



**PENERAPAN KEGIATAN SENAM IRAMA DALAM
MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK
KELOMPOK B DI RAUDHATUL ATHFAL MUSLIMAT NU
MARTAPURA KABUPATEN BANJAR**

Arisna Wahyuni, Siti Fatimah.MZ, Asiah

Institut Agama Islam Darussalam Martapura
Institut Agama Islam Darussalam Martapura
Institut Agama Islam Darul Ulum Kandangan

arisnawahyuni.app@gmail.com
asiahlala14@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B yang dilakukan oleh seorang guru kepada anak didiknya yang diajarkan dalam penerapan kegiatan senam irama dengan irama musik dan gerak anggota badan, untuk mengembangkan motorik kasar anak. Perkembangan kemampuan motorik merupakan hal yang sangat penting untuk anak sama halnya dengan perkembangan lainnya. Bertepatan dengan hal tersebut, RA Muslimat NU Martapura adalah salah satu sekolah yang menerapkan senam irama dalam pelaksanaan kegiatan senam karena itulah peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut. Adapun dalam permasalahan bagaimana penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B? dan bagaimana kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura Kabupaten Banjar. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research) yang dilakukan dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian ini 20 orang anak dan guru kelompok B Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura Kabupaten Banjar. Sedangkan objeknya ialah penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B di Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura Kabupaten Banjar. Hasil dari penelitian ini yaitu penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B, penerapannya satu minggu dua kali yaitu pada hari Selasa dan Kamis, dalam pelaksanaannya senam irama dilakukan di halaman sekolah agar tujuan penerapan kemampuan motorik kasar anak dapat tercapai dengan baik. Kegiatan senam irama guru sebagai contoh atau instruktur di depan lalu anak-anak menirukannya, ada beberapa hal yang perlu disiapkan sebelum senam irama dimulai yaitu mempersiapkan handphone dan sound sistem. Kemampuan motorik kasar anak dalam kegiatan senam irama ini sudah mampu dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya, karena dengan senam irama perkembangan kemampuan motorik anak dapat berkembang secara optimal, semua anggota tubuh anak bergerak, dan kecerdasan kinestetiknya



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

bertambah karena anak memperhatikan gerakan dan memikirkan gerakan tersebut.

Kata kunci: *Senam Irama, Motorik Kasar, Anak Usia Dini.*

Abstract

This research aims to determine the application of rhythmic gymnastics activities in developing the gross motor skills of group B children carried out by a teacher to his students who are taught to apply rhythmic gymnastics activities with musical rhythms and limb movements, to develop children's gross motor skills. The development of motor skills is very important for children, just like other developments. Coinciding with this, RA Muslimat NU Martapura is one of the schools that applies rhythmic gymnastics in carrying out gymnastics activities, which is why researchers conducted research at this school. As for the problem of how to apply rhythmic gymnastics activities in developing the gross motor skills of group B children? and what about children's gross motor skills through rhythmic gymnastics activities in group B Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura, Banjar Regency. This type of research is field research which is carried out using a qualitative approach. The subjects of this research were 20 children and teachers from group B of Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura, Banjar Regency. Meanwhile, the object was the implementation of rhythmic gymnastics activities in developing the gross motor skills of group B children in Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura, Banjar Regency. The results of this research are the application of rhythmic gymnastics activities in developing the gross motor skills of children in group B, it is applied twice a week, namely on Tuesdays and Thursdays. Good. The rhythmic gymnastics activity has the teacher as an example or the instructor in front and then the children imitate it. There are several things that need to be prepared before the rhythmic gymnastics starts, namely preparing the cellphone and sound system. Children's gross motor skills in rhythmic gymnastics activities are able to develop their gross motor skills, because with rhythmic gymnastics the development of children's motor skills can develop optimally, all of the child's body parts move, and their kinesthetic intelligence increases because the child pays attention to movements and thinks about these movements.

Keywords: *rhythmic gymnastics, gross motor, early childhood.*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan paling mendasarkan untuk menanamkan nilai-nilai luhur kepada anak, jugamerupakan kewajiban bagi orang tua untuk mendidik anak-anaknya. Pendidikan di Raudhatul Athfal berfokus pada pengembangan kepekaan sosial, spiritual, fisik, motorik dan moral yang sangat mendasar. Hal tersebut sesuai dengan bunyi Pasal 1 ayat (14) Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional: "Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Perkembangan motorik kasar merupakan sesuatu yang sangat penting untuk pertumbuhan anak hingga dewasa. Kemampuan motorik kasar berhubungan dengan kapasitas individu anak yang terkait dengankinerja dalam melakukan berbagai keterampilan yang didapatkannya sejak masa kanak-kanak. (Maria Hidayati, 2013:197). Perkembangan fisik merupakan perkembangan yang terjadi secara alamiah, tidak dapat direkayasa atau diciptakan, ia hanya dapat dirangsang atau diberikan stimulus dengan makanan atau nutrisi yang cukup. Lain halnya dengan perkembangan motorik yang memerlukan latihan dan pembiasaan. Kemampuan motorik dapat ditandai dengan bebas dan beragamnya kemampuan gerak anak. Selain itu, kegiatan musik dan gerak diharapkan dapat membantu anak terbiasa dalam mengekspresikan diri, meluapkan emosi, rasa senang, santai, sedih, haru dan kagum. Kegiatan bermusik dan bergerak merupakan kegiatan menikmati musik/irama tertentu diiringi dengan gerakan anggota tubuh yang juga merupakan sebuah kegiatan bermain sambil belajar yang menyenangkan. Dengan demikian, kegiatan bermusik dan bergerak secara tidak langsung melatih kemampuan motorik kasar anak. Kegiatan senam irama merupakan kegiatan senam dengan iringan musik, selain diiringi musik akan membuat anak lebih bersemangat dan ceria, anak bisa menggerakkan anggota tubuhnya sesuai dengan iringan musik.

Perkembangan motorik kasar sama pentingnya dengan aspek perkembangan yang lain untuk anak usia dini. Pada umumnya pembelajaran di Raudhatul Athfal untuk aspek perkembangan fisik atau motorik lebih banyak difokuskan ke perkembangan motorik halus, sedangkan motorik kasar kurang diperhatikan. Padahal perkembangan motorik kasar anak usia dini juga memerlukan bimbingan dari pendidik. Perkembangan motorik kasar untuk anak usia Raudhatul Athfal antara lain melempar dan menangkap bola, berjalan di atas papan titian (keseimbangan tubuh), berjalan dengan variasi (maju mundur di atas satu garis), memanjat dan bergelantungan (berayun), senam dan sebagainya (Mursid, 2015:11-12).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti, ketika dalam kegiatan senam terdapat gerakan kolaborasi gerak antara kaki dan tangan, kaki dengan kepala masih ada anak yang kurang berkonsentrasi dan belum bisa melakukan gerak kolaborasi tersebut seperti ketika jalan ditempat dan anak harus menengokkan kepala kekanan dan kekiri, sebagian anak hanya menengokkan kepalanya dan berhenti melakukan gerak jalan ditempatnya, dalam melakukan gerakan kolaborasi ini masih terdapat anak yang melupakan gerak jalan ditempatnya. Gerakan lain ketika melompat maju



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

masih ada juga terdapat anak yang hanya melakukan lompat ditempat tidak dengan gerakan lompat kedepan. Oleh karena itu, perlu dilakukan kajian untuk mengetahui kegiatan senam irama di Kelompok B Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura Kabupaten Banjar dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Hasil kajian itu dapat menjawab bagaimana perkembangan motorik kasar anak didik di lembaga tersebut.

METODE PENELITIAN

Sesuai dengan permasalahan yang di bahas dalam penelitian ini, maka pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif karena data-data atau informasi dilihat dari sesuai apa adanya dilapangan. Subjek penelitian ini adalah satu orang guru kelompok B dan 16 anak didik di Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura .Objek dalam penelitian ini adalah penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak Kelompok B di Raudhatul Athfal Muslimat NU Kabupaten Banjar. Setelah data terkumpul dan diinterpretasikan, peneliti mengadakan analisis data terhadap permasalahan yang dikemukakan. Dalam hal ini, peneliti menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif, yaitu menggambarkan keadaan data mengenai penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak Kelompok B di Raudhatul Athfal Muslimat NU Kabupaten Banjar ke dalam bentuk kalimat atau uraian sehingga dapat menggambarkan permasalahan yang diteliti secara utuh dan memadai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan observasi, wawancara dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti di lapangan terkait penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak Kelompok B di Raudhatul Athfal Muslimat NU Kabupaten Banjar peneliti mendapatkan hasil temuan berdasarkan instrument penelitian yang telah dibuat yaitu :

Penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B di Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura Kabupaten Banjar

Pelaksanaan senam irama di RA Muslimat NU diadakan dua kali dalam satu minggu pada hari Selasa dan hari Kamis, dengan memberikan contoh kepada anak, jadi ada dua guru yang berada di depan anak dengan posisi berhadapan dengan anak. Tujuannya agar anak dapat dengan mudah dalam meniru apa yang dilakukan oleh



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

guru. Lalu dibelakang ada guru pendamping yang mendampingi anak, jika ada anak-anak yang tidak mau melakukan senam. Sebelum guru melakukan kegiatan senam terlebih dahulu mempersiapkan nya agar pelaksanaan kegiatan senam berjalan dengan lancar dan kondusif, karena keterbatasan tempat yang kurang luas maka harus mempersiapkan tempat untuk senam dengan memindahkan sementara permainan outdoor yang ada di halaman sekolah untuk memperluas pelaksanaan kegiatan senam irama, di dalam mempersiapkan kegiatan senam ada penerapannya untuk mengembangkan motorik kasar anak yaitu dalam penerapan kegiatan senam.

Penerapan kegiatan senam irama ini dapat dilihat dari kemampuan perkembangan motorik kasar anak , dengan melihat peningkatan anak setiap bulannya, yang awalnya anak kesulitan dalam menggerakkan kaki dan tangan secara bersamaan. Namun setelah pelaksanaan kegiatan ini, anak mulai menunjukkan perkembangannya Senam irama ini sangat bermanfaat dan harus terus dilaksanakan karena anak-anak mulai kenal atau bisa melakukan gerak tangan dan kaki secara bersamaan.

Mengembangkan motorik kasar anak dengan senam irama membuat senam lebih bersemangat, anak mampu menikmati senam tersebut. Dalam senam irama mengembangkan motorik kasar anak ada faktor penghambat terlaksananya senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak kelompok B ktor penghambatnya senam irama yaitu, tempat lokasi senam irama anak masih kurang, lokasi yang kurang luas menjadi salah satu faktor penghambat terlaksananya senam irama, dan terkadang yang menyebabkan penghambat nya senam irama juga kondisi mood anak, apabila anak merasa kurang mood ataupun anak merasa lagi sedih atau cape maka akan mempengaruhi kegiatan senam tersebut anak akan cenderung diam dan tidak mau bergerak.

Dalam perkembangan kemampuan motorik kasar anak guru memberikan contoh kepada anak dengan iringan musik, ada beberapa anak yang bisa menirunya, akan tetapi ada anak yang tidak mau meniru gurunya, dia lebih hanya diam karena tidak memperhatikan, dan kebingungan. Hal ini membuat perbedaan kemampuan motorik kasar anak karena anak yang memperhatikan penjelasan guru, memiliki tingkat perkembangan motorik yang cenderung meningkat ketimbang anak yang tidak memperhatikan.

Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Irama Kelompok B RA Muslimat NU Martapura.

Kemampuan motorik kasar menggunakan stimulus senam irama. Dalam pelaksanaannya dilakukan dua minggu sekali yaitu pada hari selasa dan kamis, pelaksanaan dilakukan pada kegiatan inti dan dilaksanakan di luar kelas (outdoor)



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

dengan diikuti semua peserta didik RA. Senam irama dengan panduan guru atau guru sebagai instruktur senam dan anak-anak menirukan gerakannya.

Nilai yang akan dikembangkan dalam kegiatan senam irama ini adalah terbentuknya koordinasi antara lagu dengan gerakan yang diiringi musik. Judul lagu atau musik yang dipilih adalah beragam di setiap pertemuannya "senam gerak lagu anak Tk, senam pinguin, senam aram zam zam, senam spongebob, senam tepuk jari". Dalam pelaksanaan senam irama ini berdurasi 30 menit diawali dengan guru mengatur barisan. Pemilihan lagu disesuaikan dengan pola tingkah anak gerakannya pun ringan.

Gerakannya disesuaikan dengan liriknya, jadi dalam pelaksanaan senam irama di RA Muslimat NU ini selain meningkatkan gerak anak juga meningkatkan konsentrasi koordinasi antara perintah dengan gerakannya. Urutan gerakan senam mengikuti perintah dalam lirik lagu tersebut, secara otomatis anak akan merasa senang karena mereka bisa memahami.

Penerapan Senam Irama Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Kelompok B Raudhtul Athfal Muslimat NU Martapura

Berdasarkan penyajian data di atas bahwa dalam penerapan kegiatan senam irama RA Muslimat NU. Menurut Guntur Setiawan berpendapat bahwa penerapan merupakan perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan antara proses interaksi tujuan dan tindakan untuk mencapai tujuan dan pelaksanaan yang efektif (Guntur Setiawan, 2021:39). Senam irama di RA Muslimat NU dilaksanakan satu minggu dua kali pada hari selasa dan kamis, pelaksanaannya dilakukan di outdoor atau di halaman sekolah, dengan diikuti semua anak kelompok A dan kelompok B. Di dalam pelaksanaannya dua orang guru sebagai instruktur senam dan guru pendamping di samping dan di belakang.

Sebelum pelaksanaan kegiatan senam irama hal yang terlebih dahulu dipersiapkan adalah sound system, handphone serta mengkoordinasikan anak agar tertib dan kondusif, karena kegiatan senam irama dilakukan di halaman sekolah, maka sebelum dimulai permainan outdoor yang ada di samping digeser sementara untuk memperluas pelaksanaan kegiatan senam irama.

Didalam kegiatan senam irama ada faktor penghambatnya yaitu, prasarannya lokasi senam irama anak kurang luas dan terkadang faktor penghambatnya senam irama ini juga karena kondisi mood anak kurang baik, apabila mood anak kurang baik maka akan mempengaruhi kegiatan senam anak cenderung diam dan tidak mau bergerak.

Penerapan kegiatan senam irama tujuannya untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, untuk melatih perkembangan fisik motoriknya,



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

melatih kelenturan tubuh, daya tahan tubuh dan melatih kelincihan tubuhnya. Senam irama juga bertujuan untuk membangun rasa percaya diri anak untuk bersosialisasi dengan teman nya, mengajarkan untuk berolahraga dan menjaga kesehatan jasmani .

Kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama kelompok B

Berdasarkan penyajian data di atas kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senamirama ini guru memberikan contoh kepada anak dengan iringan musik, anak menirukan gerakan musik, dengan menggerakkan tangan dan kakinya sesuai dengan irama musik dan meniru gerakan guru, namun masih ada anak yang tidak mau memperhatikan, dia hanya diam karena tidak memperhatikan dan kebingungan, dan asik bercanda sama teman disamping nya, anak yang tidak memperhatikan cenderung kemampuan motorik kasar nya kurang daripada anak yang selalu memperhatikan penjelasan dan gerakan guru.

Menurut Moelichatoen perkembangan motorik adalah proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh. Untuk itu, anak belajar dari guru tentang beberapa gerakan yang dapat mereka lakukan yang dapat melatih ketangkasan, kecepatan, kekuatan, kelenturan, serta ketepatan koordinasi tangan dan mata. Mengembangkan kemampuan motorik sangat diperlukan anak agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Sujiono, 2020:12). Senam irama ini sudah mampu dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya, karena dengan senam irama perkembangan kemampuan motorik anak dapat berkembang secara optimal, semua anggota tubuh anak bergerak, dan kecerdasan kinestiknya bertambah karena anak memperhatikan gerakan dan memikirkan gerakan tersebut.

Hal ini sesuai dengan data yang peneliti dapatkan pada proses pelaksanaan kegiatan senam irama dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B berlangsung, bahwa didalam pelaksanaan kegiatan senam irama ini kemampuan motorik kasar anak sudah mulai berkembang, anak sudah mampu bergerak, memperhatikan dan mengikuti arahan yang di contohkan oleh guru, dan mendengarkan irama senam nya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penyajian data dan analisis data yang diperoleh dari penelitian lapangan di Raudhatul Athfal Muslimat NU Martapura mengenai penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak kelompok B, maka dapat disimpulkan:

Penerapan kegiatan senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak yang dilakukan setiap minggu dua kali pada hari selasa dan kamis, tempat pelaksanaan



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

nya di outdoor atau halaman sekolah, penerapan kegiatan senam irama sangat efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, penerapan kegiatan senam irama ini dapat melatih aspek perkembangan motorik kasar dan melatih kelenturan tubuh, koordinasi anggota tubuh serta keseimbangan tubuhnya, penerapan senam irama ini menggunakan musik yang menyenangkan, sehingga membuat anak menjadi lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan disekolah.

Kemampuan motorik kasar anak dalam kegiatan senam irama ini sudah mampu dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya, karena dengan senam irama perkembangan kemampuan motorik anak dapat berkembang secara optimal, semua anggota.

DAFTAR RUJUKAN

Amirzan, Kasih Indra, and Deni Rahman Marpaung. *"Pengembangan Prototipe Bicycle Static Dalam Meningkatkan Kebugaran Jasmani Anak Berkebutuhan Khusus"*. Jurnal Serambi Ilmu, 21.2, 2020

Asmawati Luluk, *Konsep Pembelajaran PAUD*, Bandung: Remaja Rosdakarya, UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. 2018.

Guntur Setiawan, *Impelementasi dalam biroksi Pembangunan*. Jakarta; Balai Pustaka, 2020.

Hidayati Maria, *"Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Bakiak"* Jurnal Pendidikan Usia Dini, Vol. 7. Jakarta: FKIP Universitas Negeri Jakarta, 2013.

Lismanto Febria, *"Gerakan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun di Taman Kanak-Kanak Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar Provinsi Riau"*. Jurnal Pesona Dasar, Vol. 5. No. 2 . Banda Aceh: PGSD Universitas Syiah Kuala, 2011.

Mirantika Dini, *"Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Seni Tari Bedana di Taman Kanak-Kanak Melati Puspu Tanjung Senang Bandar Lampung"*, Skripsi, Lampung: UIN Raden Intan Lampung, 2017.

Mursid, *Belajar dan Pembelajaran PAUD*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2016.

Rahyubi Heri, *"Teori-Teori Belajar Dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Deskripsi Dan Tinjauan Kritis"*, Bandung: Nusa Media 2018.

Syafril Syafrimen, Kuswanto Wijaya Cahniyo, and Osanisa Muriyan. *"Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Melalui GerakanGerakan Senam"*, Jurnal Pelita PAUD, 5.1 2020

Jurnal Darussalam; Jurnal Ilmiah Dan Sosial
Vol 26 No. 02 Juli-Desember 2025



<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

Yuspitah Rica, *Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak*

Usia 5-6 Tahun Di Paud Flamboyan Desa Geramat Kecamatan Mulak Ulu Kabupaten Lahat. Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Bengkulu. 2021.

Jurnal Darussalam; Jurnal Ilmiah Dan Sosial
Vol 26 No. 02 Juli-Desember 2025

<http://jurnal.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam>

