

Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Senam Irama Pada Kelompok A RA. Aisyiah 2 Desa Sukamaju Kecamatan Kadudampit Kabupaten Sukabumi

Idah Rosidah¹, Heni Maryani²

¹RA Aisyiyah 2, ²RA Al Falah

Email: idadhr6359@gmail.com¹, henimaryani80@gmail.com²

ABSTRACT

This study aims to enhance the gross motor skills of early childhood through rhythmic gymnastics activities in Group A at RA Aisyiah 2, Sukamaju Village, Kadudampit District, Sukabumi Regency. The research is grounded in the critical importance of gross motor development during early childhood, often referred to as the golden age of growth and development. Optimal gross motor skills are essential for children's physical activities, including adapting to the school environment and interacting with peers. However, initial observations indicated that the gross motor skills of children at RA Aisyiah 2 were still underdeveloped, necessitating targeted interventions. The study employed Classroom Action Research (CAR) using the Kemmis and Taggart model, which consists of four stages: planning, action, observation, and reflection. The subjects were 19 children in Group A at RA Aisyiah 2, comprising 9 boys and 10 girls. Data were collected through observation, interviews, field notes, and documentation. Both qualitative and quantitative data analyses were conducted, with the research success indicator set at an 80% improvement in children's gross motor skills. The findings revealed that rhythmic gymnastics activities were effective in enhancing children's gross motor skills. Rhythmic gymnastics, which involves coordinated movements accompanied by music, improved children's flexibility, balance, and motor coordination. Additionally, the activity created an enjoyable learning atmosphere, increasing children's enthusiasm and active participation. Improvements in gross motor skills were evident in the children's ability to mimic gymnastic movements, such as walking in a straight line, standing on one foot, and performing locomotor movements. In conclusion, rhythmic gymnastics is an effective method for improving gross motor skills in early childhood. Therefore, it is recommended that teachers and early childhood educators consider incorporating rhythmic gymnastics into their teaching strategies to optimize children's gross motor development. This study also contributes to the development of creative and engaging learning methods for early childhood, particularly within the context of Islamic education.

Keywords: gross motor skills, rhythmic gymnastics, early childhood,

ABSTRAK

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan Taggart, yang terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 19 anak kelompok A di RA Aisyiah 2, yang terdiri dari 9 anak laki-laki dan 10 anak perempuan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dan studi dokumentasi. Analisis data dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif, dengan indikator

keberhasilan penelitian adalah peningkatan kemampuan motorik kasar anak mencapai 80%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Senam irama, yang melibatkan gerakan-gerakan terkoordinasi dengan iringan musik, mampu melatih kelenturan, keseimbangan, dan koordinasi gerak anak. Selain itu, kegiatan ini juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, sehingga anak lebih antusias dan aktif dalam mengikuti pembelajaran. Peningkatan kemampuan motorik kasar anak terlihat dari kemampuan mereka dalam meniru gerakan-gerakan senam, seperti berjalan lurus, berdiri dengan satu kaki, dan melakukan gerakan lokomotor lainnya. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa senam irama merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Oleh karena itu, disarankan agar guru dan pendidik anak usia dini mempertimbangkan penggunaan senam irama sebagai salah satu metode pembelajaran untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Penelitian ini juga memberikan kontribusi dalam pengembangan metode pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan bagi anak usia dini, khususnya dalam konteks pendidikan Islam.

Kata kunci: motorik kasar, senam irama, anak usia dini.

Pendahuluan

Anak merupakan amanah dari Allah SWT yang diberikan kepada orang tua, sehingga orang tua wajib menjaga, membimbing, dan mendidik anak sesuai dengan syariat Islam. Pendidikan anak adalah hal yang sangat penting dan tidak boleh diabaikan, karena mengabaikannya dapat membawa dampak buruk baik di dunia maupun di akhirat. Anak usia dini, yaitu anak yang berusia 0-6 tahun, berada pada masa keemasan (golden age) di mana pertumbuhan dan perkembangannya berlangsung sangat pesat. Pada masa ini, anak membutuhkan asupan gizi yang seimbang serta stimulasi yang intensif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya (Sanjaya, 2010).

Salah satu metode efektif dalam mendidik anak adalah melalui keteladanan. Sebagaimana Rasulullah SAW memberikan teladan kepada para sahabat, orang tua dan guru juga harus menjadi contoh yang baik bagi anak. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam QS. Al-Ahzab [33]: 21, yang menyatakan bahwa Rasulullah adalah suri teladan yang baik. Anak usia dini cenderung meniru apa yang dilihat dan didengarnya, sehingga lingkungan sekitar, termasuk orang tua dan guru, harus memberikan contoh yang positif (Arikunto, 2008).

Perkembangan anak usia dini bersifat holistik, mencakup aspek fisik motorik, emosi, kognitif, dan psikososial. Setiap anak memiliki potensi yang unik, meskipun kecerdasannya berbeda-beda. Oleh karena itu, pendidikan yang diberikan harus disesuaikan dengan karakteristik dan kecerdasan masing-masing anak. Optimalisasi perkembangan anak dapat dilakukan dengan menumbuhkan sikap mandiri, percaya diri, dan kepekaan sosial. Tujuan utama pendidikan anak usia dini adalah menciptakan generasi yang sehat, cerdas, ceria, dan berakhlak mulia (Wahyudin & Agustin, 2012).

Pendidikan anak usia dini juga mencerminkan kondisi masyarakat. Keberhasilan pendidikan pada tahap ini akan menentukan kualitas pendidikan pada tahap selanjutnya, seperti remaja dan dewasa. Hal ini sejalan dengan QS. Ar-Rum [30]: 30, yang menekankan

pentingnya menanamkan kebiasaan baik sejak dini agar anak tumbuh sesuai dengan fitrahnya. Kebiasaan yang ditanamkan sejak kecil akan terbawa hingga anak dewasa, sehingga pembiasaan perilaku positif sangat penting dilakukan (Sanjaya, 2010).

Perkembangan motorik anak, terutama motorik kasar, merupakan aspek penting yang memengaruhi kemampuan anak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Anak dengan perkembangan motorik yang baik dapat berinteraksi dengan teman sebayanya, sedangkan anak dengan perkembangan motorik yang kurang akan mengalami kesulitan dalam bersosialisasi. Berdasarkan observasi awal di RA Aisyiah 2, kemampuan motorik kasar anak kelompok A masih rendah, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkannya melalui kegiatan yang menyenangkan dan edukatif, seperti senam irama (Arikunto, 2008).

Senam irama adalah salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Kegiatan ini melibatkan gerakan tubuh yang diiringi musik, sehingga menarik bagi anak usia dini. Selain meningkatkan kesehatan jasmani, senam irama juga membantu perkembangan mental dan spiritual anak. Melalui penelitian tindakan kelas, peneliti berupaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di RA Aisyiah 2 Desa Sukamaju melalui kegiatan senam irama (Wahyudin & Agustin, 2012).

Metode Penelitian

penelitian ini dilaksanakan di RA Aisyiah 2, Desa Sukamaju, Kecamatan Kadudampit, Kabupaten Sukabumi, dengan fokus pada peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama. Subjek penelitian adalah anak kelompok A yang berjumlah 19 orang, terdiri dari 9 laki-laki dan 10 perempuan. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan Taggart, yang meliputi empat tahap: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi (Sanjaya, 2010).

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dan studi dokumentasi. Observasi digunakan untuk memantau perkembangan motorik kasar anak selama kegiatan senam irama, sementara wawancara ditujukan kepada guru untuk memahami hambatan dan upaya yang telah dilakukan. Catatan lapangan mencatat temuan penting selama proses pembelajaran, dan studi dokumentasi meliputi profil sekolah, guru, serta portofolio anak.

Validitas data diuji melalui konsultasi dengan ahli pendidikan anak usia dini, yaitu Bapak Devi Sulaeman, M.Pd., untuk memastikan keajegan instrumen penelitian. Analisis data dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif mendeskripsikan proses pembelajaran, sedangkan data kuantitatif dihitung berdasarkan skor kemampuan motorik kasar anak yang dikonversi ke dalam persentase. Kriteria keberhasilan penelitian ditetapkan jika 80% anak mencapai peningkatan kemampuan motorik kasar.

Prosedur penelitian terdiri dari empat tahap: (1) Perencanaan, meliputi penyusunan skenario pembelajaran dan persiapan instrumen; (2) Pelaksanaan, di mana peneliti bertindak sebagai observer dan pelaksana kegiatan senam irama; (3) Pengamatan, untuk

memantau pelaksanaan tindakan dan mengidentifikasi kendala; serta (4) Refleksi, untuk mengevaluasi hasil dan merencanakan perbaikan pada siklus berikutnya (Arikunto, 2008).

Indikator kinerja penelitian ditetapkan berdasarkan peningkatan kemampuan motorik kasar anak, dengan target minimal 80% anak mencapai kriteria baik. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran motorik kasar anak melalui senam irama.

Hasil dan Diskusi

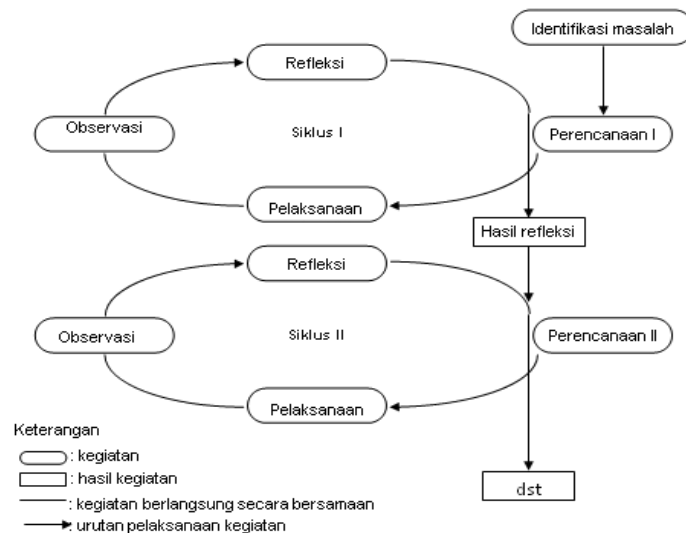
Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok A di RA Aisyiah 2 Sukamaju melalui senam irama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam irama efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Pada tahap pra-siklus, hanya 30% anak yang menunjukkan kemampuan motorik kasar sesuai dengan tahapan usianya. Setelah dilakukan intervensi melalui senam irama pada siklus I, persentase ini meningkat menjadi 50%, dan pada siklus II mencapai 80%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa senam irama dapat menjadi metode yang efektif untuk mengembangkan motorik kasar anak usia dini.

Senam irama dipilih karena gerakannya yang berirama dan menyenangkan, sehingga anak-anak lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Gerakan-gerakan dalam senam irama, seperti melompat, berlari, dan mengayunkan tangan, melatih koordinasi dan kelenturan tubuh anak. Selain itu, penggunaan musik dalam senam irama juga membantu anak memahami ritme dan meningkatkan konsentrasi mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat Samsuddin (2008) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik yang diiringi musik dapat menstimulasi perkembangan motorik kasar anak.

Pada siklus I, beberapa anak masih mengalami kesulitan dalam mengikuti gerakan senam irama, terutama dalam hal koordinasi antara gerakan tangan dan kaki. Namun, setelah dilakukan evaluasi dan perbaikan pada siklus II, anak-anak menunjukkan peningkatan yang signifikan. Mereka mampu melakukan gerakan dengan lebih terkoordinasi dan percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa latihan yang konsisten dan pendekatan yang menyenangkan dapat membantu anak menguasai keterampilan motorik kasar.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa peran guru sangat penting dalam memotivasi anak. Guru tidak hanya memberikan contoh gerakan, tetapi juga memberikan apresiasi dan dorongan kepada anak-anak. Hal ini sesuai dengan teori Hurlock (dalam Wahyudin & Agustin, 2012) yang menyatakan bahwa dukungan dan penguatan positif dari lingkungan dapat memengaruhi perkembangan anak secara signifikan.

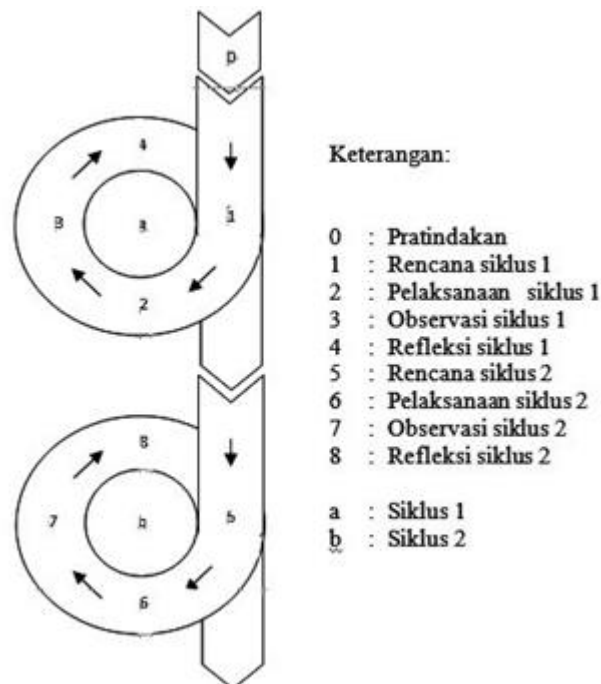
Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa senam irama dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Melalui gerakan-gerakan yang terstruktur dan berirama, anak-anak tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik, tetapi juga belajar untuk bekerja sama dan mengikuti instruksi.



Gambar 2.1

Bagan Alur Penelitian Tindakan Kelas Model Hopkins

Metode dan desain penelitian mengacu pada teori PTK Kemmis dan Taggart yang menggunakan sistem spiral, menurut Kemmis dan Taggart seperti yang dikutip oleh Wina Sanjaya, dikatakan bahwa yang dimaksud istilah PTK adalah suatu bentuk refleksi diri yang dilakukan oleh para partisipan (guru, siswa dan kepala sekolah) dalam situasi-situasi sosial untuk memperbaiki rasionalitas dan kebenaran a) praktik pendidikan yang dilakukan sendiri, b) pengertian mengenai praktik-praktik ini dan c) situasi tempat praktik-praktik.



Bagan Alur Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis dan MC. Taggart

Penelitian Tindakan Kelas merupakan kegiatan siklus yang bersifat menyeluruh dan berulang, dimana setiap siklusnya terdiri dari tahap-tahap perencanaan, penerapan tindakan, pengamatan, dan evaluasi proses hasil evaluasi dan refleksi. Pada saat yang bersamaan kegiatan ini juga disertai dengan kegiatan observasi dan interpretasi serta diikuti dengan kegiatan refleksi. Metode dan desain penelitian mengacu pada teori PTK Kemmis dan Taggart yang menggunakan system spiral.

Model Ebbut. Model ini terdiri dari tiga tingkatan atau daur. Pada tingkat pertama ide awal dikembangkan menjadi langkah tindakan pertama, kemudian tindakan pertama tersebut dimonitor implementasi pengaruhnya terhadap subjek yang diteliti. Semua akibatnya dicatat secara sistematis termasuk keberhasilan dan kegagalan yang terjadi. Catatan monitoring tersebut digunakan sebagai bahan revisi rencana umum tahap kedua.

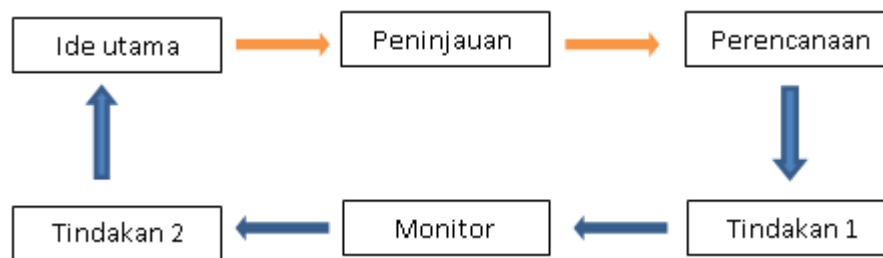
Pada tingkat kedua ini, rencana umum hasil revisi dibuat langkah tindakannya, dilaksanakan, monitoring efek tindakan yang terjadi pada subjek yang diteliti, dokumentasikan efek tindakan tersebut secara detail dan digunakan sebagai bahan untuk masuk ke tingkat ketiga.

Pada tingkatan ini, tindakan seperti yang dilakukan pada tingkat sebelumnya, dilakukan, didokumentasi efek tindakan, kemudian kembali ke tujuan umum penelitian tindakan untuk mengetahui apakah permasalahan yang telah dirumuskan dapat terpecahkan, lihat tabel siklus seperti dibawah ini

Table 2. 1. Siklus Model Ebbut (sukardi.2013.215)

Tingkat 1	Tingkat 2	Tingkat 3
- Ide Awal, identifikasi permasalahan, tujuan dan manfaat	- Revisi rencana umum	- Revisi ide umum - Rencana diperbaiki
- Langkah tindakan	- Langkah tindakan	- Langkah tindakan
- Monitoring efek tindakan	- Monitor efek tindakan sebagai rencana untuk masuk ke tingkatan ketiga	- Monitor efek tindakan sebagaibahan evaluasi tujuan penelitian

Model Elliot. Model ini dikembangkan oleh dua orang sahabat, yaitu Elliot dan Edelman. Mereka mengembangkan dari model kemmis dibuat dengan lebih rinci pada setiap tingkatannya, agar lebih memudahkan dalam tindakannya. Proses yang telah dilaksanakan dalam skema tingkatan tersebut digunakan untuk menyusun laporan penelitian.



Gambar 2.2. Siklus Model Elliot (Sukardi.2013.216)

Dalam penelitian tindakan model Elliot ini, setelah ditemukannya ide dan permasalahan menyangkut dengan peningkatan praktis maka dilakukan tahapan reconnaissance atau peninjauan ke lapangan. Tujuan peninjauan adalah untuk melakukan semacam studi kelayakan untuk mensinkronkan antara ide utama dan perencanaan dengan kondisi lapangan, sehingga diperoleh perencanaan yang lebih efektif dan dibutuhkan subjek yang diteliti (Sukardi.2013.216). Setelah diperoleh perencanaan yang baik dan sesuai dengan keadaan lapangan maka tindakan yang terencana dan sistematis dapat diberikan kepada subjek yang diteliti. Pada akhir tindakan, peneliti melakukan kegiatan monitoring terhadap efek tindakan yang mungkin berupa keberhasilan dan hambatan disertai dengan factor-faktor penyebabnya.

Atas dasar hasil monitoring tersebut, peneliti dapat menggunakannya sebagai bahan perbaikan yang dapat diterapkan pada langkah tindakan kedua dan seterusnya sampai diperoleh informasi atau kesimpulan tentang apakah permasalahan yang telah dirumuskan dapat dipecahkan.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui senam irama. Berdasarkan kajian teoritis dan penelitian relevan, senam irama terbukti efektif dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar anak, seperti koordinasi, kelentukan, dan kekuatan otot. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok A di RA Aisyiah 2 Sukamaju. Penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan kelas (PTK) dengan pendekatan siklus, meliputi perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam irama mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak secara signifikan, terlihat dari peningkatan persentase keterampilan motorik kasar pada setiap siklus. Dengan demikian, senam irama dapat dijadikan sebagai salah satu metode efektif untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Daftar Pustaka

Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2006). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Arsyad, A. (2003). *Media pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Copley, J. V. (2000). *The young child and mathematics*. Washington, D.C.: National Association for the Education of Young Children (NAEYC).
- Hasan, M. (2009). *PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini)*. Yogyakarta: Diva Press.
- Mosley, F., & Meredith, S. (2003). *Membantu putra Anda mempelajari bilangan*. Jakarta: Toribus.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ruseffendi, E. T., & Dkk. (1992). *Pendidikan matematika 3*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sadiman, A. S., Rahardjo, R., Haryono, A., & Rahardjito. (2011). *Media pendidikan: Pengertian, pengembangan, dan pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sanjaya, W. (2010). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Prenada Media.
- Sriningsih. (2009). *Pembelajaran matematika terpadu anak usia dini*. Bandung: Pustaka Sebelas.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Y. N. (2013). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: Indeks.
- Wahyudin, & Agustin, M. (2012). *Penilaian perkembangan anak usia dini*. Bandung: Refika Aditama.
- Wiriaatmadja, R. (2006). *Metode penelitian tindakan kelas: Untuk meningkatkan kinerja guru dan dosen*. Bandung: Rosda.