



Pengaruh Senam Irama dalam Mengembangkan Motorik Kasar

Dian Mega Puteri¹, Andi Agusniatih², dan Fitriana³

^{1,2,3} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas, Universitas Tadulako

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam irama dalam mengembangkan motorik senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dan pendekatan kuantitatif. Adapun subjek dari penelitian ini adalah 15 anak yakni 7 anak laki-laki dan 8 anak perempuan Pada Semester genap 2024/2025. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil pengamatan sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan, aspek kekuatan gerak tubuh untuk kategori BSB dari 6,66% menjadi 53,33%, kategori kedua BSH dari 33,33% menjadi 40% kategori ketiga MB dari 46,66% menjadi 6,66% dan kategori keempat BB dari 13,33% menjadi 0%. aspek keseimbangan gerak tubuh untuk kategori BSB dari 6,66% menjadi 46,66%, kategori kedua BSH dari 20% menjadi 46,66%, kategori ketiga MB dari 40% menjadi 6,66% dan kategori keempat MB dari 33,33% menjadi 0%. Aspek kelincuhan tubuh untuk kategori BSB dari 6,66% menjadi 40%, kategori kedua BSH dari 26,66% menjadi 40%, kategori ketiga MB dari 33,33% menjadi 6,66% dan kategori keempat BB dari 33,33% menjadi 0%. Selain itu, nilai t hitung 10.739 dengan signifikan 0,000 karena $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, berarti terdapat pengaruh senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara.

Kata Kunci : Anak Usia Dini; Motorik Kasar; Senam Irama

ABSTRACT. This study aims to determine the effect of rhythmic gymnastics in developing motor skills in developing children's gross motor skills. This research method is descriptive research and quantitative approach. The subjects of this study were 15 children, namely 7 boys and 8 girls in the even semester of 2024/2025. Data collection techniques through observation, interviews, and documentation. Based on the results of observations before and after being given treatment, the aspect of body movement strength for the BSB category from 6.66% to 53.33%, the second category BSH from 33.33% to 40%, the third category MB from 46.66% to 6.66% and the fourth category BB from 13.33% to 0%. aspects of body movement balance for the BSB category from 6.66% to 46.66%, the second category BSH from 20% to 46.66%, the third category MB from 40% to 6.66% and the fourth category MB from 33.33% to 0%. The agility aspect of the body for the BSB category from 6.66% to 40%, the second category BSH from 26.66% to 40%, the third category MB from 33.33% to 6.66% and the fourth category BB from 33.33% to 0%. In addition, the t-value is 10.739 with a significance of 0.000 because it is <0.05 , so it can be concluded that H_0 is rejected and H_1 is accepted, meaning there is an influence of rhythmic gymnastics in developing children's gross motor skills in group B of Pembina State Kindergarten, North Palu.

Keyword : Early Childhood; Gross Motor Skills; Rhythmic Gymnastics

Copyright (c) 2025 Dian Mega Puteri dkk.

✉ Corresponding author : Dian Mega Puteri

Email Address : Dianmegaputri1008@gmail.com

Received 19 Juni 2025, Accepted 30 Juli 2025, Published 30 Juli 2025

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini sebagai wadah untuk mendidik anak sebelum masuk ke tahapan pendidikan selanjutnya. Sesuai Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 halaman 6 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1, Butir 14: Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut [1]. Pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk menciptakan pendidikan berkualitas agar seorang anak dapat berkembang dengan baik dan siap untuk memasuki jenjang pendidikan dasar. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD, terdapat enam aspek perkembangan yang menjadi indikator pencapaian anak usia dini, yaitu nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni [2]. Santrock menambahkan bahwa perkembangan pada usia dini juga mencakup aspek konsep diri, moral, dan identitas gender. Salah satu aspek yang sangat penting untuk dikembangkan adalah kemampuan motorik kasar [3].

Motorik kasar mengacu pada kemampuan anak dalam mengendalikan gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar, seperti berlari, melompat, memanjat, serta menjaga keseimbangan tubuh. Perkembangan motorik kasar tidak hanya berhubungan dengan keterampilan fisik, tetapi juga sangat berkaitan erat dengan pembentukan konsep diri dan kepercayaan diri anak. Kemampuan ini memungkinkan anak melakukan berbagai aktivitas sehari-hari dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Menurut Montolalu, perkembangan motorik kasar pada anak usia dini meliputi kemampuan melakukan gerakan besar secara terkoordinasi, seperti berjalan, melompat, berlari, dan menangkap [4]. Sementara itu, Sutini menekankan pentingnya peran pendidik dalam membantu anak mencapai tahapan motorik kasar yang sesuai dengan usia perkembangan [5]. Salah satu metode yang terbukti efektif dalam menstimulasi motorik kasar anak adalah melalui senam irama. Senam irama merupakan aktivitas fisik yang menggabungkan gerakan tubuh dengan iringan musik tertentu secara terstruktur. Kegiatan ini tidak hanya menyenangkan, tetapi juga berfungsi untuk meningkatkan koordinasi, keseimbangan, ritme, serta kemampuan mendengarkan dan mengikuti instruksi.

Penelitian tentang senam berirama telah banyak dilakukan diantaranya yang dilakukan oleh Zulfah, Rohmah, dan Mufaroah, senam irama memberikan stimulus yang sangat bermanfaat dalam pengembangan motorik kasar, karena memadukan gerakan dinamis dengan musikalitas yang dapat membangkitkan semangat dan konsentrasi anak [6]. Penelitian Nadhila juga menyimpulkan bahwa Pelaksanaan senam irama untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini [7]. Senada dengan penelitian Dewi juga menyimpulkan bahwa Anak-anak prasekolah dapat memperoleh manfaat yang besar dari pelatihan senam ritmik dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka. Penelitian ini menemukan bahwa senam ritmik sangat membantu anak dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya mereka [8]. Penelitian-

penelitian sebelumnya mendukung efektivitas senam irama dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Berdasarkan hasil observasi awal dan proses pembelajaran awal di kelas B TK Negeri Pembina Palu Utara proses pembelajaran sudah bagus akan tetapi diketahui bahwa ada anak kemampuan motorik kasar anak kelompok B masih belum berkembang secara optimal. Beberapa anak terlihat mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan motorik kasar seperti melompat, berlari dengan seimbang, serta mengikuti gerakan senam irama secara tepat. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi melalui kegiatan yang menyenangkan namun terstruktur, salah satunya adalah melalui penerapan senam irama yang dipandu langsung oleh guru.

Kegiatan ini diyakini mampu memberikan stimulus yang tepat untuk membantu anak mencapai perkembangan motorik kasar yang diharapkan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh penerapan senam irama terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini, khususnya anak kelompok B di TK Negeri Pembina Palu Utara. Fokus penelitian ini adalah pada aspek-aspek motorik kasar seperti koordinasi gerak, keseimbangan, dan kelincahan. Dengan pendekatan yang sistematis dan berbasis praktik langsung bersama guru, diharapkan kegiatan senam irama dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung perkembangan fisik anak secara menyeluruh.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Melalui pendekatan kuantitatif dengan penggunaan lembar observasi, penelitian mengamati dan melakukan kajian terhadap keadaan anak, khususnya mengenai pengaruh senam irama dalam mengembangkan mengembangkan motorik kasar pada anak. Adapun yang menjadi variabel dari penelitian ini ada dua jenis yaitu 1 variabel (Senam Irama) dan variabel II (Perkembangan Motorik Kasar). Dengan variabel Senam Irama sebagai variabel bebas dengan simbol (x) dan Perkembangan motorik kasar simbol (y).

Rancangan penelitiannya adalah dengan memberikan gambar alur atau hubungan antara dua variabel, apakah ada pengaruh metode penelitian senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak terdapat 15 anak yang terlibat. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian one-group-pretest-posttest design yang dirancang oleh Sugiyono [9], desainnya sebagai berikut.

$$O_1 \times O_2$$

Gambar 1. Model Rancangan penelitian

Keterangan

O1 = Nilai Pre-Tes

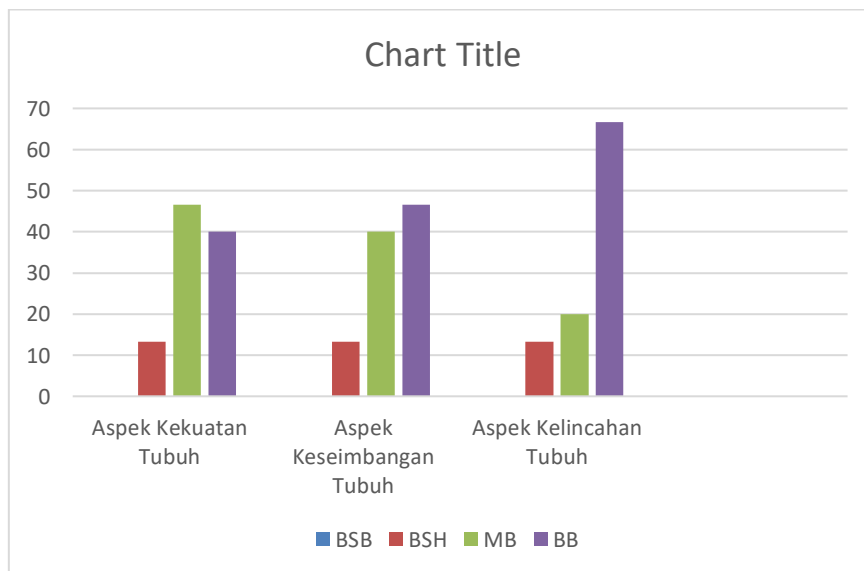
X = Perlakuan

O2 = Nilai Post-Test

Penelitian eksperimen ini mempunyai tujuan untuk mendeskripsikan Pengaruh Senam Irama Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara.

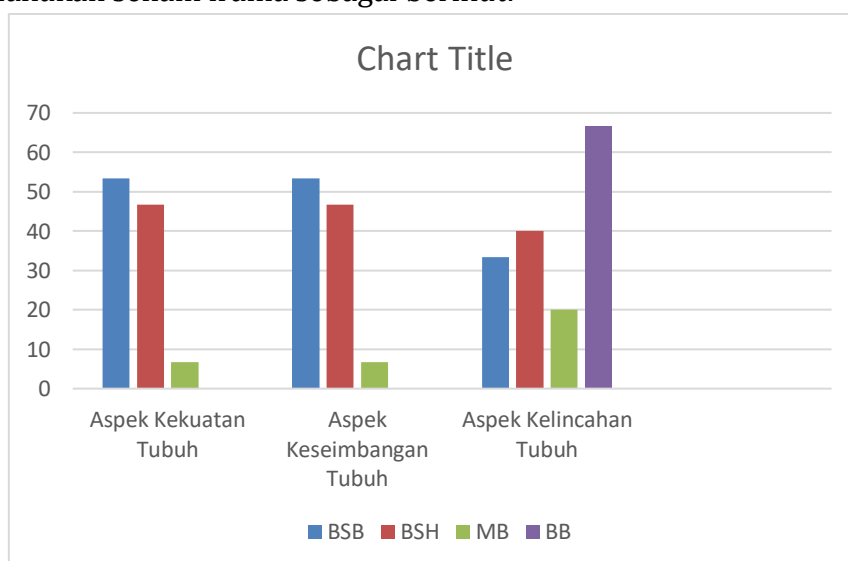
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengamatan mengembangkan motorik anak sebelum melakukan senam irama sebagai berikut:



Gambar 2. Histogram Mengembangkan Motorik Anak sebelum melakukan Senam Irama

Berdasarkan hasil dari histogram gambar 2 di atas, pada ketiga aspek yang akan diamati, terlihat diagram kategori MB dan BB ada 2 aspek lebih tinggi dibandingkan kategori BSB dan BSH. Oleh karena itu peneliti akan melakukan penelitian di minggu berikutnya dengan menggunakan kegiatan senam irama dengan harapan dapat mengembangkan motorik kasar pada anak. Pengamatan mengembangkan motorik anak sebelum melakukan senam irama sebagai berikut:



Gambar 3. Histogram Mengembangkan Motorik Anak sesudah melakukan Senam Irama

Sesuai gambar histogram 3 terlihat perbedaan diagram sesudah diberikan perlakuan berupa kegiatan senam irama . berdasarkan dari hasil pengamatan sebelum maupun sesudah diberikan kegiatan senam irama, dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam irama diberikan pengaruh terhadap motorik kasar anak, untuk lebih signifikan lagi data yang diperoleh akan dilakukan analisis atau uji deskriptif statistika maupun uji inferensial dengan hipotesis statistika menggunakan SPSS.

Hasil Uji Normalitas Sebagai Berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
Shapiro-Wilk Statistic	Shapiro-Wilk			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic
,944	,944	,944	,944	,944	,944	,944
,916	,916	,916	,916	,916	,916	,916

Sesuai tabel 1 diatas diketahui df data sebelum dan sesudah perlakuan adalah 15 sehinggann uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Saphiro-Wilk karena subjek penelitian kurang dari 50. Dari tabel tersebut diketahui nilai signifikan sebelum perlakuan 0,430 dan sesudah perlakuan 0,169 yang keduanya lebih besar dari nilai alpha ($0,430 > 0,05$ dan $0,169 > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak yang berarti data sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan berdistribusi normal.

Hasil Uji Descriptive Statistic

Tabel 2. Descriptive Statistic

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	
Sebelum Perlakuan	15	4	10	6,40	1,765	
Sesudah Perlakuan	15	7	12	9,93	1,624	
Valid N (listwise)	15					

Tabel 2 Berdasarkan tabel 4.9 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai rata-rata sebelum perlakuan 6.40 dan sesudah diberikan perlakuan 9.93. Nilai terendah sebelum diberikan perlakuan yakni 4 dan sesudah diberikan perlakuan yakni 7, sedangkan nilai tertinggi sebelum perlakuan 10 dan sesudah perlakuan adalah 12 selanjutnya standar deviasi sebelum perlakuan adalah 1.765 dan sesudah perlakuan menjadi 1.624.

Hasil Uji Paired Samples Test

Tabel 3. Paired Samples Test

Paired Samples Test									
Paired Differences									
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Perlakuan - Sesudah Perlakuan	-3,533	2,100	,542	-4,696	-2,370	-6,517	14	,000

Dari tabel 3 dapat diketahui bahwa nilai t hitung sebesar -5,351 pada uji t tanda plus minus tidak diperhatikan Dilihat dari negatif bermakna positif nilai terhitung $5,351 > t_{tabel} 1.76131$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima,, sebagai

berikut : H_1 = Terdapat Pengaruh Senam Irama Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara .

Penelitian ini dilaksanakan di TK Negeri Pembina Palu Utara penelitian bertujuan untuk melihat seberapa besar sebuah permasalahan yang harus dijawab yaitu bagaimana pengaruh senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak dikelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara. Data lapangan menggunakan dokumentasi, pendoman wawancara dan lembar observasi dengan aspek yang diamati, yaitu: 1) aspek kekuatan gerak tubuh 2) keseimbangan gerak dan 3) kelenturan gerak. Dari aspek yang di amati memiliki kategori yaitu berkembang sangat baik (BSB), berkembang sesuai harapan (BSH), mulai berkembang (MB), dan belum berkembang (BB). Setelah peneliti memperoleh data-data dan hasil penelitian, peneliti melakukan analisis data. Adapun analisis data yang diperoleh dan telah di analisis secara deskriptif statistic dan inferensial, bahwa kegiatan senam irama dapat mengembangkan motorik kasar anak. Hal ini dilihat pada perubahan data dari sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan, terdapat perubahan disetiap aspek yang di amati .

Senam Irama, pendidikan jasmani atau kegiatan senam irama ialah pelatihan jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan motorik kasar, pengetahuan, penalaran dan pebiasan pola hidup sehat anak yang merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang menunjuk pada aspek kualitas tubuh dan organ-organnya seperti kekuatan otot, daya tahan jantung (paru-paru), kelenturan (otot persendian), sedangkan kebugaran motorik menekankan aspek penampilan yang melibatkan kualitas gerak seperti kecepatan, kelincahan, koordinasi power, keseimbangan, kelenturan dan lain-lain. Menurut Nuraini, senam irama dinamakan juga dengan senam ritmik yang merupakan senam dengan gerak sesuai irama seperti bertepuk tangan, ketukan, dan musik yang dikerjakan oleh individu atau berkelompok [10]. Senam irama tanpa adanya anak maka senam irama tidak akan terlaksana. Sejalan dengan hal itu, faktor penghambat senam irama yaitu kondisi anak dan kurangnya minat dan bakat anak pada kegiatan senam irama akan mempengaruhi dan menghambat pelaksanaan senam irama di sekolah [11].

Senam termasuk salah satu olahraga yang sangat bermanfaat, selain itu senam juga dipercaya sebagai sarana yang bagus untuk menggapai hidup sehat dan lebih berkualitas. “Gerakan-gerakan pada senam selain melatih otot-otot pada tubuh juga melatih motorik kasar anak. Dengan motorik yang terlatih diharapkan juga anak lebih terampil dan kreatif dalam melakukan aktifitas sekolah sehari-hari. Menurut Burhaein dan Ramadhani, Senam irama adalah koordinasi gerak antara anggota badan dengan alunan irama. 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 [12], [13]. 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 irama banyak, yaitu mempunyai manfaat fisik, emosi, sosial dan intelektual. Berikut gambaran minggu pertama sebelum perlakuan, pelaksanaan senam irama dalam pengambilan data terlihat masih banyak anak yang belum mampu melakukan senam irama dan gurunya masih memperkenalkan gerakan-gerakan senam irama tersebut. minggu kedua setelah adanya perlakuan senam irama terlihat adanya kemajuan anak dalam melakukan senam irama dan bertambah jumlah anak yang masuk dalam kategori mulai berkembang. Jadi disimpulkan bahwa senam irama sangat bermanfaat terhadap motorik kasar anak dimana anak yang belum sama sekali mahir dalam melakukan gerakan setelah diberikan perlakuan sekarang sudah mampu bergerak dengan teratur dan lincah.

Pengaruh Senam Irama Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak. Senam irama sangat tepat dipakai dalam proses pembelajaran untuk dapat mengembangkan motorik kasar pada anak. hal ini dikemukakan oleh menurut Syarifudin menyatakan bahwa Senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama atau musik atau aktivitas gerak yang dilakukan secara berirama [14]. Sedangkan menurut Ahmad dalam Zulfahmi menyatakan bahwa 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 [15]. Senam irama sangat cocok digunakan untuk mengembangkan motorik kasar pada anak, juga membantu keterampilan anak dalam motorik kasar serta dapat memenuhi tiga aspek yang di amati seperti keseimbangan tubuh, kekuatan tubuh dan kelincahan tubuh. Kemampuan Motorik Kasar Anak

Pengembangan kemampuan motorik kasar di Taman Kanak-kanak pada dasarnya sangat identik dengan kegiatan pembelajaran melalui bermain, sehingga pemberian rangsangan hendaknya juga dilakukan melalui proses pembelajaran yang dirancang dengan menggunakan permainan agar dapat menciptakan kenyamanan dan kemudahan bagi anak usia dini [16]. Hal ini saling berhubungan dengan pernyataan Bodi yang menyatakan untuk mencapai tujuan pendidikan, pendidik perlu mengupayakan membangun suasana belajar yang menyenangkan dengan memperhatikan tujuan pembelajaran, langkah-langkah, materi dan media yang menarik sehingga anak dapat mengikuti pembelajaran dengan baik [17].

Sedangkan menurut Santrock, kemampuan motorik kasar ialah kemampuan yang meliputi kegiatan otot-otot besar, seperti berjalan dan menggerakkan lengan. Kemampuan motorik kasar merupakan bagian dari keseimbangan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, ketepatan, kelincahan, yang menjadi sebuah pemicu salah satu kegiatan olahraga, atau kegiatan yang melatih fisik [18]. Pada penelitian ini hanya berfokus kepada aspek kekuatan, kelincahan dan keseimbangan motorik kasar anak. Penjelasan berikut yang dibahas adalah tiga aspek yang terkait dengan kemampuan motorik kasar anak dalam melakukan senam irama antara lain menjaga keseimbangan kaki pada saat senam, kekuatan anak mampu menyelesaikan senam dengan baik dan kelincahan anak dalam menggerakkan kaki dan tangan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, akan disajikan tiga aspek yang diamati sebagai berikut : Aspek Kekuatan Tubuh, aspek yang pertama yang diamati dalam penelitian ini ada aspek kekuatan tubuh. Menurut Hasanuddin, kekuatan adalah penggerak setiap kegiatan atau aktivitas fisik. Kekuatan dapat pula membangkitkan ketegangan pada waktu menerima beban pada waktu tertentu. aktivitas motorik dari fungsi sistem pergerakan diatur oleh saraf, tulang, sendi dan otot yang saling menunjang dalam suatu kerjasama untuk melakukan kegiatan dan pergerakan [19]. Menurut Novra Pengertian secara fisiologi, kekuatan adalah kemampuan neuromuscular untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam [20].

Manfaat dari latihan kekuatan bagi olahragawan diantaranya untuk (a) meningkatkan kemampuan otot dan jaringan, (b) mengurangi cedera pada olahragawan, (c) meningkatkan prestasi, (d) terapi pada rehabilitasi penguatan otot, (e) membantu mempelajari atau penguasaan teknik [21]. Kekuatan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang sangat penting dalam berolahraga karena dapat membantu meningkatkan komponen-komponen seperti kecepatan, kelincahan dan ketepatan. Kekuatan berarti kemampuan untuk mengeluarkan tenaga secara maksimal dalam satu usaha, kemampuan kekuatan berarti terjadinya kontraksi otot pada manusia [20].

Pada pengamatan awal pengembangan motorik kasar di Kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara dikatakan belum berkembang karena dapat dilihat pada hasil observasi sebelum diberikan perlakuan berupa senam irama bahwa terdapat 0 anak (0%) dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 2 anak (13,33%) dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), terdapat 7 anak (46,66%) dalam kategori Mulai Berkembang (MB), dan 6 anak (40%) dalam kategori belum berkembang dalam aspek kekuatan gerak tubuh dalam gerakan dilihat dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa mengembangkan motorik kasar dalam senam irama di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara belum berhasil. Pada pengamatan akhir setelah diberikan perlakuan berupa senam irama pada aspek kekuatan gerak tubuh terdapat 6 anak (40%) kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 8 anak (53,33%) kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), terdapat 1 (6,66%) Mulai Berkembang (MB) dan 0 anak (0%) kategori Belum Berkembang (BB) dengan demikian dapat disimpulkan mengembangkan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara sudah berhasil.

Aspek Keseimbangan Tubuh, aspek kedua yang diamati dalam penelitian ini aspek keseimbangan tubuh anak . keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak. Kemampuan tubuh untuk mempertahankan keseimbangan dan kestabilan postur oleh aktivitas motorik tidak dapat dipisahkan dari faktor lingkungan yang berperan dalam pembentukan keseimbangan [22]. Keseimbangan merupakan kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat dan saat berdiri diam (static balance) atau pada saat melakukan gerakan dinamic balance [23].

Pada pengamatan awal pengembangan motorik kasar di Kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara dikatakan belum berkembang karena dapat dilihat dari hasil observasi sebelum diberikan perlakuan berupa senam irama bahwa terdapat 0 anak

(0%) dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 2 anak (20%) dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), terdapat 6 anak (40%) dalam kategori Mulai Berkembang (MB), terdapat 6 anak (46,66%) dalam kategori Belum Berkembang (BB) dalam aspek keseimbangan tubuh dalam gerakan dilihat dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa mengembangkan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara belum berhasil

Pada pengamatan akhir setelah diberikan perlakuan berupa senam irama pada aspek keseimbangan tubuh anak terdapat 6 anak (40%) kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 8 anak (53,33%) kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), terdapat 1 anak (6,66%) kategori Mulai Berkembang (MB), dan terdapat 0 (0%) kategori Belum Berkembang (BB). Dengan demikian disimpulkan bahwa mengembangkan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara sudah berhasil.

Aspek Kelincahan Tubuh, aspek terakhir yang diamati dalam penelitian ini aspek kelincahan tubuh anak. Kelincahan adalah salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Disamping itu Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk merubah keberbagai posisi dalam kecepatan yang tinggi [24]. Agility yang biasanya disebut kelincahan adalah kapasitas fisik yang penting untuk kinerja olahraga. Kelincahan secara keseluruhan didefinisikan sebagai kemampuan untuk bergerak dan mengendalikan tubuh secepat mungkin selama akselerasi, deselerasi, dan perubahan arah [25]. Kinerja olahraga yang sukses tergantung tidak hanya pada waktu gerakan tetapi juga pada kemampuan atlet untuk dengan cepat dan efektif mendefinisikan arah di mana ia harus berlari [26]. Kelincahan yang kurang berkembang anak akan merasa kesulitan dalam memecahkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari maupun kemampuan berolahraganya. Selain itu anak juga akan terganggu dalam melakukan kegiatan yang menuntut kemandirian. Salah satu contoh kemandirian yang berkaitan dengan kelincahan adalah melalui senam olahraga [27].

Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya anak cerdas tidak hanya anak yang lancar membaca atau menjadi Albert Einstein. [24] Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya anak cerdas tidak hanya anak yang lancar membaca atau menjadi Albert Einstein. Tetapi anak yang cerdas adalah anak yang berkembang secara baik seluruh kemampuan dirinya [24].

Pada pengamatan awal pengembangan motorik kasar di Kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara dikatakan belum berkembang karena dapat dilihat dari hasil observasi sebelum diberikan perlakuan berupa senam irama bahwa terdapat 0 anak (0%) kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 2 anak (13,33%) kategori Berkembangan Sesuai Harapan (BSH), terdapat 3 anak (20%) kategori Mulai Berkembang (MB), dan terdapat 10 anak (66,66%) kategori Belum Berkembang (BB).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mengembangkan motorik kasar di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara belum berhasil.

Pada pengamatan akhir setelah diberikan perlakuan berupa senam irama pada aspek kelincuhan tubuh dalam gerakan senam irama terdapat 5 anak (33,33%) kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), terdapat 6 anak (40%) kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), 4 anak (26,66%) kategori Mulai Berkembang (MB) dan 0 anak (0%) kategori Belum Berkembang (BB). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mengembangkan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara sudah berhasil.

KESIMPULAN

Penerapan senam irama di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara, Ada tiga tahap persiapan, terlebih dahulu peneliti menyiapkan bahan ajar, seperti rancangan pembelajaran dan sound sistem untuk memutar lagu senam kemudian masuk ditahap inti, yaitu penerapan senam irama dari minggu pertama sampai minggu keempat. Tahap terakhir, guru menjelaskan manfaat dari senam yang telah dilaksanakan. Pelaksanaan penelitian berjalan dengan lancar. Perkembangan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara meningkat, hal ini dilihat dari pengamatan sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan berupa kegiatan senam irama. Ada tiga aspek yang diamati, yaitu aspek kekuatan gerak tubuh, keseimbangan tubuh dan kelincuhan tubuh. Sebelum perlakuan Kategori BSB (Berkembang Sangat Baik) ada 0% kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) ada 13,33% Kategori MB (Mulai Berkembang) ada 35,55% dan BB (Belum Berkembang) ada 51,10%, sesudah perlakuan Kategori BSB (Berkembang Sangat Baik) ada 37,77% kategori BSH (Berkembang Sesuai Harapan) ada 48,88% Kategori MB (Mulai Berkembang) 13,32% dan 0% BB (Belum Berkembang). Ada pengaruh kegiatan senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak di kelompok B TK Negeri Pembina Palu Utara . hal ini diperoleh dari terhitung $5,351 > t_{tabel} 1.76131$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_1 diterima, hal ini menunjukan bahwa kegiatan senam irama berpengaruh dalam mengembangkan motorik kasar anak.

PENGHARGAAN

Peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada ibu Andi Agusniatih selaku dosen pembimbing I dan ibu Fitriana selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi selama proses penelitian ini. Oleh karena itu dengan segala ketulusan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada Papa dan Mama dan keluarga , kepada terkhusus kelas C Pgpau dan PGPAUD angkatan 21. Untuk Temanku Windi Arini, Yela Kristiana, Amelia Rahmadani sudah membantu dalam tugas akhir hingga selesai dan terkhusus Anas Hidayat terimakasih telah memberikan kekuatan, do'a dan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan artikel ini.

REFERENSI

- [1] M. Fadhillah, "Komparasi Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 dengan Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 dalam Pembelajaran PAUD," *J. Ilm. Pendidik. PraSekolah dan Sekol.*, vol. 1, no. 1, 2016.
- [2] W. Meilin Saputri, H. Machmud, L. Anhusadar, Z. Mustang, and N. Hasana Safei, "Kesenian Khabanti: Meningkatkan Perkembangan Seni Anak Usia Dini," *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 2, pp. 247–258, Sep. 2023, doi: 10.37985/murhum.v4i2.181.
- [3] Fauziyah Syarifatul Huriyah, Siti Lulu Ulfyah, Sopi Masturoh, and Syifa Faujiyah, "Strategi Menghadapi Tantangan Dalam Memberikan Pendidikan Seks Pada Anak Usia Dini," *J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 2, no. 1, p. 10, Aug. 2024, doi: 10.47134/paud.v2i1.874.
- [4] Merci Tri Suryani Zalukhu, Rotua Samosir, and Julita Herawati, "Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di Paud Anakkonhi Do Hamoraon di Ahu," *Khirani J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 3, pp. 102–110, Sep. 2023, doi: 10.47861/khirani.v1i3.498.
- [5] A. Sutini, "Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini melalui Permainan Tradisional," *Cakrawala Dini J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 2, pp. 67–77, Mar. 2018, doi: 10.17509/cd.v4i2.10386.
- [6] A. N. Zulfah, N. Rohmah, and M. Mufaroah, "Peran Senam Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Kb Nurul Islam," *Sindoro Cendikia Pendidik.*, vol. 7, no. 4, pp. 11–20, 2024, doi: 10.9644/sindoro.v7i4.6290.
- [7] N. 'Arifah and M. Mursid, "Pelaksanaan Senam Irama untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini," *Aulad J. Early Child.*, vol. 8, no. 1, pp. 207–215, Feb. 2025, doi: 10.31004/aulad.v8i1.923.
- [8] D. S. Dewi, I. Nurjaman, and E. Fitria, "Peningkatan Motorik Kasar Anak Usia Dini Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Senam Irama," *PAUDIA J. Penelit. dalam Bid. Pendidik. Anak Usia Dini*, pp. 289–302, Sep. 2024, doi: 10.26877/paudia.v13i2.776.
- [9] S. Sugiyono, *Metode Penelitian: (Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Alfabeta, 2018.
- [10] F. Nuraini, D. E. Wati, and I. Puspitasari, "Pelatihan senam irama gerak dasar Tapak Suci untuk meningkatkan motorik kasar anak usia dini," in *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, September, 2019*, pp. 473–480. [Online]. Available: <https://seminar.uad.ac.id/index.php/senimas/article/view/2264>
- [11] R. M. Al Hakim and L. Rahmah, "Pengembangan Fisik Motorik Melalui Gerak Tari di Kelompok B RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta," *Golden Age J. Ilm. Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 4, pp. 269–286, Apr. 2019, doi: 10.14421/jga.2018.34-05.
- [12] E. Burhaein, "Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD," *Indones. J. Prim. Educ.*, vol. 1, no. 1, p. 51, Jun. 2017, doi: 10.17509/ijpe.v1i1.7497.
- [13] P. R. Ramadhani, "UPAYA Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B melalui Senam Irama," *EJ. Mhs. PG PAUD*, vol. 7, no. 4, 2018, [Online]. Available: <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/pgpaud/article/view/11067>
- [14] N. R. F. Hasibuan, T. Fauzi, and R. Novianti, "Pengaruh kegiatan senam irama terhadap kecerdasan kinestetik pada anak kelompok b tk mustabaqul khoir Palembang," *J. Pendidik. Anak*, vol. 9, no. 2, pp. 118–123, Nov. 2020, doi: 10.21831/jpa.v9i2.33564.

- [15] A. Novena Simamora, G. P. Sigalingging, Y. A. Naipospos, F. Situmorang, and F. S. Siregar, "Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Anak," *Harmon. Pendidik. J. Ilmu Pendidik.*, vol. 1, no. 3, pp. 153–161, Jun. 2024, doi: 10.62383/hardik.v1i3.443.
- [16] I. Lestari and T. Ratnaningsih, "The Effects of Modified Games on the Development of Gross Motor Skill in Preschoolers," *Int. J. Eval. Res. Educ.*, vol. 5, no. 3, p. 216, Sep. 2016, doi: 10.11591/ijere.v5i3.4542.
- [17] U. H. M. Tangse and D. Dimyati, "Permainan Estafet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun," *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 1, pp. 9–16, Mar. 2021, doi: 10.31004/obsesi.v6i1.1166.
- [18] R. Saleh, S. Misra Susanti, S. Muna, and F. Hertuni, "Analisis Permainan Kalego untuk Mengasah Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini," *Murhum J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 5, no. 2, pp. 1284–1293, Dec. 2024, doi: 10.37985/murhum.v5i2.993.
- [19] M. I. Hasanuddin, "Kontribusi Panjang Lengan, Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Pada Siswa Sma Garuda Kotabaru," *Cendekia J. Ilm. Pendidik.*, vol. 7, no. 2, pp. 208–217, 2019, doi: 10.33659/cip.v7i2.136.
- [20] Y. Novra, Z. Ricky, and D. N. Asmara, "Pengembangan Model Latihan Kelincahan dan Kekuatan dalam Permainan Sepak Bola," *J. Penjaskesrek*, vol. 8, no. 2, pp. 233–250, Nov. 2021, doi: 10.46244/penjaskesrek.v8i2.1633.
- [21] A. F. Sugiharto and H. S. Rejeki, "Inovasi model latihan gerak pencak silat untuk anak usia 9 – 12 tahun," *Multilater. J. Pendidik. Jasm. dan Olahraga*, vol. 22, no. 4, p. 167, Jul. 2023, doi: 10.20527/multilateral.v22i4.16576.
- [22] E. Pratiwi and H. D. Prayoga, "Analisis Kecepatan Reaksi pada Atlit Bolavoli Uniska," *Riyadhoh J. Pendidik. Olahraga*, vol. 2, no. 1, p. 1, Jun. 2019, doi: 10.31602/rjpo.v2i1.2024.
- [23] M. R. Hafidzullah, E. Sudarmanto, and M. Fatoni, "Kemampuan menggiring bola ditinjau dari keseimbangan dan koordinasi mata kaki," *J. Porkes*, vol. 7, no. 1, pp. 511–523, Jun. 2024, doi: 10.29408/porkes.v7i1.25491.
- [24] M. F. Makorohim, A. Yani, P. H. Malau, and A. T. Priadi, "Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kelincahan Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Jambura J. Sport. Coach.*, vol. 6, no. 1, pp. 1–8, Jan. 2024, doi: 10.37311/jjsc.v6i1.22243.
- [25] H. Mardiyanto, S. S. Perdana, and I. Norasmi, "Perbandingan Agility Pada Pemain Sepak Bola Paska Rehabilitasi Rekonstruksi Anterior Cruciate Ligament Dengan Pemain Sepak Bola Sehat," *FISIO MU Physiother. Evidences*, pp. 36–38, 2021, doi: 10.23917/fisiomu.v2i1.4968.
- [26] L. de F. B. Loureiro and P. B. de Freitas, "Development of an Agility Test for Badminton Players and Assessment of Its Validity and Test–Retest Reliability," *Int. J. Sports Physiol. Perform.*, vol. 11, no. 3, pp. 305–310, Apr. 2016, doi: 10.1123/ijsp.2015-0189.
- [27] E. Maulidia, S. E. Haryono, and A. Asmah, "Efektifitas Gerak Senam Ceria Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Pada Kelompok A TK Kartika Nawa Desa Kedok Turen," in *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Pendidikan*, 2019, vol. 3, no. 2015, pp. 122–129. [Online]. Available: <https://conference.unikama.ac.id/artikel/index.php/fip/article/view/403>