

**HUBUNGAN FREKUENSI LATIHAN SENAM IRAMA DENGAN
PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI RA ISMARIA AL-QUR'ANIYYAH
BANDAR LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh:

GANJAR ROHMA SAPUTRI



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017**

ABSTRAK

HUBUNGAN FREKUENSI LATIHAN SENAM IRAMA DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN DI RA ISMARIA AL-QUR'ANIYYAH BANDAR LAMPUNG

OLEH

GANJAR ROHMA SAPUTRI

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik kasar pada anak usia dini yang belum terkoordinasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Sampel penelitian berjumlah 30 anak yang diambil dengan teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode observasi dan dokumentasi, sedangkan data dianalisis dengan menggunakan *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar anak sebesar 0,529.

Kata Kunci : Anak Usia Dini, Frekuensi, Senam Irama, Motorik Kasar

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN FREQUENCY OF RHYTHMIC GYMNASTICS EXERCISE WITH GROSS MOTOR DEVELOPMENT FOR CHILDREN AGED 5-6 YEARS ATRA ISMARIA AL-QUR'ANIYYAH BANDAR LAMPUNG

By

GANJAR ROHMA SAPUTRI

The problem of this research was the gross motor skill in early childhood that had not been well coordinated. This research aimed to determine the correlation between the frequency of rhythmic gymnastics exercises and the gross motor development for children aged 5-6 years. This research was a correlational quantitative research. A sample of 30 students was taken by using Purposive Sampling technique. The data collection technique were carried out through observation and documentation, and being analyzed using Spearman Rank. The results showed that there was a positive correlation between the frequency of rhythmic gymnastics exercise and the gross motor development of children by 0,529.

Keywords: Early Childhood, Frequency, Rhythmic Gymnastics, Gross Motoric.

**HUBUNGAN FREKUENSI LATIHAN SENAM IRAMA DENGAN
PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI RA ISMARIA AL-QUR'ANIYYAH
BANDAR LAMPUNG**

Oleh

Ganjar Rohma Saputri

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

pada

Program Studi PG-PAUD
Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Ilmu Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN FREKUENSI LATIHAN SENAM
IRAMA DENGAN PERKEMBANGAN
MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN DI
RA ISMARIA AL-QUR'ANIYAH BANDAR
LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : **Ganjar Rohma Saputri**

No. Pokok Mahasiswa : **1313054019**

Program Studi : **Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

1. Pembimbing I

2. Pembimbing II

Dra. Sasmiati, M.Hum
NIP 195604241981032003

Ari Sofia, S.Psi., M.A.Psi
NIP 19760602 2008122001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswanti Rini, M.Si
NIP 19600328 198603 2 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: **Dr. Sasmiati, M.Hum**

.....

Sekretaris

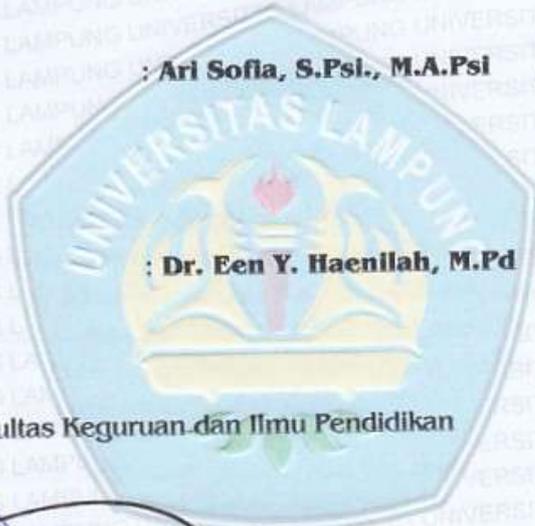
: **Ari Sofia, S.Psi., M.A.Psi**

.....

Penguji

: **Dr. Een Y. Haenillah, M.Pd**

.....



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum

NIP. 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **06 November 2017**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ganjar Rohma Saputri
Nomor Induk Mahasiswa : 1313054019
Program Studi : Pendidikan Guru Anak Usia Dini
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Lokasi Penelitian : RA Ismaia Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Hubungan Frekuensi Latihan Senam Irama dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA Ismaria Al-Qur’aniyyah Bandar Lampung”** tersebut adalah asli penelitian saya dan tidak plagiat kecuali pada bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, November 2017
Yang membuat pernyataan



Ganjar Rohma Saputri
NPM. 1313054019

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Ganjar Rohma Saputri dilahirkan di Banjarsari, Kecamatan Metro Utara, Kota Metro pada tanggal 17 Juni 1995, anak bungsu dari pasangan Bapak Bomin dan Ibu Wijilah. Penulis memiliki satu kakak laki-laki yang bernama Hendri Nirwana.

Penulis mengawali pendidikan di SD Negeri 1 Metro Utara pada tahun 2001-2007. Setelah itu melanjutkan di SMP Negeri 6 Metro pada tahun 2007-2010. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 1 Metro pada tahun 2010-2013. Pada tahun 2013-sekarang, penulis terdaftar sebagai mahasiswa angkatan ketiga Program Studi Pendidikan Guru-Pendidikan Anak Usia Dini (PG-PAUD) Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN.

Pada semester tujuh, penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sidorejo, Kecamatan Bangun Rejo, Kabupaten Lampung Tengah dan Program Pengalaman Lapangan (PPL) di TK Pertiwi Sidorejo.

MOTTO

La Tahzan Innallaha Ma'ana
(Jangan Bersedih, Sesungguhnya Allah Bersama Kita)

Jangan Berdoa Meminta Hidup Dimudahkan, Tetapi Berdoalah Agar Diberi
Kekuatan Mengatasi Kesulitan
(Bruce Lee)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim...

Ku persembahkan karya ini sebagai rasa syukur kepada ALLAH SWT beserta Nabi junjungan kami Muhammad SAW dan ucapan terimakasih serta rasa banggaku kepada:

Orang tuaku (Bapak Boimin dan Ibu Wijilah)

Terimakasih telah menjadi orang tua hebat, terimakasih untuk doa, kasih sayang, nasihat dan saran, serta tak pernah lelah berjuang. Rasa termakasihku mungkin tak akan setara dengan apapun yang telah kalian berikan.

Kakakku (Hendri Nirwana)

Terimakasih telah memberikan motivasi, serta tiada henti memberikan dukungan dan doa untukku.

Almamater tercinta Universitas Lampung

Sebagai tempat dalam menggali ilmu, menjadikan sosok yang mandiri, serta jati diriku kelak

SANWACANA

Bismillahirrohmanirrohim

Penulis ucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi “Hubungan Frekuensi Latihan Senam Irama dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA Ismaria Al-Qur’aniyyah Bandar Lampung” adalah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Hi Muhammad Fuad, M.Hum. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Ibu Ari Sofia, S.Psi., M.A.Psi selaku Ketua Program Studi PG-PAUD sekaligus Pembimbing kedua yang telah bersedia memberikan bimbingan, kritik, dan saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Dra. Sasmiati, M.Hum selaku Pembimbing Utama yang telah membimbing, membantu, serta memberikan saran guna kelancaran skripsi ini.

5. Ibu Dr. Een Y. Haenilah, M.Pd selaku Penguji yang telah memberikan banyak masukan dan saran yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Dosen-dosen PG-PAUD khususnya dan Dosen FKIP Universitas Lampung pada umumnya, yang telah memberikan ilmu dan kasih sayang dalam membimbing dan mendidik kami untuk menjadi insan yang lebih baik dan berpendidikan.
7. Kedua orang tua, Bapak Boimin dan Ibu Wijilah yang tiada henti memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi, dan do'a. Terimakasih untuk semua yang telah kalian berikan.
8. Kakak tersayang, Hendri Nirwana terimakasih atas dukungan dan doa yang diberikan.
9. Sahabat-sahabatku Trinita Anggraini, Tri Susanti, Yuliani, Wiwik Windasari, Eka Fitriana, Shintia Ayu Lestari, dan Ita Silviana terimakasih atas bantuan dan motivasi yang kalian berikan.
10. Teman sepermainan Fitria Andesta dan Intan Kurniasari terimakasih atas keceriaan yang telah kalian berikan.
11. Teman-teman seperjuangan PG-PAUD Kelas A angkatan 2013 terimakasih telah membantu menuliskan cerita selama di perkuliahan.
12. Keluarga Kosan (Noviani Lukita Ningtyas, Yuliana, Puji Umayah, dan Karlina Kusuma Putri) terimakasih bantuan dan keceriaan yang kalian berikan.
13. Sahabat rumah Ana Thaharah dan Riski Kurnia Sari terimakasih telah menjadi sahabat yang baik untukku.

14. Teman-teman KKN-KT Desa Sidorejo Kecamatan Bangun Rejo (Ami, Herlin, Minaty, May, Tiyas, Sitnur, Mareta, dan Mba Astin) terimakasih telah menjadi keluarga selama 40 hari.
15. Ibu Safti Yoni Marlin, S.Pd.I selaku kepala sekolah RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung terimakasih atas bantuan yang dberikan selama penelitian.
16. RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung atas kerjasamanya selama penelitian.
17. Alamamater tercinta yang telah memberikan kebanggaan dan motivasi bagi penulis

Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Amin.

Bandar Lampung, November 2017
Penulis

Ganjar Rohma Saputri

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| ABSTRAK | i |
| ABSTRACT | ii |
| HALAMAN JUDUL | iii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN | v |
| HALAMAN PERNYATAAN..... | vi |
| RIWAYAT HIDUP | vii |
| MOTTO | viii |
| PERSEMBAHAN..... | ix |
| SANWACANA | x |
| DAFTAR ISI..... | xiii |
| DAFTAR TABEL | xvi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xvii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xviii |
| | |
| I. PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 4 |
| C. Pembatasan Masalah | 4 |
| D. Rumusan Masalah | 4 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 5 |
| F. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| | |
| II. TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| A. Anak Usia Dini | 7 |
| 1. Pengertian Anak Usia Dini..... | 7 |
| 2. Karakteristik Anak Usia Dini | 8 |
| B. Teori Belajar | 9 |
| C. Perkembangan Motorik Anak Usia Dini | 12 |
| 1. Definisi Perkembangan Motorik | 12 |
| 2. Aspek Perkembangan Motorik..... | 13 |
| 3. Jenis Motorik Kasar Anak Usia Dini | 15 |

| | |
|--|-----------|
| 4. Tujuan Pengembangan Motorik | 16 |
| 5. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik | 17 |
| D. Senam Irama..... | 18 |
| 1. Pengertian Senam Irama..... | 18 |
| 2. Komponen-Komponen Latihan | 19 |
| 3. Frekuensi Latihan Senam Irama..... | 20 |
| E. Hubungan Frekuensi Latihan Senam Irama dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini..... | 20 |
| F. Kerangka Pikir..... | 20 |
| G. Hipotesis | 22 |
| III. METODE PENELITIAN | 23 |
| A. Jenis Penelitian..... | 23 |
| B. Setting Penelitian | 23 |
| C. Populasi dan Sampel | 24 |
| D. Definisi Konseptual Variabel..... | 24 |
| E. Definisi Operasional Variabel..... | 25 |
| F. Teknik Pengumpulan Data..... | 26 |
| G. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian..... | 27 |
| H. Uji Validitas Instrumen | 28 |
| I. Teknik Analisis Data..... | 28 |
| J. Uji Persyaratan Analisis..... | 29 |
| K. Analisis Uji Hipotesis | 30 |
| IV. HASIL DAN PEMBAHASAN | 32 |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... | 32 |
| 1. Profil RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung..... | 32 |
| 2. Visi, Misi, dan Tujuan | 33 |
| 3. Proses Belajar dan Pembelajaran | 34 |
| B. Hasil Penelitian | 34 |
| 1. Deskripsi Hasil Penelitian..... | 34 |
| 2. Hasil Distribusi Frekuensi Latihan Senam Irama (X)..... | 36 |
| 3. Hasil Distribusi Perkembangan Motorik Kasar (Y)..... | 37 |
| 4. Analisis Tabel Silang Hubungan Frekuensi Latihan Senam Irama dengan Perkembangan Motorik Kasar AUD | 39 |
| C. Uji Normalitas Data | 40 |
| D. Uji Homogenitas | 41 |
| E. Uji Hipotesis | 43 |
| F. Pembahasan Hasil Penelitian | 44 |

| | |
|--------------------------------------|-----------|
| V. KESIMPULAN DAN SARAN | 50 |
| A. Kesimpulan | 50 |
| B. Saran..... | 51 |
| DAFTAR PUSTAKA | 52 |
| LAMPIRAN..... | 54 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Kisi-Kisi Penilaian Frekuensi Latihan Senam Irama..... | 27 |
| 2. Kisi-Kisi Penilaian Perkembangan Motorik Kasar..... | 27 |
| 3. Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi..... | 31 |
| 4. Distribusi Frekuensi Latihan Senam Irama..... | 37 |
| 5. Distribusi Perkembangan Motorik Kasar..... | 38 |
| 6. Frekuensi Latihan Senam Irama dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun | 39 |
| 7. Hasil Analisis Variabel (X) Chi-Square ² | 40 |
| 8. Hasil Analisis Variabel (Y) Chi-Square ² | 41 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|-----------------------------|----------------|
| 1. Kerangka Pikir | 22 |
| 2. Rumus Kategori Data..... | 28 |
| 3. Rumus Interval..... | 28 |
| 4. Rumus Chi-Square | 29 |
| 5. Rumus Fisher | 30 |
| 6. Rumus Spearman Rank..... | 31 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|--|---------|
| 1. Rubrik Penilaian Variabel X (Frekuensi Latihan Senam Irama) | 54 |
| 2. Rubrik Penilaian Variabel Y (Perkembangan Motorik Kasar) | 55 |
| 3. Permohonan Uji Validitas Instrumen..... | 57 |
| 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian Ke 1..... | 69 |
| 5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian Ke 2..... | 73 |
| 6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian Ke 3..... | 77 |
| 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian Ke 4..... | 81 |
| 8. Lembar Penilaian Hari Ke-1 | 85 |
| 9. Lembar Penilaian Hari Ke-2 | 89 |
| 10. Lembar Penilaian Hari Ke-3 | 93 |
| 11. Lembar Penilaian Hari Ke-4 | 97 |
| 12. Rekapitulasi Nilai Hasil Penilaian Frekuensi Latihan Senam Irama (X) . | 101 |
| 13. Rekapitulasi Nilai Hasil Penilaian Frekuensi Perkembangan Motorik Kasar (Y)..... | 102 |
| 14. Uji Normalitas Frekuensi Latihan Senam Irama (X) dan Perkembangan Motorik Kasar (Y) | 103 |
| 15. Tabel Standar Normalitas Probabilities | 109 |
| 16. Tabel X^2 | 110 |
| 17. Tabel Penolong Untuk Mencari Homogenitas..... | 111 |
| 18. Tabel F Untuk Menentukan Homogenitas | 112 |
| 19. Tabel Penolong Untuk Menghitung Korelasi Spearman Rank..... | 114 |
| 20. Tabel Nilai-Nilai Rho | 115 |
| 21. Dokumentasi Foto Kegiatan Pelaksanaan Penelitian..... | 116 |
| 22. Surat Keterangan Penelitian..... | 117 |

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak adalah sosok yang sedang dalam masa perkembangan yang pesat. Pendidikan anak TK pada hakikatnya adalah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh guna mengoptimalkan seluruh aspek perkembangan anak, sedangkan menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Bab 1, Pasal 1, Butir 14 menyatakan bahwa:

Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Mengacu pada Undang-Undang tersebut, jelas bahwa pendidikan yang diberikan pada anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang diberikan melalui rangsangan pendidikan untuk membantu mengoptimalkan seluruh pertumbuhan dan perkembangan anak, baik jasmani maupun rohani. Hal ini bertujuan agar anak memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan lanjut. Mengingat masa usia dini merupakan masa *golden age* yakni masa yang sangat berharga bagi seorang anak untuk belajar dan memahami serta mencari informasi yang ada di lingkungannya. Pada masa ini otak anak berkembang

dengan cepat, sehingga anak dapat menyerap dengan mudah apa yang ia peroleh dari lingkungannya.

Upaya pendidik anak usia dini meliputi seluruh proses perawatan dan pengasuhan. Tugas pendidik adalah memberikan stimulasi dengan menciptakan lingkungan yang dapat dimanfaatkan anak untuk bereksplorasi sehingga dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk mengetahui dan memahami pengalaman belajar yang diperoleh dari lingkungan melalui cara mengamati, meniru, dan bereksperimen. Pemberian stimulus sangat berguna untuk membantu mengoptimalkan seluruh aspek perkembangan anak di masa *golden age* ini.

Seluruh potensi anak usia dini perlu untuk dikembangkan, dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini dinyatakan ada enam aspek perkembangan anak usia dini yang meliputi aspek moral agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni. Seluruh aspek perkembangan anak sangat penting untuk dikembangkan, dimana seluruh aspek perkembangan anak berperan penting dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu aspek perkembangan anak yang penting untuk dikembangkan yakni aspek fisik motorik, aspek perkembangan fisik motorik terdiri atas motorik kasar, motorik halus, dan kesehatan dan perilaku keselamatan. Pada penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan untuk meneliti motorik kasar anak usia dini.

Perkembangan motorik kasar dapat dilihat dari keterampilan anak dalam melakukan gerakan fisik misalnya kemampuan yang melibatkan otot-otot besar dan kekuatan otot serta mencakup fungsi-fungsi lokomotor seperti duduk tegak, berjalan, menendang, dan melempar bola. Keterampilan motorik pada anak berkembang sesuai dengan usia anak, keterampilan yang dimiliki anak akan berkembang seiring dengan bertambahnya usia serta kematangan syaraf untuk mengendalikan fungsi-fungsi tubuh. Perkembangan fisik motorik anak akan berkembang dengan optimal apabila anak mendapatkan stimulus yang baik. Namun dengan berdasarkan pengamatan yang dilakukan dilapangan bahwa gerak fisik motorik belum sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pada bulan September 2016 di RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung, peneliti menemukan bahwa masih banyak anak yang gerakan fisiknya belum terkoordinasi dengan baik, dari 30 anak terdapat 60% diantaranya belum bisa melakukan gerakan motorik kasar yang terkoordinasi. Hal ini terlihat saat anak bermain pada jam istirahat terlihat beberapa anak terjatuh saat melakukan gerakan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan ternyata kegiatan hanya terfokus pada pengembangan motorik halus, seperti kegiatan mewarnai dan menulis. Kegiatan yang mengembangkan motorik kasar jarang dilakukan, jika dilakukan hanya satu minggu sekali namun kegiatan tersebut kurang menyenangkan, selain itu, latihan senam irama sudah dilakukan namun tidak terjadwal.

Perkembangan motorik kasar anak dapat dikembangkan melalui kegiatan yang lebih banyak menggunakan otot besar, seperti menari, olahraga, dan bermain peran. Senam merupakan salah satu olahraga yang dapat dijadikan sebagai alternatif untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Senam irama merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Frekuensi latihan yang diterapkan dapat dijadikan sebagai alternatif untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Frekuensi berkaitan dengan kekerapan, jika dikaitkan dengan latihan senam maka frekuensi latihan senam irama merupakan seringnya anak melakukan latihan senam sehingga diharapkan melalui frekuensi latihan senam irama motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal.

Sehubungan dengan permasalahan di atas, pada penelitian ini peneliti mengambil kegiatan frekuensi latihan senam irama untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Latihan senam irama merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan keterampilan motorik kasar anak. Selain mudah dilaksanakan, latihan senam irama dapat dilakukan secara berkelompok atau individu, selain itu frekuensi latihan yang ditetapkan dapat membantu untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Anak belum mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi.

2. Anak jarang diberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan dengan melakukan aktifitas fisik.
3. Senam yang masih didominasi guru, sehingga anak kurang mendapatkan kesempatan saat mengikuti senam.
4. Latihan senam yang tidak terjadwal.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari pengembangan masalah yang terlalu luas, maka penelitian ini dibatasi permasalahannya yaitu gerakan motorik kasar yang terkoordinasi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan pembelajaran pada pendidik anak usia dini, khususnya dalam pengembangan motorik kasar anak.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap guru, kepala sekolah, dan peneliti lain.

a. Manfaat Bagi Guru/Pendidik

Manfaat penelitian bagi guru/pendidik yakni sebagai masukan bagi guru dalam upaya mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui senam irama yang menarik bagi anak.

b. Manfaat Bagi Kepala Sekolah

Manfaat penelitian bagi sekolah yakni sebagai masukan dalam rangka memperbaiki pembelajaran yang cocok untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui senam irama.

c. Manfaat Bagi Peneliti Lain

Manfaat bagi peneliti lain yakni dapat menjadi referensi dan pengembangan selanjutnya dalam mengembangkan pembelajaran bermain melalui kegiatan senam irama.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak Usia Dini

1. Pengertian Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan individu yang berada pada proses pertumbuhan dan perkembangan. Menurut Sujiono (2013:6) “Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya”. Sejalan dengan pendapat di atas, Suyadi (2013:2) mengatakan bahwa:

Usia dini (0-6 tahun) merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan yang sangat menentukan bagi anak di masa depannya atau disebut juga masa keemasan (*the golden age*) sekaligus periode yang kritis yang menentukan tahap pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya.

Isjoni (2014:24) berpendapat bahwa:

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan. Karena itulah, maka usia dini dikatakan sebagai *golden age* (usia emas), yaitu usia yang sangat berharga dibanding usia-usia selanjutnya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia dini merupakan seorang individu yang berada pada rentang usia 0-6 tahun atau disebut sebagai masa keemasan (*the golden age*) dimana pada masa

ini anak membutuhkan stimulus atau rangsangan yang akan menentukan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya.

2. Karakteristik Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan sosok individu yang unik, mereka lahir dengan membawa berbagai macam potensi yang perlu untuk dikembangkan. Anak usia dini memiliki karakteristik yang berbeda dengan orang dewasa, sehingga mereka memiliki cara yang berbeda dalam memahami segala sesuatu. Hartati dalam Aisyah (2008:1.4) mengemukakan bahwa karakteristik anak usia dini antara lain:

- a. Memiliki rasa ingin tahu yang besar.
- b. Merupakan pribadi yang unik.
- c. Suka berfantasi dan berimajinasi.
- d. Masa paling potensial untuk belajar.
- e. Menunjukkan sikap egosentris.
- f. Memiliki rentang daya konsentrasi yang pendek.
- g. Sebagai bagian dari mahluk sosial.

Lebih lanjut, Sujiono (2009:25) mengemukakan ciri khusus anak usia dini diantaranya :

- a. Senang bertanya tentang apa saja yang dilihat, dengar atau rasakan.
- b. Sering membangkang, menunjukkan sikap keras kepala, susah diatur, tidak menurut/negativisme dan melawan bahkan sering kali marah tanpa alasan yang jelas.
- c. Senang bermain tanpa henti seperti tidak mengenal lelah.
- d. Senang menjelajah (bereksplorasi).
- e. Anak sebagai peniru ulung.
- f. Senang berkhayal.

Sejalan dengan pendapat di atas, Hasnida (2014:13) mengungkapkan beberapa karakteristik anak usia dini, yaitu :

- a. Anak berbeda satu sama lain.
- b. Anak lebih cenderung melihat dan memahami sesuatu dari sudut pandang kepentingannya sendiri.
- c. Anak senang melakukan aktivitas.

- d. Rasa ingin tahu yang kuat.
- e. Anak eksploratif dan berjiwa petualang.
- f. Anak mengekspresikan perilaku secara relatif spontan.
- g. Anak senang dan kaya dengan fantasi.
- h. Anak masih mudah frustrasi.
- i. Anak masih kurang pertimbangan.
- j. Anak memiliki perhatian yang pendek.
- k. Anak bergairah untuk belajar dari pengalaman.
- l. Anak semakin menunjukkan minat terhadap teman.

Berdasarkan ketiga pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak usia dini yaitu memiliki rasa ingin tahu yang besar, unik, suka berimajinasi (berkhayal), egosentris, senang bermain, memiliki jiwa petualang, suka menjelajah (bereksplorasi), memiliki perhatian yang pendek, sebagai bagian dari makhluk sosial, memiliki rentang konsentrasi yang pendek, dan anak sebagai peniru ulung.

B. Teori Belajar

Teori belajar merupakan sudut pandang yang menjelaskan bagaimana proses belajar berlangsung pada diri seseorang. Teori belajar berkaitan dengan kemampuan anak dalam menerima dan memahami pembelajaran atau materi yang diberikan. Teori belajar dapat dijadikan acuan sebagai bentuk penerapan pembelajaran yang akan dikembangkan kepada peserta didik, sehingga menghasilkan perubahan baik berupa segi afektif, kognitif, dan psikomotor.

Menurut Latif, dkk (2013:73) “Teori belajar behaviorisme merupakan perubahan perilaku yang terjadi melalui proses stimulus dan respon yang bersifat mekanis”. Teori behaviorisme meyakini bahwa manusia mengalami proses perubahan perilaku berdasarkan stimulus yang didapatkan menghasilkan respon. Teori ini sering disebut sebagai teori belajar *stimulus-*

response (S-R). Teori behaviorisme merupakan teori belajar tingkah laku. Tokoh-tokoh teori behaviorisme yaitu Thorndike, Skinner, dan Pavlov.

1. Teori Belajar Thorndike

Salah satu tokoh pencetus teori behaviorisme adalah Edward Lee Thorndike, teori Thorndike dikenal dengan *Law of Effect*. Thorndike dalam Jufri (2013:10) mengemukakan bahwa “Pengalaman adalah sumber gagasan-gagasan dan hanya tingkah laku nyata saja yang dapat dipelajari”. Belajar akan lebih berhasil bila respon anak terhadap suatu stimulus segera diikuti dengan rasa senang atau kepuasan. Rasa senang atau kepuasan ini bisa timbul sebagai akibat anak mendapatkan pujian atau ganjaran lainnya.

Stimulus yang diberikan adalah *reinforcement*. Thorndike mengemukakan bahwa teori belajar behaviorisme merupakan teori belajar koneksionisme. Belajar merupakan proses pembentukan hubungan antara stimulus dan respon. Terdapat beberapa dalil atau hukum yang terkait dengan teori koneksionisme yaitu hukum kesiapan (*law of readiness*), hukum latihan (*law of exercise*), dan hukum akibat (*law of effect*).

2. Teori Belajar Pavlov

Pavlov terkenal dengan teori belajar klasik. Pavlov dalam Sujiono (2013:55) mengemukakan bahwa “konsep *classical conditioning* mengajarkan bahwa seorang anak diberikan stimulus dan suatu penghargaan dan belajar untuk mengharapkan penghargaan kapan saja stimulus diperkenalkan”. Terkait dengan kegiatan belajar mengajar, agar anak belajar dengan baik, maka harus dibiasakan. Belajar merupakan

kontrol instrumenrtal yang berasal dari lingkungan. Lingkungan termasuk kondisi yang membentuk pembiasaan kepada anak untuk belajar. Rangsangan yang diberikan kepada anak dapat disesuaikan dengan kondisi anak, dengan demikian perilaku anak dapat berubah sesuai dengan apa yang diinginkan.

3. Teori Belajar Skinner

Teori behaviorisme merupakan teori belajar tingkah laku yang tidak terlepas dari stimulus dan respon. BF. Skinner dalam Sujiono (2013:55) mengemukakan bahwa “Perilaku yang dibentuk identik dengan teori *stimulus-respon* dan *operant conditioning*. Unsur-usur yang terlibat antara lain bala bantuan, hukuman, *operant conditioning*, dan mengurangi perilaku yang tidak baik”. Penguatan dapat bersifat positif dan negatif, penguatan positif dapat dikatakan sebagai stimulus positif. Penguatan yang diberikan dapat memperkuat tindakan anak, sehingga anak akan semakin sering untuk merespon stimulus yang diberikan.

Sehubungan dengan penelitian tersebut maka peneliti lebih menggunakan teori behaviorisme yang dikemukakan oleh Pavlov yang menekankan konsep pembiasaan. Latihan yang diberikan merupakan kontrol yang berasal dari lingkungan dan merupakan kondisi pembentuk kebiasaan anak. Latihan yang diberikan terus menerus pada penelitian ini dijadikan pembiasaan yang membentuk karakter anak, sehingga dengan adanya pembiasaan berupa latihan dapat mengembangkan perkembangan motorik kasar.

C. Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

1. Definisi Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Fisik atau tubuh merupakan sistem organ yang kompleks. Semua organ pada fisik terbentuk pada periode pranatal (dalam kandungan). Pertumbuhan fisik pada anak tidak hanya berupa penambahan berat dan tinggi badan tetapi berkaitan dengan pengembangan kendali terhadap otot-otot tubuh dan peningkatan koordinasi fisik. Kuhlen dan Thompson dalam Jahja (2011:39) mengemukakan bahwa perkembangan fisik individu meliputi empat aspek, yaitu :

- a. Sistem saraf, yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi.
- b. Otot-otot, yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik.
- c. Kelenjar endoktrin, yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru.
- d. Struktur fisik/tubuh, yang meliputi tinggi, berat, dan proporsi.

Sistem saraf merupakan sistem yang kompleks. Perkembangan motorik sejajar dengan perkembangan sistem saraf dan otot sehingga kemampuan motorik sangat ditentukan oleh kematangan saraf. Selain itu, sistem saraf sangat mempengaruhi kecerdasan dan emosi anak. Otot-otot mempengaruhi kekuatan dan kemampuan motorik. Otot-otot merupakan bagian dari kekuatan yang dapat menimbulkan tenaga. Kekuatan otot berperan penting untuk melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik. Gallahue dalam Samsudin (2008:10) berpendapat bahwa “Motorik adalah suatu dasar biologi atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak. Gerak adalah kulminasi dari suatu tindakan yang didasari oleh proses motorik”.

Hal ini sejalan dengan pendapat Zulkifli dalam Samsudin (2008:11) menjelaskan bahwa “Motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh yang melibatkan tiga unsur yakni otot, syaraf, dan otak”.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik merupakan aktivitas fisik yang berhubungan dengan gerak yang meliputi penggunaan otot-otot besar dan kecil yang melibatkan otot, syaraf, dan otak.

2. Aspek Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Perkembangan motorik anak usia dini dibagi kedalam dua jenis, yakni motorik kasar dan motorik halus. Mengutip Permendikbud No. 137 tahun 2014 dinyatakan bahwa aspek fisik motorik terdiri atas motorik kasar, motorik halus, dan kesehatan dan perilaku keselamatan.

a. Motorik Kasar

Aspek perkembangan tidak terlepas dari aspek fisik motorik. Aspek fisik motorik merupakan aspek yang berkaitan dengan gerakan.

Hasnida (2014:2) mengatakan bahwa :

Motorik merupakan perkembangan penendalian gerakan tubuh melalui gerakan yang terkoordinasi antara susunan syaraf, otot, otak, dan *spinal cord* yang dipengaruhi oleh kematangan anak. Motorik kasar membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.

Sejalan dengan pendapat di atas, Patmonodewo (2003:26) berpendapat bahwa “Keterampilan motorik kasar adalah koordinasi sebagian besar otot tubuh misalnya melompat, main jungkat jungkit, dan berlari”.

Merujuk pada Permen 137 tahun 2014 tentang Standar nasional Pendidikan Anak Usia Dini dinyatakan lingkup perkembangan fisik terutama motorik kasar terdiri dari melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincihan: melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam; melakukan permainan fisik dengan aturan, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan melakukan kegiatan kebersihan diri

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar merupakan perkembangan pengendalian jasmaniah yang melibatkan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot terkoordinasi yang meliputi faktor kelincihan, keseimbangan, koordinasi dan kecepatan serta kelenturan.

b. Motorik Halus

Aspek perkembangan fisik motorik tidak terlepas dari motorik halus. Patmonodewo (2003:260) berpendapat bahwa “Keterampilan motorik halus adalah koordinasi bagian kecil dari tubuh, terutama tangan”. Keterampilan motorik halus melibatkan otot kecil yang memungkinkan fungsi-fungsi seperti menggenggam dan memanipulasi objek-objek kecil, menulis, melipat, menggambar, mengenakan pakaian, dan menggunting. Keterampilan motorik halus anak dapat diasah dengan berbagai latihan seperti menggambar, menyusun, mengelompokkan, membentuk, melipat atau menggunting.

3. Jenis Motorik Kasar Anak Usia Dini

Perkembangan motorik anak merupakan proses memperoleh keterampilan dan pola gerakan yang diperlukan untuk mengendalikan tubuh anak. Gerakan motorik anak berkembang seiring dengan bertambahnya usia, semakin bertambah usia seseorang maka semakin matang pula gerakan motorik yang dihasilkannya.

Seefell dalam Nurhayati (2011:12) menggolongkan keterampilan motorik menjadi tiga bagian sebagai berikut :

- a. Keterampilan lokomotorik, terdiri atas keterampilan berjalan, berlari, melompat, berderap, meluncur, bergulung-gulung, berhenti, mulai berjalan, dan menjatuhkan diri.
- b. Keterampilan memproyeksi dan menerima, menggerakkan dan menangkap benda seperti menangkap, menarik, menggiring, melempar, menendang, memukul, dan melambung.
- c. Keterampilan non-lokomotorik, yaitu kemampuan gerak yang dilakukan di tempat tanpa memindahkan badan. Kemampuan ini meliputi kemampuan membungkukkan badan, memutar badan, geleng kepala ke kanan dan ke kiri, berayun, merentang, berbelok, mengangkat, bergoyang, melengkung, memeluk, dan menarik.

Menurut Beaty (2013:201) keterampilan motorik di tahun-tahun prasekolah diantaranya :

- a. Berjalan dengan langkah kaki selang-seling.
- b. Berlari dengan kecepatan dan arah terkontrol.
- c. Melompat dengan kedua kaki bersama-sama.
- d. Meloncat dengan satu kaki.
- e. Mendaki dan menuruni peralatan mendaki.
- f. Melempar, menangkap, dan menendang bola.
- g. Mengendarai sepeda roda tiga, sepeda, dan skuter.
- h. Melakukan gerakan kreatif.

Sejalan dengan pendapat di atas, Yamin dan Sabri (2010: 132) mengemukakan bahwa gerakan motorik kasar untuk anak usia dini yaitu:

- a. Merayap
- b. Merangkak

- c. Berdiri
- d. Memanjat
- e. Berjalan
- f. Berlari
- g. Menendang
- h. Menangkap
- i. Melompat
- j. Meluncur
- k. Lompat tali

Berdasarkan pendapat di atas, dapat di ambil kesimpulan bahwa kemampuan motorik kasar pada anak usia dini meliputi keterampilan lokomotorik, keterampilan memproyeksi dan menerima, serta keterampilan non-lokomotorik. Keterampilan lokomotorik merupakan kemampuan anak berupa gerakan yang dapat dilakukan dengan berpindah tempat. Gerakan lokomotorik pada anak usia dini meliputi berjalan, berlari, melompat, berderap, meluncur, merayap, merangkak, dan memanjat. Keterampilan menerima dan memproyeksi diri merupakan kemampuan seperti menggerakkan, menarik, menggiring, melempar, menendang, melambung, dan menangkap benda. Keterampilan non-lokomotorik merupakan kemampuan anak berupa gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat. Gerakan non-lokomotorik berupa membungkukkan badan, memutar badan, geleng kepala ke kanan dan ke kiri, berayun, merentang, berbelok, mengangkat, bergoyang, melengkung, memeluk, dan menarik.

4. Tujuan Pengembangan Motorik Kasar

Keterampilan fisik motorik anak sangat penting untuk dikembangkan, karena keterampilan ini berperan dalam kehidupan sehari-sehari.

Menurut Samsudin (2008:29) tujuan dari pengembangan fisik motorik yakni:

- a. Memperkenalkan gerakan kasar dan halus
- b. Melatih gerakan kasar dan halus
- c. Meningkatkan kemampuan mengelola
- d. Mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi
- e. Meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat.

5. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik

Perkembangan fisik pada setiap anak tidaklah sama. Setiap anak memiliki proses pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda. Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Jahja (2011:43) “faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik diantaranya faktor hereditas, lingkungan alamiah, sosial, kultural, nutrisi dan gizi, dan kesempatan dan latihan”.

Lebih lanjut, Wiyani (2014:38) mengungkapkan “ada lima faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik pada anak usia dini, diantaranya faktor makanan, faktor pemberian stimulus, kesiapan fisik, faktor jenis kelamin, dan faktor budaya”. Sejalan dengan pendapat di atas, Patmonodewo (2003:250) mengemukakan bahwa “perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain gizi, kesehatan, dan lingkungan fisik”.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik antara lain faktor hereditas/keturunan, faktor lingkungan, nutrisi dan gizi, kesempatan dan latihan, faktor jenis kelamin, dan sosial budaya.

D. Senam Irama

1. Pengertian Senam Irama

Senam merupakan salah satu olahraga yang melibatkan gerakan yang membutuhkan kekuatan dan gerakan fisik yang teratur. Senam sudah dijadikan sebagai olahraga rutin yang diterapkan di sekolah.

Menurut Mujahir, dkk (2011:89) berpendapat bahwa “senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan”. Sejalan dengan pendapat di atas, Petter H. Werner dalam Mujahir, dkk (2011:89) “senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh”.

Sejalan dengan pendapat di atas, Utomo (2008: 90) menyebutkan bahwa “senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa senam irama merupakan latihan yang berupa aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian yang dirancang untuk meningkatkan kekuatan, kelentukan, kelincahan, dan kontrol tubuh.

2. Komponen-Komponen Latihan

Komponen merupakan bagian dari keseluruhan aspek yang memiliki peranan penting, dalam suatu kegiatan olahraga tentunya memiliki komponen-komponen yang dapat dijadikan sebagai acuan untuk latihan.

Menurut Irmayanti (2017) komponen-komponen dalam latihan adalah sebagai berikut :

- a. Intensitas
- b. Volume
- c. Recovery
- d. Interval
- e. Repetisi (pengulangan)
- f. Set Latihan
- g. Seri/sirkuit
- h. Durasi (waktu)
- i. Irama
- j. Frekuensi
- k. Sesi atau unit.

Berdasarkan pendapat di atas, yang termasuk komponen senam irama adalah durasi (waktu), repetisi (pengulangan), dan set latihan.

3. Frekuensi Latihan Senam Irama

Senam irama merupakan bagian dari olahraga yang dapat dilakukan semua usia, termasuk oleh anak usia dini. Kecepatan yang dilakukan anak dapat mengasah keterampilan anak. Ali (2006:98) menyatakan bahwa frekuensi merupakan “kecepatan: jarang kerapnya”. Sedangkan senam irama merupakan latihan yang berupa aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian yang dirancang untuk meningkatkan kekuatan, kelentukan, kelicahan, dan kontrol tubuh.

Berdasarkan pendapat di atas, frekuensi latihan senam irama merupakan seringnya latihan yang dihasilkan melalui aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian yang dirancang untuk meningkatkan kekuatan, kelentukan, kelicahan, dan kontrol tubuh.

E. Penelitian Relevan

Pada penulisan skripsi ini peneliti mengambil informasi dari penelitian sebelumnya sebagai perbandingan, baik kekurangan dan kelebihan yang sudah ada. Selain itu, peneliti mengambil informasi dari buku-buku dan jurnal dalam menambah informasi yang sudah ada tentang teori yang berkaitan dengan judul yang digunakan untuk memperoleh landasan teori ilmiah.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Elsa Desmira Saeful (2016) dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Permainan Halang Rintang dengan Kemampuan Motorik Kasar Anak di TK Ar-Rahman Bandar Lampung” menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara permainan halang rintang dengan kemampuan motorik kasar anak sebesar 0,797.
2. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Yuliansih (2015) yang berjudul “Pengaruh Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Anak Usia 5 Tahun” menunjukkan bahwa ada pengaruh senam irama terhadap kemampuan motorik anak usia dini.

F. Kerangka Pikir

Anak usia dini merupakan sosok yang sedang dalam masa *golden age*, dimana pada masa ini seluruh aspek perkembangan berkembang dengan pesat apabila mendapatkan stimulus yang baik. Aspek tersebut meliputi aspek perkembangan moral agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosi, dan seni.

Salah satu aspek yang sangat penting untuk dikembangkan adalah fisik motorik. Adapun perkembangan fisik motorik terdiri dari motorik kasar, motorik halus, dan kesehatan dan perilaku keselamatan. Perkembangan

motorik merupakan keterampilan gerak yang melibatkan seluruh pusat syaraf, urat syaraf, dan otot baik gerak motorik kasar maupun gerak motorik halus.

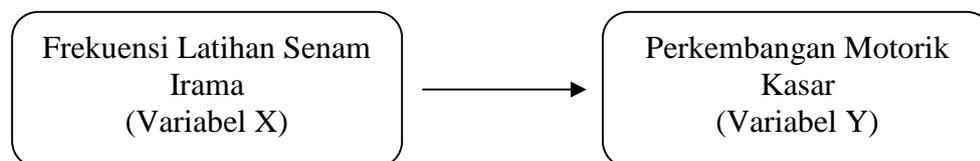
Gerak motorik kasar pada anak usia dini terdiri dari keterampilan lokomotorik, nonlokomotorik, dan keterampilan memproyeksi dan menerima. Keterampilan lokomotorik merupakan kemampuan anak berupa gerakan yang dapat dilakukan dengan berpindah tempat, seperti berjalan, berlari, melompat, berderap, meluncur, merayap, merangkak, dan memanjat. Keterampilan nonlokomotorik merupakan kemampuan anak yang dilakukan tanpa berpindah tempat, seperti membungkukkan badan, memutar badan, geleng kepala ke kanan dan kiri, berayun, merentang, berbelok, mengangkat, bergoyang, melengkung, memeluk, dan menarik.

Setiap individu memiliki perbedaan dalam perkembangan motorik, karena setiap individu memiliki kemampuan dan keterampilan yang berbeda-beda sesuai dengan kesiapan dan kematangannya. Seiring bertambahnya usia anak, maka semakin matang seluruh keterampilan yang dimiliki anak. Ini dikarenakan bertambahnya pengalaman-pengalaman yang telah dialami anak. Hal tersebut terjadi juga pada perkembangan fisik motorik, dengan bertambahnya usia anak akan semakin bertambah juga keterampilan yang dikuasai anak.

Motorik kasar pada anak dapat dikembangkan melalui kegiatan yang berkaitan dengan aktivitas fisik, olahraga, modeling, menari, dan bermain peran atau drama. Kegiatan olahraga seperti senam irama dapat mengembangkan motorik kasar anak, melalui kegiatan senam irama anak mampu menggerakkan seluruh anggota tubuh dengan diiringi tepukan,

nyanyian, dan irama musik yang menyenangkan. Kegiatan olahraga seperti latihan senam irama yang dilakukan secara rutin dan terjadwal dapat dijadikan salah satu sarana pengembangan motorik kasar anak. Frekuensi latihan senam irama merupakan seringnya latihan yang dihasilkan melalui aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian. Frekuensi berupa seringnya anak dalam melakukan latihan yang dihasilkan dapat mengasah keterampilan motorik kasar anak, sehingga dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar.

Berdasarkan hal di atas, maka kerangka pikir penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1 : Bagan Kerangka Pikir

G. Hipotesis

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berfikir di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H_a : ada hubungan antara frekuensi latihan senam dengan perkembangan fisik motorik pada anak usia 5-6 tahun.

H_o : tidak ada hubungan antara frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.

III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan yang tertentu. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Sugiyono (2012:3). Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, dengan metode yang digunakan adalah metode non eksperimental dengan pendekatan analisis data korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel.

B. Setting Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2016/2017.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung yang beralamat di Jalan H. Komarudin Komplek Polri Gang Parkit No. 57 Rajabasa Raya Bandar Lampung.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah anak-anak kelompok B RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung yang berjumlah 198 siswa.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah anak usia 5-6 tahun di kelas B5 yang terdiri dari 30 siswa di RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan *purposive sampling* karena dalam penelitian ini menggunakan pertimbangan tertentu yakni banyaknya jumlah anak yang gerakan fisiknya belum terkoordinasi dengan baik.

D. Definisi Konseptual Variabel

1. Frekuensi Latihan Senam Irama (Variabel X)

Frekuensi latihan senam irama merupakan seringnya latihan yang dihasilkan melalui aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian yang dirancang untuk meningkatkan kekuatan, kelincahan, dan kontrol tubuh.

2. Perkembangan Motorik Kasar (Variabel Y)

Perkembangan motorik kasar merupakan berprosesnya aktivitas fisik yang berhubungan dengan gerak yang meliputi penggunaan otot-otot besar dan kecil yang melibatkan otot, syaraf, dan otak. Kategori gerakan yang dapat

dilakukan oleh anak yakni lokomotor (gerakan berpindah tempat), non lokomotor (gerakan di tempat), dan manipulatif. Gerak lokomotor terdiri dari berjalan, berlari, melompat, berderap, meluncur, bergulung-gulung, berhenti, mulai berjalan, dan menjatuhkan diri; gerak nonlokomotor meliputi membungkukkan badan, memutar badan, geleng kepala ke kanan dan ke kiri, berayun, merentang, berbelok, mengangkat, bergoyang, melengkung, memeluk, dan menarik; sedangkan gerak manipulatif meliputi menggerakkan dan menangkap benda seperti menangkap, menarik, menggiring, melempar, menendang, memukul, dan melambung.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Definisi Operasional Independen atau “X” (Frekuensi Latihan Senam Irama)

Frekuensi latihan senam irama dalam penelitian ini adalah seringnya latihan melalui aktivitas fisik yang disusun secara sistematis dan gerakannya melibatkan otot besar yang diiringi dengan irama, tepukan, atau nyanyian. Melalui frekuensi latihan senam irama anak terlibat langsung dalam kegiatan senam sehingga dapat mengembangkan kemampuan motorik kasarnya. Dimensi frekuensi latihan senam irama terdiri dari waktu, pengulangan, dan set latihan, sedangkan indikator terdiri dari lama berlatih, repetisi, dan kontinuitas latihan.

2. Definisi Operasional Dependen atau “Y” (Perkembangan Motorik Kasar)

Perkembangan motorik kasar dalam penelitian ini adalah kemampuan anak dalam menggunakan otot-otot melalui gerakan senam untuk melatih

gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; dengan menyeimbangkan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam; dan terampil menggunakan tangan kanan dan kiri. Dimensi perkembangan motorik kasar yaitu gerakan lokomotorik dan gerakan nonlokomotorik. Adapun indikator perkembangan motorik kasar diantaranya berjalan kedepan, berjalan mundur, membungkukkan badan, memutar badan, menggerakkan tangan dan kaki secara bersamaan, menggerakkan kepala dan tangan secara bergantian, mengayunkan tangan kanan dan kiri, dan bertepuk tangan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan alat yang digunakan oleh peneliti berupa instrumen penilaian dalam bentuk ceklis. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Observasi

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data observasi, dimana observasi dilakukan saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Pedoman observasi yang digunakan pada penelitian ini dalam bentuk ceklis.

2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi digunakan untuk memperoleh data tambahan yang berupa laporan gambar dan foto yang diambil pada setiap pertemuan saat proses

pembelajaran berlangsung. Dokumentasi digunakan untuk mendapatkan informasi tentang sekolah yang dijadikan tempat penelitian dan proses pembelajaran yaitu RA Ismaria Al-Qur'aniyyah Bandar Lampung.

G. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen bentuk check list, pengisiannya cukup dengan memberi tanda cek () pada pernyataan yang menunjukkan perilaku yang nampak pada anak. Instrumen yang peneliti buat untuk frekuensi latihan senam irama (X) adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Frekuensi Latihan Senam Irama (X)

| Variabel | Dimensi | Indikator |
|-------------------------------|-------------|---------------------|
| Frekuensi Latihan Senam Irama | Waktu | Lama Berlatih |
| | Pengulangan | Repetisi |
| | Set Latihan | Kontinuitas Latihan |

Adapun kisi-kisi instrumen variabel Y (Motorik Kasar) adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Motorik Kasar (Y)

| Variabel | Dimensi | Indikator |
|----------------------------|------------------------|--|
| Perkembangan Motorik Kasar | Gerakan Lokomotorik | Berjalan kedepan |
| | | Berjalan mundur |
| | Gerakan Nonlokomotorik | Membungkukkan badan |
| | | Memutar badan |
| | | Menggerakkan tangan dan kaki secara bersamaan |
| | | Menggerakkan kepala dan tangan secara bergantian |
| | | Mengayunkan tangan kanan dan kiri |
| Bertepuk tangan | | |

H. Uji Validitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan pengujian validitas yang dilakukan dengan cara pengujian validitas konstruksi (uji ahli) dimana diuji oleh dosen-dosen ahli dalam bidang pendidikan anak usia dini (PAUD).

I. Teknik Analisis Data

Data atau nilai yang didapat pada penelitian ini dianalisis menggunakan rumus kategori data. Berikut ini adalah rumus kategori data:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Gambar 2. Rumus Kategori Data

Penilaian yang diberikan untuk Variabel X (Frekuensi Latihan Senam Irama) dibuat menjadi 3 kategori, yaitu (Sering) diberikan nilai 3, (Jarang) diberikan nilai 2, dan (Tidak) diberikan nilai 1. Kemudian dikonversikan menjadi persen, selanjutnya hasil perhitungan dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu jika anak Sangat Aktif (SA) diberikan nilai 3, jika anak Aktif (A) diberikan nilai 2, dan jika anak Kurang Aktif (KA) diberikan nilai 1.

Adapun kategori yang diberikan untuk variabel Y (Perkembangan Motorik Kasar) jika anak Berkembang Sangat Baik (BSB) diberikan nilai 4, jika anak Berkembang Sesuai Harapan (BSH) diberikan nilai 3, jika anak Mulai Berkembang (MB) diberikan nilai 2, dan jika anak Belum Berkembang (BB) diberikan nilai 1.

Untuk menyajikan data secara singkat maka perlu menentukan interval sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Gambar 3. Rumus Interval

Keterangan :

i = Interval

NT = Nilai Tertinggi

NR = Nilai Terendah

K = Kategori

J. Uji Persyaratan Analisis

Sebelum melakukan uji analisis, terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Uji prasyarat dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil berdistribusi normal dan memiliki hubungan antara dua variabel. Berikut ini terdapat dua uji persyaratan analisis, antara lain:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk memperlihatkan bahwa sampel yang diambil berdasarkan populasi yang berdistribusi normal. Alasan menggunakan uji *chi-square* adalah jumlah sampel berjumlah 30 anak.

Rumus chi kuadrat atau *chi-square*, sebagai berikut:

$$\chi^2 = \sum_{k=1}^k \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Gambar 4. Rumus *Chi Square*

Keterangan:

- O_i : Frekuensi hasil pengamatan
- E_i : Frekuensi yang diharapkan pada klarifikasi ke-1
- Nilai E : (Jumlah sebaris x jumlah sekolom)/jumlah data
- df : (b-1) (k-1)

2. Uji Homogenitas

Pengujian homogenitas dalam penelitian ini menggunakan uji fisher yaitu uji homogenitas dengan 2 kelompok data. Langkah awal dalam uji homogenitas yakni menesntukan varians antara 2 kelompok data yaitu data variabel X (Frekuensi Latihan Senam Irama) dan data variabel Y (Perkembangan Motorik Kasar).

Menurut Sugiyono (2012: 202), berikut ini adalah langkah-langkah untuk uji fisher:

$$s_x^2 = \frac{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)} \quad s_y^2 = \frac{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2}{n(n-1)}$$

Gambar 5. Rumus Standar Deviasi Variabel X dan Y

Keterangan :

S_X^2 : Nilai Varians Variabel X

S_Y^2 : Nilai Varians Variabel Y

n : Banyak Data

X : Nilai Variabel X

Y : Nilai Variabel Y

Setelah nilai varians variabel X dan Y diperoleh, selanjutnya mencari nilai F_{hitung} dengan rumus berikut:

$$F_{hitung} = \frac{S_{besar}}{S_{kecil}}$$

Keterangan:

S_{besar} : Nilai Varians Terbesar

S_{kecil} : Nilai Varians Terkecil

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka dapat diketahui apakah data tersebut homogen atau tidak, dengan ketentuan $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima (data memiliki varians sama atau homogen) dan jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak (data memiliki varians tidak sama atau tidak homogen).

K. Analisis Uji Hipotesis

Hipotesis asosiatif yang dirumuskan merupakan hipotesis yang dibuat untuk memberikan jawaban pada permasalahan yang bersifat hubungan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Spearman Rank*. *Spearman Rank* digunakan untuk mengetahui hubungan bila data berbentuk ordinal.

Berikut ini adalah rumus Korelasi Spearman Rank menurut Sugiyono (2012:245):

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum b_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Gambar 6. Rumus Spearman Rank

Keterangan :

r_s : Koefisien korelasi spearman rank
 b_i : Selisih Peringkat Setiap Data
 n : Jumlah Data

Berdasarkan hasil perhitungan Korelasi Spearman Rank, maka dapat diketahui apakah hipotesis yang diajukan dapat diterima atau tidak, hal ini dapat dilihat dari tabel nilai r Spearman berikut:

H_a diterima bila $r_s > r_t$ ()
 H_o ditolak bila $r_s > r_t$ ()

Setelah membandingkan antara r hitung dan r tabel kemudian selanjutnya memberikan penafsiran terhadap koefisien korelasi yang ditemukan tersebut apakah besar atau kecil, maka dapat berpedoman pada ketentuan berikut :

Tabel 3. Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi.

| Interval Koefisien | Tingkat Hubungan |
|--------------------|------------------|
| 0,00-0,199 | Sangat Rendah |
| 0,20-0,399 | Rendah |
| 0,40-0,599 | Sedang |
| 0,60-0,799 | Kuat |
| 0,80-1,000 | Sangat Kuat |

Sumber: Sugiyono (2012:257)

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Ismaria Al-Quraniyyah Bandar Lampung dengan taraf signifikansi 0,529. Latihan senam irama yang dilakukan dengan rutin dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak, selain dengan latihan perlu adanya pembiasaan, stimulasi, dan bimbingan. Pembiasaan dapat dibentuk melalui lingkungan yang mendukung, dimana lingkungan berperan sebagai kontrol anak untuk belajar.

Senam dapat dijadikan salah satu alternatif untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak yang terkoordinasi. Gerakan senam yang dilakukan berupa berjalan kedepan, berjalan mundur, membungkukkan badan, memutar badan, menggerakkan tangan dan kaki secara bersamaan, menggerakkan kepala dan tangan secara bergantian, mengayunkan tangan kanan dan kiri, dan bertepuk tangan. Stimulasi berupa musik yang menyenangkan dan video senam dapat digunakan guru untuk merangsang anak dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar. Hubungan frekuensi latihan senam irama dengan perkembangan motorik kasar dapat

dilihat saat anak dapat menggerakkan tubuh yang terkoordinasi dengan diiringi irama musik yang menyenangkan.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan penelitian, maka penulis mengemukakan saran sebagai berikut :

1. Kepada Guru

Guru hendaknya dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini dengan menerapkan pembelajaran yang tepat, salah satunya latihan senam irama yang dilakukan secara terjadwal.

2. Kepada Kepala Sekolah

Manfaat penelitian bagi kepala sekolah yakni dapat mendorong pembelajaran yang cocok untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui senam irama yang lebih bervariasi.

3. Kepada Peneliti Lain

Manfaat bagi peneliti lain yakni dapat menjadi referensi dan pengembangan selanjutnya dalam mengembangkan pembelajaran bermain melalui kegiatan senam irama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, Siti. 2008. *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Ali, Muhammad. 2006. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Moderen*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Beaty, Janice J. 2013. *Observasi Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Prenada Media Grup
- Hasnida. 2014. *Media Pembelajaran Kreatif*. Jakarta: PT Luxima Metro Media.
- _____. 2014. *Analisis Kebutuhan AUD*. Jakarta: PT Luxima Metro Media.
- Irmayanti. 2017. Komponen-Komponen Latihan. [Online]. Tersedia di <http://pendolahragantad.blogspot.co.id/2017/04/komponen-komponen-latihan.html>. [diakses pada 20 Januari 2017].
- Isjoni. 2014. *Model Pembelajaran Anak Usia Dini*. Bandung: Alfabeta
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana. Prenada Media Group.
- Jufri, A. Wahab. 2013. *Belajar dan Pembelajaran Sains*. Bandung: Pustaka Reka Cipta.
- Latif, Muktar. dkk. 2013. *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Mujahir dan Jaja. 2011. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMK/MAK Kelas X*. Jakarta: Erlangga.
- Nurani dan Bambang. 2010. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: Indeks.
- Nurhayati. 2011. *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Patmonodewo, Soemiarti. 2003. *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*.

- Saeful, Elsa Desmira. 2016. *Hubungan Permainan Halang Rintang dengan Kemampuan Motorik Kasar Anak di TK Ar-Rahman Bandar Lampung*. Junal. Bandar Lampung: Universitas Lampung
<http://digilib.unila.ac.id/23009/10/SKRIPSI%20TANPA%20BAB%20PEMBAHASAN.pdf>. [diakses pada 17 November 2016]
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Pradana Media Grup.
- Sugiyono. 2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- _____.2012. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- _____.2014. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sujiono, Yuliani Nurani. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: Indeks
- _____.2013. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta. Indeks.
- Sunardi, dkk. 2017. *Materi Pedagogik Guru Kelas PAUD/TK*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Guru dan Tenaga Kependidikan
- Suyadi, Maulidya Ulfah. 2013. *Konsep Dasar PAUD*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Utomo, Surtiyo. 2008. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wiyani, A. 2014. *Psikologi Perkembangan AUD*. Yogyakarta: Gava Media.
- Yamin dan Sabri. 2010. *Panduan PAUD*. Jakarta: Gaung Persada (GP) Press
- Yuliansih, Arni. 2015. *Pengaruh Senam Irama terhadap Kemampuan Motorik Anak Usia 5 Tahun*. Jurnal. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
<http://eprints.ums.ac.id/37663/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>. [diakses pada 17 November 2016]