

HUBUNGAN SENAM IRAMA DAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK KARTINI KABUPATEN GORONTALO

Akifa Syahrir¹, Suwarly Mobiliu², Rista Apriana³, Kartin Buheli⁴, Nur Azizah Lanjahi⁵

Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo
Jalan Taman Pendidikan No. 36, Kelurahan Moodu, Kecamatan Kota Timur, Kota Gorontalo, Gorontalo, 96315
email: akifa@poltekkesgorontalo.ac.id

Abstrak

Senam irama merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang menyenangkan dan efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah. Motorik kasar yang berkembang dengan baik sangat penting bagi anak dalam mendukung aktivitas fisik, koordinasi gerak, dan kesiapan mengikuti pembelajaran selanjutnya. Hasil studi pendahuluan di TK Kartini Kabupaten Gorontalo menunjukkan masih terdapat anak yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar seperti melompat, menjaga keseimbangan, dan mengikuti gerakan senam dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan anak dalam senam irama dengan kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dan analitik kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo dengan teknik total sampling, sehingga diperoleh sampel sebanyak 67 anak. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi terstruktur dan dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara senam irama dan kemampuan motorik kasar anak ($p\text{-value} = 0,000$; $r = 0,672$). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan anak dalam senam irama, semakin baik kemampuan motorik kasarnya. Diharapkan kegiatan senam irama dapat diterapkan secara rutin dan terstruktur sebagai bagian dari program pembelajaran di pendidikan anak usia dini untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak secara optimal.

Kata Kunci: Anak Prasekolah, Motorik Kasar, Senam Irama

Abstract

Rhythmic gymnastics is a fun and effective form of physical activity to stimulate gross motor development in preschool children. Well-developed gross motor skills are essential to support physical activity, movement coordination, and readiness for further learning. A preliminary study at Kartini Kindergarten, Gorontalo Regency, showed that several children experienced difficulties in performing basic movements such as jumping, maintaining balance, and following rhythmic movements properly. This study aimed to determine the relationship between participation in rhythmic gymnastics and gross motor skills among preschool children at Kartini Kindergarten, Gorontalo Regency. This study employed a quantitative descriptive and analytical design with a cross-sectional approach. The population consisted of all preschool children at Kartini Kindergarten, and total sampling was applied, resulting in 67 respondents. Data were collected using structured observation sheets and analyzed using the Spearman correlation test. The results indicated a strong and significant positive relationship between rhythmic gymnastics participation and gross motor skills ($p\text{-value} = 0.000$; $r = 0.672$). The study concludes that higher participation in rhythmic gymnastics is associated with better gross motor skills in preschool children. Rhythmic gymnastics is recommended to be implemented regularly and systematically as part of early childhood education programs to optimize children's gross motor development.

Keywords: Motor skills, preschool children, rhythmic gymnastics

Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini dikenal sebagai pendidikan prasekolah, memiliki tujuan memberikan berbagai rangsangan agar anak mampu berkembang secara maksimal, baik secara fisik maupun mental. Rangsangan ini dipersiapkan agar anak lebih siap memasuki jenjang pendidikan selanjutnya, baik formal, nonformal, maupun informal. Pada pelaksanaannya pendidikan anak usia dini menitikberatkan pada pengembangan berbagai aspek seperti kognitif, bahasa, sosial-emosional, keterampilan motorik, serta nilai moral dan keagamaan, yang semuanya saling berkesinambungan.

Salah satu aspek penting dari perkembangan fisik motorik adalah perkembangan motorik kasar (Puspitasari, 2022).

Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan gerak yang melibatkan otot-otot besar atau sebagian besar anggota tubuh, yang sangat dipengaruhi oleh tahap perkembangan anak (Sri Wahyuningsih, 2018). Perkembangan motorik kasar memiliki peran penting pada anak usia dini, khususnya di kelompok bermain (KB) maupun Taman Kanak-Kanak (Sutini, 2018). Anak yang memiliki keterampilan motorik kasar menunjukkan kemampuan bergerak, menjaga kebugaran, serta memiliki sikap percaya diri, kemampuan bekerja sama, dan perilaku disiplin, jujur, serta sportif (Depdiknas, 2018). Motorik kasar mencakup gerakan yang menggunakan otot-otot besar dalam aktivitas seperti berjalan, berlari, dan melompat. Namun pada kenyataannya, banyak anak yang kemampuan motorik kasarnya belum berkembang dengan baik. anak masih kesulitan melompat ke berbagai arah, berlari sambil melompat tanpa terjatuh, serta tampak ragu dan kurang lincah saat melakukan gerakan tersebut. Bahkan, sebagian anak kurang menunjukkan minat dalam mengikuti kegiatan motorik dan belum memiliki kekuatan yang cukup untuk melompat dengan baik (Tarigan, 2022). Permasalahan yang sering muncul berada pada aspek kekuatan dan keseimbangan, terutama dalam kemampuan melakukan gerakan melompat (S Sopiati, 2021).

Salah satu penelitian menegaskan bahwa anak yang mendapatkan stimulasi perkembangan yang memadai akan menunjukkan peningkatan positif pada berbagai aspek tumbuh kembangnya. Karena itu, keterampilan motorik kasar perlu diberikan stimulasi yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini (Hendrawijaya, 2018). Salah satu kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak prasekolah adalah senam irama. Senam irama adalah aktivitas senam yang dilakukan mengikuti alunan musik atau lagu, yang memadukan koordinasi gerak tubuh dengan irama tertentu (Burhaein, 2017). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 melaporkan bahwa lebih dari 200 juta anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia tidak mencapai potensi tumbuh kembangnya, terutama di wilayah Asia dan Afrika. Banyak anak mengalami berbagai masalah perkembangan seperti keterlambatan motorik, gangguan perilaku, kelambatan berbahasa, autisme, dan hiperaktif. Prevalensi keterlambatan perkembangan tercatat sebesar 12–16% di Amerika Serikat, 24% di Thailand, 22% di Argentina, dan 29,9% di Indonesia (WHO, 2018). Data Kementerian Kesehatan Indonesia juga menunjukkan bahwa pada tahun 2018 sekitar 11,5% anak balita mengalami gangguan tumbuh kembang (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah anak usia dini di Indonesia mencapai 30,83 juta jiwa. Dari jumlah tersebut, 13,56% merupakan bayi (1 tahun), 57,16% merupakan balita (1–4 tahun), dan 29,28% merupakan anak prasekolah (5–6 tahun). Rasio jenis kelamin sebesar 103,44 menunjukkan bahwa jumlah anak laki-laki sedikit lebih banyak dibanding perempuan. Selain itu, 55,94% anak usia dini tinggal di wilayah perkotaan, sedangkan 44,06% berada di daerah perdesaan (Statistik, 2021). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, pada tahun 2023 terdapat 25.549 anak laki-laki dan 24.737 anak perempuan berusia 60–70 bulan. Terdapat pula sekitar 104 anak yang teridentifikasi memiliki gangguan perkembangan (Dikes Provinsi Gorontalo, 2024). Senam irama merupakan perpaduan gerakan yang dilakukan mengikuti irama musik (Ramadhani, 2018). Aktivitas ini bertujuan mengembangkan motorik kasar anak melalui pelatihan gerakan tubuh yang ekspresif, sehingga mampu membantu anak yang mengalami hambatan motorik. Senam irama membutuhkan kekuatan dan ketangkasan tubuh sehingga berdampak positif terhadap kebugaran dan kesehatan fisik anak (Maghfiroh, 2020).

Penelitian Sasi menunjukkan bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar anak seperti berjalan, berlari, melompat, memutar, dan membungkuk. Lebih dari itu, senam irama



turut menunjang perkembangan kognitif, seperti kemampuan memecahkan masalah sederhana, memahami bilangan, mengenali pola, serta memahami konsep ruang dan ukuran (Sasi, 2019). Penelitian Hasibun juga menemukan bahwa senam irama memberikan pengaruh positif terhadap kecerdasan kinestetik anak kelompok B TK Mustabaqul Khoir Palembang. Hasilnya menunjukkan rata-rata skor pretest sebesar 61,06 yang tergolong sesuai, dan meningkat menjadi 84,93 pada posttest yang termasuk sangat sesuai (Hasibuan, T Fauzi, 2020).

Berdasarkan hasil observasi awal di TK Kartini Telaga pada 15 Januari 2025, terdapat 22 siswa berusia 4–6 tahun. Kelas A terdiri dari 14 anak (8 perempuan dan 6 laki-laki), sedangkan kelas B berjumlah 8 anak (5 perempuan dan 3 laki-laki). Dari wawancara dengan kepala sekolah dan guru, ditemukan 5 anak yang mengalami gangguan motorik kasar. Observasi di kelas menunjukkan beberapa anak mengalami kekakuan saat mengikuti kegiatan senam dan kesulitan menirukan gerakan. Berdasarkan Skrining Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak 2020, dari 12 anak yang dinilai, 7 mampu melakukan semua aspek penilaian seperti berdiri dengan satu kaki selama 7–11 detik, sementara 3 anak belum bisa melompat dengan satu kaki 3–6 kali, dan 2 anak belum mampu berjalan di atas garis atau bergelantungan tanpa menyentuh tanah selama 7–8 detik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan senam irama dengan peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak usia prasekolah di TK Kartini.

Metodologi

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan deskriptif dan analitik kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan anak dalam senam irama dengan kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah. Variabel yang diteliti diukur pada waktu yang sama dengan menggunakan desain penelitian cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah yang terdaftar dan aktif bersekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu sejumlah 67 anak. Uji validitas instrumen dilakukan dengan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan pada instrumen keterlibatan senam irama memiliki nilai r hitung berkisar antara 0,421–0,782, dan instrumen kemampuan motorik kasar memiliki nilai r hitung berkisar antara 0,438–0,801. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen keterlibatan senam irama memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,873, sedangkan instrumen kemampuan motorik kasar memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,889. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap anak saat mengikuti kegiatan senam irama sesuai jadwal pembelajaran di sekolah. Observasi dilakukan oleh peneliti dengan bantuan guru kelas untuk menjaga kenyamanan anak dan memastikan kegiatan berlangsung secara alami.

Hasil Penelitian

Karakteristik Responden

Tabel 1. Hasil Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Anak TK Kartini Kabupaten Gorontalo (n = 67)

Variabel	Kategori	n	Presentase (%)
Usia (tahun)	3-4	31	46,3
	5-6	36	53,7
Jenis Kelamin	laki-laki	30	44,8
	perempuan	37	55,2
Total		67	100



Berdasarkan tabel 1. menunjukkan sebagian besar anak berada pada masa prasekolah dengan presentasi usia 3-4 tahun sebanyak 34% dan 5-6 tahun sebanyak 53,7%. Pada presentase jenis kelamin laki-laki sebanyak 44,8% dan perempuan sebanyak 55,2%.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Keterlibatan Anak dalam Senam Irama dan Motorik Kasar Anak Usia Pra sekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo (n = 67)

Variabel	Kategori	Presentase	Mean	Hasil Analisis SD	Min-Max
Senam irama	Sangat aktif	29,9	83,24	7,61	70-95
	Aktif	47,8			
	Cukup aktif	17,9			
	Kurang aktif	4,4			
Kemampuan Motorik Kasar	Sangat baik	26,9	81,47	8,02	68-96
	Baik	52,2			
	Cukup	16,4			
	Kurang	4,5			

Pada tabel.2 sebanyak 29,9% anak tergolong sangat aktif, 47,8% tergolong aktif, 17,9% cukup aktif, dan 4,4% kurang aktif. Nilai rata-rata keterlibatan anak dalam senam irama sebesar 83,24 dengan standar deviasi 7,61, dan rentang skor 70–95, menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki tingkat keterlibatan yang tinggi hingga sangat tinggi. Pada variabel Kemampuan Motorik Kasar: Sebanyak 26,9% anak memiliki kemampuan motorik kasar sangat baik, 52,2% baik, 16,4% cukup, dan 4,5% kurang. Rata-rata skor kemampuan motorik kasar anak adalah 81,47 dengan standar deviasi 8,02, dan rentang skor 68–96, menunjukkan bahwa mayoritas anak memiliki kemampuan motorik kasar yang baik hingga sangat baik.

Tabel 3. Hasil Senam Irama dan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo (n = 67)

Variabel	n	r hitung	p value
senam irama pada motorik kasar	67	0,672	0.000*

*Uji Korelasi Spearman

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil uji korelasi Spearman $r_s = 0,672$ dengan nilai p value = 0,000 menjelaskan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara senam irama dan kemampuan motorik kasar anak.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 67 anak usia prasekolah di TK Kartini Kabupaten Gorontalo. Sebanyak 46,3% anak berusia 3–4 tahun dan 53,7% berusia 5–6 tahun. Distribusi jenis kelamin menunjukkan 44,8% laki-laki dan 55,2% perempuan. Karakteristik ini konsisten dengan tahap perkembangan motorik kasar anak usia dini, di mana kemampuan motorik kasar mengalami peningkatan signifikan seiring bertambahnya usia (Prayogo, 2018; Yuspitah, 2020). Usia dan jenis kelamin mempengaruhi partisipasi anak dalam aktivitas fisik; anak yang lebih besar cenderung lebih mandiri dan mampu mengikuti instruksi gerakan senam dengan lebih baik (Husnah, 2021). Selain itu, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa anak perempuan sering lebih patuh dalam mengikuti aktivitas kelompok terstruktur seperti senam irama, yang dapat memengaruhi tingkat keterlibatan dan hasil perkembangan motorik kasar (Putri, 2019).



Tingkat Keterlibatan dalam Senam Irama dan Kemampuan Motorik Kasar

Hasil deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas anak memiliki tingkat keterlibatan tinggi dalam senam irama, dengan rata-rata skor 83,24 ($SD = 7,61$). Sebanyak 77,7% anak masuk kategori “aktif” dan “sangat aktif”. Kemampuan motorik kasar juga tergolong baik hingga sangat baik, dengan rata-rata skor 81,47 ($SD = 8,02$) dan rentang 68–96. Temuan ini menunjukkan bahwa senam irama efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar anak, termasuk keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan (Mega Puteri et al., 2025; Puspitasari & Dewi, 2022). Penelitian Mega Puteri et al. (2025) dan Fadiyah (2023) menunjukkan bahwa anak yang rutin mengikuti senam irama mengalami peningkatan signifikan pada keterampilan motorik kasar dibandingkan kelompok kontrol (Fadiyah, 2023; Saputri, 2017). Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan aktif anak dalam aktivitas senam merupakan faktor kunci keberhasilan program.

Hubungan antara Senam Irama dan Kemampuan Motorik Kasar

Analisis uji korelasi Spearman menunjukkan hubungan positif yang kuat dan signifikan antara keterlibatan anak dalam senam irama dan kemampuan motorik kasar mereka ($r_s = 0,672$; $p = 0,000$). Hasil ini sejalan dengan penelitian Yuspitha (2020) dan Musi (2021) yang melaporkan bahwa senam irama berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini (Musi, 2021; Yuspitha, 2020). Senam irama memberikan stimulasi gerakan berulang, ritmis, dan terstruktur yang meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, dan keseimbangan, yang menjadi dasar keterampilan motorik kasar (Dewi & Santoso, 2019; Sari & Hidayat, 2018). Selain itu, penelitian Saputri (2017) menunjukkan bahwa frekuensi latihan senam irama berhubungan dengan kemampuan motorik kasar, di mana anak yang mengikuti senam minimal tiga kali seminggu mengalami peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan yang jarang mengikuti (Lestari & Mundriyastutik, 2023). Temuan ini menegaskan pentingnya konsistensi dan keteraturan dalam pelaksanaan senam irama sebagai intervensi untuk perkembangan motorik kasar anak.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa senam irama memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah. Semakin tinggi keterlibatan anak dalam senam irama, semakin baik kemampuan motorik kasarnya. Intervensi ini terbukti sederhana, menyenangkan, aman, dan dapat diterapkan secara rutin di lingkungan pendidikan anak usia dini. Kontribusi penting dari penelitian ini adalah memberikan bukti empiris bahwa senam irama dapat dijadikan bagian dari praktik pendidikan anak berbasis bukti, mendukung pengembangan motorik kasar secara optimal. Temuan ini juga menegaskan pentingnya integrasi aktivitas fisik terstruktur ke dalam kurikulum PAUD untuk meningkatkan keterampilan motorik anak. Bagi praktik pendidikan dan pengasuhan, senam irama dapat dipromosikan sebagai strategi stimulasi motorik yang dapat diajarkan, dipantau, dan dievaluasi secara rutin, sehingga memberikan dasar yang kuat bagi guru dan orang tua untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak secara menyeluruh.

Referensi

- Burhaein, E. (2017). Aktivitas senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 45–52.
- Dewi, N. P., & Santoso, H. (2019). Pengaruh senam irama terhadap keterampilan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Ilmiah PAUD*, 4(2), 58–66.
- Fadiyah, F. N. (2023). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 112–119.
- Hasibuan, T., & Fauzi. (2020). Pengaruh senam irama terhadap kecerdasan kinestetik anak kelompok B. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 75–84.
- Hendrawijaya, A. T. (2018). Stimulasi perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 7(1), 34–42.
- Husnah, A. (2021). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 45–52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil kesehatan Indonesia tahun 2018. Kemenkes RI.
- Lestari, T., & Mundriyastutik, S. (2023). Faktor yang mempengaruhi peningkatan motorik kasar anak usia dini melalui senam irama. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(1), 101–110.
- Maghfiroh, S. (2020). Senam irama sebagai stimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 5(2), 66–73.
- Mega Puteri, M. D., Agusniatih, A., & Fitriana, F. (2025). Pengaruh senam irama dalam mengembangkan motorik kasar anak usia dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 167–178.
- Musi, M. A. (2021). Pengaruh senam irama terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(1), 45–53.
- Prayogo, B. H. (2018). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4–5 tahun di TK Muslimat NU Gesang Kabupaten Lumajang. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 108–116.
- Puspitasari, E., & Dewi, S. (2022). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4–5 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 112–119.
- Putri, R. S. (2019). Aktivitas senam irama dan kepatuhan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 112–119.
- Ramadhani, R. (2018). Senam irama dan pengaruhnya terhadap perkembangan fisik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 4(1), 23–30.
- Sari, R. A., & Hidayat, R. (2018). Aktivitas fisik dan perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 35–42.
- Saputri, G. R. (2017). Frekuensi latihan senam irama dan perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 76–87.
- Sopiyati, S. (2021). Masalah keseimbangan dan kekuatan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 44–52.
- Statistik Indonesia. (2021). Profil anak usia dini di Indonesia. Badan Pusat Statistik.
- Sutini, A. (2018). Peran motorik kasar dalam perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 15–23.
- Tarigan, R. (2022). Hambatan perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah. *Jurnal Keperawatan Anak*, 4(1), 50–57.
- World Health Organization. (2018). Nurturing care for early childhood development. WHO.

