

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teori

##### 1. Senam Irama dalam Pembelajaran PAUD

###### a) Hakikat Senam Irama dalam Pembelajaran PAUD

Dalam pembelajaran motorik sejak dini, perkembangan kejiwaan dan perilaku dari kecil perlu mendapat prioritas utama, sebab kalau perkembangan motorik, kejiwaan dan perilaku tidak sejak kecil dibina maka untuk perkembangan selanjutnya kurang mendapat fondasi yang kokoh. Oleh karena itu pembinaan dalam motorik, selain perlu dipikirkan macam kegiatan yang dapat mempengaruhi pertumbuhan kejiwaan dan perilaku, tetapi sekaligus juga merangsang pertumbuhan fisik serta memberi dasar keterampilan yang nantinya berguna dalam pengembangan pencapaian prestasi.

Hakikat dari pembelajaran pada anak usia dini adalah pengembangan kurikulum secara konkrit berupa seperangkat rencana yang berisi sejumlah pengalaman belajar melalui bermain yang diberikan kepada anak usia dini berdasarkan potensi dan tugas perkembangan yang harus dikuasainya dalam rangka pencapaian kompetensi yang harus dimiliki oleh anak (sujiono dan sujiono dalam mursid).<sup>1</sup>

Aktifitas ritmik (senam irama) dalam pembelajaran pendidikan jasmani anak dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengembangkan orientasi gerak tubuh, sehingga anak-anak memiliki unsur-unsur kemampuan tubuh yang multilateral. Dalam proses pembelajarannya memfokuskan pada kesesuaian atau keterpaduan antara gerak dan irama.<sup>2</sup>

###### b) Tujuan Senam Irama dalam Pembelajaran PAUD

Tujuan dari pendidikan anak usia dini adalah membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak sehingga memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan lebih lanjut.<sup>3</sup> Secara umum tujuan pendidikan anak usia dini adalah

---

<sup>1</sup> Mursid, *Belajar dan Pembelajaran PAUD*, 34.

<sup>2</sup> Citra Resita dan Resty Gustiawati, *Bahan Ajar Didaktik Pembelajaran Senam Ritmik Untuk Mahasiswa, Praktisi, dan Umum*, (Bandung: Refika Aditama, 2020), 23.

<sup>3</sup> Ihsan Dacholfany dan Uswatun Hasanah, *Pendidikan Anak Usia Dini Menurut Konsep Islam*, 120.

menstimulus atau rangsangan bagi perkembangan potensi anak agar menjadi manusia yang beriman bertakwa, berakhlak mulia, cerdas, kreatif, sehat, kritis, mandiri, inovatif dan percaya diri. Hal ini terlihat jelas bahwa melakukan kegiatan senam irama dalam pembelajaran paud merupakan stimulus yang tepat dan sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan anak usia dini karena dengan melakukan senam irama dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik, emosional, percaya diri dan motorik, dst.

Senam irama merupakan kegiatan yang menarik untuk anak karena dengan melakukan gerakan-gerakan senam yang di iringi musik anak terlatih motorik kasar yang di dalamnya terdapat gerakan untuk melatih keseimbangan tubuh, koordinasi anggota tubuh, kelenturan anggota tubuh dan kekuatan anggota tubuh mereka.

Biasworo, mengungkapkan tujuan Pendidikan senam bagi anak adalah: 1) Memenuhi bakat dan minat anak untuk melakuakn aktivitas fisik. 2) Merangsang kecerdasan dan perkembangan kesehatan serta kesegaran jasmani. 3) Membantu perbaikan kelainan pertumbuhan gerak. 4) Menanamkan rasa saling menghormati kepada yang lebih tua, sopan santun, disiplin dan kerja keras serta mandiri.<sup>4</sup>

### c) **Senam Irama dalam Kerangka Dasar Pembelajaran PAUD**

Merujuk pada konsep Undang Undang pendidikan usia dini, wahana pendidikan yang sangat fundamental dalam memberikan kerangka dasar yang dilakukan oleh pendidik dan orang tua dalam proses perawatan, pengasuhan, dan pendidikan pada anak yaitu dengan melalui rangsangan yang dapat membantu tumbuh kembangnya perkembangan anak baik rohani maupun jasmani untuk proses pendidikan selanjutnya.

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab 1 ayat 14 ditegaskan bahwa “Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut”. Demikian dalam kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik anak, pemerintah

---

<sup>4</sup> Biasworo Adisuyanto Aka, *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*, (Jakarta: Grasindo, 2009), 4-6.

mulai memperhatikan setiap tumbuh kembang anak. Seperti yang tertulis dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia nomor 58 Tahun 2009 tentang standar Pendidikan Anak Usia Dini bahwa tingkat pencapaian perkembangan anak usia 5-6 tahun yaitu anak mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan.

Gallahue dalam Samsudin, menyatakan bahwa untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan melalui aktivitas-aktivitas seperti menari, permainan, olahraga dan senam dimana aktivitas-aktivitas tersebut termasuk ke dalam wilayah pendidikan jasmani.<sup>5</sup> Oleh sebab itu anak PAUD harus disiapkan ke arah kebutuhan gerak dasar olahraga melalui pendidikan jasmani dengan pendekatan multilateral yang disesuaikan dengan tahap perkembangan dan kematangannya. Anak usia dini tidak lagi direpotkan dengan berbagai kegiatan jasmani yang bersifat dasar, seperti bagaimana agar dapat berlari atau berjalan dengan baik. Pada masa ini, tugas perkembangan jasmani anak ditekankan pada koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, melompat, bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan. Pada awalnya gerakan anak belum terkoordinasi dengan baik, seiring dengan kematangan dan pengalaman anak, gerakan terkoordinasi tersebut berkembang dari tidak terkoordinasi dengan baik menjadi terkoordinasi secara baik. (Jamaris)<sup>6</sup>

Latihan atau belajar senam irama merupakan salah satu kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan melakukan gerakan yang terkoordinasi pada anak usia dini. Latihan senam irama merupakan latihan yang paling sederhana, murah, dan mudah untuk dilaksanakan. Pelaksanaan latihan senam irama tersebut selain tidak menggunakan peralatan yang banyak dan tempat yang luas juga bisa dilakukan secara berkelompok maupun sendiri.

Latihan atau belajar senam irama yang dimaksud dalam pembelajaran adalah suatu aktivitas fisik yang tersusun secara sistematis yang dilakukan melalui latihan dengan menggerakkan anggota tubuh dengan tujuan memberikan kesenangan dan

---

<sup>5</sup> Samsudin, *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-kanak*, (Jakarta: Pranada Media Group, 2008), 35.

<sup>6</sup> Jamaris, *Perkembangan dan Pengembangan Anak Usia Taman Kanak-kanak*, (Jakarta: PT Grasindo, 2006), 20.

mengembangkan kemampuan gerakan terkoordinasinya. Gerak irama merupakan gerak yang disadari dan disimulasi dengan adanya rangsangan terhadap seseorang, rangsangan tersebut diteruskan ke otak melalui syaraf sensori. Otak menerima rangsangan tersebut kemudian mengolahnya serta dikembalikan kembali ke syaraf gerak tubuh sehingga alat-gerak tubuh berupa otot-otot melakukan gerakan yang diinginkan (Delphie).<sup>7</sup> Untuk dapat melakukan gerakan irama atau ritmik seperti spontan dan baik, guru dapat memberikan latihan gerakan-gerakan dasar secara terpimpin agar anak dapat menguasai gerakan tersebut, seperti gerakan yang termasuk kedalam jenis gerakan lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif.

Semua pembelajaran tersebut dirancang dan diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang dan mendorong kreativitas serta kemandirian. Dalam pelaksanaannya disesuaikan dengan tahap pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak serta kebutuhan dan kepentingan terbaik anak dengan memperhatikan perbedaan bakat, minat, dan kemampuan masing-masing anak, kemudian mengintegrasikan kebutuhan anak akan kesehatan, gizi, dan stimulasi psikososial, serta memperhatikan latar belakang ekonomi, social dan budaya anak.<sup>8</sup>

#### **d) Pentingnya Pembelajaran Senam Irama bagi PAUD**

Aktivitas ritmik atau kegiatan senam irama dapat memberikan sumbangan kepada semua pengembangan pembelajaran di paud meskipun aktivitas ritmik hanya merupakan sebagian dari metode pengembangan fisik anak. Penggunaan kegiatan gerak berirama dapat diintegrasikan dengan hampir semua kegiatan dalam kurikulum. Aktivitas-aktivitas dalam kelas, seperti pengembangan kognitif, bahasa, social dan emosional serta nilai-nilai agama dan moral dapat dipadukan dengan aktivitas gerak berirama. Aktivitas gerak yang penting bagi anak-anak, baik sebagai independen maupun sebagai bagian integral dari pembelajaran paud. Gerak akan memberi kesempatan yang mendasar pada pertumbuhan anak, dalam hal memajukan serta mengintensifkan berbagai kompetensi termasuk

---

<sup>7</sup> Delphie B, *Program Pembelajaran Individu Berbasis Gerak Irama*, (Bandung: Pustaka bani Quraisy, 2005), 16.

<sup>8</sup> Peraturan Pemerintah No. 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan Pasal 66, Ayat (2).

adanya daya cipta dalam gerak. Melalui aktivitas gerak anak mendapatkan kesempatan merespon atau menanggapi lingkungan seperti warna, bunyi, ruang, gerak, irama, dan orang-orang disekelilingnya yang diharapkan dapat mengembangkan potensi anak secara optimal. (Bambang Sujiono)<sup>9</sup>

Dengan membiarkan anak-anak bergerak dinamis dan aktif, merasakan dan merespon, menciptakan serta mengekspresikan diri melalui aktivitas gerak berirama, akan menumbuhkan daya kreatif pada anak yang pada gilirannya anak akan menemukan dirinya melalui aktualisasi diri.

Manfaat lain dari senam irama dalam pembelajaran paud dapat menciptakan sebuah rangsangan optimal untuk system syaraf yang bermanfaat bagi proses pendidikan, merangsang anak untuk bergerak, mendorong keadaan relaksasi dan ketenangan, memfasilitasi kinerja ritmis gerakan, memudahkan internalisasi kemampuan motorik dan kemampuan khusus untuk senam.<sup>10</sup>

#### e) **Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Paud dengan Senam Irama**

Hal-hal yang direncanakan dalam pembelajaran paud:

- 1) Menentukan tujuan atau aspek yang dikembangkan (meningkatkan motorik kasar dan meningkatkan kecerdasan majemuk)
- 2) Pemilihan bentuk kegiatan yang akan dilaksanakan (senam irama)
- 3) Pemilihan alat atau media penunjang yang digunakan (dengan vcd dan kaset dan tv)
- 4) Pemilihan metode yang dianggap sesuai (metode bermain sambil belajar dan praktik langsung)

Dengan perencanaan kegiatan senam ini berpengaruh sangat baik untuk usia dini karena: 1) memberi bermacam-macam pengalaman gerak (multilateral training), 2) merangsang perkembangan seluruh panca indra, 3) mengembangkan imajinasi dan fantasi, dan 4) bergerak mengikuti irama atau lagu. Dalam permainan atau kegiatan untuk anak usia dini diusahakan dikemas dalam bentuk permainan yang menarik dan asyik agar mereka mendapatkan kesenangan dan kenyamanan.

---

<sup>9</sup> Bambang Sujiono, 9.2.

<sup>10</sup> Moreno Cindo, *Senam Irama*, (Jakarta: Trans Mandiri Abadi, 2009),

Disisi lain, melalui kegiatan senam PAUD ceria diharapkan kecerdasan majemuk yang dimiliki anak dapat berkembang pula. Dengan demikian anak-anak yang sehat, cerdas, ceria dan berakhlak mulia dapat diwujudkan. Disamping untuk mengembangkan potensi anak, dengan melakukan senam (olahraga) sejak dini diharapkan anak-anak akan gemar berolahraga mengingat olahraga merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk menjaga kebugaran tubuh.

#### f) Evaluasi Pembelajaran Senam Irama

Pada pembelajaran Senam irama yang sering dilakukan pada Pendidikan anak usia dini adalah senam irama ceria. Senam irama ceria ini merupakan senam yang khusus diciptakan untuk anak usia dini. 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.

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

## 2. Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini

### a) Pengertian

Motorik kasar adalah sebuah sistem kerja tubuh pada manusia yang sangat kompleks waktu kita bicara tentang kemampuan gerak tubuh anak (Ani Christina).<sup>11</sup> Yanuar Kiran mengatakan motorik merupakan suatu rangkaian peristiwa yang tidak dapat diamati secara nyata, yang mencakup seluruh proses pengaturan dan pengendalian fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun psikis padamobilitas.<sup>12</sup> Richard Decaprio berpendapat motorik merupakan semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh, hal ini bersangkutan dengan kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Ada dua jenis motorik pada setiap anak yaitu motorik halus & motorik kasar. Motorik kasar menurut Richard D,

---

<sup>11</sup>Ani Chistina, *Tuntas Motorik*, (Sidoarjo: Filla Pres, 2019), 06

<sup>12</sup>Yanuar Kiram, *Belajar Keterampilan Motorik*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019),11.

adalah gerakan tubuh dengan menggunakan sebagian atau seluruh otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang berpengaruh terhadap kematangan anak.<sup>13</sup> Motorik kasar meliputi kemampuan gerakan tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan.<sup>14</sup>

Menurut *Hurlock* pada Ahmad R motorik kasar merupakan kematangan pada anak yang dipengaruhi oleh gerakan tubuh dengan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh.<sup>15</sup> *Papalia, Olds, Feldman* dalam Ahmad R. mengatakan kemampuan motorik kasar (*gros motor skill*) merupakan kemampuan-kemampuan fisik yang melibatkan otot besar misalnya berlari & melompat, pendapat lain juga dijelaskan oleh *Sanrock* pada Ahmad R, mengungkapkan keterampilan motorik kasar adalah keterampilan yang mencakup kegiatan otot besar misalnya menggerakkan lengan dan berjalan.<sup>16</sup>

Menurut Aep Rohendi gerakan motorik kasar adalah gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar, kebanyakan keterampilan gerakan pada cabang olahraga dan dikelompokkan ke dalam gerakan kasar misalnya melompat, melempar, menangkap bola dan sebagainya.<sup>17</sup>

Menurut Bambang Sujiono, gerakan motorik kasar merupakan gerakan yang membutuhkan koordinasi seluruh atau sebagian tubuh anak. Hadis pada Bambang Sujiono juga mengatakan guna menstimulus motorik kasar anak dapat dilakukan dengan menggunakan latihan melompat, memanjat, berlari, berjinjit, berjalan pada titian dan sebagainya. Sujiono menegaskan gerakan motorik kasar melibatkan kegiatan gerakan otot tangan, otot kaki dan semua tubuh anak.<sup>18</sup> Sebagaimana firman Allah pada Surah Al- Mulk Ayat 19:

---

<sup>13</sup> Richard Decaprio, *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siswa*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2017), 14.

<sup>14</sup> Permendikbud No 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, Pasal 10 ayat 3.

<sup>15</sup> Ahmad Rudyanto, Edt. Jamaluddin Yacub, *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*, (Lampung: Darussalam Press, 2016), 10.

<sup>16</sup> Ahmad Rudyanto, 11.

<sup>17</sup> Aep Rohendi dan Laurens Seba, 27.

<sup>18</sup> Bambang Sujiono. dkk, *Materi Pokok Metode Pengembangan Fisik, 1-12, PGTK 2302/4 sks*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2015), 1.13.

أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الطَّيْرِ فَوْقَهُمْ صَافَاتٍ وَيَقْبِضْنَ مَا يُمَسِّكُهُنَّ إِلَّا الرَّحْمَنُ إِنَّهُ  
بِكُلِّ شَيْءٍ بَصِيرٌ

“Tidakkah mereka memperhatikan burung - burung dan mengembangkan dan mengatupkan sayapnya diatas mereka? Tidak ada yang menahannya (di udara) selain Yang Maha Pengasih. Sungguh Dia Maha Melihat segala sesuatu.” (Q.S. Al-Mulk:19).<sup>19</sup>

Heri Rahyubi berpendapat bahwa kegiatan motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau ketrampilan gerak sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar mencakup pola lokomotor (gerakan yang mengakibatkan perpindahan tubuh ke tempatlain) seperti berjalan, berlari, menendang, naik turun tangga, melompat, meloncat, & sebagainya.<sup>20</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa gerakan motorik kasar adalah gerakan oleh sebagian atau keseluruhan anggota tubuh atas perintah otak dan mengkoordinir gerakan tubuh terhadap berbagai macam gerak yang dilakukan. Dengan menguasai gerak motorik kasar sangat penting untuk beraktivitas sehari-hari, tanpa mempunyai gerakan yang baik akan menghambat aktivitas gerak, diantaranya aktivitas ringan seperti berlari, melompat, mendorong, melempar, menangkap, menendang dan lain sebagainya, aktivitas tersebut melibatkan otot-otot besar yaitu otot tangan dan otot kaki dalam anggota tubuh.

#### b) Tujuan Pembelajaran Motorik (Gerak)

Pembelajaran gerak merupakan bagian yang penting dalam kehidupan manusia. Dengan pembelajaran gerak yang terarah, terpadu dan sistematis maka seseorang akan mampu menguasai pembelajaran gerak dengan baik dan akan berpengaruh terhadap kehidupan manusia itu sendiri. Seorang yang telah menguasai keterampilan motorik secara baik

<sup>19</sup> Al Qur'an, Al Mulk ayat 19, *Al -Quran Al-Karim dan Terjemah Bahasa Indonesia (Ayat Pojok)*, (Kudus: Menara Kudus, 2006), 563.

<sup>20</sup> Heri Rahyubi, *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Diskripsi dan Tinjauan Kritis*, (Bandung: Nusa Media, 2016), 222.

setidaknya telah punya bekal yang sangat penting dan berguna untuk menapaki kehidupan menuju masa depan yang lebih baik.<sup>21</sup>

Pengembangan motorik kasar di pendidikan anak usia dini bertujuan untuk mengenalkan dan melatih gerakan kasar pada anak, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol dan mengkoordinasi gerakan tubuh, serta meningkatkan stamina tubuh dengan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. “Sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, anak didik dilatih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya kelak.” (Depdiknas dalam Ahmad R).<sup>22</sup>

Bagi anak usia dini pembelajaran gerak sangat penting di berikan guna meningkatkan perkembangan fisik motorik anak dan meningkatkan kecerdasan anak. Selain itu juga akan menambah kreativitas anak dalam mengeksplorasi gerak. Stimulus yang baik dalam pembelajaran gerak anak ini adalah dengan pembelajaran di luar ruangan dengan kegiatan senam.

### c) **Perkembangan Keterampilan Motorik Kasar Anak**

Keterampilan adalah penguasaan suatu gerakan yang merupakan gambaran kemampuan seseorang dalam hal motorik. Seseorang dikatakan mempunyai keterampilan motorik baik apabila orang tersebut mampu untuk melakukan suatu gerak secara maksimal sesuai kemampuannya. Keterampilan motorik setiap orang berbeda-beda, faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik seseorang adalah minat atau kemauan, usia dan pengalaman.<sup>23</sup>

Bambang Sujiono dkk menyatakan bahwa salah satu perkembangan anak yang harus dikembangkan yaitu perkembangan motorik kasar. Gerakan motorik kasar merupakan kemampuan gerakan yang melibatkan sebagian besar tubuh anak juga dalam gerakannya memerlukan tenaga dan otot-otot yang besar pula. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi. Ada beberapa aktivitas yang bisa mengembangkan gerakan motorik kasar anak, contohnya

---

<sup>21</sup> Heri Rahyudi, 210.

<sup>22</sup> Ahmad Rudiyanto, 31.

<sup>23</sup> Heri Rahyudi, 211.

kegiatan berjalan pada papan titian, olahraga (melompat tali, renang, sepak bola, bulu tangkis, senam, bersepeda). Kegiatan tersebut dapat membuat anak menjadi senang sekaligus bisa melatih rasa percaya diri anak.<sup>24</sup>

Keterampilan motorik ini juga tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini yang menyatakan bahwa tingkat pencapaian perkembangan anak usia 5-6 tahun di bagian aspek perkembangan motorik kasar salah satunya adalah melakukan koordinasi gerakan kaki, tangan, kepala, dalam melakukan tarian atau senam. Tingkat Pencapaian Perkembangan ini terdiri dari indikator anak dapat menggerakkan kaki, tangan, dan kepala dengan lincah dan semangat, anak dapat melakukan koordinasi gerak kaki, tangan dan kepala secara bersamaan dengan benar dalam gerak irama, dan anak dapat melakukan gerak yang sesuai dengan irama musik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik menurut Aep Rohendi dkk adalah sebagai berikut:<sup>25</sup>

- 1) Faktor biologis, meliputi pertumbuhan dan perkembangan, perbedaan dan integrasi, kesiapan (readiness), periode belajar kritis, perbedaan individual.
- 2) Faktor lingkungan, meliputi ikatan, stimulasi dan deprivasi, temperamen.
- 3) Faktor fisikal, meliputi: kelahiran prematur, pola makan, tingkat kebugaran, biomekanika.

Bambang Sujiono mengatakan, perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar terampil menggerakkan anggota tubuh. Untuk itu anak belajar dari guru tentang beberapa pola gerakan yang dapat mereka lakukan yang dapat bisa melatih ketangkasan, kecepatan, kekuatan, kelenturan, serta ketepatan koordinasi tangan dan mata. Mengembangkan kemampuan motorik sangat diharapkan anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Moelichatoen dalam Bambang S. menggolongkan tiga keterampilan motorik anak yaitu:<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Bambang Sujiono. dkk, *Materi Pokok Metode Pengembangan Fisik, 1-12, PGTK 2302/ 4 sks*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2015), 1.13.

<sup>25</sup> Aep Rohendi dan Laurens Seba, 78-93.

<sup>26</sup> Bambang Sujiono. dkk, 1.12.

- 1) Keterampilan lokomotorik, misalnya berjalan, meloncat, meluncur.
- 2) Keterampilan nonlokomotorik yaitu menggerakkan bagian tubuh dengan anak berdiam, misalnya mengangkat, mendorong, berayun, menarik.
- 3) Keterampilan memproyeksi, misalnya menerima dan menangkap, dan melempar benda.

**d) Faktor dan Fungsi yang Mempengaruhi Motorik Kasar Anak**

Kartini Kartono dalam Ahmad Rudiyanto mengemukakan, bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorikanak yaitu faktor hereditas (bawaan sejak lahir), faktor lingkungan, fungsi psikis dan faktor aktivitas anak. Faktor lainnya yaitu adanya faktor kematangan, maksudnya kesiapan psikis maupun fisik untuk melakukan aktifitas tanpa adanya rangsangan dari luar, Faktor keturunan juga bisa berpengaruh dan faktor sosial ekonomi (pengaruh pemberian nutrisi atau gizi).<sup>27</sup>

Pengembangan kemampuan motorik anak merupakan kemampuan gerak dasar anak, sehingga guru Paud perlu membantu mengembangkan keterampilan fisik motorik anak dalam hal memperkenalkan dan melatih gerakan motorik kasar anak, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil. Guru dapat mengembangkan kompetensi anak paud dengan melatih dan mengasahgerakan motorik anak secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan, keseimbangan, kesiapan untuk menulis, dan melatih keberanian anak (Bambang Sujiono dkk).<sup>28</sup>

Fungsi pengembangan motorik kasar pada anak Taman Kanak-kanak menurut Permendikbud 37-2014 Standard Nasional PAUD sebagai berikut:

- 1) Kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan dapat terlatih.
- 2) Pertumbuhan dan pengembangan fisik motorik, rohani dan kesehatan anak dapat ditingkatkan.
- 3) Tubuh anak dapat dibentuk, dibangun, dan diperkuat.

---

<sup>27</sup>Ahmad Rudiyanto, *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini*, (Lampung: Darussalam Press Lampung, 2016), 24.

<sup>28</sup> Bambang Sujiono. dkk, 2.10.

- 4) Keterampilan (ketangkasan gerak) dan berpikir anak dapat dilatih.
- 5) Perkembangan emosional anak dapat ditingkatkan.
- 6) Perkembangan sosial anak dapat ditingkatkan.
- 7) Perasaan menyenangkan dan memahami manfaat kesehatan pribadi dapat ditumbuhkan.

Ahmad Rudiyanto menyatakan ada 6 tujuan dan fungsi perkembangan motorik kasar anak, antara lain:<sup>29</sup>

- 1) Untuk keseimbangan tubuh anak.
- 2) Melenturkan otot-otot pada anak.
- 3) Mengembangkan kecerdasan anak
- 4) Untuk kelincahan gerakan anak.
- 5) Sebagai alat untuk menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat dan terampil.
- 6) Meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koodinasi serta meningkatkan keterampilan tubuh dan hidup sehat.

e) **Unsur-unsur Keterampilan Motorik Kasar**

Richard Decaprio mengemukakan bahwa unsur-unsur pokok pembelajaran motorik meliputi kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, koordinasi. Richard Decaprio menyatakan bahwa para guru harus benar-benar memperhatikan unsur-unsur pokok pembelajaran motorik agar anak dapat mencapai kemampuan keterampilan gerakan fisik yang mumpuni sesuai dengan target yang diharapkan.<sup>30</sup> Menurut Heri Rahyubi macam unsur kemampuan fisik antara lain kekuatan, ketahanan, kelincahan, fleksibilitas, dan ketajaman indra<sup>31</sup>.

Unsur kesegaran jasmani seseorang berhubungan dengan kesehatannya (*physical fitness*), dalam mengembangkan kemampuan jasmani pada anak usia dini ada beberapa unsur yang harus dipahami yaitu kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), kecepatan, kelincahan (*agylity*), kelenturan

---

<sup>29</sup> Ahmad Rudiyanto, 32.

<sup>30</sup> Richard Decaprio, *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siswa*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2017), 45-54.

<sup>31</sup> Heri Rahyubi, *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Diskripsi dan Tinjauan Kritis*, (Bandung: Nusa Media, 2016), 212.

(*fleksibility*), koordinasi, ketepatan, dan keseimbangan.<sup>32</sup> Hal senada juga dijelaskan oleh Bambang Sujiono bahwa unsur-unsur kesegaran jasmani yang dikemukakan oleh para ahli yang perlu dipahami oleh guru Taman Kanak-kanan adalah sebagai berikut:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan ketegangan(*tension*) terhadap suatu tahanan (*resisten*). Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu anak tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti gerakan menahan beban tubuh dengan merentangkan tangan ke dinding, mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong atau menarik beban.
- 2) Daya tahan adalah kemampuan tubuh mensuplai oksigen yang diperlukan untuk melakukan suatu kegiatan. Daya tahan tubuh misalnya kegiatan lari atau jalan cepat, dapat juga dengan latihan-latihan seperti lompat tali, lari naik tangga, dorong mendorong, tarik menarik yang dilakukan berulang-ulang dengan waktu yang relatif lama.
- 3) Kecepatan adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Misal: berapa jarak yang ditempuh anak dalam melakukan lari empat detik, semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya.
- 4) Kelincahan adalah kemampuan anak untuk bergerak secara cepat.
- 5) Kelentukan adalah kualitas yang menentukan suatu segmen bergerak semaksimal mungkin menurut kemungkinan rentang geraknya (*range of movement*).
- 6) Koordinasi, koordinasi gerak merupakan kemampuan yang mencakup dua atau lebih kemampuan perseptual pola-pola gerak.
- 7) Ketepatan, ketepatan yang dapat dilakukan pada anak TK misalnya melempar bola kecil ke sasaran tertentu (keranjang).
- 8) Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan di bagi menjadi dua bentuk, yaitu: keseimbangan statis dan dinamis.

---

<sup>32</sup> Depdiknas, *Pedoman Pembelajaran Bidang Perkembangan Fisik/Motorik Di Taman Kanak-kanak*, (Jakarta: Depdiknas, 2007), 05.

- a) Keseimbangan statis, merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat.
- b) Keseimbangan dinamis, adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

**f) Metode Pengembangan Keterampilan Motorik Kasar Anak**

Metode merupakan sistem atau cara yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu. Tugas seorang guru paud yaitu mampu menerapkan metode-metode yang sesuai karakteristik anak paud dan tidak mengakibatkan cedera pada anak paud yang berfungsi untuk mengembangkan keterampilan motorik anak. Hal-hal yang perlu dilakukan guru dalam pemilihan metode untuk meningkatkan motorik anak usia dini adalah menciptakan lingkungan yang aman dan kegiatan yang menantang, menyediakan tempat, bahan dan alat yang dipergunakan dalam keadaan baik, serta membimbing anak mengikuti kegiatan tanpa menimbulkan rasa takut dan cemas dalam menggunakannya. Metode pembelajaran ini diharapkan harus sesuai dengan dunia anak, dan memungkinkan anak bisa leluasa dalam bergerak juga menjadikan anak senang, gembira dan berkreasi aktif. Metode yang paling tepat dan sesuai adalah metode bermain, bermain sambil belajar. Dengan bermain sambil belajar dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Bermain menurut Mayesti dalam Mursid adalah kegiatan yang anak-anak lakukan sepanjang hari karena bagi anak bermain adalah hidup dan hidup adalah permainan. Bermain bagi anak usia dini merupakan kebutuhan, sama seperti kebutuhan yang lain seperti makan minum, kesehatan, kasih sayang, pakaian, keamanan, kenyamanan, dll. Beliau menyatakan bahwa dunia anak adalah dunia bermain, anak belajar melalui bermain dan bermain seraya belajar.<sup>33</sup>

Bermain menurut A. Martuti adalah suatu kegiatan yang menyenangkan dan paling digemari oleh anak-anak pada masa prasekolah, dan sebagian waktu anak digunakan untuk bermain sehingga para ahli berpendapat bahwa usia prasekolah adalah

---

<sup>33</sup> Mursid, *Belajar dan Pembelajaran PAUD*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 37.

usia bermain. Manfaat bermain menurut Meyke ST dalam A. Martuti, antara lain:<sup>34</sup>

- 1) Manfaat bermain untuk perkembangan fisik.
- 2) Manfaat bermain untuk perkembangan aspek motorik.
- 3) Manfaat bermain untuk perkembangan aspek sosial.
- 4) Manfaat bermain untuk perkembangan kepribadian dan emosi.
- 5) Manfaat bermain untuk perkembangan aspek kognisi.
- 6) Manfaat bermain untuk mengasah ketajaman penginderaan.
- 7) Manfaat bermain untuk mengembangkan keterampilan olahraga dan menari.
- 8) Pemanfaatan bermain bagi guru.
- 9) Pemanfaatan bermain sebagai media terapi.
- 10) Pemanfaatan bermain sebagai media intervensi

Dari dua pendapat dapat disimpulkan bahwa metode bermain adalah metode pembelajaran anak usia prasekolah di mana anak-anak diajak untuk melakukan kegiatan bersama yang berupa kegiatan yang menggunakan alat dan atau melakukan kegiatan (permainan) baik secara sendiri maupun bersama teman-temannya, yang mendatangkan kegembiraan, rasa senang dan asyik bagi anak.

Dalam penelitian ini, menggunakan metode bermain senam irama dalam upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak RA Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus.

#### g) STTPA, KI, KD Keterampilan Motorik Kasar AUD

##### 1) Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA) Paud Kurikulum 2013

Menurut Permendikbud No 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan AUD. Tingkat Pencapaian Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun:

- a) Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang, dsb
- b) Melakukan gerakan menggantung (bergelayut)
- c) Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi
- d) Melempar sesuatu secara terarah
- e) Menangkap sesuatu secara tepat
- f) Melakukan gerakan antisipasi

---

<sup>34</sup> A. Martuti, *Mengelola Paud dengan Aneka Permainan Meraih Kecerdasan Majemuk*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2008), 37-56.

- g) Menendang sesuatu secara terarah
  - h) Memanfaatkan alat permainan di luar kelas
- Tingkat Pencapaian Perkembangan Fisik Motorik

Kasar Anak Usia 5-6 Tahun:

- a) Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincihan
- 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 kebersihan diri

Menurut Ahmad R, karakteristik motorik usia dini antara lain melibatkan gerakan motorik kasar seluruh anggota tubuh, pertumbuhan anak relatif stabil, gerakan motorik kasar anak membutuhkan tenaga yang banyak karena seluruh anggota tubuh ikut bergerak.<sup>35</sup>

Karakteristik perkembangan motorik kasar pada anak usia dini, antara lain:<sup>36</sup>

- a) Berdiri diatas satu kaki selama 5-10 detik.
- b) Naik turun tangga sambil berpegangan dan berganti-ganti kaki.
- c) Berjalan pada garis lurus.
- d) Berjalan dengan berjinjit sejauh tiga meter.
- e) Berjalan maju mundur di tempat.
- f) Melompat ke depan dengan dua kaki sebanyak 4 kali.
- g) Bermain dengan bola (menendang dan melempar)
- h) Menaiki dan mengayun sepeda roda tiga.
- i) Memiliki ketangkasan dan kelincihan ketika bermain (kegiatan senam).

Perkembangan fisik motorik kasar anak usia 4-6 tahun:<sup>37</sup>

- a) Usia 4 tahun dengan ciri: (1) melompat dengan satu kaki ditempat, (2) memegang pensil dengan ujung jari, berdiri diatas satu kaki selama 10 menit, (3) berjalan maju pada satu garis lurus menggunakan tumit dan ibu jari kaki sejauh enam kaki, (4) berjalan mundur, (5) lomba lari,

---

<sup>35</sup> Ahmad Rudiyanto, 16-17.

<sup>36</sup> Depdiknas, *Pedoman Pembelajaran Bidang Perkembangan Fisik/ Motorik Di Taman Kanak-kanak*, (Jakarta: Depdiknas, 2007), 05.

<sup>37</sup> Ani Christina, *Tuntas Motorik*, (Sidoarjo: Filla Press, 2019), 60.

- (6) melompat ke depan 10 kali dan ke belakang sekali, (7) bersalto atau berguling ke depan, (8) menendang dan menangkap bola secara terkoordinasi dengan dua tangan menangkap bola yang dilemparkan dari jarak tiga langkah, (9) bola kecil dilempar dengan kedua tangan kepada orang lain dengan jarak empat hingga enam langkah darinya.
- b) Usia 5 tahun dengan ciri: (1) melompat dengan satu kaki kearah depan, (2) berdiri dengan salah satu kaki selama 5-10 detik, (3) berjalan diatas besi keseimbangan ke depan dan semua arah, (4) melangkah kebelakang sebanyak 2x secara berulang, (5) melompat sejauh 2 meter dengan salah satu kaki sebagai tumpuan, (6) mengambil ancang-ancang dengan satu atau dua langkah kebelakang secara teratur sebelum menendang bola, (7) mengumpan bola dengan mengayunkan tangan dan melangkah kedepan, (8) mengayun dengan mandiri, (9) menangkap dengan sigap dan tepat,
- c) Usia 6 tahun dengan ciri: (1) melompat setinggi lututnya tanpa menyentuh tali, (2) mampu merespon dua ketrampilan umit dalam menguasai bola, misal melempar bola kebawah lalu melambungkan, memukul bola dengan raket.

Hal sama juga di kemukakan Agus Wibowo dalam Safruddin A, perkembangan fisik motorik kasar anak usia 4-6 tahun, yaitu:<sup>38</sup>

- a) Usia 4 tahun dengan ciri: berlari dengan lancar, mampu berjalan kaki lebih dari 2 m, dapat melangkah di papan tumpuan, mampu melompat satu hingga tiga langkah dengan salah satu kaki yang dirasa nyaman, bisa melompat ditempat dengan kaki kanan dan kiri secara bersamaan, menyukai melempar & menangkap bola, mencari pegangan jika berjalan di tangga naik turun.
- b) Usia 5 tahun nampak motorik kasar dengan karakteristik mampu melangkah menggunakan salah satu kaki sebanyak 4-6 langkah, lari, menggulingkan badan, lari seperti lari kuda, melompat dari ketinggian 60 cm

---

<sup>38</sup> Safruddin Aziz, *Strategi Pembelajaran Aktif Anak Usia Dini Panduan Bagi Guru, Orang Tua, Konselor, dan Praktisi Pendidikan Anak Usia Dini*, 48-50.

dengan 2 kaki, menangkap bola, mampu bersepeda dan berbalik U secara efisien.

- c) Usia 6 tahun pada motorik kasar nampak sanggup berdiri diatas satu kaki selama 10 detik, melompat dengan salah satu kaki selama 11 detik, bisa melangkah diatas garis lurus 3-4m, mampu memanjat pohon, meluncur, mengayunkan badan, naik sepeda roda 3, menyentuh jari kaki dengan keadaan lutut lurus, menggerakkan tubuh kesegala arah, menangkap dan menendang bola, lompat sejauh 60-90cm, naik turun tangga menggunakan kedua kaki.

Perkembangan motorik kasar anak usia dini (4-6 tahun) menurut Endang Rini Sukamti, antara lain<sup>39</sup>:

- a) Memanjat tangga-tangga di lapangan bermain.
- b) Menangkap bola dengan tangan dan siku menekuk.
- c) Mampu sepeda roda 3 dan menikung pada belokan tajam.
- d) Melempar bola melebihi 3,5 meter.
- e) Berjalan mundur dengan seimbang dan pada garis yang ditentukan.
- f) Melangkah turun dari tangga.
- g) Membawa gelas berisi air tanpa menumpahkan isinya.
- h) Berdiri dengan ujung jari kaki sembari tangan di pinggul.
- i) Melompat dengan kaki kanan dan kaki kirisecara bergantian.
- j) Berlari sambil menendang bola.
- k) Menyeimbangkan kayuhan kaki ke depan atau ke belakang.

## 2) Kompetensi Inti

Kompetensi Inti Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini merupakan gambaran pencapaian Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak pada akhir layanan PAUD usia 6 (enam) tahun. Kompetensi Inti mencakup:

- a) Kompetensi Inti-1 (KI-1) untuk kompetensi inti sikap spiritual.
- b) Kompetensi Inti-2 (KI-2) untuk kompetensi inti sikap sosial.

---

<sup>39</sup> Endang Rini Sukamti, *Perkembangan Motorik*, (Yogyakarta: UNY Press, 2018), 28.

- c) Kompetensi Inti-3 (KI-3) untuk kompetensi inti pengetahuan.
- d) Kompetensi Inti-4 (KI-4) untuk kompetensi inti keterampilan.

Uraian tentang kompetensi PAUD (motorik kasar) dapat dilihat pada tabel di bawah:

KOMPETENSI INTI	
K-2	Memiliki perilaku hidup sehat, rasa ingin tahu, kreatif dan estetis, percaya diri, disiplin, mandiri, peduli, mampu menghargai dan toleran kepada orang lain, mampu menyesuaikan diri, jujur, rendah hati dan santun dalam berinteraksi dengan keluarga, pendidik, dan teman
K-4	Menunjukkan yang diketahui, dirasakan, dibutuhkan, dan dipikirkan melalui bahasa, musik, gerakan, dan karya secara produktif dan kreatif, serta mencerminkan perilaku anak berakhlak mulia

### 3) Kompetensi Dasar

Kompetensi Dasar merupakan tingkat kemampuan dalam konteks muatan pembelajaran, tema pembelajaran, dan pengalaman belajar yang mengacu pada Kompetensi Inti. Rumusan Kompetensi Dasar dikembangkan dengan memperhatikan karakteristik dan kemampuan awal anak serta tujuan setiap program pengembangan. Kompetensi Dasar dibagi menjadi empat kelompok sesuai dengan pengelompokan kompetensi inti yaitu:

- a) Kelompok 1: kelompok Kompetensi Dasar sikap spiritual dalam rangka menjabarkan KI-1;
- b) Kelompok 2: kelompok Kompetensi Dasar sikap sosial dalam rangka menjabarkan KI-2;
- c) Kelompok 3: kelompok Kompetensi Dasar pengetahuan dalam rangka menjabarkan KI-3; dan
- d) Kelompok 4: kelompok Kompetensi Dasar keterampilan dalam rangka menjabarkan KI-4.

Berikut uraian KD yang berhubungan dengan Motorik Kasar Aud:

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
KI-2. Memiliki perilaku hidup sehat, rasa ingin tahu, kreatif	2.1. Memiliki perilaku yang mencerminkan hidup sehat
	2.2. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap ingin tahu

<p>dan estetis, percaya diri, disiplin, mandiri, peduli, mampu menghargai dan toleran kepada oranglain, mampu menyesuaikan diri, jujur, rendah hati dan santun dalam berinteraksi dengan keluarga, pendidik, dan teman</p>	2.3. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap kreatif	
	2.4. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap estetis	
	2.5. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap percaya diri	
	2.6. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap taat terhadap aturan sehari-hari untuk melatih kedisiplinan	
	2.7. Memiliki perilaku yang mencerminkan sikap sabar (mau menunggu giliran, mau mendengar ketika orang lain berbicara) untuk melatih kedisiplinan	
	<p>KI-4. Menunjukkan yang diketahui, dirasakan, dibutuhkan, dan dipikirkan melalui bahasa, musik, gerakan, dan karya secara produktif dan kreatif, serta mencerminkan perilaku anak berakhlak mulia</p>	4.1. Melakukan kegiatan beribadah sehari-hari dengan tuntunan orang dewasa
		4.2. Menunjukkan perilaku santun sebagai cerminan akhlak mulia
4.3. Menggunakan anggota tubuh untuk pengembangan motorik kasar dan halus		
4.4. Mampu menolong diri sendiri untuk hidup sehat		
4.5. Menyelesaikan masalah sehari-hari secara kreatif		
4.6. Menyampaikan tentang apa dan bagaimana benda-benda di sekitar yang dikenalnya (nama, warna, bentuk, ukuran, pola, sifat, suara, tekstur, fungsi, dan ciri-ciri lainnya) melalui berbagai hasil karya		
4.7. Menyajikan berbagai karya yang berhubungan dengan lingkungan sosial (keluarga, teman, tempat tinggal, tempat ibadah, budaya, transportasi) dalam bentuk gambar, bercerita, bernyanyi, dan gerak tubuh		
4.8. Menyajikan berbagai karya yang berhubungan dengan lingkungan alam (hewan, tanaman, cuaca, tanah, air, batu-batuan, dll) dalam bentuk gambar, bercerita, bernyanyi, dan gerak tubuh		
4.9. Menggunakan teknologi sederhana untuk menyelesaikan tugas dan kegiatannya (peralatan rumah tangga, peralatan bermain, peralatan pertukangan, dll)		
4.10. Menunjukkan kemampuan berbahasa		

	reseptif (menyimak dan membaca)
	4.11. Menunjukkan kemampuan berbahasa ekspresif (mengungkapkan bahasa secara verbal dan non verbal)
	4.12. Menunjukkan kemampuan keaksaraan awal dalam berbagai bentuk karya
	4.13. Menunjukkan reaksi emosi diri secara wajar
	4.14. Mengungkapkan kebutuhan, keinginan dan minat diri dengan cara yang tepat
	4.15. Menunjukkan karya dan aktivitas seni dengan menggunakan berbagai media

### 3. Senam Irama dalam Keterampilan Motorik Kasar AUD

#### a) Definisi Senam

Senam dalam bahasa Indonesia merupakan salah satu cabang olahraga, senam merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris “*gymnastic*” dan dari bahasa Belanda “*gymnastiek*”. Kata “*Gymnastics*” berasal dari kata “*gymnos*” berarti telanjang, gymnastik pada zaman kuno dilakukan dengan badan telanjang atau setengah telanjang, agar gerakan dapat dilakukan tanpa gangguan dan gerakan menjadi sempurna.

Imam Hidayat dalam Agus Mahendra mendefinisikan, senam adalah suatu latihan gerak tubuh yang dipilih dan di konstruksikan dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan mengembangkan keterampilan, meningkatkan kesegaran jasmani, dan nilai-nilai mental spiritual. Selanjutnya Peter H. Werner dalam Agus Mahendra mengatakan “*Gymnastic may be globally defined as any physical exercises on the floor or apparatus that is designed to promote endurance, stengght, flexibility, agility, coordinastion and body control*”. “Senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh”.<sup>40</sup> Senam merupakan gerak tubuh bukan alatnya bukan pula pola-pola gerakannya karena gerakan pada senam yang tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolannya.

---

<sup>40</sup> Agus Mahendra, *Materi Pokok PPDO2305/3 SKS/ MODUL 1-9 Permainan Anak dan Aktivita Ritmik*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2008), Modul 9.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa senam merupakan latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana dan disusun secara sistematis untuk membentuk dan mengembangkan pribadi yang harmonis. Tujuan senam akan dapat dicapai apabila senam dilakukan secara teratur, kontinyu dan terprogram, sehingga dapat menunjang terbinanya unsur-unsur kesegaran jasmani. Dengan melakukan gerakan senam secara tepat dan benar sistem *neuromuscular* (sistem syaraf, otot dan sandi) akan menjadi lebih baik kerjanya sehingga unsur-unsur kesegaran jasmani akan berkembang dengan baik.

Dengan demikian perkembangan fisik itu dapat dilakukan dengan berbagai gerakan yang dapat membentuk otot-otot tubuh pada anak diantaranya adalah dengan senam.

#### b) Gerakan Senam Irama

Dinamakan senam ritmik karena pada awalnya hanya senam jenis inilah yang pelaksanaannya harus diiringi musik. Senam ritmik selalu dihubungkan dengan irama musik dan gerakan yang bersifat ritmis, alangkah pentingnya memasukkan senam irama ini ke dalam ruang lingkup aktivitas ritmis sebagai alat untuk mengembangkan kepekaan irama dan koordinasi gerak bagi anak.<sup>41</sup>

Senam irama merupakan aktivitas gerak yang diiringi irama atau musik, atau pembelajaran bebas yang dilakukan secara berirama. Aktivitas gerak pada senam berirama bisa dilakukan dengan menggunakan alat ataupun tidak menggunakan alat. Alat yang sering digunakan adalah gada, simpai, tongkat, bola, pita, topi dan sebagainya. Secara prinsip antara senam biasa dengan senam irama tidak ada perbedaan, hanya saja pada senam irama ditambahkan irama (ritme). Tekanan yang harus diberikan pada senam irama ialah irama, kelentukan tubuh dan kontinuitas gerakan (Muhajir).<sup>42</sup>

Senam irama menurut Asep Kurnia adalah salah satu jenis senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian, gerakannya harus tetap mengikuti irama. Senam irama

---

<sup>41</sup> Haryanto dan Moh Nor El Ibrahim, *Dr. Olahraga Mengenalkan Teknik Senam Dasar*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2012), 50-51.

<sup>42</sup> Muhajir, *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan: Buku Guru SMP/MTs Kelas VII*, (Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017), 229.

merupakan pengungkapan jiwa yang wajar datang dari dalam (dorongan jiwa) spontan dan semata-mata untuk bergerak dan meningkatkan rasa seni gerak.<sup>43</sup>

Senam irama merupakan olahraga yang dapat dilakukan secara perorangan atau berkelompok. Senam irama sangat baik untuk kebugaran tubuh dan pembentukan bagian tubuh. Gerakan-gerakan yang baik dan tepat dalam kegiatan senam irama akan menghasilkan hasil yang maksimal sesuai harapan. Senam irama merupakan senam yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni gerak yang bertujuan membuat tubuh bugar, lentur, dan membuat hati senang. Senam irama adalah senam yang gerakannya diiringi dengan irama.<sup>44</sup> Senam ritmik merupakan gerakan senam yang dilakukan dengan iringan musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.

### c) Prinsip Senam Irama

Prinsip senam irama mencakup tiga hal sebagai berikut:<sup>45</sup>

- 1) Irama,  
Irama yang sudah dikenal oleh siswa antara lain  $\frac{2}{3}$  (potong bebek angsa, gilang si patu gilang). Irama  $\frac{3}{4}$  (naik-naik ke puncak gunung, burung kakaktua). Irama  $\frac{4}{4}$  (sipatokaan, potong padi)
- 2) Kelentukan tubuh dalam gerakan (fleksibilitas).  
Kelentukan tubuh adalah kemampuan seseorang dalam menggerakkan sendi-sendi maupun otot pada sudut tertentu yang dinamis, fleksibel dan elastis.
- 3) Kontinuitas gerakan.  
Kontinuitas berupa rangkaian gerak yang tidak terputus. Rangkaian gerak ini diperoleh dari gerak-gerak senam yang sudah disusun dalam bentuk rangkaian yang siap ditampilkan.  
Unsur aktifitas ritmik anak menurut bambang sujiono dkk adalah:<sup>46</sup>

---

<sup>43</sup> Asep Kurnia Nenggala, *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas IX Sekolah Menengah Pertama*, (Jakarta: Grafindo Media Pratama, 2007), bab.8.

<sup>44</sup> Oktariyana & Oktariyani, *Pembelajaran Gerak Dasar Senam Irama Berbasis Multimedia*, (Yogyakarta: Gre Publishing, 2018), 17.

<sup>45</sup> Oktariyana & Oktariyani, 18-19.

<sup>46</sup> Bambang Sujiono. dkk, *Metode Pengembangan Fisik*, 9.3-9.5.

- 1) Gerakan, adalah perubahan posisi atau perubahan sikap
- 2) Irama, adalah sesuatu yang penting dalam kehidupan, dengan irama hidup kita akan teras kuat, dinamik, menarik dan menyenangkan terutama dalam melangkah dan bergerak.
- 3) Kreativitas, atau daya cipta merupakan kualitas kepribadian yang dinamis yang mejadi ciri khas setiap manusia.

#### **d) Manfaat Senam Irama**

Berikut adalah beberapa manfaat yang dapat diperoleh setelah melakukan senam irama bagi anak usia dini yaitu:<sup>47</sup>

- 1) Dapat menciptakan sebuah rangsangan yang bermanfaat bagi proses perkembangan motorik anak
- 2) Dapat membakar lemak yang berlebihan, meningkatkan daya tahan tubuh dan jantung,
- 3) Salah satu jenis senam yang dapat digunakan untuk program pembelajaran yang asyik.
- 4) Jika berlatih dengan ringan akan meningkatkan sistem tubuh serta dapat menghilangkan kebiasaan buruk.
- 5) Meningkatkan kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, daya tahan, dan sanggup melakukan kegiatan-kegiatan lainnya dengan baik.
- 6) Meningkatkan kecerdasan dan keluwesan kekuatan dan gerak kasar
- 7) Tubuh menjadi sehat dan hati riang karena pengaruh alunan musik.
- 8) Meningkatkan kebugaran jasmani jika dilakukan dengan benar dan dengan intensitas yang cukup.

#### **e) Pelaksanaan Gerakan Senam Irama**

##### **1) Pendahuluan**

Senam irama merupakan gerak yang memberikan peranan yang penting dalam pertumbuhan, perkembangan dan pendidikan anak. Ada tiga kategori yang penting dan saling berhubungan dalam menyusun pembelajaran gerak antara lain:

---

<sup>47</sup> Oktariyana & Oktariyani, 21.

- a) dinamis yang menghubungkan bagaimana instrumen bergerak
- b) space yang mengacu pada cara-cara yang ada dalam tubuh dan menggunakan ruang atau space, dan
- c) hubungan (relationship) yang mengidentifikasi cara-cara di mana tubuh bergerak dan berhubungan dengan manusia dan objek.

Prinsip-Prinsip Pelaksanaan Pembelajaran Gerakan Senam, yaitu:

- (a) Berikan pemanasan secukupnya.  
Pemanasan yang efektif sangat penting di dalam belajar gerak. Aktivitas pemanasan hendaknya harus dapat meningkatkan kelentukan maupun mempersiapkan mental, jantung, otot, serta persendian dalam menghadapi pembelajaran. Memberikan aktivitas untuk pemanasan hendaknya memperhatikan beberapa prinsip, diantaranya yaitu: 1) Banyak bergerak tetapi tidak melelahkan. 2) Latihan-latihan mudah dimengerti dan cepat dapat dilaksanakan. 3) Menggembirakan dan menarik perhatian anak. 4) Semua anak dapat bergerak sekaligus.
- (b) Berikan kegiatan berupa permainan yang menggembirakan sebagai latihan kondisi fisik, yang melibatkan gerakan kelentukan dan gerakan kekuatan.
- (c) Buatlah kegiatan yang sederhana tetapi menuntut kemampuan fisik yang lebih besar.
- (d) Berikan pendinginan secukupnya. Pendinginan dilakukan dengan cara mengurangi intensitas kegiatan secara bertahap dan diakhiri dengan penguluran ringan untuk memperbaiki pemulihan jantung, otot, serta jaringan lain setelah melakukan aktivitas yang cukup berat.

## 2) Inti

Berikut langkah-langkah dalam gerakan senam :

- a) Gerakan pertama Langkah biasa, yaitu dengan cara berdiri dengan tegap sambil merentangkan kedua tangan dan dilanjut melangkahkan kaki kiri dan disusul dengan kaki kanan.
- b) Gerakan kedua yaitu langkah rapat, dengan cara berdiri dengan sikap tegap, kaki kanan dilangkahkan

kedepan hitungan selanjutnya kaki kiri kemudian kaki kanan dan kiri dirapatkan.

- c) Gerakan ketiga yaitu langkah keseimbangan, dengan cara berdiri dengan kedua tangan direntangkan, selanjutnya hitungan pertama melangkahkan kaki kiri kedepan dengan disusul dengan kaki kanan, sebelum kaki kanan diangkat tumit masih terangkat.
- d) Gerakan keempat yaitu ayunan tangan kebelakang, dengan cara anak berdiri dengan tegak, hitungan satu ayunkan kedua lengan kanan dan kiri kebelakang, hitungan kedua lengan kanan dan kiri diayunkan kedepan
- e) Gerakan kelima yaitu mengayunkan lengan dari depan kesamping, dengan cara sikap pertama berdiri tegak dengan kedua tangan direntangkan, hitungan pertama ayunkan lengan kiri dan kanan kearah sebelah kanan, selanjutnya diayunkan kekiri.
- f) Gerakan keenam yaitu mengayunkan lengan kesamping dengan memindahkan berat badan, dengan cara badan tegak sambil mengayunkan badan kekiri, hitungan kedua mengayunkan badan kekanan, selanjutnya ayunkan lengan dan badan kearah kanan dan kiri bergantian.

Latihan untuk daya koordinasi antara tangan kaki dan syaraf:<sup>48</sup>

- a) Loncat kelinci  
Berjongkok dengan kedua tangan di depan dada, kemudian berloncatlah dengan sedikit berjongkok dengan iringin music dan lagu “kelinci meloncat”,
- b) Jalan gaya bebek  
Jongkoklah kaki atau posisi kaki tegap, letakkan kedua tangan di kedua siku. Pinggul di goyang-goyang seperti jalannya bebek, dengan iringan music atau lagu “wek wek jalannya megal-megol”
- c) Loncat katak  
Posisi kaki di tekuk atau sedikit bungkuk, letakkan kedua tangan kira-kira 30 cm di depan (untuk anak 15 cm). Sandarkan berat badanpada kedua tangan

---

<sup>48</sup> Suzy Prudden, *Senam Anak Balita Umur 12 bulan sampai 4 tahun*, (Jakarta: Midas Surya Grafindo, 1987),33-38.

dan loncatlah ke depan agar kedua tangan bertemu dengan kedua kaki.

### 3) Penutup dan evaluasi

Kegiatan senam irama ceria ini menggunakan model demonstrasi dan praktik langsung, 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. Biasanya dalam setiap gerakan terdiri dari 2x8 atau 1x8 hitungan. Senam irama ceria ini berdurasi 15 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 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 tersebut gerakannya sangat bervariasi sehingga sulit bagi anak untuk menghafalkan gerakan pada senam irama ceria tersebut.

## B. Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh Osanisa Muriyan dengan judul “Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun Melalui Gerakan-Gerakan Senam Di Tk Negeri Pembina Kalianda Lampung Selatan.” Hasilnya Ada 5 langkah yang dilakukan guru, yaitu: 1) Guru menyiapkan musik dan menentukan senam yang digunakan, 2) Guru mengatur pembagian barisan anak, 3) Guru memberikan pengarahan kepada anak tentang senam, 4) Guru memberikan contoh gerakan senam, 5) senam dimulai.

Dalam proses mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui gerakan-gerakan senam di TK Pembina Kalianda Lampung Selatan telah terencana dan terlaksana cukup baik. Dalam penelitian ini stimulus yang dilakukan tidak focus pada penggunaan irama melainkan semua gerakan dan olahraga lainnya (umum). Bahkan kadang juga tidak dengan musik atau irama pengiring, juga tidak adanya factor yang mendukung dan menghambat.

Penelitian oleh Muftichatul Daroyah dkk, dengan judul “Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain Senam Fantasi.” Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan aktivitas bermain senam fantasi selama 3 hari sebelum diberi perlakuan dan 3 hari setelah di berikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi dapat meningkatkan perkembangan fisik motorik kasar anak secara signifikan. Dalam penelitian ini stimulus yang dilakukan dengan melakukan senam fantasi. Senam fantasi merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan melambai tertiuip angin, atau bahkan menirukan gerakan alat transportasi ketika sedang melaju di jalanan, meningkatkan imajinasi anak yang diwujudkan dalam gerakan misalnya menirukan gerakan katak dengan melompat-lompat, tidak adanya musik atau irama mengiring

Penelitian dengan judul “Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Irama ditaman Kanak-Kanak Nina Ummat Pesisir Selatan.” Oleh Nisnayeni. Hasil dari penelitian upaya guru dalam meningkatkan motorik kasar anak melalui aktivitas senam, pada siklus I setelah anak melakukan kegiatan senam belum ada peningkatan yang signifikan terhadap anak.

Terlihat masih kurangnya perkembangan motorik kasar anak dalam setiap gerakan seperti berlari, melompat, dan mengayunkan tangan. Maka peneliti melanjutkan kegiatan anak pada siklus II dengan melakukan kegiatan yang sama yaitu senam irama. Perbedaan nya dalam penelitian nisnayeni ini senam irama sekedar senam dengan musik, pemilihan musik atau lagu seadanya karena tidak adanya kesenimambungan antara lagu dengan gerakan. Penelitian yang dilakukan dengan menggunakan penelitian tindakan kelas.

Dari ketiga penelitian diatas perbedaan yang signifikan dengan penelitian penulis adalah pada penelitian penulis irama atau pemilihan lagu sangat di nomor satukan karena dalam penelitian ini antara lirik lagu dengan gerakan yang dilakukan berkesinambungan, sehingga selain bersenam anak-anak juga belajar dan memahami apa yang diucapkan dan apa yang di lakukan. Adanya koordinasi antara lagu

dengan gerakan. Persamaan dengan penelitian ini adalah adalah sama-sama mengangkat tema meningkatkan motorik kasar anak karena keterampilan motorik kasar merupakan aktifitas utama bagi anak usia dini untuk melakukan aktivitas mandirinya dengan baik, karena apabila aktivitas mandirinya kurang baik atau terlambat akan berdampak perkembangan anak dalam aktivitas social, perkembangan konsentrasi dan perkembangan *motorik planning* nya juga kurang baik.

Tabel 2.2  
Penelitian Terdahulu

1.	Nama	Osanisa Muriyan <sup>49</sup>
	Judul	Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun Melalui Gerakan-Gerakan Senam Di Tk Negeri Pembina Kalianda Lampung Selatan (2018).
	Hasil	Ada 5 langkah yang dilakukan guru, yaitu 1) Guru menyiapkan musik dan menentukan senam yang digunakan, 2) Guru mengatur pembagian barisan anak, 3) Guru memberikan pengarahan kepada anak tentang senam, 4) Guru memberikan contoh gerakan senam, 5) senam dimulai. Dalam proses mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia 4-5 tahun melalui gerakan-gerakan senam di TK Pembina Kalianda Lampung Selatan telah terencana dan terlaksana cukup baik.
	Perbedaan	Dalam penelitian ini stimulus yang dilakukan tidak focus pada penggunaan irama melainkan semua gerakan dan olahraga lainnya (umum). Bahkan kadang juga tidak dengan musik atau irama pengiring, juga tidak adanya factor yang mendukung dan menghambat.
2.	Nama	Muftichatul Daroyah, M. Thoha BS. Jaya, Maman Surahman
	Judul	Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain Senam Fantasi (2018) <sup>50</sup>

<sup>49</sup> Osanisa Muriyan, "Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun Melalui Gerakan-Gerakan Senam Di Tk Negeri Pembina Kalianda Lampung Selatan", (Skripsi PIAUD, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018)

	Hasil	Terdapat 3 indikator pada aktivitas bermain senam fantasi, dari 3 indikator tersebut indikator menirukan senam sesuai dengan gerakan merupakan indikator yang mengalami peningkatan paling tertinggi dan aktif melakukan permainan fisik sesuai dengan aturan yang berlaku merupakan indikator yang peningkatannya cukup rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan aktivitas bermain senam fantasi selama 3 hari sebelum diberi perlakuan dan 3 hari setelah di berikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi dapat meningkatkan perkembangan fisik motorik kasar anak secara signifikan.
	Perbedaan	Dalam penelitian ini stimulus yang dilakukan dengan melakukan senam fantasi. Senam fantasi merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan melambai tertiuip angin, atau bahkan menirukan gerakan alat transportasi ketika sedang melaju di jalanan, meningkatkan imajinasi anak yang diwujudkan dalam gerakan misalnya menirukan gerakan katak dengan melompat-lompat, tidak adanya musik atau irama mengiring
3.	Nama	Nisnayeni
	Judul	Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Irama Ditaman Kanak-Kanak Nina Ummat Pesisir Selatan (2012) <sup>51</sup>
	Hasil	Upaya guru dalam meningkatkan motorik kasar melalui aktivitas senam, pada siklus I setelah anak melakukan kegiatan senam irama belum ada

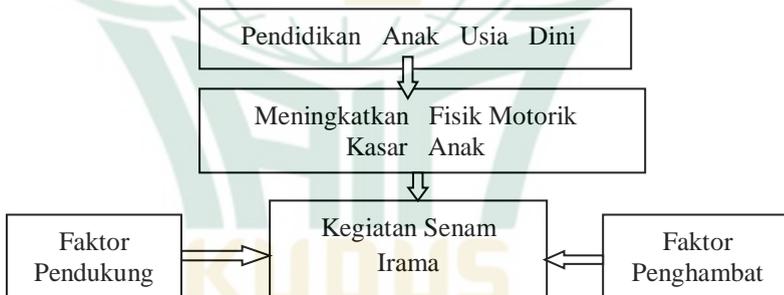
<sup>50</sup> M. Daroyah, M. Thoha BS. Jaya dan Maman Surahman, "Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktifitas Bermain Senam Fantasi", *Jurnal FKIP UNILA* (2018), [diakses pada 5 Desember 2019, Jam 08.30 WIB dihttp://jurnal.fkip.unila.ac.id > index.php >PAUD > article](http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/PAUD/article)

<sup>51</sup> Nisnayeni, "Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak melalui Senam Irama di Taman Kanak-Kanak Bina Ummat Pesisir Selatan", *Jurnal Pesona PAUD. Volume 1, No.1 (2012)*, diakses pada 3 Desember 2020 jam 18.00 WIB di <http://pesonapaud.jurnal.ac.id/1/> (diakses pada 4 Juni 2014).

	terdapat peningkatan yang signifikan terhadap anak. Terlihat masih kurangnya perkembangan motorik kasar anak dalam setiap gerakan seperti berlari, melompat, dan mengayunkan tangan. Maka peneliti melanjutkan kegiatan anak pada siklus II dengan melakukan kegiatan yang sama yaitu senam irama.
Perbedaan	Senam irama sekedar senam dengan musik, pemilihan musik atau lagu seadanya karena tidak adanya kesenimambungan antara lagu dengan gerakan. Penelitian yang dilakukan dengan menggunakan penelitian tindakan kelas.

**C. Kerangka Berpikir**

Kerangka berpikir merupakan dimensi-dimensi kajian utama, faktor-faktor kunci, variabel-variabel dan hubungan antar dimensi-dimensi yang disusun membentuk narasi atau grafis sehingga berdasarkan landasan teori dan definisi dari beberapa istilah dapat disusun bentuk kerangka berpikir yang berupa bagan seperti berikut ini:



Gambar 2.1  
Kerangka berpikir

Dari konsep bagan tentang penelitian yang berjudul implementasi kegiatan senam irama dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak di RA Matholi’ul Huda Desa Kedungsari Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus dalam pelaksanaan kegiatan senam irama, dapat dilihat bahwa pendidikan anak usia dini mempunyai tujuan agar anak mampu mengembangkan atau meningkatkan fisik motorik terutama motorik kasar. Motorik kasar sangat berpengaruh untuk bekal kehidupan anak dimasa yang akan datang, yang mana saat ini banyak terjadi anak belum mengerti dan terkadang hanya diam. Hal ini terlihat ketika anak diminta

melakukan gerakan yang mengkoordinasikan antara perintah dan gerakan secara bersamaan. Masih banyak anak yang hanya diam saja, tidak mengikuti perintah dari guru. Ada anak yang hanya menggerakkan tangan saja, tanpa mengerti apa yang diperintahkan. Belum adanya koordinasi yang baik antara gerakan dan perintah dalam melakukan gerakan.

Senam irama merupakan aktivitas bentuk gerakan dengan irama atau musik yang mengiringinya. Gerakan-gerakan yang dilakukan berfungsi untuk menstimulasi otot-otot kasar pada anak. Apabila otot-otot kasar pada anak terstimulasi dengan baik maka perkembangan motorik kasar akan baik pula. Selain itu pemilihan lagu harus yang sesuai dengan dunia anak juga musik yang sudah sering didengar oleh anak-anak membuat anak menjadi lebih tertarik untuk melaksanakan kegiatan senam. Kegiatan senam irama yang dilakukan secara berulang-ulang bertujuan agar kemampuan motorik kasar anak dapat meningkat dan berkembang dengan baik.

#### **D. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana implementasi kegiatan senam irama dalam peningkatan keterampilan motorik kasar peserta didik RA Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus Tahun pelajaran 2019/2020?
2. Bagaimana faktor yang menjadi pendukung dan penghambat implementasi kegiatan senam irama dalam peningkatan keterampilan motorik kasar peserta didik RA Matholi'ul Huda Kedungsari Gebog Kudus Tahun pelajaran 2019/2020?