

Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain

Senam Fantasi

Muftichatul Daroyah¹⁾, M. Thoha BS. Jaya²⁾, Maman Surahman²⁾

¹FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No.1

e-mail: Muftichatuldaroyah@yahoo.com

Telp: +6285788373560

Abstract: Gross Motor Physical Development Of Early Childhood Through Fantasy Gymnastic Activities.

The research's problem was the lack of rough motor physical development in children 5-6 years in TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. The purpose of the research was to find out the increase and the influence of fantasy gymnastics on the rough motor physical development in children 5-6 years in TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. The study was conducted using pre experiment design in which 20 children aged 5-6 years in TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung were the participant getting the treatments. The data was collected by observation and documentation technique, which was analysed using t-test and simple regression linear test. The result of the research showed that there was an increase and influence of playing fantasy gymnastics in the rough motor physical development in children 5-6 years in TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

Keywords: fantasy gymnastics gross motoric, t-test, simple linear regression test .

Abstrak: Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain Senam Fantasi.

Masalah dalam penelitian ini adalah belum berkembangnya perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan serta pengaruh penggunaan aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan adalah *Pre Experimental Design*. Sampel penelitian ini berjumlah 20 anak usia 5-6 tahun. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan uji t-test dan uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan serta pengaruh penggunaan aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

Kata kunci: senam fantasi, motorik kasar, uji t-test, uji regresi linear sederhana

PENDAHULUAN

Anak Usia Dini adalah anak yang berusia 0-6 tahun dan merupakan sosok individu yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan anak adalah suatu proses perubahan dimana anak belajar menguasai tingkat yang lebih tinggi dari aspek-aspek gerakan berpikir, perasaan dan interaksi baik dengan sesama maupun dengan benda-benda dalam lingkungan hidupnya. Anak usia dini berada dalam masa keemasan (*Golden Age*) disepanjang rentang usia perkembangan manusia, selama masa ini anak secara khusus mudah menerima stimulasi dari lingkungannya.

Seluruh aspek perkembangan anak penting untuk dikembangkan, salah satunya yakni fisik motorik yang terdiri dari motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan fisik motorik dipengaruhi oleh seluruh anggota gerak pada tubuh. Motorik merupakan tindakan yang bisa menimbulkan gerak/motorik, dimana semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh (Yuliansih, 2015). Motorik kasar adalah aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Gerakan motorik kasar merupakan bagian dari aktivitas yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan (Samsudin, 2008). Motorik kasar berkaitan dengan gerak, dimana gerakan yang dihasilkan membutuhkan koordinasi bagian tubuh, otot, dan syaraf (Sujiono, 2010). Pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini memiliki tujuan yakni memperkenalkan gerakan kasar dan halus, melatih gerakan kasar dan halus, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, dan meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat (Samsudin, 2008). Adapun manfaat pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini yakni untuk meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga

dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang kuat, sehat dan terampil (Sujiono, 2010).

Beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik motorik pada anak usia dini, diantaranya faktor makanan, faktor pemberian stimulus, kesiapan fisik, faktor jenis kelamin, dan faktor budaya (Wiyani, 2014). Perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi perkembangan motorik, anak laki-laki lebih cepat dalam mempelajari keterampilan kontrol dan anak perempuan lebih menguasai keterampilan lokomotor (Bardida, 2016).

Beberapa cara yang dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak usia dini, yaitu melalui aktivitas bermain seperti bermain bola, menari, bermain peran, olahraga, dan senam. Senam merupakan salah satu olahraga dan dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk mengembangkan motorik kasar. Berbagai macam senam diantaranya senam irama dan senam fantasi. Senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja dilakukan secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

Senam fantasi merupakan aktivitas bermain dan kegiatan berfantasi dengan menggunakan metode yang lebih menekankan pada imajinasi anak yang disertai dengan proses gerakan dan melibatkan ekspresi diri terhadap antas dan pola gerak yang dihasilkan. Senam fantasi yang dapat diterapkan seperti senam fantasi bentuk meniru tanpa alat, senam fantasi bentuk meniru dengan alat, dan senam fantasi bentuk cerita (Utami, 2014). Senam fantasi dapat dijadikan salah satu metode untuk mengembangkan perkembangan motorik kasar anak usia dini. Kegiatan ini merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan melambai tertup angin, atau bahkan menirukan gerakan alat transportasi ketika sedang melaju di jalanan. (Setyawati, 2016)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aini (2016) menunjukkan bahwa senam fantasi berpengaruh secara signifikan terhadap gerakan motorik kasar anak khususnya gerak lokomotor seperti berjalan berjinjit, melompat, dan melompat. Manfaat senam fantasi antara lain yakni kemampuan gerak dasar tumbuh dan berkembang optimal, memberikan daya tarik anak terhadap pelaksanaan gerakan-gerakan senam fantasi, meningkatkan imajinasi anak yang diwujudkan dalam gerakan (Utami, 2014).

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan di TK Al Azhar 16 Bandar Lampung perkembangan anak terutama perkembangan fisik motorik kasar belum berkembang sesuai yang diharapkan. Sebanyak 20 anak yang diobservasi terdapat 7 anak aktif mengikuti kegiatan yang berkaitan dengan berlari, mendaki, melompat, melempar, menangkap, memantulkan bola, dan memukul, sisanya sebanyak 13 anak tidak aktif saat melakukan kegiatan. Hal ini disebabkan karena kegiatan pembelajaran yang diberikan masih konvensional atau monoton. Kegiatan anak hanya sekedar melaksanakan perintah guru berupa tugas-tugas akademis seperti calistung (membaca, menulis, menghitung). Selain itu, senam yang dilaksanakan masih bersifat monoton, guru hanya melakukan gerakan secara berulang-ulang, hal ini menyebabkan anak merasa bosan dan pasif saat kegiatan berlangsung.

Perkembangan fisik motorik kasar anak harus distimulus sejak dini agar dapat berkembang sesuai karakteristik perkembangan motorik kasar anak pada usianya. Pada observasi awal yang peneliti lakukan, peneliti memberikan stimulasi berupa permainan fisik dengan aturan yaitu bermain senam fantasi. Pada bermain senam fantasi ini ada beberapa hal yang berkaitan dengan motorik kasar anak antara lain dapat melatih gerakan terkoordinasi mata-kaki-kepala dalam menirukan tarian/senam seperti berdiri di atas satu kaki dengan seimbang, berlari sambil melompat dengan seimbang tanpa jatuh dan sebagainya. Berdasarkan pertimbangan di atas maka peneliti melakukan penelitian dengan judul pengaruh aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

METODE

Metode ini menggunakan metode *Quasi*. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 Januari 2018 sampai dengan 26 Januari 2018 di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung pada semester genap tahun ajaran 2017/2018

Teknik pemilihan sampel sekolah adalah menggunakan *purposive random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak di TK B Al-Azhar 16 Bandar Lampung dengan jumlah 3 (tiga) kelas dengan jumlah 59 anak. Sampel penelitian yang diambil dalam penelitian ini adalah kelompok B1 yang berjumlah 20 anak yang perkembangan fisik motorik kasarnya belum berkembang. Variabel dalam penelitian ini ada dua yaitu aktivitas bermain senam fantasi sebagai X dan perkembangan fisik motorik kasar sebagai variabel Y. Artinya aktivitas bermain senam fantasi (X) diduga memiliki pengaruh dalam perkembangan fisik motorik kasar (Y).

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi dan dokumentasi. Pedoman observasi yang digunakan dalam bentuk *checklist*. Proses kegiatan anak dibuat dalam daftar penilaian yang sudah dikelompokkan berdasarkan ciri-ciri yang akan dinilai sesuai dengan indikator yang diajarkan dan yang sudah berisi lajur *checklist* dalam kisi-kisi instrumen penelitian. Penilaian dalam penelitian ini dilakukan menggunakan rubrik yang memuat indikator dan kriteria dengan skor mulai dari angka 1-4 pada masing-masing indikatornya pada aktivitas permainan senam fantasi dan skor 1-4 pada masing-masing indikatornya pada perkembangan motorik kasar. Anak mendapat skor 1 apabila anak kurang aktif dalam mengikuti aktivitas senam fantasi, anak mendapatkan skor 2 apabila anak cukup aktif dalam mengikuti aktivitas bermain senam fantasi, anak mendapatkan skor 3 apabila anak aktif dalam mengikuti aktivitas bermain senam fantasi, dan anak mendapatkan skor 4 apabila anak sangat aktif dalam mengikuti aktivitas bermain senam fantasi. Penilaian untuk perkembangan motorik kasar yakni anak mendapatkan skor 1 apabila anak tidak mau melakukan gerakan, skor 2 apabila anak mau melakukan gerakan namun masih terjatuh, skor 3 apabila anak mau melakukan gerakan namun masih

dibantu guru, dan skor 4 apabila anak melakukan gerakan tanpa terjatuh dan dibantu guru.

teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana. Berikut merupakan rumus regresi linear sederhana:

$$\hat{Y} = a + bX$$

Sumber : Siregar (2015)

Gambar 1. Rumus regresi linier sederhana

Keterangan:

\hat{Y} = Variabel dependen yang diprediksi

a = Konstanta (apabila nilai x sebesar 0, maka Y akan sebesar a atau konstanta)

b = koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan)

X = Variabel independen

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, data dianalisis dengan melakukan uji reliabilitas dengan nilai reliabilitas 0,98.

Aktivitas Bermain Senam Fantasi

Aktivitas bermain senam fantasi terdiri dari tiga indikator, yakni aktif menirukan senam sesuai dengan gerakan, aktif menirukan tarian sesuai dengan gerakan, aktif melakukan permainan fisik sesuai dengan aturan yang berlaku.

Tabel 1. Data Aktivitas Bermain Senam Fantasi (X) Berdasarkan Indikator

No	Indikator	Kategori	Sebelum		Setelah	
			n	%	n	%
1	Aktif menirukan senam sesuai dengan gerakan	KA	0	0.00	0	0.00
		CA	2	10.00	0	0.00
		A	15	75.00	0	0.00
		SA	3	15.00	20	100.00
2	Aktif menirukan tarian sesuai dengan gerakan	KA	1	5.00	0	0.00
		CA	6	30.00	0	0.00
		A	13	65.00	11	55.00
		SA		0.00	9	45.00
3	Aktif melakukan permainan	KA	1	5.00	0	0.00
		CA	18	90.00	2	10.00
		A	1	5.00	14	70.00

fisik sesuai dengan aturan yang berlaku	SA	0	0.00	4	20.00
---	----	---	------	---	-------

Keterangan

SA = Sangat Aktif

A = Aktif

CA = Cukup Aktif

KA = Kurang Aktif

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa terjadi peningkatan pada setiap indikator dari sebelum dan sesudah diberi penerapan aktivitas bermain senam fantasi. Terdapat 3 indikator pada aktivitas bermain senam fantasi, dari 3 indikator tersebut indikator menirukan senam sesuai dengan gerakan merupakan indikator yang mengalami peningkatan paling tertinggi dan aktif melakukan permainan fisik sesuai dengan aturan yang berlaku merupakan indikator yang peningkatannya cukup rendah.

Adapun hasil distribusi menggunakan rumus interval diperoleh nilai tertinggi sebesar 10 dan nilai terendah sebesar 4 Hasil nilai aktivitas bermain senam fantasi sebelum dan sesudah diketahui sebagai berikut:

Tabel 2. Rekapitulasi Nilai Variabel X (Aktivitas Bermain Senam Fantasi)

No	Kategori	Sebelum		Setelah		p-Value	
		N	%	n	%	T	Sig
1	KA (3-4)	1	5.00	0	0.00	4,747	0.000
2	CA (5-6)	18	90.00	0	0.00		
3	A (7-8)	1	5.00	5	25.00		
4	SA (≥ 9)	0	0.00	15	75.00		
Jumlah		20	100	20	100		
Rata-Rata		5,85		8,85			
\pm Std		0,587 \pm		0,587 \pm			
Mn-Max		4-7		8-10			

*Signifikasi pada $p < 0,01$

Keterangan

KA = Kurang Aktif

CA = Cukup Aktif

A = Aktif

SA = Sangat Aktif

Berdasarkan tabel di atas, dapat terlihat adanya perbedaan antara nilai sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Sebelum diberikan perlakuan, belum terdapat anak yang aktif dan sangat aktif dalam mengikuti kegiatan, namun setelah diberikan perlakuan terlihat adanya peningkatan sebanyak 75% sangat aktif dalam mengikuti kegiatan.

Peningkatan ini terjadi karena saat diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi, anak lebih antusias saat mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat saat anak bersemangat mengikuti permainan yang diberikan sesuai dengan aturan main yang telah disepakati.

Sebelum diberi perlakuan, terdapat satu anak yang aktif dalam mengikuti kegiatan, namun setelah diberi perlakuan terlihat adanya peningkatan sebanyak 25% anak aktif dalam melakukan kegiatan. Guru memberikan contoh berbagai gerakan untuk mengikuti aktivitas bermain senam fantasi, sehingga anak tertarik untuk mencoba walaupun masih perlu untuk di ulang-ulang.

Sebelum diberi perlakuan terdapat 90% anak masuk kedalam kategori cukup aktif dan 5% anak berada pada kategori kurang aktif. 5% anak aktif. Namun setelah diberi perlakuan diperoleh hasil tidak ada anak yang berada pada kategori cukup aktif dan kurang aktif.

Perkembangan Fisik Motorik Kasar

Perkembangan motorik kasar terdiri dari 6 indikator, yakni berjalan maju pada garis lurus, berdiri di atas satu kaki dengan seimbang, berlari sambil melompat dengan seimbang tanpa jatuh, berjalan dengan berjinjit, memutar dan mengayun lengan, dan berjalan di atas papan titian.

Berikut ini adalah indikator yang diperoleh sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada perkembangan motorik kasar.

Tabel 3. Data Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak (Y) Berdasarkan Indikator

No	Indikator	Kategori	Sebelum		Sesudah	
			n	%	n	%
1	Berjalan maju pada garis lurus	BB	0	0.00	0	0.00
		MB	5	25.00	1	5.00
		BSH	14	70.00	11	55.00
		BSB	1	5.00	8	40.00
2	Berdiri di atas satu kaki dengan seimbang	BB	0	0.00	0	0.00
		MB	9	45.00	5	25.00
		BSH	9	45.00	14	70.00
		BSB	2	10.00	1	5.00
3	Berjalan sambil melompat dengan	BB	0	0.00	0	0.00
		MB	5	25.00	4	20.00
		BSH	14	70.00	15	75.00

4	Berjalan dengan berjinjit	seimbang tanpa jatuh	BSB	1	5.00	1	5.00
		BB	1	5.00	0	0.00	
		MB	14	70.00	11	55.00	
		BSH	5	25.00	8	40.00	
5	Memutar dan mengayunkan lengan	BSB	0	0.00	1	5.00	
		BB	5	25.00	0	0.00	
		MB	12	60.00	12	60.00	
		BSH	3	15.00	6	30.00	
6	Berjalan di atas papan titian	BSB	0	0.00	2	10.00	
		BB	2	10.00	0	0.00	
		MB	16	80.00	7	35.00	
		BSH	2	10.00	12	60.00	
		BSB	0	0.00	1	5.00	

Keterangan :

BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan data per indikator yang diperoleh di atas, dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pada setiap indikator perkembangan motorik kasar. Terdapat 6 indikator pada perkembangan motorik kasar anak, dari 6 indikator tersebut indikator meningkat secara merata. Hasil dari seluruh data di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai perkembangan motorik kasar antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi.

Adapun hasil distribusi dengan menggunakan rumus interval diperoleh nilai tertinggi sebesar 18 dan nilai terendah sebesar 9. Hasil nilai perkembangan motorik kasar sebelum dan sesudah diberi perlakuan dapat diketahui sebagai berikut:

Tabel 4. Rekapitulasi Nilai Variabel (Y) (Perkembangan Fisik Motorik Kasar)

No	Kategori	Sebelum		Sesudah		p-Value	
		N	%	n	%	T	Sig
1	BB (6-10)	4	20.00	0	0.00	4.826	0.000
2	MB (11-15)	16	80.00	2	10.00		
3	BSH (16-20)	0	0.00	18	90.00		
4	BSB (≥ 21)	0	0.00	0	0.00		
Jumlah		20	100	20	100		
Rata-Rata		11,15		16,55			

±Std	0.875094±	0.825578±
Mn-Max	9-12	15-18

*Signifikasi pada $p < 0,01$

Keterangan

BB = Belum Berkembang

MB = Mulai Berkembang

BSH = Berkembang Sesuai Harapan

BSB = Berkembang Sangat Baik

Berdasarkan perbandingan data di atas, dapat terlihat adanya perbedaan antara nilai perkembangan fisik motorik kasar sebelum dan sesudah diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi. Sebelum diberikan perlakuan, belum terdapat anak berada pada kategori berkembang sesuai harapan dan berkembang sangat baik.

Sebelum diberi perlakuan, tidak ada anak yang berada pada kategori berkembang sangat baik. Untuk kategori berkembang sesuai harapan yang sebelumnya tidak ada anak yang berada pada kategori ini, namun setelah diberi perlakuan jumlah anak meningkat menjadi 18 anak. Selanjutnya untuk kategori mulai berkembang sebelum diberikan perlakuan terdapat 16 anak kemudian setelah diberikan perlakuan aktivitas bermain pada kategori ini menurun menjadi 2 anak, pada kategori belum berkembang sebelum diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi terdapat 4 anak kemudian setelah diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi menjadi tidak ada anak yang berada pada kategori ini.

Pengaruh Aktivitas Bermain Senam Fantasi Terhadap Perkembangan Fisik Motorik Kasar Anak

Tabel 5. Koefisien Regresi Variabel Aktivitas Bermain Senam Fantasi (X) dan Perkembangan Fisik Motorik Kasar (Y)

Variabel	Koefisien β		
	Terstandarisasi	T	Sig
Aktivitas Bermain Senam Fantasi	15,672	5,345	0,000
Df			19
F			0,090
R ²			0.005
Adjusted			0.050

R Square

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa ada pengaruh ($r=0,005, p=0,000$) antara aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan fisik motorik kasar anak sebesar 50,00 %.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan aktivitas bermain senam fantasi selama 3 hari sebelum diberi perlakuan dan 3 hari setelah di berikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi dapat meningkatkan perkembangan fisik motorik kasar anak secara signifikan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh antara aktivitas bermain senam fantasi dengan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Hal ini menunjukkan perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan aktivitas bermain senam fantasi.

Adanya perbedaan serta pengaruh tersebut disebabkan oleh munculnya aktivitas bermain pada saat pembelajaran, karena pada dasarnya dunia anak adalah dunia bermain. Melalui bermain anak dapat melakukan kegiatan/aktivitas yang menjadikan anak untuk belajar mengamati, berinteraksi, bereksplorasi serta berkreasi terhadap segala sesuatu yang ada di lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan pendapat Fadillah (2013) mengatakan bahwa bermain adalah kegiatan sebagai sarana untuk bersosialisasi dimana anak bereksplorasi, menemukan, mengekspresikan perasaan, berkreasi dan belajar secara menyenangkan, selain itu kegiatan bermain dapat mengoptimalkan seluruh aspek perkembangan anak usia dini

Aktivitas bermain senam fantasi dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. Senam fantasi dapat mengoptimalkan kemampuan gerak dasar anak, senam fantasi dapat memberikan daya tarik anak terhadap pelaksanaan gerakan-gerakan senam fantasi, selain itu senam

fantasi dapat meningkatkan imajinasi anak dalam mewujudkan gerakan (Utami, 2014).

Adanya pengaruh aktivitas bermain senam fantasi dilandasi oleh sejumlah teori yang memperkuat penelitian ini. Teori belajar yang mendukung penelitian ini adalah teori belajar Behaviorisme. Teori ini mengemukakan bahwa tingkah laku yang teramati saja yang dapat dipelajari dengan valid reliabel. Oleh karena itu stimulus dan respon harus berbentuk tingkah laku yang dapat diamati (*observable*). Sebagaimana yang dikemukakan oleh Alsey dalam Montolalu (2005: 4.11) bahwa latihan motorik sangat penting bagi anak-anak apabila mereka dilatih dengan gerakan-gerakan yang bermanfaat yang sesuai dengan taraf usianya maka organ-organ tubuh akan berfungsi dan berkembang secara sempurna. Dan apabila anak dilatih dengan gerakan-gerakan, seperti meloncat, memanjat, melempar, menendang dengan sempurna, anak akan memperoleh keterampilan-keterampilan yang baru dan juga tumbuh rasa bangga pada dirinya karena mampu dan berhasil melakukan dengan baik. Kegiatan yang dapat meningkatkan perkembangan fisik motorik kasar dapat dilakukan melalui gerakan alat seperti melempar bola, bermain simpai, dan tanpa alat seperti senam fantasi, tari, dan gerakan tubuh berdasarkan lirik lagu. Kegiatan pembelajaran di Taman Kanak-kanak akan tercapai dengan optimal apabila guru dapat memilih metode yang tepat, kemudian melaksanakan kegiatan dengan teknik penyampaian yang baik (Martini, 2012)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa semakin anak aktif terlibat dalam aktivitas bermain senam fantasi maka perkembangan motorik kasar meningkat menjadi berkembang sangat baik. Peningkatan ini terjadi karena anak mendapatkan stimulus dari guru berupa musik yang menyenangkan saat kegiatan berlangsung. Musik yang menyenangkan dapat dijadikan stimulus bagi anak usia dini dengan memberikan respon berupa gerakan. Ketika memulai kegiatan, guru memberikan contoh berupa gerakan-gerakan yang dilakukan sambil mendengarkan musik yang diputar. Pembelajaran senam fantasi dapat menjadikan anak untuk terbiasa menggerakkan anggota tubuh yang akan melatih kelenturan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh (Sari, 2016).

Saat aktivitas bermain senam fantasi berlangsung, anak mendapatkan stimulus berupa musik yang menyenangkan dan respon berupa gerakan. Gerakan yang dihasilkan berupa gerakan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Seluruh gerakan anak dipengaruhi oleh kematangan syaraf, fisik, dan organ tubuh.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyawati (2016) menunjukkan bahwa senam fantasi berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak. Gerakan yang dilakukan saat senam berlangsung merupakan gerakan yang masih bersifat baru bagi anak, sehingga anak antusias saat mengikuti kegiatan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fauziah (2015) Senam fantasi terbukti dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Dengan demikian, aktivitas bermain senam fantasi berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan perkembangan motorik kasar sebelum dan sesudah diberikan aktivitas bermain senam fantasi. Oleh karena itu, dapat diketahui terdapat pengaruh aktivitas bermain senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Adanya pengaruh tersebut menunjukkan bahwa semakin banyak anak diberikan aktivitas bermain senam fantasi maka akan semakin meningkat perkembangan motorik kasar anak.

Saran

Saran yang dikemukakan dalam penelitian ini antara lain guru diharapkan dapat memberikan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak, salah satunya melalui aktivitas bermain senam fantasi. Bagi peneliti lain dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi agar dapat menyusun penelitian lebih baik lagi dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak dengan pembelajaran atau metode lain.

DAFTAR RUJUKAN

- Aini. F. Q. 2016. *Pengaruh Senam Irama terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A*. Tersedia di <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&u=act=8&ved=0ahUKEwi35oa8uYfaAhUHN08KHbnvA7gQFggtMAE&url=http%3A%2F%2Fjurnalmahasiswa.unesa.ac.id%2Farticle%2F19738%2F19%2Farticle.pdf&usg=AOvVaw0G7KeYsx9rIj6GOc7NtkQm> .
Jurnal PAUD Teratai Vol 5, No 2 (2016) Diakses pada 25 Maret 2016
- Bardida. F. 2016. *The effectiveness of a community-based fundamental motor skill intervention in children aged 3–8 years: Results of the “Multimove for Kids” project*. Tersedia di <https://doi.org/10.10.16/j.jsams.2016.07.005>. Diakses pada 01 April 2018
- Fadhillah. M. 2013. *Desain Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini*. Ar-ruz Media. Yogyakarta.
- Fauziah. Z. 2015. *Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Fantasi Pada Kelompok B TK Dharma Wanita Sidomulyo Kecamatan Gondang Kabupaten Tulung Agung Tahun Pelajaran 2013-2015”*. Pendidikan Guru PAUD. Universitas Nusantara PGRI Kediri. Tersedia di http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2016/13.1.01.11.0483P.pdf. Diakses pada 25 Maret 2018
- Martini. 2012. *Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui senam fantasi di TK Al-Hikmah Lubuk Basung*. Jurnal Pesona PAUD Vol 1, No 03 (2012). Tersedia di <http://id.portalgaruda.org/?ref=browse&mod=viewarticle&article=100804>. Di akses pada 26 Mei 2018
- Montolalu.2005. *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Prenada Media Grup: Jakarta
- Sari. F. M. 2016. *Senam Fantasi terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Autis di SD Inklusi*. Terseda di <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&u=act=8&ved=0ahUKEwi35oa8uYfaAhUHN08KHbnvA7gQFggoMAA&url=http%3A%2F%2Fjurnalmahasiswa.unesa.ac.id%2Farticle%2F21910%2F15%2Farticle.pdf&usg=AOvVaw36wkOI-YiB2IDBv5A7NzEJ>
Jurnal Pendidikan Khusus Vol 9, No 1 (2016) Diakses pada 25 Maret
- Setyawati. W. Y. 2016. *Kegiatan Senam Fantasi Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar Anak di POS PAUD Paud Bina Pergiwati Kemlayan Surakarta*. Tersedia di <http://eprints.ums.ac.id/42358/11/naskah%20publikasi.pdf>. Diakses pada 25 Maret 2018
- Sujiono. B. 2010. *Metode Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Depdikas: Jakarta
- Utami. N. 2014. *Berbasis Soft Skill Melalui Pembelajaran Senam Fantasi pada Siswa Kelompok A RA Muslimat NU Sukosari Bandooyo Magelang*. Tersedia di <http://digilib.uinsuka.ac.id/>. Diakses pada 25 Februari 2018
- Wiyani. A. 2014. *Psikologi Perkembangan AUD*. Yogyakarta: Gava Media
- Yuliansih. 2015.. *Pengaruh Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Anak Usia 5 Tahun*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tersedia di <http://eprints.ums.ac.id/37663/1/NASKAH%20PUSBLIKASI.pdf> . Diakses pada pada 26 Maret 2018