikator motorik kasar anak

Aspek	Indikator	Kategori	Skor
Motorik kasar	Kekuatan anak dalam bergerak	BSB	4
		BSH	3
		MB	2
		BB	1
	Keseimbangan anak dalam melakukan Gerakan	BSB	4
		BSH	3
		MB	2
		BB	1
	Koordinasi kekuatan seluruh tubuh	BSB	4
		BSH	3
		MB	2
		BB	1

Keberhasilan peningkatan kemampuan motoric kasar dapat dilihat dari : 1) jumlah anak 21 target keberhasilan adalah jika 8 anak (85%) dari 21 anak melampaui kategori BSB (Berkembng Sangat Baik). Pada siklus ke 11, target yang harus dicapai tiap anak diperoleh jika anak secara individu telah melampaui BSH (Berkembang Sesuai Harapan) pada siklus ini. Kemungkinan jika target yang dinyatakan berhasil adalah pada kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) mencapai pada 85%, maka hal ini dapat dinyatakan *sustainability* atau kondisi tetap.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pada penelitian ini observasi yang dilakukan dengan menggunakan beberapa metode antara lain: catatn lapangan, lembar observasi, instrumrn observasi yang telah dibuat oleh peneleiti dan guru kelas. hal ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan 1) kekuatan, 2) keseimbangan, dan 3) koordinasi. Sebelumnya dilaksanakan praobservasi untuk memperoleh data sejauh mana

senam irama dapat meningkatkan motoric kasar di TKQ Tamrinusshibyan. Melalui kegiatan melihat, mengamati, dan memantau kegiatan senam irama yang dilakukan dilembaga tersebut.

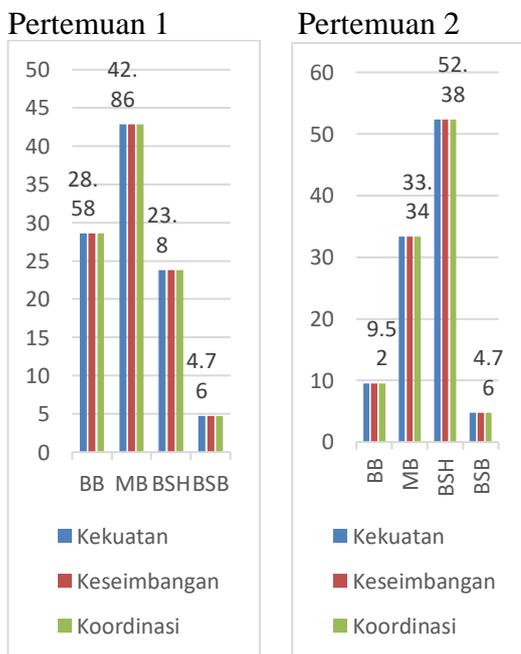
Data dapat diperoleh oleh peneliti dari guru yang berkolaborasi merencanakan tindakan siklus untuk memperoleh data. Data para observasi pada penelitian PTK ini adalah sebagai berikut

Grafik1 Data Pra Tindakan

berikut: a) indikator Kekuatan, yakni anak untuk dapat melakukan gerak ditempat. Kategori Belum Berkembang (BB) diketahui 16 anak dari 21 anak (76,19%). kategori Mulai Berkembang (MB) diketahui 4 anak dari 21 anak (19,05%) dan kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) diketahui 1 anak dari 21 anak (4,76%) dan kategori Berkembang Sangat Baik (BSB) diketahui 0 dari 21 anak (0%). b) indikator Keseimbangan, yakni anak bisa berdiri dengan posisi tangan melambai seperti Gerakan pohon tertiuip angin. Kategori Belum Berkembang (BB) diketahui 16 anak dari 21 anak (76,19%). kategori Mulai Berkembang (MB) diketahui 4 anak dari 21 anak (19,05%) dan kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) diketahui 1 anak dari 21 anak (4,76%) dan kategori berkembang Sangat Baik (BSB) diketahui 0 dari 21 anak (0%). c) indikator koordinasi kekuatan seluruh tubuh mengikuti Gerakan sesuai dengan ketukan dan irama. Kategori Belum Berkembang (BB) menunjukkan 16 anak dari 21 anak (76,19%). kategori Mulai Berkembang (MB) diketahui 4 anak dari 21 anak (19,05%) dan kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) diketahui 1 anak dari 21 anak (4,76%) dan kategori berkembang Sangat Baik (BSB) diketahui 0 dari 21 anak (0%).

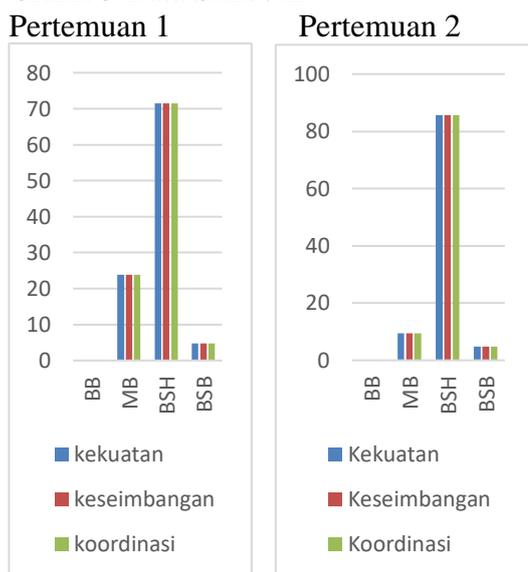
Hubungan data yang diperoleh pada praobservasi penelitian tindakan kelas ini dengan penelitian adalah data tersebut dapat memberikan gambaran awal tentang hasil peningkatan kemampuan motorik kasar melalui kegiatan senam irama di TKQ Tamrinusshibyan Karawang, sehingga penelitian tindakan kelas dilanjutkan dengan pertemuan kegiatan pembelajaran pada siklus I pertemuan 1.

Grafik 2 Data Siklus I



Siklus I untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan selama proses pembelajaran berlangsung. Indikator – indikator yang hendak dicapai adalah a) kekuatan yaitu: anak mampu bergerak ditempat b) keseimbangan yaitu: anak dapat berdiri c) koordinasi antara tangan dan kaki hal ini akan dilakukan Melalui Kegiatan senam irama di TKQ Tamrinusshibyan. Pada siklus I pertemuan 2 ini, ada peningkatan, yaitu kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) mencapai 11 anak kemudian ditambah 1 anak berkembang sangat baik, sehingga total 12 anak jika dihitung, maka menjadi 57,14%. Walaupun meningkat namun target keberhasilan belum mencapai tingkat jauh atau “*sustainability*”, sehingga melanjutkan tindakan ke siklus ke II.

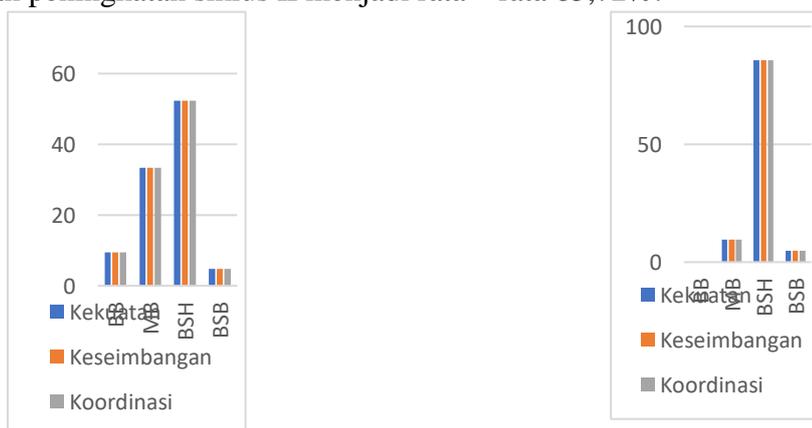
Grafik 3 Data Siklus II



Hasil observasi pada siklus II rata – rata skor untuk kategori berkembang sesuai harapan dengan pencapaian 18 orang anak dari 21 orang (85,72%) dan berkembang sangat baik ada 1 orang dari 21 orang (4,76%). Dengan demikian jumlah target keberhasilan yang diperoleh secara menyeluruh yaitu 19 anak dari 21 anak (90,48%). Dan target keberhasilan telah mencapai tujuan pembelajaran.

Grafik 4 siklus I dan siklus II

Dari grafik ke 4 dapat ditarik kesimpulan mengenai kemampuan dan kolaborasi guru terhadap perencanaan dan perencanaan pembelajaran juga perbaikan, dapat dilihat jelas melalui grafik tersebut jumlah rata – rata siklus I dengan nilai 52,38% dan peningkatan siklus II menjadi rata – rata 85,72%.



Tabel . *Style dan Fungsinya*

No	Aspek	Siklus		Indikator keberhasilan
		I	II	
1.	Hasil kekuatan	52,38%	85,72%	85%
2.	Hasil keseimbangan	52,38%	85,72%	85%
3.	Hasil Koordinasi	52,38%	85,72%	85%

Pembahasan

Keberhasilan akan kemampuan motorik kasar anak di TKQ Tamrinusshibyan Karawang dalam penerapan senam irama membawa harapan anak dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Pada kegiatan senam irama anak melakukan kegiatan fisik motorik kasar dengan menggunakan anggota tubuh untuk mengembangkan aspek kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi. Yang sesuai dengan Depdiknas (2008:14) tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun meliputi menirukan gerakan binatang, pohon tertiu, pesawat terbang, dan sebagainya, melakukan gerakan menggantung (bergelayut), melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Senam irama merupakan kegiatan yang menarik, ceria buat anak usia dini karena kegiatan ini dapat memberikan motivasi dan minat anak untuk melakukan gerakan yang dapat menstimulus kemampuan motorik kasar.

Sinkron dengan teori yang dikemukakan (Hurlock, 1978) bahwa “perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot-otot terkoordinasi”. Berdasarkan indikator gerakan kaki dan lengan ketika senam irama yang di iringi lagu. Anak yang memperoleh nilai paling rendah pada pra siklus, siklus I, dan siklus II menunjukkan yaitu RF, RFF, RZ. Adapun faktor yang berpengaruh terhadap anak untuk mendapat nilai terendah dikarenakan 1) anak suka bercanda teman dan tidak berkonsentrasi mengikuti gerakan contoh dari guru, 2) anak melakukan gerakan yang tidak dicontohkan oleh guru dan melakukan gerakan semaunya sendiri.

Motorik adalah kegiatan yang dilakukan oleh seluruh anggota pada aspek tubuh. Adapun motorik kasar menggunakan kegiatan fisik yang mempengaruhi, koordinasi seluruh otot besar, yang terdiri dari otot punggung, otot bahu, otot tungkai, dan otot lengan, dan otot perut yang mempengaruhi kematangan pada fisik terhadap aspek motorik anak, kegiatan melompat, berlari, berjalan cepat dan lambat, melempar, berjinjit, berguling, dan berputar (Astari, A. W., Suadnyana, Wijaya, 2015,(at.al). Dalam hal ini Ahmad (Zulfahmi, 2016) berkata bahwa “senam irama dapat dikatakan sebagai kegiatan gerakan senam yang dilakukan dengan diiringi nyanyian atau musik yang dalam hal ini akan membentuk satu gerakan koordinasi antara gerak anggota badan dan irama yang

beralunan". Sedangkan (Hartina dan Abu Bakar,2019) mengemukakan bahwa peningkatan kemampuan ana untuk trampil dalam gerakan-gerakan yang terkoordinasi yang dilakukan secara teratur dengan melakukan senam irama. Hal itu dapat dilakukan pelatihan pada anak-anak melakukan senam ritme yang bisa meningkatkan kemampuan yang berlaian.

KESIMPULAN

Atas dasar uraian di atas, maka hasil analisis dan pembahasan data dari para obervasi hingga siklus II menyimpulkan terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar anak di TKQ Tamrinusshibyan Karawang, hal tersebut disebabkan ada peningkatan pencapaian indikator terhadap proses pembelajaran oleh anak dalam kekuatan, koordinasi dan keseimbangan motorik kasar anak. Hasil analisis data siklus I prosentase peningkatan dididapatkan 52,2% dan Siklus II prosentase hasil menunjukkan 76%, sehingga peningkatan menyeluruh pada pro bservasi ke siklus II mencapai 41%.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, Elizabet.B (1978) *Perkembangan Anak* (Jilid 2). Jakarta. Erlangga
- Muhajir. (2017) *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Indonesia: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan*
Peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan No. 137 Tahun 2014 *Tentang Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan.*
- Montulu, B,E. .(2014). *Materi pokok bermain dan permainan anak*. Tangetang Selatan:
Universitas Terbuka.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717-733.<https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>
- Sari, S. P. (2016). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar dan Kognitif anak Melalui Senam Irama Pada Anak Kelompok A TK Peratiwi 21. 1 setda Kabupaten Sragen Tahun Ajaran 2016*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sujiono, D. (2016). Metode Pengembangan Fisik
- Arikunto, S. 2014. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astari, A. W. Suadnyana,. Wiyasa, K. (2015). Penerapan Metode Demonstrasi Melalui Kegiatan senam Irama Berbantuan Media Audio Untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anaj Kelompok B1 TK Widya Santhi. *E-Journal PG-PAUD Universitas Pendidikan Ganेशha*, 3(1). <https://doi.org/10.23887/paud.v3i1.4999>
- Hartina, W. o., & Abubakar, S.R.(2019). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan senam Irama. *Jurnal Riset Golden age paud Uho*, 2(1), 64. <https://doi.org/10.36709/jrga.V2i1.8309>
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk pertumbuhan dan perkembangan siswa SD. *Indonesia Journal of Primery Education*, 1(1), 51, <https://doi.org/10.17509/ijpe.V1i1.7497>

- Zulfahmi, M. N. (2016). *Pengaruh senam irama terhadap keterampilan gerak dasar anak usia 5-6 tahun*. Universitas Negeri Semarang.
- Nirmala, I., & Putri, F. E. (2015). Peningkatan Kreativitas Anak Melalui Pemanfaatan Barang Bekas (Penelitian Tindakan di Kelompok B PAUD Bintang, Jakarta 2015). *Pendidikan Pascasarjana Magister PAI*, 2(1), 125–144