



Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

Usman¹, Hasmawaty², Sadaruddin³, Nasaruddin⁴, Syamsuardi⁵

¹ STAI Al-Ghazali Bulukumba

² Universitas Megarezky Makassar

^{3,5} Universitas Islam Makassar

⁴ Universitas Negeri Makassar

Email: usmancamming@gmail.com; hasmawaty@unimerz.ac.id;
sadaruddin.dty@uim-makassar.ac.id; syamsuardi@unm.ac.id;
nasaruddinpaud@gmail.com

Abstrak: Anak didik yang memiliki kemampuan motorik yang baik akan memiliki kepercayaan diri dalam interaksi sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak didik dengan kegiatan senam irama. Sampel menggunakan sampel jenuh yaitu mengambil seluruh populasi anak didik di kelompok B TK Taman Paud Doa Ibu yang berjumlah 30 anak didik. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial parametrik dengan uji independen sampel t test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 5-6 tahun pada indikator kemampuan anak dalam melakukan gerakan kepala, badan, tangan dan kaki, yang dilakukan secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan. gerakan serta melenturkan sendi dan ototnya, mengkoordinasikan lengan dan kaki.

Kata Kunci : Senam irama, keterampilan, motorik kasar

1. Pendahuluan

Masa usia dini merupakan periode keemasan (*golden age*) bagi perkembangan anak untuk memperoleh proses pendidikan. Masa ini merupakan tahun-tahun berharga bagi seorang anak untuk mengenali berbagai macam fakta yang ada di lingkungannya. Sejalan dengan pendapat (Elizabeth B Hurlock, 1978), yang mempertegas bahwa pada masa tersebut anak mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya. Salah satu cara untuk mengoptimalkan aspek perkembangan anak yaitu melalui pendidikan anak di Taman Kanak-kanak, pada aspek pengembangan fisik motorik. Perkembangan fisik berkaitan erat dengan perkembangan keterampilan motorik. Motorik adalah semua gerakan yang mungkin didapatkan oleh seluruh tubuh, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh (Sujiono, 2008).

Kegiatan pengembangan fisik motorik mencakup kegiatan yang mengarah pada kegiatan untuk melatih motorik kasar yang terdiri atas gerakan berjalan, berlari, melompat, senam, keterampilan dengan bola, keterampilan menggunakan peralatan, menari, latihan ritmik dengan gerak gabungan. Kemampuan motorik kasar merupakan



kemampuan dasar yang perlu dikembangkan pada pendidikan anak usia dini. Melalui perkembangan motorik kasar anak dapat menggerakkan tangan dan kaki dalam rangka keseimbangan, kekuatan, koordinasi dan melatih keberanian (Gallahue, D. L., & Donnelly, 2007). Sebagaimana dikatakan (Sumantri, 2005), bahwa prinsip perkembangan fisik motorik anak usia dini yang normal adalah terjadinya perubahan baik fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya.

Pada hasil obesrvasi yang dilakukan bahwa proses pembelajaran motorik kasar anak didik hanya bersifat monoton seperti jalan ditempat, memantulkan bola, merentangkan tangan dan melompat mundur kebelakang, dan lain sebagainya. Kegiatan tersebut dilakukan tanpa menggunakan media pembelajaran seperti musik, sehingga anak tidak bergairah dalam melakukan kegiatan motorik kasar.

Pada kenyataanya beberapa masalah yang muncul saat anak melakukan kegiatan yang berkaitan dengan motorik kasar dapat dijelaskan sebagai berikut : Pada indikator 1) melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang, dan lincah dalam kegiatan senam yaitu 8 anak dari 15 anak belum mampu. Pada keterampilan melompati tali setinggi lutut juga masih rendah, kebanyakan anak belum menekukkan lutut secara maksimal pada saat melompati tali, akibatnya kaki masih menyentuh tali. 2) kegiatan tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur dalam senam masih kurang. Melihat kenyataan yang ada keterampilan motorik kasar anak kelompok B pada komponen kelentukan dan koordinasinya masih rendah.

Salah satu dampak yang disebabkan oleh ketidakmampuan anak dalam melakukan aktivitas fisik motorik khususnya motorik kasar yaitu kurang percaya diri bahkan menimbulkan konsep diri negatif dalam diri anak. Hal ini bertentangan dengan program pengembangan keterampilan motorik yang baik. Karakteristik program pengembangan keterampilan motorik menurut (Sumantri, 2005), adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas belajar yang bermakna dan sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Maka untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, dapat distimulasi melalui kegiatan senam. Senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh. Jadi fokusnya adalah tubuh, bukan alatnya, bukan pula pola-pola gerakanya, karena gerak apapun yang digunakan, tujuan utamanya adalah pengembangan kualitas terhadap fisik serta penguasaan pengontrolannya. Sedangkan senam yang di maksud adalah senam yang di modifikasikan dari salah satu kelompok senam yaitu senam irama/ritmik, hal tersebut dikarenakan bahwa senam ritmik adalah gerakan yang dilakukan dengan iringan musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.

Keterampilan motorik merupakan proses belajar, tujuan dan tugas gerakan sukarela, atau tindakan dari satu atau lebih bagian tubuh. Informasi penting mengenai keterampilan motorik adalah aktivitas yang membutuhkan gerakan beberapa bagian atau seluruh tubuh (tubuh, anggota tubuh tertentu dan gerakan kepala) dan gerakan



ini mempunyai tujuan tertentu. Gerakan refleks tidak termasuk dalam keterampilan motorik. Berbeda dengan gerakan yang secara alami (merangkak, memanjat) pada bayi termasuk bagian dari perkembangan motorik (Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, 2019).

Keterampilan motorik merupakan kemampuan seseorang yang berkaitan dengan kinerja dalam melakukan aktivitas beraneka ragam yang didapatkannya sejak usia kanak-kanak. Kemampuan yang dimilikinya ini akan menjadi pondasi untuk melakukan berbagai tugas fisik. Kemampuan melakukan sesuatu dipelajari melalui berbagai praktek dan sangat bergantung pada kemampuan yang mendasarinya, seperti keseimbangan (Sage, 1984). Meskipun dalam konteks gerakan, dibagi atas gerakan kasar dan gerakan halus, sehingga keduanya dapat dipelajari secara parsial.

Perkembangan motorik sebagai akumulasi kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak (Elizabeth Bergner Hurlock, 1798). Gerakan motorik kasar melibatkan otot-otot besar (Gallahue, D. L., & Donnelly, 2007). Sebagian besar keterampilan olahraga diklasifikasikan sebagai motorik kasar, kecuali menembak, memanah dan beberapa gerakan lainnya. Termasuk keterampilan motorik kasar yaitu gerakan bersama terorganisir seperti berjalan, berlari, melempar, melompat, memanjat, dan menangkap (Sutapa, P., & Suharjana, 2019).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar adalah kemampuan anak dalam melakukan aktivitas yang melibatkan otot besar yakni gerakan kepala, badan, tangan dan kaki, secara teratur dan terkoordinasi, serta kemampuan anak dalam menirukan berbagai gerakan-gerakan tertentu. Motorik kasar yang berkembang secara baik memberi banyak manfaat, yakni memberi kemampuan kepada anak untuk dapat menguasai gerakan yang tergolong dalam gerakan yang sulit dilakukan oleh orang. Selain itu, memberi kemampuan fisik yang lebih mumpuni seperti tidak mudah lelah dalam melakukan aktifitas (Frith & Loprinzi, 2019), baik dalam aktifitas fisik dalam bertanding maupun latihan pada olahragawan. Penguasaan gerak motorik kasar anak usia dini sangat mutlak diberikan karena akan menjadi pondasi dalam pencapaian prestasi dimasa mendatang.

Stimulasi motorik kasar yang baik dan benar dapat mengantarkan anak mencapai perkembangan yang optimal. Satu aspek perkembangan yang distimulasi dengan benar dapat mempengaruhi perkembangan aspek lain dalam diri anak. Pendidik perlu menyediakan berbagai macam kegiatan yang menarik minat anak sehingga mereka tidak terasa sedang dirangsang perkembangannya. Melalui berbagai macam permainan baik yang menggunakan atau tidak menggunakan alat, motorik kasar anak dapat distimulasi dengan beragam kegiatan.

Senam irama adalah koordinasi gerak antara anggota badan dengan alunan irama (Erick Burhaein, 2017; Ramadhani, 2018). Pembelajaran senam irama dapat



membantu anak dalam memenuhi keinginan untuk bergerak, mengembangkan kebugaran dan kesehatan jasmani, selain itu juga dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai jenis keterampilan gerak dasar yang berorientasi pada proses, dan sebagai pengayaan berbagai macam keterampilan gerak dasar.

Senam irama khusus diciptakan untuk anak-anak yang masih berada ditingkat Taman Kanak-Kanak dan Sekolah Dasar dari kelas satu sampai kelas tiga. Melalui senam irama ceria diharapkan generasi penerus bangsa menjadi sehat, tangguh, ceria dan kreatif. Manfaat senam ceria banyak, yaitu mempunyai manfaat fisik, emosi, sosial dan intelektual

2. Metode

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design* didasarkan pada (Sugiyono, 2010), yang melibatkan dua kelompok yaitu satu kelompok sebagai kelompok kontrol dan satu sebagai kelompok eksperimen yang dipilih secara random kemudian diberikan *pretest* untuk mengetahui keadaan awal. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah anak didik Taman kanak-kanak Pelangi Bontoraja Kabupaten Bulukumba yang berjumlah 30 orang anak didik, dengan jumlah siswa kelas kontrol sebanyak 15 orang dan jumlah siswa kelas eksperimen sebanyak 15 orang. Penarikan sampel menggunakan metode sampel jenuh semua anggota populasi dijadikan sampel karena jumlah populasi yang tidak terlalu banyak dan memungkinkan peneliti untuk menjangkaunya dan sesuai dengan kebutuhan penelitian yang mencakup 2 kelas. Instrumen pengukuran yang digunakan dalam penelitian meliputi lembar observasi kemampuan motorik kasar dan dokumentasi.

Untuk mengetahui kemampuan motorik kasar anak digunakan penilaian unjuk kerja dan dilakukan observasi. Lembar observasi terdiri dari lembar observasi anak didik. Lembar observasi ini digunakan untuk mengukur atau menilai proses kegiatan senam irama, yaitu gambaran pelaksanaan penggunaan senam irama dan kemampuan motorik kasar anak selama pelaksanaan kegiatan. Pengisian lembar observasi ini dilakukan dengan cara memberikan tanda cek list (√) pada kolom nilai pengamatan observasi. Observasi dalam penelitian ini hasil pengamatannya diberi nilai atau disediakan nilai dengan angka 0-100 yang bermakna sebagai skala nilai. Dalam menentukan keberhasilan pelaksanaan pembelajaran dalam penelitian digunakan penilaian hasil belajar penelitian. Aspek yang dinilai dalam penelitian ini adalah kemampuan anak dalam melakukan melakukan gerakan kepala, badan, tangan dan kaki, yang dilakukan secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan. Hal tersebut dapat dilihat pada data hasil observasi kemampuan anak dalam melakukan koordinasi gerakan serta melenturkan sendi dan ototnya, mengkoordinasikan lengan dan kaki. Data yang diperoleh dari sampel penelitian berupa data kuantitatif. Data tersebut dianalisis dengan statistik deskriptif dan teknik analisis statistik inferensial. Pengujian komparasi menggunakan independen sampel t-test digunakan jika data diperoleh dari dua kelompok yang berbeda (*independent*) dan pastinya data berdistribusi normal.



3. Hasil dan Diskusi

Untuk mengetahui pengaruh kegiatan senam ceria terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak didik dilakukan dengan mempergunakan lembar observasi yang berisikan skor dengan 4 kategori yang bisa dicapai oleh anak didik pada dengan indikator kemampuan anak didik melakukan gerakan mata, tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan uji statistik parametrik untuk uji t dengan analisis data independent sampel t test yaitu analisis data untuk membandingkan nilai rata-rata dari dua data yang saling indenpent atau tidak berhubungan, untuk melihat perbedaan pengaruh kegiatan senam ceria sebelum pelaksanaan kegiatan dan sesudah pelaksanaan kegiatan pada kelas kontrol dan eskperimen.

Sebelum melakukan uji hipotesis untuk menentukan apakah ada perbedaan sebelum dan sesudah terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat sebagai langkah awal dalam penggunaan statistik parametrik yaitu normalitas data, dan uji homogenitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau data yang tidak terdistribusi normal. Uji normalitas independent sample t test menggunakan statistik Shapiro-Wilk, yang dikategorikan normal jika $Sig > 0,05$. Berdasarkan hasil uji normalitas untuk kelas eksperimen, diperoleh 0,151, dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal, karena $Sig.0,151 > 0,05$. Pada kelas kontrol diperoleh $Sig.0,571$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal, karena $Sig.0,200 > 0,571$.

Tabel. 1 Hasil uji normalitas data post test kelas eksperimen dan control

Kelompok	Sig. (2-tailed)	Kesimpulan
Eksperimen	0,151	Normal
Kontrol	0,571	Normal

Uji homogenitas varians adalah uji untuk mengetahui apakah data yang diteliti berasal dari varians yang homogen atau tidak homogen, kriteria pengujian homogenitas, yaitu jika $Sig > 0,05$, maka varians kelas kontrol dan eksperimen dinyatakan berasal dari varians yang homogen. Berasal hasil perhitungan pada uji homogenitas diperoleh nilai $Sig.0,978$, sehingga dapat disimpulkan bahwa kelas kontrol dan kelas eksperimen berasal dari populasi yang homogen, karena $Sig.0,978 > 0,05$.

Tabel. 2 Hasil Test of Homogeneity of Variances post test kelas eksperimen dan kontrol

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.039	1	28	.317

Setelah dilakukan uji prasyarat untuk analisis statistik parametrik dan memenuhi persyaratan maka dilanjutkan dengan uji hipotesis. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata pada kelas control dan eksperimen terhadap peningkatan kemampuan motorik



kasar anak didik dilakukan dengan melakukan uji t independent sampel t test. Hasil uji t test dapat dilihat pada table dibawah ini

Tabel. 3 Hasil uji hipotesis independent sample t test perbedaan kemampuan motorik kasar anak didik kelas kontrol dan eksperimen

Aspek perkembangan	Jumlah	Nilai t_{hitung}	Nilai t_{tabel}	Sig.	Kesimpulan
Motorik kasar	30	4,458	2,048	0,00	H_0 ditolak/ H_1 diterima

Dari tabel 4.19 hasil perhitungan kemampuan motorik kasar $t_{hitung} = 4,458$ dan hasil nilai $t_{tabel} = 2,048$. Dari data tersebut terlihat $t_{hitung}(4,458) > t_{tabel} (2,048)$. hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, dengan nilai $Sig. 0,00 < 0,05$, dan ada perbedaan rata-rata antara kegiatan eksperimen dengan nilai mean 84.20 dan kelas kontrol dengan nilai mean 79.53. Sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji independent sample t test dapat di simpulkan bahwa secara signifikan ada perbedaan pengaruh penerapan kegiatan senam ceria terhadap kemampuan motorik kasar anak didik Taman kanak-kanak kelompok B Pelangi Bontoraja Kabupaten Bulukumba.

Dengan demikian, dari semua hasil uji statistik yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam ceria berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak didik, dengan memiliki data rata-rata mean yang berbeda dimana nilai mean kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan nilai mean kelas control serta nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Sehingga kegiatan senam ceria berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak.

Pentingnya perkembangan motorik kasar pada anak dikarenakan bahwa perkembangan motorik kasar ini akan berkaitan atau berdampak pada perkembangan anak ke depannya. Motorik kasar yang tidak sempurna akan berimplikasi pada tindakan sosial yang kurang percaya diri yang pada akhirnya menyebabkan anak merasa minder dan rendah diri dengan teman sebayanya. Bila hal ini terus berlanjut maka akan terjadi ketidakstabilan emosional pada anak yang dikarenakan dari rasa rendah diri yang dialami oleh anak. Kemampuan motorik kasar anak usia dini memiliki peran penting bagi perkembangan pribadi secara keseluruhan. Kemampuan motorik kasar ini dapat dikembangkan melalui beberapa cara, salah satunya menggunakan gerakan senam. (Ulfah, Dimiyati, and Putra 2021)

Keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja tetapi harus dipelajari. Pendidik perlu mengetahui kebutuhan setiap anak untuk mengembangkan otot-otot besar dan kecilnya pada setiap tingkatan usia. Artinya pendidik memerlukan peralatan yang baik, namun yang lebih penting lagi adalah sikap yang baik pada tingkatan anak dengan membiarkan anak mengetahui sesuatu dan mencoba berbagai aktivitas motorik kasar dan halus yang sesuai dengan tingkatan usianya. Dengan kegiatan senam ceria akan memberikan kesempatan kepada anak didik dalam



mengembangkan motorik kasar secara terprogram melalui kegiatan yang dirancang secara khusus (Iswatiningrum and Sutapa 2022)

Senam ceria merupakan kegiatan yang melibatkan anak pada kegiatan pergerakan secara lokomotor dan non lokomotor yang sengaja dirancang dalam sebuah gerakan yang terstruktur dan sistematis yang berisikan gerakan sederhana yang dan mudah dilakukan oleh anak. Gerakan senam ceria merupakan Gerakan yang sangat mudah dilakukan oleh anak TK karena dapat disesuaikan dengan kemampuan anak didik. Dari hasil penelitian menunjukkan bawah tingkat kemampuan anak didik dalam melakukan gerakan motorik kasar mengalami peningkatan sebelum pelaksanaan kegiatan senam ceria dan setelah peningkatan senam ceria. Dari hasil kegiatan menunjukkan bahwa dari 5 anak didik berada dalam kategori berkembang sesuai harapan dan 10 anak didik berada dalam kategori berkembang sangat baik dari gambaran ini menunjukkan bahwa kegiatan senam ceria dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak didik pada indikator kemampuan anak didik melakukan gerakan kepala, badan, tangan dan kaki secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan. Hal sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuryanti and Ismail 2018) yang menyimpulkan bahwa senam irama sangat berperan pada pengembangan motorik kasar anak didik gerakan yang disertai dengan irama membuat anak didik menjadi lebih bersemangat untuk melakukan gerakan. Lebih khusus gerakan senam irama dapat mengembangkan aspek motorik anak meliputi kelenturan, keseimbangan, keluwesan, fleksibilitas, kontinuitas, dan ketetapan dengan irama.

Senam irama guru memberikan contoh gerakan senam kepada anak terdiri dari tiga latihan yaitu latihan pemanasan terdiri dari sembilan gerakan, latihan inti terdiri dari enam gerakan, dan latihan pendinginan terdiri dari tujuh gerakan. Setiap gerakan terdiri dari 2 x 8 dan 1x8 hitungan. Senam irama ceria ini berdurasi 12 menit. Latihan pemanasan terdiri dari latihan: jalan di tempat, leher, bahu (mengayun kedua lengan), bahu (mengangkat lengan), sisi badan dan paha, bahu (putaran satu bahu), bahu (putaran 2 bahu), lengan dan kaki (mengayunkan lengan ke samping kanan dan kiri), otot bisep (satu lengan, dua lengan dan kaki). Latihan inti terdiri dari latihan: Lengan dan paha, pinggang (lengan dan kaki) bahu, lengan dan kaki, pinggang kaki dan tangan, lengan dan kaki, paha dan lengan. Terakhir yaitu latihan pendinginan terdiri dari tujuh latihan yaitu: lengan dan paha, sisi badan, leher, paha. otot trisep (lengan kanan dan kiri), paha dan tangan, pernafasan Setyaningrum (2013).

Senam irama dapat diartikan sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama. Perlunya pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam irama adalah untuk membantu anak dalam memenuhi hasrat dalam bergerak, kemudian sebagai wahana mengembangkan kebugaran jasmani anak, selain itu juga dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai jenis keterampilan gerak dasar yang berorientasi pada proses, dan sebagai pengayaan berbagai macam keterampilan gerak dasar



Pembahasan mengenai hasil kemampuan motorik kasar anak usia dini sebelum diberikan perlakuan kegiatan senam ceria menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki kemampuan awal yang tidak berbeda secara signifikan. Hasil pretest dari kedua kelompok tersebut memiliki nilai rata-rata yang kecil dimana, pada kelompok eksperimen dengan kategori Belum Bekembang (BB) terdapat 12 anak didik dengan presentase 80.0% dan pada kategori Mulai Bekembang (MB) terdapat 3 anak didik dengan presentase 20.0%. Sedangkan kemampuan motorik kasar anak sebelum diberikan perlakuan (pretest) pada kelompok kontrol pada kategori Belum Bekembang (BB) terdapat 12 anak didik dengan presentase 80.0% dan pada kategori Mulai Bekembang (MB) terdapat 3 anak didik dengan presentase 20.0%. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum mengikuti pembelajaran rendah dan memiliki nilai yang homogen.

Setelah diberikan perlakuan kegiatan senam ceria, kemampuan motorik kasar anak didik mengalami peningkatan. Dimana pada kelompok eksperimen berada dalam kategori Bekembang Sangat Baik (BSB) terdapat 5 anak didik dengan persentase 33.3% dan pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) terdapat 10 anak didik dengan nilai persentase 66.7%. Sedangkan pada kelompok kontrol pada kategori Bekembang Sangat Baik (BSB) terdapat 8 anak didik dengan persentase 53.3% dan pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH) terdapat 7 anak didik dengan nilai persentase 46.7%.

Berdasarkan hasil tersebut Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang pesat dibandingkan pada saat pretest. Rendahnya hasil belajar siswa pada kelompok kontrol ini disebabkan kurang tepatnya pemilihan metode pembelajaran yang digunakan untuk mengembangkan motorik kasar anak didik yang masih bersifat konvensional atau kegiatan yang hanya rutinitas yang kurang memotivasi anak didik dalam melakukan kegiatan aktivitas gerak.

Berdasarkan dari data hasil penelitian perbedaan kemampuan motorik kasar anak didik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu, nilai pada kemampuan motorik kasar thitung = 4.458 > ttabel = 2.048. Hal ini menunjukkan bahwa H₀ ditolak H₁ diterima dengan nilai Sig. 0.00 < 0.05 dan terdapat perbedaan nilai rata-rata antara kegiatan eksperimen dengan nilai mean 82.20 dan kelompok kontrol dengan nilai mean 79.53, yang berarti bahwa terdapat pengaruh penerapan kegiatan senam ceria terhadap kemampuan motorik kasar anak didik di Taman Kanak-Kanak kelompok B Pelangi Bontoraja Kabupaten Bulukumba.

Belajar adalah proses yang melibatkan kematangan dan pengalaman. Tidak semua anak yang masuk ke sekolah memiliki tingkat kematangan yang sama. Peran orang tua dan guru memberikan pengaruh terhadap kematangan anak melalui pemberian stimulasi yang tepat. Hasil penelitian (Hasmawaty, 2020) menyatakan bahwa unsur utama yang berperan penting dalam stimulasi perkembangan motorik anak adalah guru dan orangtua. Guru memberikan stimulasi berupa kegiatan yang melibatkan otot-otot kasar anak di sekolah sedangkan di rumah orangtua menstimulasi dengan kegiatan yang dapat dilakukan anak sehari-hari. Anak yang memiliki kemampuan



motorik kasar yang baik, akan memiliki perkembangan mental yang baik pula karena anak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga rasa percaya dirinya akan terus dan akan berpengaruh positif pada kemampuan motorik kognitifnya. Pembelajaran motorik melibatkan pembentukan dan penyempurnaan kepekaan sensorik anak melalui gerakan. Kemampuan visual, pendengaran dan sentuhan juga dapat diperkuat dengan gerakan dalam aktivitas tertentu.

Gerakan motorik merupakan dasar dan fondasi yang kuat dalam mendukung kegiatan belajar, bermain, bersosialisasi, dan juga menjadi salah satu bentuk untuk membangun kepercayaan diri anak. Keterampilan motorik ini berguna bagi anak dan menjadi *basic* yang baik untuk perkembangan kognitif anak. Pada saat anak memasuki usia sekolah, mereka akan menjalankan kegiatan di sekolah dengan performa yang baik apabila fondasi fisiknya juga kuat. Hal tersebut juga berdampak besar pada keberhasilan akademik mereka nantinya. Sehingga dengan kemampuan motorik yang baik akan memudahkan mobilitas anak dan memupukn rasa percaya diri sehingga dapat berdampak pada prestasi (Mahfud et al., 2020).

Hasil penelitian (Ulfah & Putra, 2021), bahwa Pada masa usia dini, stimulasi yang paling baik diberikan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik kepada anak salah satunya yaitu melalui senam irama karena anak-anak sangat suka bergerak apalagi diikuti dengan irama musik dan lagu yang semangat dan riang gembira akan dapat mengekspresikan dirinya.

4. Simpulan

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 5-6 tahun pada indikator kemampuan anak dalam melakukan melakukan gerakan kepala, badan, tangan dan kaki, yang dilakukan secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan. gerakan serta melenturkan sendi dan ototnya, mengkoordinasikan lengan dan kaki.

5. Daftar Rujukan

- Erick Burhaein. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga Untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51–58.
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2007). *Developmental physical education for all children*. Human Kinetics.
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults*. Jones & Bartlett Learning.
- Hasmawaty. (2020). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Di TK Sahabat Anugrah Kabupaten Gowa. *Pendais*, 2(1), 13–34.



- Hurlock, Elizabeth B. (1978). *Child growth and development*. Tata McGraw-Hill Education.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. (1798). *Perkembangan Anak Edisi keenam*.
- Mahfud, I., Fahrizqi, E. B., Olahraga, P., Teknokrat, U., Ratu, L., Bandar, K., Olahraga, P., Teknokrat, U., Ratu, L., & Bandar, K. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Jurnal*, 1, 31–37.
- Ramadhani, P. R. (2018). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sage, G. H. (1984). *Motor Learning and Control A Neuropsychological Approach*. Wm. C. Brown Publishers.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sujiono. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Universitas Terbuka.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Depdiknas.
- Sutapa, P., & Suharjana, S. (2019). Improving Gross Motor Skills by Gross Kinesthetic-and Contemporary-Based Physical Activity in Early Childhood. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 38(2), 540–551. <https://doi.org/10.21831/cp.v38i3.25324>
- Ulfah, A. A., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.993>