

Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA. Fastabiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat TA. 2016-2017

Irfah Aulaini Damanik⁽¹⁾, Nurmaniah⁽²⁾

⁽¹⁾Mahasiswa Program Studi PG PAUD FIP UNIMED

⁽²⁾Dosen Program Studi PG PAUD FIP UNIMED

Jl. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate, Medan, Sumatera Utara,20371

Email: nurmaniah@unimed.ac.id

Abstrak: Permasalahan dalam penelitian ini adalah: (1) bagaimana pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA.Fastabiqul Khairat PTPN II Kab.Langkat. penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, di RA.Fastabiqul Khairat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian eksperimen. Desain dalam penelitian ini adalah *only-posttest control grup design*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara random sampling, yaitu dengan memilih sampel dengan cara acak, karena populasi memiliki karakteristik yang sama dilihat dari segi usia yaitu usia 5-6 tahun. Teknik pengumpulan data dengan melakukan observasi dengan instrumen panduan observasi. Analisis data dengan statistik deskriptif, uji-t dan menguji hipotesis. Dilanjutkan dengan uji signifikan pada taraf $\alpha=0,05$ Dari hasil observasi anak yang untuk perkembangan motorik kasar anak di kelas eksperimen memperoleh nilai rata-rata 3,36 dengan nilai tertinggi 16 dan nilai terendah 10 tergolong dalam kategori Berkembang Sangat Baik, dari hasil observasi anak yang mengembangkan motorik kasar melalui senam irama. di kelas kontrol memperoleh nilai rata-rata 2,67 dengan nilai tertinggi 13 dan nilai terendah 8 tergolong dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan. Perkembangan motorik kasar anak pada kelas eksperimen terdapat anak pada kategori BSB sebanyak 17 orang (67 %) dan anak pada kategori BSH sebanyak 8 orang (33 %). Di kelas kontrol terdapat anak pada kategori BSH sebanyak 11 orang (60 %), BSB sebanyak 10 anak dan anak pada kategori MB sebanyak 3 orang (40 %). Hasil pengujian menyimpulkan bahwa $t_{hitung} = 6,216$ sedangkan $t_{tabel} = 1,689$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat dinyatakan: Ada Pengaruh Yang Signifikan dari Senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak Usia 5-6 Tahun Di RA. Fastabiqul Khairat PTPN II Kab.Langkat T.A 2016/2017.

Kata Kunci: permainan bingo kata, kemampuan membaca, anak usia 5-6 tahun

1. PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini adalah pendidikan yang diberikan kepada anak dan ditujukan untuk merangsang setiap perkembangan dan pertumbuhan anak dalam memasuki pendidikan selanjutnya. Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam pengembangan suatu Negara karena melalui pendidikan akan terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas. Di dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 mengatakan bahwa: pendidikan anak usia dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan

dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki lebih lanjut. di dalam pendidikan anak usia dini memiliki 6 aspek perkembangan yaitu : 1) Fisik motorik, mencakup stimulasi untuk mengembangkan kekuatan otot halus dan otot kasar, 2) Kognitif, cara anak bereksplorasi dan bermain aktif sehingga memiliki kematangan dalam berfikir, 3) bahasa, pengenalan keaksaraan awal melalui interaksi anak dengan anak atau dengan yang lain, 4) social-emosional, tumbuh kembangnya sikap dan keterampilan social, 5) Nilai Agama dan moral, perilaku yang baik melalui kegiatan untuk memunculkan pembiasaan, 6) Seni, tumbuh dan kembangnya dalam konteks bermain.

Tujuannya adalah agar anak dapat mengembangkan aspek pertumbuhan dan perkembangan anak jasmani maupun rohaninya yaitu Melalui kegiatan senam yang termasuk di dalam aspek perkembangan motorik kasar anak.

Hurlock (1978:150) berpendapat bahwa perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Pada saat berkembang keterampilan motorik, meningkat pula tingkat kecepatan, akurasi, kekuatan dan efisiensi gerakan. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Anak Usia Dini No.137 Tahun 2014 Pasal 7 ayat 3 Mengatakan bahwa Perkembangan anak sebagaimana dimaksud pada ayat (1) merupakan integrasi aspek nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa dan social-emosional, serta seni. Penjelasan terperinci mengenai fisik motorik kasar juga tercantum dalam pasal 10 ayat (3) motorik kasar mencakup gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor dan mengikuti aturan.

Oleh sebab itu, kita harus mengembangkan fisik motorik anak usia dini yaitu motorik kasar anak yang dilakukan dengan cara melakukan senam.

Senam adalah salah satu aktivitas gerak yang disusun dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan mengembangkan potensi anak. salah satu potensi anak usia dini yang harus dikembangkan adalah mengembangkan motorik kasar anak, gerak dasar motorik kasar Yaitu terdiri dari rangkaian gerak pemanasan, pembukaan, inti dan pendinginan. Senam sangat menarik untuk dipelajari apabila gerakan-gerakan senam mudah dilakukan dan menarik, sehingga anak senang melakukan senam tersebut dan tidak mudah bosan untuk menggerakkan tubuhnya. Senam yang menarik biasanya dengan diiringi irama, senam dengan irama mengandung unsur irama yaitu : Kelenturan, keseimbangan, keluwesan, dan ketepatan dengan

irama. Rangkaian senam irama dapat dilakukan dengan cara berjalan, berlari, melompat, serta ayunan dan putaran tangan.

Senam dapat dilakukan memakai irama dan tanpa irama. Senam yang tidak menggunakan irama yaitu senam menggunakan hitungan 1 sampai 8 setiap gerakan tubuh dan senam memakai irama yaitu senam yang diiringi alunan music setiap pergerakan tubuh. Namun, Manfaat senam irama dan tanpa irama tidak berbeda, yaitu untuk mengembangkan motorik dan menumbuhkan semangat anak.

Adapun manfaat senam irama dapat menciptakan sebuah rangsangan optimal untuk sistem syaraf yang bermanfaat bagi proses pendidikan, merangsang anak untuk bergerak, mendorong keadaan relaksasi dan ketenangan, memfasilitasi kinerja ritmis gerakan, memudahkan internalisasi kemampuan motorik dan kemampuan khusus untuk senam.

Sebaiknya di dalam lingkungan sekolah guru melakukan senam dengan menggunakan teknik senam yang baik, senam dilakukan setiap pagi hari sebelum melakukan pembelajaran, Agar anak selalu bersemangat mengikuti pembelajaran. seperti yang dinyatakan oleh Mukholid (2013:68) menjelaskan bahwa gerak dasar senam yaitu: 1. Gerakan langkah kaki, 2. Kedua lengan terlentang, 3. Pandangan ke depan, 4. Berdiri tegak, langkah kiri, 5. Kedua lengan lurus ke depan, 6. Control diri dulu.

2. KAJIAN PUSTAKA

Perkembangan motorik merupakan perkembangan pada usia prasekolah Semakin meningkat terutama dalam keterampilan motorik kasarnya seperti: berlari, melempar, menendang yang membutuhkan otot-otot besar. Tulang dan otot-otot mereka semakin kuat dan kapasitas paru-paru mereka semakin besar sehingga membuat mereka bisa melakukan aktivitas motorik kasar dengan lebih baik dan lebih cepat. Namun, anak dibawah 6 tahun, kebanyakan belum siap untuk melakukan aktivitas olahraga yang membutuhkan kemahiran dan keteraturan dalam melakukannya, mereka lebih berkembang dalam kegiatan-kegiatan aktif yang bebas dan tidak berstruktur.

Perkembangan motorik kasar pada setiap anak berbeda-beda, hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menyadur dari pendapat Kamtini (2014:28-34), terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap proses perkembangan anak usia dini, diantaranya: 1) Faktor kematangan, dimana kemampuan anak dalam melakukan gerakan motorik sangat ditentukan oleh kematangan syaraf yang mengatur

suatu gerakan;2) Faktor gizi, anak yang mendapatkan asupan gizi yang baik maka kondisi fisik motorik anak juga akan baik; 3) Faktor latihan, dimana beberapa kebutuhan anak usia dini yang berkaitan dengan pengembangan motoriknya perlu dilakukan latihan dengan bimbingan orangtua dan guru; 4) Faktor motivasi dalam diri anak perlu didukung dengan motivasi yang datang dari luar; 5) Faktor pengalaman, dimana perkembangan gerakan merupakan dasar bagi perkembangan berikutnya, jika anak mendapatkan pengalaman yang menarik maka anak akan terus melakukannya; dan 6) Faktor urutan perkembangan, dimana proses perkembangan fisik manusia berlangsung secara berurutan, sedangkan pada anak usia 5-6 tahun anak sudah memiliki kemampuan motorik yang bersifat kompleks. Dari faktor-faktor perkembangan motorik kasar yang dikemukakan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak adalah faktor kematangan, gizi, latihan, motivasi, pengalaman, serta urutan perkembangan. Selain itu, juga dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu: faktor proses belajar, faktor pribadi, dan faktor situasional. Sehingga, melalui faktor-faktor inilah pencapaian suatu perkembangan motorik kasar pada anak dapat dilakukan secara optimal.

Usia 5-6 tahun adalah masa dimana anak sangat aktif dalam melakukan suatu gerakan. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 137 Tahun 2014 Pasal 10 ayat (3) menjelaskan bahwa motorik kasar mencakup gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non lokomotor, dan mengikuti aturan. Adapun penjelasan tentang fisik motorik dibagi menjadi 3 (tiga) bagian, yaitu: motorik kasar, motorik halus, serta kesehatan dan perilaku keselamatan. Dalam kaitannya dengan pembahasan peneliti, maka yang dimaksud dengan motorik kasar adalah kemampuan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar dan bahkan seluruh bagian tubuh.

Adapun Manfaat senam yang dilakukan dengan cara yang benar dan teratur dalam jangka waktu yang cukup memungkinkan untuk, menciptakan suasana menyenangkan selama pelajaran dan peningkatan keadaan emosional, dapat menciptakan sebuah rangsangan optimal untuk sistem syaraf yang bermanfaat bagi proses pendidikan, merangsang anak untuk bergerak, mendorong keadaan relaksasi dan ketenangan, memfasilitasi kinerja ritmis gerakan, memudahkan internalisasi kemampuan motorik dan kemampuan khusus untuk

senam, memberikan kontribusi untuk pengembangan memori dan perhatian distributif.

Senam irama merupakan aktivitas gerak yang menggunakan irama yang membentuk pola gerak langkah serta olah tubuh yang dibentuk dengan cara sedemikian rupa sehingga nantinya akan menghasilkan suatu keindahan gerak yang beraturan yang muncul dari gerakan yang satu ke gerakan yang lainnya.

Senam tanpa irama merupakan senam yang menggunakan pergerakan tubuh dengan sambil menghitung 1 sampai 8. Kamtini (2014:50) Meskipun senam tersebut tidak menggunakan music namun tetap menciptakan rasa yang menyenangkan bagi anak usia dini. perlunya perancangan yang baik dalam menciptakan senam bagi anak usia dini. gerakan yang bersifat menyenangkan, dekat dengan anak atau diketahui oleh anak, akan menciptakan perasaan semangat bagi anak. serta didukung dengan gerakan yang tidak terlalu rumit dan mudah diikuti anak akan menjadi kegiatan yang menyenangkan bagi anak dan dapat mengasah perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Setiap anak memiliki kemampuan perkembangan yang berbeda-beda. Guru maupun pendidik harus memberikan peluang dan mengenal perkembangan kemampuan pada anak sehingga dapat mengembangkan motorik kasar anak sesuai umur dan perkembangannya. Dalam mengembangkan motorik kasar anak secara optimal, maka perlu dilakukannya kegiatan senam yang secara terus-menerus dan berkelanjutan, tidak dapat di ajarkan secara instan. Maksudnya, bahwa perkembangan motorik kasar anak tidak dapat ditumbuhkan secara sekejap melainkan dibutuhkan waktu untuk berproses secara alamiah. Perkembangan motorik kasar anak usia dini dapat dikembangkan melalui senam. senam berguna untuk menggambarkan kegiatan pembelajaran senam secara jelas, dan guru lebih kreatif dalam mencari gerakan agar kegiatan tersebut dapat berjalan dengan menyenangkan. Oleh karena itu seorang guru harus memiliki pengetahuan yang luas mengenai perkembangan motorik anak agar dapat melihat kelenturan, keseimbangan, keluwesan dan ketepatan dalam kegiatan senam. Sehingga anak bersemangat untuk mengikuti kegiatan yang berlangsung serta dapat tercapai tujuan kegiatan secara maksimal.

3. METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif (eksperimen), yaitu *only-post test control grup desain*. Peneliti mendeskripsikan bagaimana pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Fastabiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat T.A 2016/2017

3.2. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitian merupakan penelitian populasi (Suharsimi Arikunto, 2010: 173). Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 5-6 tahun yang berada di RA Fastabiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat T.A 2016/2017 yaitu kelas B1 (25) Dan B2 (25).

Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti berpedoman kepada Arikunto (2008:12), yang mengemukakan bahwa apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. teknik pengambilan sampel dilakukan dengan random sampling yaitu dengan memilih sampel dengan cara acak. Cara yang dilakukan yaitu dengan memasukkan 2 sobekan kertas yang bertuliskan B1, B2. Kedalam botol dan kemudian kertas yang didalam botol dikocok dan dikeluarkan dengan ketentuan “jika salah satu dari kelas yang telah dituliskan sebelumnya keluar, maka kelas tersebut diterapkan sebagai kelas eksperimen dan jika kertas kedua keluar dengan tulisan yang tertera maka kelas tersebut dinyatakan sebagai kelas kontrol. Dari pemilihan sampel seluruh anak usia 5-6 tahun di RA. Fastabiqul khairat PTPN II kabupaten langkat T.A 2016/2017, terpilih 2 kelas yang menjadi sampel penelitian yaitu kelas eksperimen (kelas B1) yang berjumlah 25 orang anak yaitu kelas yang diberikan senam menggunakan musik dan kelas kontrol (kelas B2) berjumlah 25 orang anak yaitu kelas yang diberikan senam tanpa irama.

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah non tes, Dimiyati (2013: 99) menyatakan bahwa observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa

yang akan diamati, kapan pelaksanaannya, di mana tempatnya, dan siapa subjek yang akan diamati.

Untuk mempermudah pengamatan maka peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa lembar observasi. Lembar pedoman observasi berisi sebuah daftar jenis kegiatan atau perilaku yang mungkin timbul dan akan diamati. Dalam proses observasi, observer hanya memberikan tanda cek list (\surd) pada kolom sesuai skor yang didapat melalui pedoman observasi yang dibuat. Dari hasil observasi yang dilakukan maka akan diperoleh data tentang perkembangan motorik kasar anak melalui senam dengan irama dan senam tanpa irama di RA Fastabiqul khairat PTPN II kabupaten langkat T.A 2016/2017.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument penelitian non tes yaitu observasi terstruktur tentang perkembangan motorik kasar anak. Instrument penelitian ini menggunakan panduan observasi.

Penelitian ini dilaksanakan di RA Fastabiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat. Di Perkebunan Emplasmen Sawit Seberang. Waktu Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei & Juni 2017

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data dalam Penelitian ini dikumpulkan dengan teknik observasi. Pedoman observasi telah dirancang sedemikian rupa sehingga dapat digunakan untuk menjaring data perkembangan motorik kasar anak. untuk mengetahui perkembangan motorik kasar anak pada kelas eksperimen (dilakukan kegiatan senam dengan irama) dan perkembangan motorik kasar anak pada kelas kontrol (dilakukan kegiatan senam dengan tanpa irama).

Pada proses memperoleh hasil analisis, sebelum memberikan perlakuan yang berbeda kepada kelas sampel yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol tidak ada perbedaan antara anak kelas kontrol dengan kelas eksperimen. Akan tetapi setelah diberikan perlakuan yang berbeda pada kelas eksperimen dan kelas kontrol, maka terdapat hasil yang signifikan dari pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, maka hasil uji t yang diperoleh H_0 di tolak dan H_a diterima.

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh skor rata-rata dalam perkembangan motorik kasar anak pada kelas eksperimen dan kelas kontrol, dengan nilai rata-rata kelas eksperimen **3,36** dan nilai rata-rata dikelas kontrol **2,67**.

Dari hasil observasi akhir kedua sampel tersebut diperoleh selisih sebesar 0,69 dari data yang diperoleh tersebut terdapat perbedaan yang signifikan antara perkembangan motorik kasar pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Hal ini disebabkan karena adanya perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun sangat baik karena dalam mengembangkan motorik kasar anak akan diajarkan dengan cara yang menyenangkan yaitu melalui kegiatan senam dan anak dilatih secara bertahap dimulai dari yang mudah hingga yang sulit.

Senam yang digunakan yaitu dengan menggunakan irama. Konsep senam yang dimaksud yaitu, senam yang dengan irama musik, yang menggunakan alat yang terdiri dari DVD, Speaker dan CD. Dalam kegiatan Senam ini anak akan lebih mengenali, memahami gerakan dalam senam, dan mengerti konsep senam. Anak melakukan gerakan pemanasan dengan rangkaian gerakan pemanasan kemudian masuk kedalam gerakan kedua yaitu inti (dengan rangkaian gerakan inti), lalu pemanasan setelah melakukan senam.

Dengan demikian senam irama ternyata cukup memuaskan anak pada kelas eksperimen dibandingkan di kelas control. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di RA.Fastabiqul Khairat PTPN II Kab. Langkat dapat dinyatakan bahwa senam irama dapat mengembangkan motorik kasar anak dan dalam numbuhkan semangat pada anak

5. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu: kegiatan yang mengembangkan perkembangan motorik kasar seperti anak melakukan kegiatan menggerakkan tubuh dalam senam yang merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan karena menggunakan irama musik dan kegiatan dilakukan diluar ruangan. Sehingga ada pengaruh antara senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA.Fastabiqul Khairat PTPN II Kab Langkat T.A 2016/2017.

Hasil nilai uji hipotesis terbukti bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,216 > 1,689$). Hal tersebut sesuai dengan hipotesis H_0 di tolak dan H_a di terima, sehingga dapat dinyatakan “ ada pengaruh yang signifikan antara senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA.Fastabiqul Khairat PTPN II Kab.Langkat, T.A 2016/2017

6. DAFTAR PUSTAKA

- Allen, K.E. dan Marotz, L.R, 2010. *Profil Perkembangan Anak Prakelahiran Hingga Usia 12 Tahun*. Indeks
- Arikunto,Suharsimi,2010.*Metode Penelitian Kualitatif dan kuantitatif* . Jakarta: Bumi Aksara
- Fajriani, 2010. *Senam Alat*. Bogor: Duta Grafika
- Hadziq, Khairul, 2014. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung: Yrama Widya
- Hurlock. 1978. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Kamtini.2014. *Motorik Kasar Anak Usia Dini*. Medan: Media Persada
- Lestari Sri.2012. *Aktivitas Cerdas Pengisi Kegiatan PAUD*. Jakarta: PLATINUM
- Mukholid Agus.2013 *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*.Surabaya:Yudhistira
- Mbenxxcaem.blogspot.co.id/2011/09/blog-post_23.html?m=1 (di akses pada 18 april 2017, pukul 22:39 WIB)
- Pendidikanjasmani13.blogspot.co.id/2012/05/pengertian-senam.html?m=1 (di akses pada 19 april 2017, pukul 22:36 WIB)
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini

Sugiyono. 2013.*Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif Kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.Bandung

Sudjana, Nana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito

Susanto, Ahmad, 2014. *Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Walpaperhd99.blogsport.co.id/2015/11/gerakan-senam-irama-langkahmengayun.html?m=1 (di akses pada 19 april 2017, pukul 12:39 WIB)

Wiyani, N.A, 2014 *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini Panduan bagi Orang Tua dan Pendidik PAUD dalam Memahami Serta Mendidik Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Penerbit GavaMdi