

**PENGARUH METODE SENAM IRAMA TERHADAP
MOTORIK KASAR ANAK USIA 5- 6 TAHUN DI KB FATIMATUZ
ZAHRA DESA PESAYANGAN KECAMATAN TALANG KABUPATEN
TEGAL**



SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Program Studi

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Oleh :

MARETA DWI FETRIANANINGTYAS

NIM. 1601411030

PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

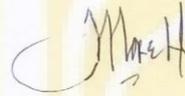
2017

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa isi skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dirujuk dalam skripsi ini dengan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 7 September 2017

Peneliti,



Mareta Dwi Fetriananingtyas

Nim. 1601411030



UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia 5-6 Tahun di TK Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal”, telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan dalam sidang panitia skripsi pada:

Hari : Kamis

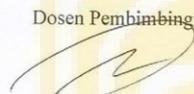
Tanggal : 7 September 2017.

Yang Mengusulkan



Mareta Dwi Fetriananingtyas
NIM.1601411030

Menyetujui,



R. Agustinus Arum E.N.S.Pd.,M.SN.
NIP. 19800828 201012 1 003

Mengetahui,

Ketua Jurusan PGPAUD



Edi Waluyo, M.Pd

NIP. 19790425 200501 1 001

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi
Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Semarang.

Hari : Kamis
Tanggal : 7 September

Panitia Sidang



Ketua
Dr. Sungkoro Edi Mulyono, S.Pd. M.Pd
NIP. 196807042005011001

Sekretaris

Edi Waluyo
NIP. 197904252005011001

Penguji I

Edi Waluyo

NIP. 197904252005011001

Penguji II

Neneng Tasuah, S.Pd. M.Pd
NIP. 197801012006042001

Penguji III/Pembimbing I

Agustinus Arum E.N, S.Pd., M.Pd
NIP. 19800828010121003

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

- ❖ *Melatih gerakan tubuh secara teratur sesuai irama akan menghasilkan kelenturan dan gerakan yang nyata indahny. (Mareta Dwi Fetriananingtyas)*
- ❖ *Orang yang hebat tidak dihasilkan melalui kemudahan, kesenangan, dan ketenangan. Mereka dibentuk melalui kesukaran dan air mata. Ketika mengalami masa yang berat dan merasa ditinggalkan, angkatlah kepala dan tataplah masa depan dan ketahuilah tangah Tuhan sedang bekerja mempersiapkanmu menjadi orang yang luar biasa (Mareta Dwi Fetriananingtyas)*

PERSEMBAHAN:

1. Bapak Santoso dan Ibu Herlina Pratiwi, terima kasih untuk support dan do'a di setiap sujud kalian.
2. Mas Bowo, Mas Arnan, Dek Lambang, kakak adikku tercinta yang selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi.
3. Hamid Faozi, lelaki yang sabar , selalu memberikan nasehat dan semangat.
4. Teman-teman seperjuangan dari mahasiswa PGPAUD FIP UNNES 2011 yang selalu menyemangati, membantu, serta memberi motivasi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah robbil ‘alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Hidayah, Inayah, serta Nikmat-Nya, sehingga penyusunan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal dapat terselesaikan tepat waktu.

Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat dalam menempuh studi Strata 1 dan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan guru pendidikan anak usia dini di Universitas Negeri Semarang. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini penulis selalu mendapat bimbingan, arahan, motivasi, semangat dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
2. Edi Waluyo, M.Pd., Ketua Jurusan PG PAUD dan sebagai pembimbing yang telah memberikan motivasi, membimbing dengan penuh kesabaran dan mengarahkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. R. Agustinus Arum E.N. S.Pd.,M.SN. dosen pembimbing yang telah mendukung, membimbing, memberikan pengarahan dalam menyusun skripsi ini.
4. Segenap dosen Jurusan PG PAUD yang telah menyampaikan ilmunya kepada penulis.
5. Kepala sekolah dan segenap guru KB IT Fatimatuz Zahra yang telah memberikan izin penelitian.

6. Bapak dan ibuku, serta kakak- kakaku yang tidak pernah berhenti mendoakan, menyayangi dan memotivasi lahir dan batin.
7. Saudara- saudara serta kerabat terdekat yang selalu mendoakan dan menyemangati.
8. Teman- teman seperjuangan mahasiswa PGPAUD FIP UNNES 2011 yang selalu membantu, memotivasi dan memberi dukungan
9. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada semua pembaca.

Semarang, 7 September 2017

Penulis,



Mareta Dwi Fetriananingtyas

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

ABSTRAK

Fetriananingtyas, Dwi Mareta. 2017 . *Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal* . Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendiidkan. Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing R. Agustinus Arum E.N S.Pd.,M.SN.

Kata Kunci : Senam Irama, Motorik Kasar, Keseimbangan, Koordinasi, Kelenturan, Kekuatan, Anak Usia 5-6 Tahun.

Kemampuan keseimbangan tubuh, koordinasi anggota tubuh, kelenturan anggota tubuh dan kekuatan anggota tubuh dipengaruhi oleh kemampuan motorik kasar yang dimiliki anak. Pada anak yang duduk di kelas As-Salam di KB Fatimatuz Zahra memiliki kemampuan motorik kasar yang kurang baik sehingga mengalami hambatan pada keseimbangan tubuh, koordinasi anggota tubuh, kelenturan anggota tubuh dan kekuatan anggota tubuh. Diperlukan metode pembelajaran yang menarik untuk anak yang dapat menarik minat anak untuk melatih kemampuan keseimbangan tubuh mereka. Senam irama merupakan metode yang menarik untuk anak karena dengan melakukan gerakan- gerakan senam yang diringi musik anak terlatih motorik kasar yang didalamnya terdapat gerakan untuk melatih keseimbangan tubuh, koordinasi anggota tubuh, kelenturan anggota tubuh dan kekuatan anggota tubuh mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam iram terhadap keseimbangan tubuh, koordinasi anggota tubuh, kelenturan anggota tubuh dan kekuatan anggota tubuh anak usia 5-6 tahun dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *Pre Experimental* dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa di KB Fatimatuz Zahra. Sample penelitian berjumlah 30 anak di KB Fatimatuz Zahra. Pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Variable X adalah Metode Senam Irama, dan variabel Y adalah Perkembangan Motoriik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa perhitungan uji-t *Paired* antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen yaitu $t_{hitung} = -12,763 < -2,042$, dengan nilai sig(2-tailed)($0,000 < 0,05$). Sehingga H_0 diterima. Sehingga dari nilai analisis tersebut dan rata- rata data *pretest* dengan data *posttest* motorik kasar anak adalah 13,06 dan 25,46 dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri anak sebelum dan sesudah dilakukan *treatment* dengan senam irama yang melatih keseimbangan tubuh, kekuatan tubuh, kelenturan dan koordinasi gerakan tubuh. Berdasarkan data tersebut dapat dikatakan bahwa terjadi perkembangan motorik kasar anak. Simpulan dari penelitian ini adalah adanya peningkatan perkembangan motorik kasar anak melalui metode senam irama di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Pernyataan Keaslian Tulisan	ii
Persetujuan Pembimbing.....	iii
Halaman Pengesahan	iv
Motto dan Persembahan.....	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak	viii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Lampiran	xii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.1 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Senam	9
2.1.1 Sejarah Senam	9
2.1.2 Pengertian Senam	10
2.1.3 Macam-macam Senam	10
2.2 Konsep Senam Irama	12
2.2.2 Pengertian Senam Irama.....	12
2.2.3 Prinsip Senam Irama.....	14
2.2.4 Tahap- Tahap Senam Irama.....	16
2.3 Konsep Perkembangan Motorik	16
2.3.1 Pengertian Perkembangan.....	17
2.3.2 Pengertian Perkembangan Motorik	18
2.3.3 Unsur- Unsur Motorik Kasar.....	19
2.3.4 Program Pengembangan Keterampilan Motorik.....	23
2.4 Konsep Anak Usia Dini	23
2.4.1 Pengertian Anak Usia Dini	24
2.4.2 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Usia 5-6 Tahun	25
2.4.4 Arah Pendidikan Anak Usia Dini	25
3.4.4 Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini	26
2.5 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	26

2.6 Kerangka Berpikir	28
2.7 Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Pendekatan dan Metode Penelitian	30
3.2 Tujuan Khusus Penelitian	31
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	31
3.4 Desain Penelitian	31
3.5 Variabel Penelitian	
a. Identifikasi Variabel Penelitian	32
3.6 Populasi dan Sampel Penelitian	39
a. Populasi	39
b. Sampel.....	39
3.7 Metode Pengumpulan Data dengan Instrumen Berskala	40
3.8 Pengolahan Data	42
a. Validitas	42
b. Reliabilitas	44
3.1 Analisis Data	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Hasil Penelitian	46
4.1.1 Deskripsi Objek Penelitian	46
4.1.2 Identitas Sekolah	47
4.1.3 Kondisi Fisik KB Fatimatuz Zahra	48
4.1.4 Pembelajaran di KB Fatimatuz Zahra.....	48
4.2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	49
4.3 Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Irama	50
4.3.1 Analisis Deskriptif Perkembangan Motorik Kasar Anak	50
4.3.2 Hasil <i>Pretest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	51
4.3.3 Hasil <i>Posttest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak	55
4.3.4 Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Rasa Percaya Diri Anak	59
4.4 Uji Asumsi	62
4.4.1 Uji Normalitas	62
4.4.2 Uji Homogenitas	63
4.4. Uji Hipotesis	64
B. Pembahasan	66
BAB V PENUTUP.....	75
5.4.Simpulan.....	75
5.5 Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Skripsi	86
Lampiran 2. Lembar Uji Coba Instrumen Pendidikan.....	87
Lampiran 3. Kriteria Instrumen Penelitian.....	94
Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).....	100
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Awal.....	126
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Akhir.....	128
Lampiran 7. Tabulasi Skor <i>Pretest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	133
Lampiran 8. Tabulasi Skor <i>Posttest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak...	134
Lampiran 9. Skor <i>Pretest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	136
Lampiran 10. Skor <i>Posttest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	137
Lampiran 11. Dokumentasi.....	138
Lampiran 12. Surat Keterangan Penelitian	140

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	32
Tabel 3.3 Kisi- Kisi Instrumen.....	33
Tabel 3.4 Skala Pengukuran Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	41
Tabel 3.5 Rekapitulasi Validitas.....	43
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Awal.....	45
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Akhir.....	45
Tabel 4.1 Identitas Sekolah.....	60
Tabel 4.2 Analisis Deskriptif Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	53
Tabel 4.3 Hasil <i>Pretest</i> ditinjau dari Keseimbangan Tubuh.....	54
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> ditinjau dari Koordinasi Gerakan Anggota Tubuh.....	55
Tabel 4.5 Hasil <i>Pretest</i> ditinjau dari Kelentukan Gerakan Tubuh.....	55
Tabel 4.6 Hasil <i>Pretest</i> ditinjau dari Kekuatan Anggota Tubuh.....	55
Tabel 4.7 Rekapitulasi Skor <i>Pretest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	56
Tabel 4.8 Hasil <i>Posttest</i> ditinjau dari Keseimbangan Tubuh.....	57
Tabel 4.9 Hasil <i>Posttest</i> ditinjau dari Koordinasi Gerakan Anggota Tubuh.....	58
Tabel 4.10 Hasil <i>Posttest</i> ditinjau dari Kelentukan Gerakan Tubuh.....	59
Tabel 4.11 Hasil <i>Posttest</i> ditinjau dari Kekuatan Anggota Tubuh.....	59
Tabel 4.12 Rekapitulasi Skor <i>Posttest</i> Perkembangan Motorik Kasar Anak.....	60
Tabel 4.13 Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> ditinjau dari Keseimbangan Tubuh.....	62
Tabel 4.14 Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> ditinjau dari Koordinasi Gerakan Anggota Tubuh.....	62
Tabel 4.15 Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> ditinjau dari Kelentukan Gerakan Tubuh.....	63

Tabel 4.16 Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> ditinjau dari Kekuatan Anggota Tubuh.....	63
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas.....	65
Tabel 4.18 Hasil Uji Homogenitas.....	66
Tabel 4.19 Hasil Uji Paired Sample t-Test.....	67



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan suatu jenjang pendidikan yang berfungsi untuk mengembangkan setiap kemampuan anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun dengan menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, menarik, dan menyenangkan. Mengajarkan pembiasaan- pembiasaan yang akan berproses menjadi pembentukan perilaku yang nantinya akan berguna bagi kehidupan anak dikemudian hari.

Menurut UU No. 20 tahun 2003, Pendidikan Anak Usia dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai 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. Pendidikan Anak Usia dini dapat dilakukan melalui jalur pendidikan formal, non formal maupun informal misalnya TK, KB, TPA, POS PAUD, dan lembaga lain yang sederajat. Melalui program pendidikan anak usia dini diharapkan dapat memfasilitasi perkembangan anak secara optimal.

PERMENDIKBUD Nomor 146 Tahun 2014 pasal 5 menjelaskan bahwa struktur kurikulum PAUD memuat program-program pengembangan. Pertama, program pengembangan nilai agama dan moral mencakup perwujudan suasana belajar untuk berkembangnya perilaku baik yang bersumber dari nilai agama dan moral serta bersumber dari kehidupan bermasyarakat dalam konteks bermain.

Kedua, program pengembangan fisik-motorik mencakup perwujudan suasana untuk berkembangnya kematangan kinestetik dalam konteks bermain. Ketiga, program pengembangan kognitif mencakup perwujudan suasana untuk berkembangnya kematangan proses berpikir dalam konteks bermain. Keempat, program pengembangan mencakup perwujudan suasana untuk berkembangnya kemampuan dalam konteks bermain. Kelima, program pengembangan sosial-emosional mencakup perwujudan suasana untuk berkembangnya kepekaan, sikap dan keterampilan sosial serta kematangan emosi dalam konteks bermain. Keenam, program pengembangan seni mencakup perwujudan suasana untuk berkembangnya eksplorasi, ekspresi, dan apresiasi seni dalam konteks bermain.

Pentingnya pendidikan anak usia dini telah menjadi perhatian para pakar pendidikan sejak lama. Berbagai hasil penelitian menyimpulkan bahwa perkembangan anak yang diperoleh dapat mempengaruhi pada tahap perkembangan selanjutnya. Jika pelaksanaan pendidikan usia dini berjalan dengan baik maka pada usia sekolah, usia remaja, usia dewasa dan seterusnya berjalan dengan baik, Karena anak usia dini merupakan generasi penerus yang harus dipersiapkan dengan sebaik-baiknya.

Pada masa anak-anak usia 5-6 tahun mereka masih memerlukan pengarahan dan pengawasan dari orang-orang yang lebih tua. Salah satu cara belajar mereka adalah meniru perilaku orang-orang yang ada disekitarnya, termasuk meniru dan menuruti apa yang dikatakan oleh gurunya di sekolah.

Pada masa kanak-kanak, semua laju perkembangan motorik berjalan secara pesat. Sebagian dasar keterampilan motorik kini dan juga aktivitas lain,

memerlukan kontrol posisi tubuh (Santrock: 2007:210). Contohnya, untuk mengikuti objek bergerak, seseorang harus dapat mengendalikan kepalanya untuk menstabilkan pandangan, sebelum bisa berjalan seseorang harus mampu menyeimbangkan diri diatas satu kaki.

Perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak dan sangat penting untuk dipelajari, karena perkembangan fisik akan berpengaruh terhadap perilaku sehari-hari. Motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otak dan *spinal cord*. Corbin dalam Sumantri (2005:48) mengemukakan bahwa perkembangan motorik adalah perubahan kemampuan gerak dari bayi sampai dewasa yang melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan gerak.

Joanne Hui-Tzu dalam journal of Research in Childhood Education (2004), mengungkapkan:

The purpose of this study was to investigate the effects of a creative movement program on gross motor skills of preschool children. Result of this study shoed that students participating in the creative movement program in gross motor skills scored significantly higher than those in the control group.

Tujuan dari penelitian diatas adalah untuk menyelidiki efek dari program gerakan kreatif pada keterampilan motorik kasar anak prasekolah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sisa yang berpartisipasi dalam program gerakan kreati dalam keterampilan motorik kasar mencetak nilai lebih tinggi secara signifikan dibanding kelompok kontrol.

Perkembangan motorik terbagi menjadi dua yaitu perkembangan motorik kasar dan perkembangan motorik halus. Motorik kasar adalah aspek yang berhubungan dengan pergerakan dan sikap tubuh. Motorik halus adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak untuk mengamati sesuatu, melakukan gerakan yang melibatkan bagian- bagian tubuh tertentu dan dilakukan otot- otot kecil, tetapi memerlukan koordinasi yang cermat (Soetjiningsih, 1995). Menurut Sujiono (2010:1:13) pada dasarnya perkembangan motorik anak yang lebih dulu berkembang adalah kemampuan motorik kasar dari pada kemampuan motorik halus.

Ada 5 prinsip perkembangan motorik yaitu kematangan urutan, motivasi, pengalaman, dan praktik, selain kelima prinsip itu ada juga kebutuhan yang harus dipenuhi yang berkaitan dengan pengembangan motorik kasar, antara lain: ekspresi melalui gerakan bermain, kegiatan yang berbentuk drama, kegiatan yang berbentuk irama (Kristanto,2014).

Keterampilan gerak tubuh berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot. Pada umumnya anak usia 5-6 tahun mampu menggerakkan anggota tubuhnya untuk melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi baik untuk keseimbangan, kelenturan, kekutan, dan mengkoordinasi gerakan tubuh. Untuk kebugaran dan meningkatkan keterampilan tubuh melalui permainan menarik untuk anak. Akan tetapi pada kenyataannya tidak semua anak dapat berkembang sesuai tahapannya.

Melihat kenyataannya bahwa demikian kompleksnya permasalahan tentang motorik kasar anak usia dini, sudah seharusnya PAUD memaksimalkan perannya

untuk turut meningkatkan beragam kebutuhan anak didik dalam proses peningkatan perkembangan motorik kasar anak. Kenyataannya tidak sesederhana apa yang tertuang dalam berbagai teori. Banyak sebab yang menjadikan upaya pengembangan motorik kasar pada anak kurang optimal.

Penulis memilih sekolah Kelompok bermain Fatimatuz Zahra tersebut diatas ada beberapa pertimbangan tertentu. Pertimbangan pertama adalah unsur keterjangkauan lokasi penelitian, baik dilihat dari segi tenaga, dana maupun dari segi efisiensi waktu. Selain itu Kelompok bermain Fatimatuz Zahra merupakan jenjang pendidikan bagi anak usia dini. Dari jenjang usia 2 sampai 6 tahun diberikan pengetahuan, pelatihan dan keterampilan, sebagian besar siswa kelompok bermain Fatimatuz Zahra memiliki ketertarikan yang masih rendah terhadap senam irama serta masih rendahnya motorik kasar yang di miliki oleh para siswa. Dasar pertimbangan yang dilakukan oleh penulis bahwa penulis pernah melakukan magang pada Kelompok Bermain Fatimatus Zahra sehingga memudahkan penulis dalam pengambilan data.

Pada dasarnya KB Fatimatuz Zahra sudah diperkenalkan dengan gerakan-gerakan senam, namun dalam hal kegiatan jasmani berupa senam irama masih kurang dalam pemberian stimulasi dari KB Fatomatuz Zahra ini sehingga kurangnya rangsangan yang membuat gerakan anak kurang terkoordinasi dengan baik.

Memperhatikan uraian diatas, maka apabila dilihat dengan seksama dan melihat kenyataannya di KB Fatimatuz Zahra di Desa Pesayangan minat untuk belajar dan kemampuan motorik kasar anak belum berjalan semestinya. Gerakan

yang diajarkan guru terlalu rumit, dan terkesan monoton karena hanya meniru gerakan yang ada di kaset. Kemampuan motorik kasar anak sangat terbatas dan pengarahannya kurang terprogram sehingga perkembangan motorik kasar anak hanya berkembang secara alami pada diri anak tersebut. Sarana yang digunakan untuk melakukan kegiatan senam irama yaitu halaman sekolah masih kurang luas ketika pembelajaran senam irama yang dilaksanakan oleh seluruh peserta didik, selain itu beberapa bagian halaman sudah terdapat permainan outdoor sehingga mengurangi ruang gerak anak ketika kegiatan senam irama.

Keadaan tersebut menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian perkembangan keseimbangan tubuh anak, kekuatan tubuh anak, kelenturan tubuh anak serta koordinasi gerakan tubuh anak dalam melakukan kegiatan sehari-hari.

Dari masalah yang muncul diharapkan pada saat pembelajaran guru lebih kreatif dalam memberikan gerakan. Dalam memodifikasi gerakan yang disesuaikan dengan tahapan usia anak, maka anak akan lebih dapat mengikutinya. Penggunaan musik yang aktif dan lebih dikenal anak maka anak lebih dapat menerima dan dapat menarik minat anak. Seperti dengan metode senam irama yang dapat memotivasi anak dalam mengikuti gerakan.

Dasar teori yang menguatkan penelitian ini adalah teori Lev Vygotsky (M. Novan, 2016:6). Teori ini menegaskan bahwa perkembangan tidak hanya dipengaruhi oleh perkembangan tahap biologi, tapi juga tahap sosial. Keyakinan Vygotsky akan pentingnya pengaruh sosial terhadap perkembangan anak direfleksikan dalam konsep *Zone of Proximal Development (ZPD)*, yaitu istilah Vygotsky untuk rangkaian tugas yang sulit dikuasai anak seorang diri tetapi dapat

dipelajari dengan bantuan dan bimbingan orang yang lebih dewasa (Santrock,2007:264).

Berdasarkan kajian diatas, maka peneliti tertarik dan merumuskan untuk mengambil sebuah judul **“Pengaruh Senam Irama Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka ditetapkan rumusan masalah adakah pengaruh senam irama dalam pengembangan motorik kasar anak usia 5- 6 tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan senam irama dapat memberikan pengaruh terhadap motorik kasar anak usia 5- 6 tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian tentang pengaruh senam irama terhadap keterampilan gerak dasar anak usia 5 di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal dapat meningkatkan pengetahuan orang tua dan

guru tentang perkembangan motorik kasar anak untuk mendidik serta untuk menstimulasi anak agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan yang diharapkan oleh orang tua dan guru.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi anak didik

1. Memberi pengalaman langsung tentang permainan gerak dan lagu seperti senam irama
2. Sebagai wahana untuk meningkatkan motorik kasar anak melalui senam irama.

b. Manfaat bagi guru

Memberikan masukan yang dapat memotivasi dalam memberikan kegiatan pembelajaran melalui bermain dan sebagai evaluasi serta rujukan dalam meningkatkan proses pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini. Khususnya untuk anak Taman Kanak-Kanak lebih mendapat pembelajaran yang sesuai pada usianya dan juga sesuai dengan tahapan perkembangannya.

c. Manfaat bagi sekolah.

- 1) Sebagai bahan masukan dalam merencanakan, melaksanakan, menempatkan dan mengevaluasi pembelajaran dalam mengembangkan motorik kasar anak.
- 2) Dapat menambah pembendaharaan ilmu pengetahuan mengenai perkembangan motorik kasar melalui senam irama dalam proses pembelajaran.

BAB 2

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Konsep Senam

2.1.1 Sejarah Senam

Senam (*gymnastic*) berasal dari bahasa Yunani yang artinya telanjang. Pada zaman kuno, senam dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang, hal ini bermaksud agar gerakan dapat dilakukan tanpa ada gangguan sehingga menjadi sempurna (Sholeh, 1992: 2).

Sebenarnya senam memang sudah ada dari zaman dahulu, tetapi gerakannya masih sangat sederhana dan disesuaikan pada waktu itu. Pada tahun 1776, Johan Christian Friederich GutsMuths mencoba mengembangkan gerakan senam. Akhirnya beliau menciptakan senam secara sistematis dan berurutan. Oleh dunia internasional, beliau dikenal dengan sebagai Bapak Olahraga Senam (Arisandy, 2008: 1).

Sedangkan senam di Indonesia mulai tumbuh ketika menjelang pesta olahraga *Ganefo (Games of the New Emerging Forces)* di Jakarta pada 10-22 November 1963. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang melibatkan gerakan tubuh yang melibatkan gerakan tubuh yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerakan fisik. Penilaian senam dilihat pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dari setiap anggota tubuh. Senam adalah olahraga yang dapat dilakukan oleh siapa pun, dari anak kecil sampai orang tua. Senam juga dapat dilakukan dimanapun, seperti di rumah, di sekolah, di tempat fitness, atau di *gym* (Ahmad, 2007: 1).

2.1.2 Pengertian senam

Menurut Peter H. Erner dan Agusta (2009:9) menyatakan bahwa senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh.

2.1.3 Macam- Macam Senam

Menurut FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*) dalam Agusta (2009:12-17) senam terbagi menjadi:

a. Senam Artistik (*artistic gymnastics*)

Senam artistik diartikan sebagai senam yang menggabungkan aspek tumbling dan akrobatik untuk mendapatkan efek- efek artistik dari gerakan-gerakan yang dilakukan alat. Untuk artistik putra menggunakan alat seperti lantai, kuda pelana, gelang- gelang, kuda lompat, pelang sejajar, palang bertingkat, balok keseimbangan.

b. Senam Ritmik Sportif (*sportive rhythmic gymnastic*)

Senam ritmik sportif adalah senam yang dikembangkan dari senam irama sehingga dipertandingkan.

c. Senam Akrobatik (*aerobatic gymnastic*)

Senam akrobatik adalah senam yang mengandalkan akrobatik dan tumbling, sehingga latihanya banyak mengandung salto dari putaran yang harus mendarat ditempat- tempat yang sulit.

d. Senam Trampoline (Trampolinning)

Senam trampoline merupakan pengembangan dari suatu bentuk latihan yang dilakukan diatas trampolin.

e. Senam Umum (*General Gymnastic*)

Senam umum adalah segala jenis senam diluar kelima jenis senam diatas. dalam cabang olahraga membagi senam sesuai dengan jenisnya menjadi.

Senam-senam seperti senam *aerobic*, senam pagi, SKL, senam wanita. Menurut Widodo tiga yaitu :

a. Senam General

Senam General jenisnya seperti senam kesegaran jasmani, senam aerobic, senam jantung sehat, termasuk senam khusus wanita.

b. Senam Artistik

Senam artistik adalah senam yang menggabungkan aspek tumbling dan akrobatik untuk mendapatkan efek-efek artistik dari gerakan-gerakan yang dilakukan.

c. Senam Ritmik (Irama)

Senam ritmik adalah senam yang dikembangkan dari senam irama sehingga dapat diperlombakan, komposisi gerak yang siantarkan melalui tuntunan irama musik dalam menghasilkan gerak-gerak tubuh dan alat yang artistik, menjadi ciri dari senam ritmik sportif itu.

2.2 Konsep Senam Irama

2.2.1 Pengertian Senam Irama

Senam irama merupakan pengungkap jiwa yang wajar datang dari dorongan jiwa, spontan dan semata-mata untuk bergerak yang dapat meningkatkan rasa seni gerak (Sholeh, 1992: 141). Secara sederhana senam irama adalah senam yang mengutamakan kesamaan gerak, bisa diringi musik atau lagu, hitungan bahkan ketukan (Arisandy, 2008: 8).

Senam irama juga 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. Senam irama termasuk kedalam jenis olahraga senam umum, karena memiliki ciri-ciri mudah untuk diikuti, tidak membutuhkan biaya yang mahal, melibatkan banyak peserta, dan bermanfaat bagi kesehatan tubuh (Ahmad, 2007: 24).

Menurut Syarifudin (2014:116) menjelaskan bahwa senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama atau musik atau aktivitas gerak yang dilakukan secara berirama.

Sedangkan Surtiyo Utomo (2008:90) menyebutkan bahwa senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Disini senam ritmik dapat dilakukan dengan keinginan masing- masing individu

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa senam irama merupakan gerakan senam ataupun gerakan bebas yang dibarengi dengan musik atau nyanyian sesuai dengan irama yang mengikutinya. Adapun unsur- unsur

yang terdapat dalam senam irama meliputi ; keluwesan, kesinambungan gerakan, dan ketepatan irama.

2.2.2 Prinsip Senam Irama

Senam irama dapat dilakukan menggunakan atau tanpa menggunakan alat. Alat tersebut bisa berupa tali, pita, tongkat, bola dan gada. Perbedaan antara senam irama dan senam biasa adalah adanya penggunaan ritme. Menurut Wuryati (1985:25) tekanan yang harus diberikan pada latihan senam irama yaitu (a) irama, (b) kelenturan tubuh dalam gerakan, (c) kontinuitas gerakan yang tidak terputus-putus.

a. Irama

Dalam kegiatan senam irama, hal penting adalah mengenal dan merasakan irama dalam lagu-lagu yang akan digunakan sebagai musik pengiring. Irama dalam sebuah lagu dapat ditentukan dari bunyi bass, yaitu keras dan lambatnya petikan bass. Ketika seseorang sudah dapat merasakan irama dalam sebuah lagu, maka dengan sendirinya orang tersebut akan senang untuk menggerakkan badan. Selain itu, seseorang dapat dengan mudah menyesuaikan irama dengan gerakannya. Wuryati menyebutkan irama lagu dalam nyanyian dibedakan menjadi irama $2/4$, $4/4$, $3/4$, dan $6/8$. Penggunaan masing-masing irama lagu tersebut dalam kegiatan senam irama berbeda-beda, tergantung latihan-latihan yang sedang dilakukan. Irama lagu yang digunakan pada saat

pemanasan akan berbeda dengan irama lagu yang digunakan saat latihan inti dan pendinginan.

b. Kelenturan tubuh dalam gerakan (*fleksibilita*)

Kelenturan tubuh adalah mudahnya seseorang dalam menekuk atau melipat dan meliukkan tubuh sehingga tampak apa adanya elastis dan kelenturan gerakan tubuh misalnya membungkuk badan, meliuk kesamping, melilin. Latihan ini penting dalam senam irama agar tidak menimbulkan gerakan- gerakan kaku dan menciptakan keluesan.

c. Kontinuitas gerakan yang tidak terputus- putus

Berbagai macam gerakan yang dilakukan dalam kegiatan senam irama merupakan suatu kelanjutan. Gerakan satu dengan gerakan selanjutnya adalah suatu rangkaian yang tidak terputus. Gerakan- gerakan selanjutny adalah suatu rangkaian yang tidak dapat diputus. Gerakan-gerakan yang dilakukan merupakan suatu kesatuan yang berkesinambungan melalui dari asal sampe akhir kegiatan.

2.2.3 Tahap-tahap senam irama

Adapun tahap-tahap dalam senam irama terbagi menjadi tiga bagian, yaitu dimulai dari pemanasan, kemudian gerakan inti, lalu diakhiri dengan pendinginan (Depdiknas, 2008: 60).

a. Tahap Pemanasan (*warming up*)

Gerakan pemanasan merupakan gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan sebelum melakukan gerakan inti. Gerakan pemanasan dalam senam

irama ini bertujuan untuk menyiapkan kondisi tubuh secara fisiologis maupun psikologis, menyiapkan sistem pernafasan, peredaran darah, otot dan persendian.

b. Tahap Inti (*core*)

Secara umum gerakan inti dalam senam irama adalah berbagai aktivitas yang dilakukan dalam pembelajaran motorik kasar untuk melatih kekuatan, kelenturan, kelenturan, kelincuhan serta koordinasi otot – otot yang bergerak.

c. Tahap penenangan (*cooling down*)

Setelah melakukan gerakan inti dari senam irama, dilanjutkan dengan gerakan penenangan atau sering disebut dengan pendinginan. Gerakan ini dilakukan untuk menetralkan metabolisme tubuh setelah melakukan gerakan inti yang bertujuan untuk melenturkan otot, menenangkan kondisi tubuh, dan mengatur pernafasan agar tubuh kembali rileks.

2.2.4 Model Pembelajaran Senam Irama Ceria

Senam irama ceria ini adalah senam yang 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.

Model pembelajaran senam irama ceria ini menggunakan model demonstrasi terlebih dahulu, 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.

Keunggulan dari senam irama ceria ini yaitu: (a) gerakannya mudah ditiru, (b) irama senam ceria menggunakan lagu anak-anak, jadi sambil senam anak dapat bernyanyi, (c) gerakan-gerakan senam tersebut apabila dilakukan dengan teratur dapat meningkatkan kesehatan dan juga pertumbuhan fisik pada anak. Kelemahan pada senam irama ceria tersebut gerakannya sangat bervariasi sehingga sulit bagi anak untuk menghafalkan gerakan pada senam irama ceria tersebut.

Tujuan melakukan senam irama ceria yaitudiharapkan anak-anak sebagai generasi penerus bangsa dapat berolahragadengan diiringi musik yang gembira dan dapat membina sifat optimisme pada anak-anak. Gerakan-gerakan senam irama ceria tersebut apabila dilakukan dengan teratur dapat meningkatkan kesehatan dan juga pertumbuhan fisik pada anak.

2.3 Konsep Perkembangan Motorik

2.3.1 Pengertian Perkembangan

Menurut Hurlock (1991; Rice, 2002) perkembangan individu merupakan pola gerakan atau perubahan yang secara dinamis dimulai dari pembuahan atau konsepsi dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan manusia yang terjadi akibat dari kematangan dan pengalaman.

Menurut Sacharin(1996) perkembangan merupakan bertambah sempurnanya fungsi alat tubuh yang dapat dicapai melalui tumbuh, kematangan dan belajar atau peningkatan kemahiran dalam penggunaan tubuh.

Menurut akhmad Sudrajat (2008) menyebutkan perkembangan bahwa perubahan yang sistematis, progresif dan berkesinambungan dalam diri individu sejak lahir hingga akhir hayatnya atau dapat diartikan pula sebagai perubahan-perubahan yang dialami individu menuju tingkat kedewasaan atau kematangannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan perkembangan adalah perubahan fungsi alat tubuh yang sistematis, progresif dan berkesinambungan yang berkesinambungan dari lahir hingga akhir hayat.

2.3.2 Pengertian Perkembangan Motorik

Motorik merupakan terjemahan dari kata “*motor*” yang artinya dasar mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak. Gerak (*movement*) adalah suatu aktivitas yang didasari oleh proses motorik. (Depdiknas, 2008: 6)

Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi

(Hurlock, 1978: 150). Sedangkan menurut Sujiono (2008: 3), perkembangan motorik adalah perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian perkembangan motorik adalah perkembangan yang berkaitan dengan aktivitas gerak

2.3.3 Unsur- Unsur Motorik Kasar

Kemampuan motorik kasar seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasainya, adapun unsur- unsur yang tergantung dalam kemampuan motorik. Menurut Toho dan Gusril (2004:50) yaitu

1. Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dipunyai oleh anak sejak dini. Apabila anak tidak mempunyai kekuatan otot tentu dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik.

2. Koordinasi.

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas kerja yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan antara otot dan sistem saraf.

3. Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelenturan dalam satuan waktu tertentu.

4. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu, keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis menunjuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri di suatu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

5. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain.

2.3.4 Program Pengembangan Keterampilan Motorik

Sumantri (2005:124) mengemukakan bahwa program pengembangan motorik kasar berbeda dengan program olahraga. Pembuatan program olahraga ditunjukan untuk anak- anak yan mempunyai keinginan untuk mengkhususkan dari pada salah satu atau beberapa cabang olahraga. Tujuannya adalah memperbaiki kemampuannya agar dapat berkompetisi dengan orang lain yang mempunyai keinginan dan minat yang sama. Sedangkan program pengembangan keterampilan motorik ditujukan untuk semua anak, baik yang berminat maupun tidak. Tujuan dari program ini adalah untuk menyediakan dan memberi berbagai pengalaman gerak untuk fondasi gerak yang kokoh pada anak.

Karakteristik program pengembangan motorik kasar menurut Graham, dkk (Sumantri,2005:126) adalah memberikan banyak kesempatan kepada anak

untuk melakukan aktivitas belajar yang bermakna dan sesuai dengan tingkat perkembangannya. Hal ini dapat mengembangkan konsep gerak pada anak serta menambah rasa percaya diri dalam menampilkan macam gerak.

Selain memberikan banyak kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas gerak, orang tua maupun guru hendaknya memberikan pendampingan selama proses belajar. Hal ini sangat penting untuk mencegah terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan misalnya terjadinya cedera pada anak. Pendampingan yang diberikan oleh orang tua dan guru bukan berarti melarang anak untuk mencoba hal-hal baru, tetapi memberikan penguasaan kepada anak selama proses belajar.

Orang tua dan guru hendaknya tidak memberikan larangan kepada anak untuk mencoba hal-hal yang dirasa baru oleh anak. Anak yang selalu dilarang untuk mencoba sesuatu hal baru tidak akan menemukan sesuatu yang berharga bagi hidupnya. Anak akan merasa terkekang dan perkembangannya tidak akan maksimal.

Menurut Husein, dkk (Sumantri, 2005:139) program pengembangan motorik kasar pada anak usia dini saat dilakukan dengan melihat karakteristik anak pada masing-masing usia. Program pengembangan motorik kasar anak usia 3-4 tahun menurut Husein (Sumantri, 2005:139-140) adalah sebagai berikut:

- a. Disediakan balok kayu berbagai ukuran yang jumlahnya 7 buah, diharapkan anak akan membentuk menara dengan menyusun balok sebanyak 4-7 balok.

- b. Diperdengarkan suara yan berirama (tepuk tangan atau musik), diharapkan anak akan melakukan motorik tari yang sederhana (tepuk tangan, mengangkat tangan, merentangkan tangan dsb) mengikuti irama tersebut.
- c. Disediakan beberapa bola yang daya pantulnya rendah dan keranjang atau kotak sebagai sasaran, diharapkan anak akan melempar bola ke sasaran secara berulang.
- d. Dibuat garis pada lantai (lurus dan berkelok-kelok) atau balok titian yang lurus. Anak diminta untuk melintasi garis atau balok titian secara berulang.
- e. Disediakan area bermain dan diperkenalkan permainan yang merangsang anak untuk berkejar- kejaran di area tersebut.
- f. Disediakan tali karpet sepanjang kurang lebih 3 meter, diharapkan anak akan bermain lompat tali beregu.
- g. Anak diajak menaiki dan menuruni tangga yang tingi anaknya 10- 20 cm, diharapkan anak akan menaiki dan menuruni tangga tersebut tanpa berpegangan dengan kaki kanan dan kaki kiri bergantian.
- h. Dibuat beberapa rintangan dari tali yang tingginya 20 cm pada satu area, diharapkan anak akan melompati area tali tersebut dengan satu kaki secara bergantian.
- i. Disediakan lorong dengan panjang kurang lebih 4 meter dan tingginya hanya bisa di masuki secara merangkak atau merayap, diharapkan anak akan merangkak dan merayap melalui lorong secara berulang- ulang.

- j. Guru atau orang tua memperagakan beberapa gerakan senam, menirukan gerakan tersebut.

Sedangkan program pengembangan keterampilan motorik kasar anak usia 4-5 tahun menurut Husein (Sumantri,2005:141-142) adalah sebagai berikut

- a. Anak dibawa ke sebuah lapangan yang memiliki gundukan tanah menyerupai bukit, diharapkan anak akan menaiki dan menurunya secara berkesinambungan.
- b. Membunyikan musik irama atau yang berasal dari tape recorder atau alat sederhana lainnya, diharapkan anak akan mengekspresikan motoriknya mengikuti irama tersebut.
- c. Anak berdiri sambil memegang bola, bola dilemparkan ke atas, dan anak itu akan menangkap kembali bola tersebut.
- d. Dibuatkan sebuah garis diatas tanah atau lantai berukuran lebar 20 cm, panjang 4 meter, diharapkan anak akan berjalan maju dan mundur diatas garis itu. Kegiatan ini dapat dilakukan dengan menggunakan papan titian.
- e. Disediakan tambang berukuran 2 meter, menggantung pada sebuah penyangga, diharapkan anak memanjat dan bergelantung beberapa saat pada tali tersebut.
- f. Membuat dua garis yang lebarnya 50cm ibarat sebuah parit, diharapkan anak melintas garis itu dengan cara melompatinya.
- g. Membunyikan musik atau tape recorder, anak tanpa harus meniru gerak orang lain dapat berkreasi dengan menggerakannya sendiri.

Dari uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa mengembangkan motorik anak usia dini harus disesuaikan dengan karakteristik anak pada masing-masing usia. Selain itu memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas gerak, tidak melarang anak untuk melakukan hal-hal baru, memberikan pendampingan, dan tidak membandingkan kemampuan anak dengan anak lain dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak.

Program-program yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan motorik antara lain: (1) memperdengarkan irama musik dan mengajak anak melakukan gerakan senam, (2) menyediakan balok untuk bermain, (3) menyediakan bola berserta keranjangnya, (4) membuat garis lantai atau di tanah sebagai tempat untuk berjalan lurus, (5) mengajak anak menaiki atau menuruni tangga.

2.4 Konsep Anak Usia Dini

2.4.1 Pengertian Anak Usia Dini

Anak usia dini adalah anak yang baru dilahirkan sampai usia enam tahun. Usia ini merupakan usia yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak (Sujiono, 2008: 7).

National Association for the Education of Young Children (NAEYC) menjelaskan bahwa kategori anak usia dini adalah mereka yang usianya antara 0-8 tahun. Sedangkan pembelajaran menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 pasal 28 ayat 1, yang termasuk anak usia dini adalah anak yang masuk dalam rentang usia 0-6 tahun. Sementara itu, menurut kajian

rumpun PAUD dan penyelenggaraannya di beberapa negara, PAUD dilaksanakan sejak 0-8 tahun.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa yang disebut anak usia dini adalah mereka yang usianya masih belia (0-8 tahun) dimana anak-anak berada dalam masa kritis atau peka terhadap berbagai macam stimulasi.

2.4.2 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Usia 5-6 Tahun

Sujiono (2008: 22), menjelaskan berbagai karakteristik perkembangan gerak anak usia 5-6 tahun yaitu sebagai berikut :

- a. Berjalan diatas papan titian dengan keseimbangan tubuh.
- b. Berjalan dengan berbagai variasi.
- c. Melompati parit atau guling.
- d. Senam dengan gerakan kreativitas sendiri.
- e. Melempar dan menangkap bola.

Berikut ini adalah Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) terkait fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun menurut Permendikbud No.137 Tahun 2014 :

- a. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.
- b. Melakukan koordinasi gerakan mata- kaki- tangan- kepala dalam menirukan tarian atau senam.
- c. Melakukan permainan fisik dengan aturan.
- d. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri.
- e. Melakukan kegiatan bersih diri.

Berdasarkan uraian di atas, karakteristik perkembangan gerak anak usia 5-6 tahun gerakannya lebih berkembang lagi dibandingkan dengan karakteristik di usia sebelumnya. Karakteristik gerak pada usia 5-6 tahun sudah mencapai tahapan-tahapan koordinasi gerak.

2.4.3 Arah Pendidikan Anak Usia Dini

Menurut Maimunah (2012), Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar ke beberapa arah berikut ini :

- a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar).
- b. Kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual).
- c. Sosioemosional (sikap dan perilaku serta agama) dan komunikasi, yang disesuaikan dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini.

2.4.4 Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini

Menurut Maimunah (2012), ada dua tujuan diselenggarakannya pendidikan anak usia dini, yaitu sebagai berikut :

- a. Membentuk anak Indonesia yang berkualitas, yaitu anak yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat perkembangannya, sehingga memiliki kesiapan yang optimal di dalam memasuki pendidikan dasar serta mengarungi kehidupan di masa dewasa.

- b. Membantu menyiapkan anak mencapai kesiapan belajar (akademik) di sekolah.

2.5 Penelitian Terdahulu yang Relevan

- a. Penelitian dari Setyaningrum (e-Jurnal kependidikan vol II no.8 Tahun 20130) dapat disimpulkan bahwa senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak kelompok B di TK Dharma Wanita II Candimulyo. Keterampilan motorik kasar yang dapat ditingkatkan meliputi koordinasi lengan dan kaki serta kelenturan. Hal tersebut terlihat dari observasi kondisi awal motorik kasar anak kelompok B mencapai 47,58%, pada siklus I meningkat menjadi 70,63% dan pada siklus II meningkat menjadi 81,44%. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama- sama menggunakan metode senam irama.
- b. Penelitian Dewi Nawang Sasi (Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia Edisi khusus, No.1, Tahun 2011), menunjukkan bahwa melalui senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar yang meliputi berjalan, berlari, melompat, memutar dan membungkuk, dan kognitif yang meliputi memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari, mengenal konsep bilangan, mengenal pola, mengenal konsep ruang dan mengenal ukuran, secara bertahap setiap siklusnya.
- c. Penelitian dari Fitri Nurul Ihsani (2013) terbukti bahwa senam irama berpengaruh secara signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok B di TK Al-Fitroh Surabaya. Dengan melakukan senam

irama, anak dapat bergerak dan mengkombinasikan tangan dan kaki dengan irama musik yang ada. Hal ini akan meningkatkan otot-otot kasar pada anak sehingga kemampuan motorik kasar pada anak meningkat

- d. Penelitian dari Nidhi Rizkya (Jurnal Mahasiswa Unnesa Vol 2 No.5 Tahun 2014) menyatakan bahwa stimulasi melalui aktivitas fisik yang diiringi oleh musik akan memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik kasar yang dikombinasikan dengan ayunan tangan maupun kaki baik yang menggunakan alat maupun tanpa menggunakan alat.
- e. Joanne Hui-Tzu (*Journal of Research in Childhood Education Volume 19, Issue 1*), mengungkapkan :

The purpose of this study was to investigate the effects of a creative movement program on gross motor skills of preschool children. Results of this study showed that students participating in the creative movement program in gross motor skills scored significantly higher than those in the control group.

Tujuan dari penelitian di atas menjelaskan bahwa tujuan dari penelitian di atas adalah untuk menyelidiki efek dari program gerakan kreatif pada keterampilan motorik kasar anak prasekolah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang berpartisipasi dalam program gerakan kreatif dalam keterampilan motorik kasar mencetak secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

2.6 Kerangka Berpikir

Pada kenyataannya dalam proses pembelajaran senam irama di KB terdapat konsekuensi yang terjadi dari pelaksanaan pembelajaran tersebut, yaitu dijumpainya anak-anak yang merasa kurang tertarik, bosan dan kurang aktif bergerak yang mengakibatkan anak kurang mendapatkan pengalaman gerak sehingga banyak anak yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan aktivitas ritmik. Aktivitas ritmik untuk anak KB dalam proses pembelajarannya disesuaikan dengan tahapan usianya agar dapat berjalan efektif dan efisien. Salah satunya dengan memahami tentang pertumbuhan dan kematangan anak.

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir



2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2013: 64).

Berdasarkan pengertian hipotesis di atas, maka hipotesis yang diajukan adalah :

- a. Ho : Tidak Terdapat pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5- 6 tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang.
- b. Ha : Terdapat pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5- 6 tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang.



BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran senam irama dapat meningkatkan motorik kasar anak. hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan dalam penilaian saat *pretest* dan *posttest* di KB Fatimatuz Zahra desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal. Sebelum *treatment* tingkat perkembangan motorik kasar anak masih rendah, yang dapat dilihat di analisis deskriptif dengan nilai sebesar 13,07. Kemudian setelah dilakukan *treatment* nilai rata- rata *posttest* menjadi 25,47 . Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan nilai sebesar 12,4.

Selanjutnya data hasil normalitas menyebutkan bahwa data berdistribusi karena nilai sig pada saat *pretest* 0,112 dan pada saat *posttest* 0,076. Uji homoenitas di atas dapat diketahui bawa nilai homogenitas adalah 2,693 dengan sig 0,106. Hasil perhitungan *Paired Sample t-Test* adalah thitung < ttabel (-12,763 < -2,042), dan sig(2-tailed)(0,000<0,05), sehingga H_a diterima yang berarti terdapat perbedaan tingkat motori kasar anak sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dengan metode senam irama.

Setelah melakukan kegiatan senam irama anak-anak di KB Fatimatuz Zahra mengalami peningkatan dalam hal kemampuan motorik kasarnya. Hal ini terlihat dari keterampilan anak dalam melakukan gerakan-gerakan senam yang meliputi gerakan tangan, gerakan kaki serta gerakan kombinasi antara tangan dan kaki. Selain itu,

kepercayaan diri anak meningkat setelah melakukan gerakan senam irama. Anak yang biasanya hanya terdiam tidak mau bergerak, setelah dilakukan kegiatan senam irama menjadi lebih percaya diri dan mau ikut bergerak bersama teman-temannya.



5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan sara- saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru Paud

Sebagai guru PAUD dapat mengajarkan gerakan- gerakan yang sesuai dengan lagu dan tema agar anak dapat memahami gerakan dan menyanyikannya dengan mudah.

2. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini hendaknya dapat memotivasi sekolah untuk memfasilitasi kegiatan senam irama agar motorik kasar anak dapat terstimulasi dengan baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan oleh peneliti yang lainnya untuk mengembangkan penelitian dengan metode atau kegiatan lain yang berbeda pada motorik kasar

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, Hendra. 2009. *Pola Gerak Dalam Snam Irama*. Jakarta: CV Ipa Abong.
- Ahmad, Sudrajat. 2008. *Perkembangan Kognitif (online)*. Tersedia di: <http://achmadsudrajat.wordpress.com/2008.01/31perkembangankognitif>. Diakses pada tanggal 5 Juni 2017.
- Aip Syarifuddin & Muhadi. 1993. *Pendidika Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta :Dekdikbud.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian "Suatu Pendekatan Praktek"*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hasan, Maimunah. 2012. *Pendidikan Anak Usia Dini Cetakan ke IV*. Yogyakarta: Diva Press.
- Hui-Tzu, J. (2004). A Study on Gross Motor Skills of Preschool Children. *Journal of Research in Childhood Education 2004, Volume 19, Issue 1*. Available: <http://www.grossmotor.journal/issue1/taiwan/> (diakses pada tanggal 10 Februari 2016).
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.
- Irfan, M. 2012. *Fisioterapi Bagi Insan Stroke*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- K, Mahmudi, Sholeh. 1992. *Olahraga Pilihan Senam*. Jakarta: P2TK Dikjen Dikti Depdiknas.
- Kristanto, M & Pratii, Y. 2014. *Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) Melalui Permainan Engklek di Kelompok B Tunas Rimbs II tahun ajaran 2014/2015*.
- Latipun. 2002. *Psikologi Eksperimen*. Malang: Umm Pers.
- Mahendra, A. 2001. *Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Erlangga.
- Manshur. 2005. *Pendiidkan Anak Usia Dini dalam Islam*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Musfiroh, Tadkirotun. 2005. *Bermain Sambil Belajar Dan Mengasah Kecerdasan*. Jakarta: Depdiknas.
- Nisnayeni. (2012). Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak melalui Senam Irama di Taman Kanak-Kanak Bina Ummat Pesisir Selatan. *Jurnal Pesona PAUD. Volume 1, No.1*. Available: <http://pesonapaud.jurnal.ac.id/1/> (diakses pada 4 Juni 2014).
- _____. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Nana, S. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Novan, Muhamad. 2017. *Pengaruh Senam iram Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Bina Sii Desa Krasak Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara.IJECES.UNNES*
- Ricard, Decaprio. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Sacharin, Rosa. M. 1996. *Prinsip-prinsip Keperawatan Pediatrik*. Alih Bahwasa: Maulana R.F. Jakarta: EGC
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik di Tman Kanak- Kanak*. Jakarta: Litera.
- Seniati, Liche, dkk.2009. *Psikologi Experimen*. Jakarta: PT Indeks.
- Sugiyono. 2011. *Metodeologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Bamban, dkk. 2007. *Metode Pengembangan Fisik* . Universitas Terbuka: Jakarta.
- Sukardi. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Perkasa.
- Sitairesmi, M.N. Ismail, D. Wahab , A. 2008. *Risk Factors Of Developmental Delay a Community Based Study: Paediatrica*. Indonesia.
- Sukarno, Wuryati. 1985. *Teori dan Praktek Senam Dasar*. Intan Pariwara.
- Sumantri, M.S. 2005. *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sumarjo.2010. *Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan*. Surabaya: JP Book.
- Surtiyo, Utomo dan Suandi. 2008. *Penjaskes Pendidikan Jasmani dan Olah Raga*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Syarifudin, Wiradihardja, Sudrajat.2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Soetjningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta:EGC
- . Undang-Undang Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat (14).
- Yuliana S, I. P.G.A, Muhammad I. & Dhofirul, F.D.I.A.H. 2011. *PelatihanKombinasi Core Stability Excercise dan Ankle Strategy Excercise Tidak Lebih Meningkatkan Keseimbangan Statis Pada Mahasisa S1 Fisioterapi Stikes Aisyiah Yogyakarta*. Sport and Fitnes Journal Vol.2, No.2 : 63-73.