

**PELAKSANAAN SENAM GEMARI DALAM  
MENSTIMULASI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR  
ANAK USIA DINI PADA KELOMPOK B DI TK HIMAWARI  
NGALIYAN SEMARANG TAHUN 2023/2024**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Dalam Ilmu Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Oleh:

**DEWI MUSDALIFAH**

**NIM : 2003106007**

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“PELAKSANAAN SENAM GEMARI DALAM  
MENSTIMULASI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR  
ANAK USIA DINI PADA KELOMPOK B DI TK HIMAWARI  
NGALIYAN SEMARANG TAHUN 2023/2024”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 7 Mei 2024  
Pembuat Pernyataan



Dewi Musdalifah  
NIM 2003106007



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Prof. Dr. Hamka Ngalyan Semarang Telp. 024-7601295  
Fax.7615387 Semarang 50185

### PENGESAHAN

Naskah Skripsi berikut ini :

Judul : Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Menstimulasi  
Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada  
Kelompok B Di TK Himawari Ngalyan Semarang Tahun  
2023/2024.

Penulis : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah oleh Dewan Penguji Fakultas Ilmu  
Tarbiyah Dan Keguruan UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima  
sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Pendidikan  
Islam Anak Usia Dini.

Semarang, 20 Juni 2024

### DEWAN PENGUJI

Ketua/Penguji I

Sekretaris/Penguji II

Rista Sundari, M.Pd

NIP. 19930303201903201

Penguji III

Naila Fikriana Afrin Lia,

NIP. 198804152019032013

rsan Shanie, M.Pd

NIP. 199006262019031015

Penguji IV

Nur Khokmah, M.Pd.I

NIP. 199203202023212042

Pembimbing

H. Mursid, M.Ag

NIP. 196703052001121001

## NOTA DINAS

Semarang, 7 Mei 2024

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan

UIN WALISONGO

Di Semarang

*Assalamu'alaikum wr. wb*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan :

Judul : **Pelaksanaan Senam Gemari Dalam  
Menstimulasi Perkembangan Motorik kasar  
Anak Usia Dini Pada Kelompok B Di TK  
Himawari Ngaliyan Semarang Tahun 2023/2024.**

Penulis : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Saya memandang bahwa naskah skripsi skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo untuk diajukan dalam sidang Munaqosyah.

*Wassalamu'alaikum wr.wb*

Pembimbing,



H. Mursid M. Ag  
NIP. 196703052001121001

## ABSTRAK

**Judul : Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan Semarang Tahun 2023/2024.**

Penulis : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Penelitian ini dilakukan di TK Himawari Ngaliyan Semarang yang di latar belakang oleh pelaksanaan fisik motorik anak yang dilakukan secara terencana sehingga dapat mengoptimalkan perkembangan fisik motorik anak. Tujuan penelitian adalah: mendeskripsikan pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak pada kelompok B TK Himawari Ngaliyan Semarang dan mendeskripsikan faktor penghambat serta faktor pendukung pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B TK Himawari Ngaliyan Semarang. Metode Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Teknik Pengumpulan datanya melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisisnya menggunakan reduksi data, penyajian data dan kesimpulan.

Temuan penelitian ini menyimpulkan bahwa pelaksanaannya lebih terfokus pada perkembangan fisik motorik yang didalamnya terdiri dari gerak lokomotor dan non lokomotor, koordinasi mata, tangan, kaki, kelincuhan, kelenturan, kekuatan dan keseimbangan. Faktor penghambat pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak yaitu keterbatasan lahan yang tidak luas, kurangnya keterampilan guru dalam mengoperasikan IT. Faktor pendukungnya yaitu kompetensi pendidik dan kegiatan senam yang sangat baik sehingga motivasi anak tinggi dan sarana berupa komputer dan sound system yang memadai.

**Kata Kunci:** *Senam Gemari, Stimulus, Perkembangan Motorik kasar*

## TRANSLITERASI ARAB LATIN

Penulisan transliterasi huruf-huruf Arab Latin dalam disertai ini berpedoman pada SKB Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan R.I. Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987. Penyimpangan penulisan kata sandang [al-] disengaja secara konsisten supaya sesuai teks Arabnya.

ا	a	ط	ṭ
ب	b	ظ	ẓ
ت	t	ع	‘
ث	ṯ	غ	g
ج	j	ف	f
ح	ḥ	ق	q
خ	kh	ك	k
د	d	ل	l
ذ	ẓ	م	m
ر	r	ن	n
ز	z	و	w
س	s	ه	h
ش	sy	ء	’
ص	ṣ	ي	y
ض	ḍ		

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillahirabbil' alamiin,

Segala puji bagi Allah SWT, atas segala rahmat, taufiq, hidayah dan nikmat yang diberikan kepada semua hambanya, Shalawat dan dalam selalu tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, beliaulah yang membawa petunjuk kebenaran untuk seluruh umat manusia.

Penelitian yang berjudul **“Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan Semarang Tahun 2023/2024**hal ini merupakan hasil karya ilmiah yang menjadi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana (S-1) Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam hal penyelesaian penelitian ini penulis mengalami banyak beberapa kendala dan hambatan maka dari itu penulis menyadari sepenuhnya bahwa terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, doa dan kerjasama berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepadasemua pihak yang membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, perkenankan penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. H. Fatah Syukur, M.Ag.
2. Ketua dan Sekretaris Jurusan Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang Dr. Sofa Muthohar, M.Ag., dan Arsan

Shanie, M.Pd. yang telah memberikan izin, arahan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

3. Wali Studi sekaligus dosen pembimbing H. Mursid, M.Ag. yang telah selalu memberikan ilmu, arahan, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap Dosen dan Staf Akademik Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang yang memberikan ilmu dan pengalamannya kepada penulis.
5. Kepala Sekolah TK Himawari, Dra. Ariati dan Segenap Guru TK Himawari yang telah memberikan izin dan membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian skripsi.
6. Kedua orang tua saya, dan kedua kakak saya. Atas segala doa, serta dukungan serta kasih sayang yang begitu besar kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
7. Saskia Kurnia Hanifah sebagai teman suka dan duka sesama menempuh pendidikan ini dan yang telah memotivasi saya untuk terus berjuang mengerjakan skripsi ini hingga selesai.
8. Teman-teman se-angkatan PAUD angkatan 2020 teman seperjuangan skripsi yang selalu memberi dukungan motivasi selama ini terutama Alfi, Ukhtiya, Dewi Wandirasari, Wahdina, Nisa.
9. Kakak dan Adik tingkat PIAUD yang selalu memberikan dukungan dan do'a untuk kelancaran dalam skripsi.

## DAFTAR ISI

### Contents

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>NOTA DINAS.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>TRANSLITERASI ARAB LATIN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II : PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR DAN SENAM GEMARI.....</b>	<b>12</b>
A. Deskripsi Teori .....	12
1. Perkembangan Motorik Kasar .....	12
2. Senam Gemari .....	28
B. Kajian Pustaka Relevan.....	43
C. Kerangka Berpikir.....	45
<b>BAB III : METODE PENELITIAN.....</b>	<b>46</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	46

B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
C. Sumber data .....	47
D. Fokus Penelitian .....	48
E. Uji Keabsahan Data .....	48
F. Teknik Pengumpulan data .....	49
G. Teknik Analisis Data .....	51
<b>BAB IV : DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA.....</b>	<b>53</b>
A. Deskripsi Data .....	
C. Analisis data .....	72
D. Keterbatasan Penelitian.....	83
<b>BAB V : PENUTUP .....</b>	<b>84</b>
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	85
C. Kata Penutup.....	85
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>96</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>133</b>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan anak usia dini adalah pendidikan pertama yang sangat penting dengan perkembangan yang sangat pesat atau sering disebut masa keemasan (golden age). Untuk mendukung masa keemasan pada anak usia dini diperlukan pendidikan yang sesuai untuk memudahkan perkembangannya. Pemberian rangsangan dan pendidikan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun merupakan tujuan dari pendidikan anak usia dini.<sup>1</sup>

Pendidikan anak usia dini adalah tahap pendidikan fundamental pada tumbuh kembang anak. sehingga tahap tersebut berpengaruh terhadap mindset serta perilaku anak di waktu yang akan datang<sup>2</sup>.

Menurut Amandemen UUD 1945 pasal 28 B ayat 2 menyatakan bahwa “setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak mendapatkan perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi<sup>3</sup>.”

---

<sup>1</sup> Saputra Aidil, “Pendidikan Anak Pada Usia Dini,” *Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam* (Vol. 10, No. 2, Tahun 2018), hlm. 192–209.

<sup>2</sup> Reni Ardiana, “Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Majemuk Dalam Pendidikan Anak Usia Dini,” *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* (Vol. 3, No. 1, Tahun 2022), hlm. 1–12.

<sup>3</sup> Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia 1945, Pasal 28 B Hak Asasi Manusia.

Sementara dalam undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) disebutkan bahwa pendidikan merupakan upaya merencanakan, menciptakan kondisi belajar dan cara pembelajaran supaya anak usia dini dapat giat meluaskan kemampuan diri sendiri dalam mencapai kecakapan religiusitas yang tinggi, pengelolaan diri, budi pekerti, kepandaian, kecerdasan, etika moral dan kecakapan yang dibutuhkan oleh diri sendiri, masyarakat, bangsa dan Negara<sup>4</sup>.

Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini menekankan pada kebutuhan tumbuh kembang fisik (koordinasi motorik halus dan kasar), kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual), sosioemosional (sikap, perilaku dan agama), bahasa dan komunikasi, berdasarkan keunikan dan tingkat perkembangan anak usia dini<sup>5</sup>.

Diselenggarakannya pendidikan anak usia dini memiliki dua tujuan sebagai berikut:

1. Menjadikan anak indonesia yang unggul, yaitu tumbuh kembang anak pada tahap perkembangannya sehingga mempunyai kesiapan maksimal dalam menempuh pendidikan dan menjalankan kehidupan diusia matang.

---

<sup>4</sup> Oom Rohmawati and Sri Watini, “Pemanfaatan TV Sekolah Sebagai Media Pembelajaran Dan Pendidikan Karakter Anak Usia Dini,” *Jurnal Pelita PAUD* 6, no. 2 (2022): 196–207, ..

<sup>5</sup> andri Kurniawan dkk, *Pendidikan Anak Usia Dini*, 1st ed. (padang sumatera barat: PT Global eksekutif teknologi, 2022)., hlm. 2.

## 2. Mempersiapkan anak dalam menggapai keberhasilan di sekolah.

Anak usia dini adalah sekumpulan anak-anak yang berada pada proses pertumbuhan dan perkembangan yang unik. Tahap pembelajaran anak usia dini harus dilaksanakan untuk membekali anak dengan konsep-konsep dasar yang bermakna melalui pengalaman nyata yang membiasakan aktivitas perkembangan dan rasa ingin tahu yang sempurna<sup>6</sup>.

Hakikat Pendidikan Anak Usia Dini adalah belajar untuk bermain. Anak Usia Dini melaksanakan pembelajaran sambil bermain dengan menjelajahi lingkungannya. Kegiatan bermain AUD dirancang dengan suasana menggembirakan, memungkinkan anak untuk berinteraksi dengan temannya, media pembelajaran, dan guru<sup>7</sup>.

Pelaksanaan senam merupakan kegiatan pembelajaran pengembangan motorik yang dilaksanakan dengan bermain sambil belajar<sup>8</sup>.

Perkembangan merupakan proses peningkatan kematangan dan fungsi psikologis manusia. Kematangan perkembangan yang

---

<sup>6</sup> Yusuf Rini Novianti dkk, “Urgensi Pendidikan Anak Usia Dini Bagi Tumbuh Kembang Anak,” *Jurnal Plamboyan Edu (JPE)* (Vol. 1, No. 1, Tahun 2023) hlm. 37–44.

<sup>7</sup> Asmawati Luluk, *Konsep Pembelajaran PAUD*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), hlm.4

<sup>8</sup> Arumningtyas nurlaili dkk, “Hubungan Antara Senam Irama Dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain Bunga Bangsa Kertosari Kecamatan Pasrujambe Kabupaten Lumajang”, *jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, (Vol. 1, No. 2, Tahun 2017), hlm. 8–10.

dialami seseorang akan meningkatkan kemampuannya. Perkembangan anak usia dini penting untuk diketahui karena perkembangan anak saat ini akan mempengaruhi perkembangan sepanjang hidupnya. Pengetahuan tentang pendidikan anak usia dini dapat membantu orang tua dan guru dalam menyiapkan upaya optimalisasi perkembangan anak<sup>9</sup>.

Perkembangan Menurut Islam digambarkan dalam Surah Al-Mu'minin ayat 12-14:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ۚ (١٢) ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي رَقَائِرٍ مَكِينٍ (١٣) ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا □ ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ ۖ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ط (١٤)

Artinya:

“Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta yang Paling Baik<sup>10</sup>.

---

<sup>9</sup> Khaironi Mulianah, “Perkembangan Anak Usia Dini”, *Jurnal Golden Age*, (Vol. 3, No. 1, Tahun 2018), hlm. 1.

<sup>10</sup> Kementerian Agama R.I., Al-Qur'an, Q.S. Al-Mu'minin/23 : 12-14.

Salah satu aspek perkembangan yang sangat penting bagi anak usia dini adalah perkembangan fisik. Menurut penjelasan Hurlock terdapat empat aspek perkembangan fisik pada anak usia dini antara lain yaitu sistem syaraf, otot-otot, kelenjar endokrin dan struktur fisik/tubuh<sup>11</sup>. Beberapa alasan yang di catat oleh Hurlock mengenai peran perkembangan motorik dalam konstelasi perkembangan individu yaitu: dengan kemampuan motorik anak mampu menjadikan anak usia dini memiliki rasa senang, dapat bergerak pada kondisi yang lebih baik, mandiri, percaya diri, memiliki kemampuan penyesuaian terhadap lingkungan sekolah<sup>12</sup>.

Motorik berasal dari bahasa inggris yaitu *motor ability* yang berarti kemampuan bergerak. Motor adalah suatu kegiatan yang sangat penting bagi manusia, karena dengan bergerak manusia dapat mencapai atau mewujudkan harapan yang diinginkannya. Motorik juga merupakan terjemahan dari kata motor yang berarti awal permulaan suatu gerakan.

Elizabeth B Hurlock menyatakan perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan dalam

---

<sup>11</sup> Nur Kamelia, “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak ) Stppa Tercapai Di Ra Harapan Bangsa Maguwoharjo Condong Catur Yogyakarta”, *Kindergarten: Journal Of Islamic Early Childhood Education*, (Vol. 2, No. 2, tahun 2019), hlm. 112. .

<sup>12</sup> Saripudin Aip, “Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Equalita*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2019), hlm. 123–28.

menegndalikan gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Gerakan jelas terbagi menjadi gerak kasar dan halus<sup>13</sup>.

Anak usia dini memiliki tahap fundamental pada perkembangan motorik kasar, masa sekarang merupakan masa aktif anak dalam menjelajahi lingkungan sekitar yang meliputi aktivitas fisik karena aktivitas tubuh yang dijalankan oleh anak usia dini berperan penting dalam menunjang pembentukan koordinasi, keseimbangan, kekuatan dan daya tahan tubuh<sup>14</sup>. Prosedur motorik kasar yaitu atktivitas maupun pengimplementasikan dengan menetapkan otot-otot besar pada tubuh anak yang menjadi dasar partisipasi dalam semua kegiatan gerak dasar lokomotor maupun non lokomotor yang disusun melalui otot lurik, oleh karena itu mampu merangsang dan beraktivitas seperti berjalan, melompat, menendang, berlari, memukul, melempar, mendorong dapat dikoordinasikan oleh aktivitas fisik<sup>15</sup>.

Berdasarkan pentingnya perkembangan fisik motorik kasar pada Anak Usia Dini, maka sekolah pada jenjang Pendidikan Anak Usia Dini diharuskan untuk mampu mendorong dan mengembangkan kemampuan keterampilan motorik kasar pada

---

<sup>13</sup> fatmawati fitri Ayu, *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*, 1st ed. (ceremedia communication, 2020).

<sup>14</sup> Candra oki dkk, “Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 7, No. 2, tahun 2023), hlm. 2539–2543.

<sup>15</sup> Khadijah dkk, “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini melalui Lompat Jinjit”, *Jurnal Kajian Anak*, (Vol. 4, No. 1, Tahun 2022), hlm. 36–42.

Anak. sesuai hasil pengamatan yang didapat peneliti, terdapat beberapa anak yang membutuhkan stimulasi dan optimalisasi yang tepat dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya, seperti anak enggan mengikuti kegiatan senam dibandingkan anak usia dini pada umumnya, cenderung menyendiri, kurang responnya anak dalam melaksanakan kegiatan bermain yang menyebabkan perkembangan motorik kasar anak kurang optimal.

Guna mempercepat perkembangan anak dengan maksimal alangkah lebih baik dimulai sejak usia dini. Dengan pendidikan olahraga yang berkaitan dengan kegiatan jasmani mampu menunjang tumbuh kembang motorik, kekuatan tubuh dan dapat membentuk karakter anak usia dini<sup>16</sup>.

Untuk membantu meningkatkan kemampuan beraktivitas anak dengan berbagai variasi gerakan yang mendukung kemampuan fisik motorik kasar anak diperlukan kegiatan senam untuk anak usia dini<sup>17</sup>. Pemberian stimulasi yang tepat pada anak dapat memaksimalkan kemampuan fisik motorik anak. senam merupakan wadah mengembangkan kemampuan fisik motorik dengan cara

---

<sup>16</sup> Didik Purwanto dan Addriana Bulu Baan, "Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini", *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 6, No. 6, tahun 2022)hlm. 5669–56786.

<sup>17</sup> Ekawati dan Susi Maulida, "Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Ra Roudlotul Ulum Desa Lebakjabung Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto", *Proceeding the 5thAnnual International Conference on Islamic Education*, (Mojokerto, 11-12 April 2020), hlm. 237–238.

menggembarakan melalui alunan musik dan gerakan secara sistematis, teratur dan terencana dengan melakukan gerakan-gerakan yang spesifik sehingga bermanfaat untuk tubuh. Kegiatan senam biasanya dimanfaatkan untuk kegiatan rekreasi, relaksasi atau menenangkan pikiran dan utamanya adalah untuk menyehatkan badan, biasanya dilakukan di ruangan tertutup ataupun alam terbuka. Terdapat berbagai macam Jenis-jenis senam yang ada di Indonesia yaitu senam kreasi, senam aerobik, senam irama, senam lantai, senam artistik, senam ritmik dan lain-lain<sup>18</sup>.

Salah satu cara mengembangkan motorik kasar anak yaitu melalui kegiatan senam gemari. Senam gemari merupakan bagian dari senam irama yang dilaksanakan dengan mengikuti irama musik yang kemudian membentuk koordinasi motorik antara gerak tubuh dan musik.. Melalui senam tubuh anak akan terlatih dalam perkembangan motorik kasar anak yaitu mampu mengembangkan ketahanan otot, kelincahan, keseimbangan, serta kemampuan berfikir secara aktif dan kreatif<sup>19</sup>.

TK Himawari merupakan salah satu program pendidikan anak usia dini yang didirikan oleh Yayasan Putri Dua Ananda

---

<sup>18</sup> Wikaningtyas Asih dan Abdul Basith, “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Senam Tradisional”, *Sultan Idris Journal of Psychology and Education*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2022), hlm. 57–75.

<sup>19</sup> Lismayani Angri, “Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *ECEJ: Early Childhood Education Journal*, (Vol. 1, No. 1, Tahun 2023), hlm. 1–5.

Semarang dengan status lembaga swasta. TK himawari memiliki kualitas yang baik sehingga membuat banyak masyarakat yang menaruh kepercayaan untuk mensekolahkan anaknya di sekolah ini.

Salah satu visi misi didirikannya lembaga pendidikan pada TK Himawari yaitu “berupaya mengembangkan kepribadian anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan maksimal menjadi manusia yang berkualitas lahir dan batin. Sehingga dengan adanya senam gemari mampu memberikan stimulus untuk menjadikan anak usia dini berkembang menjadi manusia yang berkualitas.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang ada dan keterkaitan peneliti terhadap senam gemari maka peneliti akan melakukan penelitian tentang: **“Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan Semarang Tahun 2023/2024”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah tersebut, rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini:

1. Bagaimana pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar pada kelompok B TK Himawari Ngaliyan Semarang?
2. Apa saja faktor penghambat dan faktor pendukung pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak pada kelompok B TK Himawari Ngaliyang Semarang?

### **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan pemecahan masalah diatas, diharapkan dapat memberi gambaran nyata dilapangan mengenai pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar pada kelas B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

#### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan dalam rumusan masalah, maka tujuan yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mendeskripsikan pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak pada kelompok B di TK Himawari
- b. Untuk mendeskripsikan faktor penghambat dan faktor pendukung pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B TK Himawari Ngaliyan Semarang

#### **2. Manfaat Penelitian**

Penelitian Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak pada kelompok B memiliki manfaat diantaranya adalah:

##### **a. Bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana bagi peneliti untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh dan menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya.

**b. Bagi Siswa**

Melalui Senam Gemari dapat menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini.

**c. Bagi Guru**

Melalui Penelitian Pelaksanaan Senam Gemari dalam Menstimulus Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B di TK Himawari mampu memberikan catatan bagi guru tentang perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B.

**d. Bagi Sekolah**

Melalui Penelitian Pelaksanaan Senam Gemari dalam menstimulus Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B di TK Himawari

Memberikan sumber pemikiran dan inspirasi bagi guru lainnya untuk menstimulus dan mengembangkan profesionalisme sehingga menjadi bahan untuk mengevaluasi pelaksanaan senam gemari tersebut.

## **BAB II**

### **PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR DAN SENAM GEMARI**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Perkembangan Motorik Kasar**

###### **a. Pengertian Perkembangan Motorik Kasar**

Perkembangan menurut KBBI berasal dari kata kembang yang berarti kembang dengan arti maju menuju lebih baik. perkembangan terjadi sejak dalam kandungan sampai pada akhir kehidupan manusia sehingga dapat diartikan bahwa manusia akan mengalami perubahan yang terjadi pada dirinya seperti kematangan berpikir, kondisi fisik individu dan kemampuan dalam berkomunikasi. Perubahan yang terjadi pada setiap manusia membawa ke arah kedewasaan yang terjadi secara sistematis, progresif dan berkesinambungan secara kognitif dan psikis<sup>20</sup>.

Perkembangan dan pertumbuhan merupakan suatu proses pada kehidupan manusia yang terjadi secara terus menerus mulai dari pembuahan hingga akhir hayat. Perkembangan juga diartikan sebagai perubahan-perubahan yang dialami individu menuju tingkat kedewasaan atau

---

<sup>20</sup> Fitriani Ana dkk., *Psikologi Perkembangan*, (Padang Sumatera Barat: PT Global eksekutif teknologi anggota IKAPI No 033/SBA/2022, 2023), hlm. 293.

kematangan yang terjadi secara sistematis, progresif dan kesinambungan, baik secara fisik maupun psikis. Sistematis berarti perubahan perkembangan yang saling bergantung. atau saling mempengaruhi antara bagian-bagian organisme. Progresif yaitu bagian-bagian yang terjadi bersifat maju, berkembang lebih dalam atau lebih luas baik secara fisik maupun psikis. Berkesinambungan yaitu perubahan suatu bagian atau fungsi suatu organisme yang terjadi secara bertahap dan berurutan<sup>21</sup>.

Perkembangan adalah pola perubahan yang terjadi pada manusia mulai dalam kandungan sampai pada rentang kehidupan tertentu. Perkembangan merupakan dampak dari proses kematangan dan pengalaman belajar pada setiap manusia dengan pengaruh faktor bawaan dan faktor lingkungan tempat seseorang berkembang<sup>22</sup>.

Perkembangan menurut Aliran Konvergensi yaitu perkembangan yang mengakui peran penting dari pembawaan dan lingkungan dalam perkembangan anak. keduanya dianggap tidak dapat dipisahkan, dan perkembangan anak tergantung pada dukungan lingkungan yang sesuai dengan

---

<sup>21</sup> Novan ardy dan barnawi Wiyani, *Format Paud*, (Jogjakarta : 2012), hlm. 84.

<sup>22</sup> Sriyanto Agus dan Siti Hartati, "Optimizing Early Childhood Development Through Parenting Activities", *Journal Fascho: Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2022), hlm. 27.

pembawaan yang dimiliki. Teori ini menggambarkan bahwa faktor pembawaan dan lingkungan saling berinteraksi dan mempengaruhi perkembangan anak. contoh seorang anak memiliki pembawaan potensi mengorganisasikan gerakan fisik sejak lahir, namun jika tidak dibesarkan pada lingkungan yang mendukung potensinya tersebut. Maka potensi anak tersebut akan terhambat atau bahkan akan berhenti<sup>23</sup>.

**b. Tahapan Perkembangan Anak Usia Dini**

Tiga tahapan periodisasi perkembangan yang terjadi pada setiap individu 0-6 tahun yaitu sebagai berikut;

1) Masa Pra-Natal

Masa Pra-Natal merupakan masa yang dialami individu sebelum terbentuknya janin hingga 9 bulan berubah menjadi calon manusia di dalam kandungan. Pengaruh Lingkungan oleh ibu dan ayahnya akan membuat manusia tumbuh dan berkembang menjadi manusia yang sehat, cerdas dan kompeten. Berbanding terbalik dengan kondisi orang tua yang memiliki banyak masalah maka akan berdampak pada bayi yang akan

---

<sup>23</sup> Sari Ayunda Eka dkk, "Keyakinan Masyarakat Dusun Padangrejo Pada Topik Perkembangan Peserta Didik Terhadap Aliran Empirisme, Nativisme dan Konvergensi", *Jurnal Pendidikan Multidisipliner*, (Vol. 6, No. 11, Tahun 2023), hlm. 16.

dilahirkan, seperti beresiko pada gangguan fisik, gangguan mental dan gangguan perilaku<sup>24</sup>.

2) Masa bayi dan anak tiga tahun pertama

Masa ini yaitu masa perkembangan fundamental dengan ditunjukkan perubahan yang cepat dalam perkembangan jasmani dan rohaninya. Selama kurang lebih 9 bulan 10 hari di dalam kandungan mengalami ketentraman hidup, ketika lahir didunia bayi beradaptasi yang ditandai perasaan kaget ketika setelah lahir menangis untuk pertama kalinya. Kemudian selama waktu pengasuhan bayi mengalami tumbuh kembang yang berlangsung dilingkungannya yaitu mempelajari keterampilan motorik seperti berguling. Merangkak, duduk, berjalan, mempelajari keterampilan panca indera seperti melihat, meraba, mencium, mengamati dan memasukan setiap benda kedalam mulutnya, mempelajari komunikasi sosial yaitu peka terhadap komunikasi orang dewasa, aktif mengeksplorasi benda-benda sekitar, kemampuan berbahasa mulai dikembangkan dan anak belajar mengembangkan emosi<sup>25</sup>.

---

<sup>24</sup> Hidayati ani, “Merangsang Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Dengan Pembelajaran Tematik Terpadu,” *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, (Vol.12, No. 1, tahun 2016), hlm. 151–155.

<sup>25</sup> Khairi Husnuzziadatul, “Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini Dari 0-6 Tahun”, *Jurnal Warna*, (Vol. 2, No. 2 tahun 2018), hlm. 15–28.

### 3) Masa anak usia 4-6 tahun

Pada masa usia 4-6 tahun perkembangan anak terhadap rasa ingin tahu dan antusias lingkungan yang telah di alaminya sangat menonjol. Eksplorasi lingkungan, memperhatikan, bertanya dan bercerita tentang sesuatu yang di alaminya. Perkembangan fisik motorik anak dibutuhkan untuk mengembangkan otot-otot kecil dan otot-otot besar, menumbuhkan rasa percaya diri dan perkembangan dalam memahami, mengolah informasi dan memecahkan masalah<sup>26</sup>.

#### c. Prinsip-prinsip Perkembangan Anak Usia Dini

Prinsip-prinsip Perkembangan Anak Usia Dini menurut Bredekamp dan coople dalam masdudi yaitu sebagai berikut:

- 1) Perkembangan aspek fisik, sosial, emosional, dan kognitif anak saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain.
- 2) Aspek Perkembangan anak usia dini berlangsung dalam suatu urutan tertentu.
- 3) Perkembangan terjadi pada waktu yang beragam antara anak dan aspek perkembangan dan fungsi perkembangan.

---

<sup>26</sup> Syaodih ernawulan, "Psikologi Perkembangan," *Rineka Cipta*, 2012, 160.

- 4) Pengalaman awal anak berpengaruh besar pada perkembangan dan mampu menghambat perkembangan anak.
- 5) Perkembangan anak berjalan ke arah yang lebih kompleks, khusus, spesifik, tersusun dan terinternalisasi.
- 6) Perkembangan serta metode belajar pada anak berlangsung oleh pengaruh keragaman, social dan budaya.
- 7) Anak merupakan pembelajar aktif, yang berjuang membentuk pemahamannya terhadap lingkungan terdekatnya berdasarkan pengalaman, pengetahuan fisik, social yang diterimanya.
- 8) Perkembangan dan pembelajaran adalah interaksi antara kematangan biologis dan lingkungan.
- 9) Bermain adalah sarana fundamental bagi perkembangan sosial, dan kognitif anak dan mencerminkan perkembangan anak<sup>27</sup>.

**d. Ciri-ciri perkembangan anak usia dini**

- 1) Mengalami perubahan yang merujuk pada tubuh serta fungsinya
- 2) perubahan aspek fisik berupa berat badan dan organ tubuh serta aspek psikis pada pendewasaan kemampuan dalam berpikir, mengingat dan berkreasi.

---

<sup>27</sup> Masdudi, “Karakteristik Perkembangan Pendidikan Anak Usia Dini”, *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, (Vol. 1, No. 2, tahun 2019), hlm. 1–26.

- 3) Berubahnya aspek fisik sebanding dengan tahap perkembangannya dan aspek psikis pada perubahan imajinasi dari khayalan menuju kenyataan.
- 4) Hilangnya tanda-tanda pada tubuh anak seperti kelenjar thymus dan aspek psikis yang hilang melalui gerakan anak dan perilaku impulsif<sup>28</sup>

**e. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan.**

Faktor yang mempengaruhi perkembangan adalah faktor internal dan eksternal. Internal yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri seorang anak seperti faktor keturunan. sedangkan eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar dirinya seperti faktor lingkungan.

1) faktor turunan (genetika)

Perkembangan pribadi seorang anak secara tidak langsung dipengaruhi oleh orangtuanya. Setiap anak yang lahir didunia membawa peninggalan warisan yang diturunkan dari orangtuanya, kakek, nenek, seperti bentuk tubuh, ekspresi wajah, warna kulit, kecerdasan, bakat, karakter atau bahkan penyakit. Teori nativisme meyakini bahwa perkembangan manusia ditentukan oleh pembawaannya, sedangkan pengalaman dan pendidikan tidak mempunyai pengaruh.

---

<sup>28</sup> Hartati siti, "Optimizing Early Childhood Development Through Parenting Activities."

## 2) faktor lingkungan

Faktor kedua yang mempengaruhi perkembangan anak adalah faktor lingkungan. Lingkungan memiliki makna luas yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Untuk mencapai perkembangan yang baik pada anak, diperlukan lingkungan yang baik, nyaman dan menyenangkan. Terdapat teori tabularasa atau yang berarti lembaran kosong, Setiap anak yang lahir ke dunia bagaikan lembaran kertas kosong tanpa keterampilan dan bakat.. Berbeda dengan teori nativisme teori empirisme mengatakan bahwa perkembangan manusia bergantung pada lingkungan dan pengalaman pendidikannya. Sehingga faktor genetik tidak berpengaruh pada perkembangan anak usia dini. Meskipun aliran nativisme dengan aliran empirisme bertentang, muncul aliran baru yaitu konvergensi, aliran yang memadukan antara aliran nativisme dengan aliran empirisme sehingga menghasilkan pendapat bahwa kedua faktor tersebut sama-sama memberikan kontribusi yang signifikan dalam perkembangan anak. bakat bawaan yang dimiliki anak tidak akan berkembang maksimal jika tidak mendapatkan pengaruh atau kegiatan di lingkungan sekitar<sup>29</sup>.

---

<sup>29</sup> Isitikhoroh Nurzaman dkk, "Penggunaan Permainan Pesan Gambar Berantai Untuk Meningkatkan Kosakata Bahasa Inggris Anak Usia Dini", *Jurnal Paud Agapedia*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2017), hlm 40–52.

**f. Motorik Kasar anak usia dini**

Masa kanak-kanak merupakan masa yang terpenting pada proses tumbuh dan berkembang dengan sangat cepat. Masa ini juga merupakan kesempatan besar dalam mengoptimalkan setiap perkembangan dan pembentukan karakter anak<sup>30</sup>. Motorik adalah seluruh aktivitas yang dijalankan oleh tubuh<sup>31</sup>.

Tujuan perkembangan motorik anak usia dini adalah membantu menstimulus keterampilan fisik motorik anak dengan melatih gerak motorik kasar dan halus, menstimulus kemampuan mengatur dan mengendalikan gerakan tubuh, serta keterampilan tubuh dan gaya hidup sehat serta kemampuan pertumbuhan jasmani<sup>32</sup>.

Kemampuan motorik adalah kemampuan menunjukkan aktivitas individu dengan pengaruh faktor kekuatan, kecepatan, ketahanan dan koordinasi sehingga akan lebih memudahkan melaksanakan keterampilan motorik<sup>33</sup>.

---

<sup>30</sup> Niswatin, Moch. Zakki Mubarak, “Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Pengembangan Motorik Anak Pada Masa Post Covid 19”, *KIDDO : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2022), hlm. 107-109.

<sup>31</sup> Ulfah amira adlina dkk, “Analisis Penerapan Senam Irama Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 2, tahun 2021), hlm. 1847.

<sup>32</sup> Hidayat heri dan tita elisa, “Estetika Sentra Olah Tubuh Dalam Menstimulasi Kemampuan Motorik Kasar Anak”, *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, (Vol. 6, No. 2, tahun 2021), hlm. 137.

<sup>33</sup> Mariawati dkk, “Pengaruh Senam Kebugaran Jasmani Dalam Mengoptimalkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Gelora :*

Setiap gerakan yang digerakan anak usia dini adalah gerakan sederhana yang bermanfaat bagi kehidupan yang bermutu. Kesehatan setiap manusia bergantung pada perkembangan motorik kasar, sehingga untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang dilakukan melalui perkembangan motorik kasar<sup>34</sup>. Motorik kasar yaitu kemampuan bergerak dengan melibatkan sebagian besar bagian tubuh anak melalui otot-otot besar, seperti berlari, meloncat, menendang dsb. Sehingga senam merupakan bagian dari kelompok keterampilan motorik kasar.

**Hurlock menjelaskan terdapat 4 kategori fungsi keterampilan motorik pada anak yaitu:**

a) Keterampilan Bantu Diri (*Self-help*)

Dalam menggapai kemandirian anak harus mengetahui kemampuan bergerak yang mengharuskan dalam menjalankan aktivitas untuk dirinya sendiri. Diantara keterampilan tersebut meliputi keterampilan makan, berpakaian, perawatan diri dan mandi. Ketika anak mencapai usia sekolah, penguasaan keterampilan ini harus memungkinkan anak mengurus diri sendiri diri sendiri

---

*Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, (Vol. 9, No. 2, tahun 2022), hlm. 83..

<sup>34</sup> Fajrin Ajeng Lilananda dan Sugito, “Kemampuan Motorik Kasar Anak Di Masa Pandemi Covid-19: Pembelajaran Daring Dan Luring,” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 6, No. 6, tahun 2022), hlm. 6892.

dengan tingkat keterampilan dan kecepatan yang sama seperti orang dewasa.

b) Keterampilan Bantu Social (*Social-help*)

Manusia adalah makhluk sosial, untuk menjadi individu yang diterima kelompok sosial dalam bermasyarakat baik dalam keluarga, sekolah atau tetangga maka anak harus tumbuh menjadi manusia yang kooperatif untuk mendapatkan penerimaan kelompok sosial, diperlukan keterampilan tertentu seperti membantu pekerjaan rumah atau tugas sekolah.

c) Keterampilan Bermain

Guna mendapatkan kenikmatan bermain dengan teman sebayanya, anak harus memiliki kemampuan bermain.

d) Keterampilan sekolah

Pada tahun pertama sekolah, sebagian besar pekerjaan melibatkan keterampilan motorik seperti melukis, menulis, menggambar, menari dan sebagainya. Semakin banyak dan baik penyesuaian sosial yang dilakukan maka semakin baik pula prestasinya, baik dalam prestasi akademis maupun non akademis<sup>35</sup>.

**1) Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

---

<sup>35</sup> Riris Eka Setiani, "Memahami Pola Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini," *INSANIA : Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, (Vol. 18, No. 3, tahun 2013), hlm. 466–467.

fisik atau tubuh manusia merupakan sistem organ yang saling berhubungan dan sangat mengagumkan. Semua organ ini terbentuk sebelum lahir. Kuhlen dan Thomson menyatakan bahwa perkembangan fisik seseorang terdiri dari empat aspek yaitu:

- a) Perkembangan kecerdasan dan emosi yang disebabkan oleh sistem saraf.
- b) Perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik dipengaruhi oleh otot-otot.
- c) Pola-pola tingkah laku baru dengan berkembangnya perasaan suka terhadap lawan jenis yang disebabkan oleh kelenjar endokrin.
- d) Bertumbuhnya struktur fisik atau tubuh seperti tinggi, berat dan proporsi<sup>36</sup>.

## **2) Jenis-jenis Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Menurut ayu dinanti et al, Terdapat tiga keterampilan motorik pada anak yaitu sebagai berikut:

- a) Keterampilan lokomotor, keterampilan lokomotor mencakup aktivitas berjalan, berlari, melompat dan meluncur.

---

<sup>36</sup> Suryana Dadan, *Stimulasi Dan Aspek Perkembangan Anak*, ed. Irfan Fahmi, 1st ed. (jakarta: prendamedia group, 2018). hlm. 8

- b) Keterampilan nonlokomotor, keterampilan yang mencakup aktivitas mengangkat, mendorong, melengkung, berayun dan menarik.
- c) Keterampilan meemproyeksikan dan menerima atau menangkap benda, keterampilan ini mencakup aktivitas menangkap dan melempar. Kemampuan motorik sangat penting dilakukan untuk mengoptimalkan perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini<sup>37</sup>.

### 3) Tujuan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini

Menurut Isep Djuanda et al, tujuan perkembangan motorik kasar pada anak yaitu untuk mengenalkan dan melatih gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, dan pola hidup sehat. sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat kuat dan terampil. Sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani, anak usia dini dilatih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya di kemudian hari.<sup>38</sup>.

---

<sup>37</sup> Dinanti ayu, “Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangananak Usia Dini Di Tk Sabrina Tuzzahrah Bandar Lampung: Studi Penelitian Kualitatif”, *Jurnal Al-Fitrah : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 2, No. 2, tahun 2023), hlm. 40–46.

<sup>38</sup> Isep Djuanda and Putri Adipura, “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Bermain Lempar Tangkap Bola,” *Kordinat*:

#### 4) Unsur-unsur Keterampilan Motorik Kasar Anak

Keterampilan motorik kasar setiap individu pada khakikatnya berbeda-beda sesuai pada berapa banyak gerakan yang dikuasainya. Unsur-unsur keterampilan motorik kasar antara lain:

- a) Kekuatan, merupakan kemampuan sekelompok otot dalam menghasilkan energi untuk menjalankan aktivitas fisik yang menyenangkan, seperti: berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong.
- b) Koordinasi, merupakan kemampuan untuk menggabungkan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Seperti: melibatkan bagian tubuh yang memerlukan koordinasi mata, tangan, dan kaki.
- c) Kecepatan, merupakan kemampuan yang berdasarkan kelenturan dalam kesatuan waktu. Contoh: berapa jarak tempuh anak saat berlari, semakin besar jarak yang ditempuh anak, maka semakin besar kecepatannya.
- d) Keseimbangan, merupakan kemampuan individu dalam mempertahankan tubuhnya pada berbagai posisi

- e) Kelincahan merupakan kemampuan mengubah arah dan posisi tubuh dengan kecepatan dan ketepatan pada saat bergerak dari satu titik ke titik lainnya<sup>39</sup>.

#### **5) Standar tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia dini**

Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak pada PERMENDIKBUD No. 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional PAUD. STPPA Motorik Kasar usia 5-6 tahun yaitu sebagai berikut:

- a) Menggerakkan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan.
- b) Mengkoordinasikan gerakan, mata, kaki, tangan, kepala dalam menirukan tarian atau senam.
- c) Memainkan fisik dengan aturan.
- d) Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri.
- e) Melaksanakan aktivitas kebersihan diri<sup>40</sup>.

#### **6) Macam-macam Gerak Dasar Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini**

Terdapat tiga macam gerak dasar pada motorik kasar anak usia dini yaitu berjalan, berlari serta melompat.

---

<sup>39</sup> Aida Farida, "Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangan Anak Usia Dini," *Raudhah* IV, no. 2 (2016): 1–10.

<sup>40</sup> Nur Cahyati Ngaisah et al., "Permainan Tradisional Engklek Sebagai Upaya Mengembangkan Motorik Kasar Anak Tunagrahita," *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2023): 82, <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.159>.

a) Berjalan

Pada tahap motorik kasar ini, yang perlu diberikan stimulasi adalah kemampuan berdiri, berjalan kedepan, berjalan kebelakang, berjalan berjinjit, melompat, berlari, berdiri satu kaki, menendang bola. Untuk kemampuan berjalan perkembangan yang perlu diperkuat adalah keseimbangan pada kaki. Oleh karena itu, anak dipaksa untuk berdiri dalam waktu yang lama dan hal ini berkaitan dengan waktu kerja otot kaki. Apabila perkembangan berjalan tidak berkembang dengan baik, maka anak dapat mengalami gangguan keseimbangan yang mengakibatkan kehilangan rasa percaya diri dan selalu menghindari aktivitas yang melibatkan keseimbangan.

b) Berlari

Perkembangan fisik lari akan berpengaruh pada perkembangan kemampuan melompat, melempar dan kemampuan konsentrasi anak. pada kemampuan berlari ini memerlukan keseimbangan tubuh, kecepatan gerak kaki, bertumpu pada tumit, telapak kaki mengangkat dan bertumpu pada ujung-ujung jari kaki, serta perencanaan gerakan. Apabila perkembangan fisik lari tidak berkembang dengan baik maka anak

akan mengalami gangguan keseimbangan, seperti mudah lelah saat melakukan aktivitas fisik, sulit berkonsentrasi dan kecenderungan menghindari tugas-tugas yang melibatkan konsentrasi.

c) Melompat

Kemampuan yang perlu dimiliki anak pada saat melompat yaitu keseimbangan yang baik, koordinasi motorik, dan perencanaan gerak. Apabila anak tidak kuat dalam perkembangan lompatnya, seringkali mereka akan kesulitan merencanakan tugas-tugas yang terkoordinasi<sup>41</sup>.

## 2. Senam Gemari

### a. Pengertian Senam

Senam adalah salah satu cabang dalam berolahraga yang menyertakan penampilan dalam bergerak yang memerlukan energi, kecepatan, dan keselarasan gerakan fisik yang terstruktur. Menurut Muhajir Senam berasal dari kata “gymnastiek” dalam (bahasa indonesia), “Gymnastic” dalam (bahasa inggris) pengambilan kata gymnastic dari (bahasa yunani kuno) yaitu gymnos yang artinya telanjang. Dahulu Gymnastiek dilakukan dengan keadaan tubuh setengah

---

<sup>41</sup> aip, “Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini.”, *Equalita*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2019), hlm. 123-124.

telanjang agar gerakan yang dilakukan tanpa adanya gangguan, sehingga menjadi sempurna<sup>42</sup>.

Senam sejak zaman Yunani kuno sampai sekarang memiliki kemajuan yang sangat pesat seiring dengan kemajuan pengetahuan dan teknologi. Perkembangan tersebut terlihat dari bentuk-bentuk gerakan senam, sistematika latihan dan tujuan-tujuannya. Senam dikenal di Indonesia pada tahun 1912, saat zaman penjajahan Belanda. Masuknya senam di Indonesia bersamaan dengan ditetapkannya senam sebagai mata pelajaran wajib di sekolah. Pertama kali senam dikenalkan dengan menggunakan sistem Jerman, yakni kemungkinan gerakannya yang kaya sebagai alat pendidikan. Namun sistem tersebut berganti dengan sistem Swedia pada tahun 1916 yang gerakannya lebih menekankan pada manfaat bergerak. Sistem ini diperkenalkan oleh seorang perwira kesehatan dari angkatan laut kerajaan Belanda bernama Dr. H.F. Minkema. Melalui beliau senam mulai menyebar di Indonesia, terutama pada tahun 1918. Salah satu peristiwa penting dalam olahraga senam pada zamannya adalah didirikannya induk organisasi senam Indonesia pada tanggal 14 Juli 1963 disebut PERSANI yakni Persatuan Senam

---

<sup>42</sup> Muhrisin, "Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Materi Senam Lantai Dengan Metode Latihan Berulang Pada Siswa Kelas IV SDN Penimpoh Tahun Pelajaran 2020/2021", *Jurnal Pendidikan*, (Vol. 8, No. 1, tahun 2023), hlm. 223.

Indonesia<sup>43</sup>. Selain itu Senam merupakan pola gerak langkah oleh tubuh yang dirancang untuk mendapatkan keindahan dan keselarasan gerakan yang beraturan antar gerakan yang satu dengan gerakan yang lainnya<sup>44</sup>.

Senam irama untuk anak usia dini adalah senam yang bervariasi melalui gerakan-gerakan sederhana sehingga anak mudah mampu mengikuti gerakannya. Selain gerakan yang sederhana dan mudah iringan musik yang menyenangkan dapat menstimulasi anak untuk bergerak dengan gembira<sup>45</sup>.

Pendidikan Jasmani menurut Al-Qur'an Surat Al-Baqarah ayat 247:

وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ اللَّهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوتَ مَلِكًا ۗ قَالُوا أَنَّى يَكُونُ  
لَهُ الْمُلْكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ أَحَقُّ بِالْمُلْكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَعَةً مِنَ الْمَالِ ۗ  
قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ ۗ وَاللَّهُ  
يُؤْتِي مَلَكُهُ مَن يَشَاءُ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Artinya: Dan Nabi mereka berkata kepada mereka “sesungguhnya Allah telah mengangkat Talut menjadi rajamu.” Mereka menjawab, “bagaimana Talut memperoleh kerajaan atas kami, sedangkan kami lebih berhak atas itu daripadanya, dan dia tidak diberi

---

<sup>43</sup> Harwanto dan Suharti, *Buku Ajar Senam Dasar*, (Surabaya: CV. Jakad media publishing, 2020), hlm. 8-10.

<sup>44</sup> rida hiliani Nirwana, “Peningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Latihan Senam Irama Dengan Alat,” *Yasmin : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 2, no. 1 (2021): 2–3.

kekayaan yang banyak?” (Nabi) menjawab, “Allah telah memilihnya (menjadi raja) kamu dan memberikan kelebihan ilmu dan fisik.” Allah memberikan kerajaannya kepada siapa yang dikehendaki, dan Allah Mahaluas, Maha Mengetahui (Qs. Al-Baqarah: 247)<sup>46</sup>

Kemudian dalam Hadist, Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :  
: الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ  
خَيْرٍ ، إِحْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ ، وَإِنْ أَصَابَكَ  
شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ: لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَانَ كَذَا وَكَذَا ، وَلَكِنْ قُلْ: قَدَّرَ اللَّهُ  
وَمَا شَاءَ فَعَلَ ، فَإِنْ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ (رَوَاهُ مُسْلِمٌ)

Artinya: Orang yang kuat lebih baik dan lebih disukai Allah daripada mukmin yang lemah. Pada segala sesuatu itu terdapat kebaikan, maka tamaklah terhadap apa yang bermanfaat bagimu, minta tolonglah kepada Allah dan janganlah kamu lemah, apabila kamu terkena suatu musibah, maka janganlah kamu berkata, “sekiranya aku berbuat anu, pastikanlah akau anu”, tetapi katakanlah: “Allah telah menakdirkan apa yang dikehendaki-Nya maka Dia berbuat.” Sebab kata-kata “Sekiranya” itu akan membuka pekerjaan setan<sup>47</sup>

Hadist tersebut menjelaskan bahwa Allah menyukai orang mukmin yang memiliki kekuatan. Oleh sebab itu, kegiatan berolahraga penting dilakukan. Pendidikan jasmani menjadi bagian integral yang bertujuan untuk

<sup>46</sup> Kementerian Agama R.I., Al-Qur'an, Q.S. Al-Baqarah/2 : 247.

<sup>47</sup> HR. Muslim

mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, dan emosional peserta didik<sup>48</sup>.

Senam merupakan kegiatan berolahraga yang efisien untuk memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu gerakan senam mampu mendorong bagian dari keseluruhan kebugaran jasmani yang mencakup kekuatan dan ketahanan otot pada seluruh tubuh. Senam dapat mengembangkan kelincahan gerak dasar pada anak. Senam merupakan bagian dari gaya berlatih yang mendasar untuk ditumbuh kembangkan sedari kecil<sup>49</sup>.

**b. Ciri-ciri dan kaidah dalam senam**

- 1) Penciptaan gerakan senam secara sadar
- 2) Tujuan gerakan senam untuk memberikan manfaat dalam mendapatkan tujuan tertentu seperti meningkatkan kelenturan, menyempurnakan perbuatan yang dilakukan oleh aktivitas fisik, memperbanyak keterampilan, meningkatkan gerakan yang indah serta meningkatkan keindahan tubuh.

---

<sup>48</sup> Paramithia viana, mohammad noor fuady, abdul basir, “Pendidikan Jasmani menurut islam : telaah Pendidikan dari Al ’Qur ’an dan Hadist”, *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2024), hlm. 384–86.

<sup>49</sup> Sari pratama ari , dwi prasetyawati, “Senam Irama Sebagai Stimulasi Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun.”

- 3) Penyusunan gerakan yang sistematis sebagai suatu rangkaian senam<sup>50</sup>.

**c. Macam-macam Senam**

- 1) Senam Kreasi

Senam Kreasi merupakan senam yang dilakukan melalui iringan musik secara berirama. Senam kreasi merupakan suatu pengembangan senam yang telah mengalami modifikasi dalam gerakannya dan selaras dengan alunan musik pengiring senam yang serasi dan sesuai dengan maksud dan tujuan yang ingin disampaikan oleh pencipta senam, atau dapat dikatakan bahwa senam adalah ungkapan perasaan manusia yang tampak dalam gerak seluruh anggota tubuh yang indah dan dapat dinikmati oleh semua orang<sup>51</sup>. Senam gemari merupakan bagian dari senam kreasi karena memiliki bermacam-macam gerakan yang selaras dengan alunan musik serta tujuan pelaksanaan senam.

---

<sup>50</sup> Mulyaningsih Farida, “Analisis Senam Angguk Di Kabupaten Kulonprogo, Daerah Istimewa Yogyakarta”, *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, (Vol. 12, No. 2, tahun 2016), hlm. 105–109.

<sup>51</sup> Sariyanti endang, “Pelatihan Senam Kreasi Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Kelompok B TK Desa Kepet Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun Semester 1 Tahun Pelajaran 2018/2019,” *Jurnal Profesi Dan Keahlian Guru (JPKG)*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2022), hlm. 53.

## 2) Senam Irama

Senam Irama adalah gerakan senam yang diiringi iringan musik pengiring atau bisa disebut gabungan beberapa bentuk gerakan setelah musik pengirim. Gerakan ini selaras dengan irama yang mengiringinya sehingga terjadi koordinasi antara gerakan tubuh dan musik<sup>52</sup>.

## 3) Senam Aerobik

Senam Aerobik adalah gerakan senam yang diiringi iringan musik yang menghasilkan ketentuan ritmis, kontinuitas dan durasi tertentu. Senam aerobik menggunakan sistem energi dengan oksigen yang bertujuan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebutuhan tubuh dengan menggerakkan otot-otot besar secara terus menerus, terukur maju dan berkelanjutan, seperti dapat menurunkan berat badan dan mengecilkan perut<sup>53</sup>.

Manfaat senam Aerobik yaitu:

- a) Organ-organ pernafasan semakin kuat hingga oksigen cepat masuk ke jantung dan keluar dari paru-pru.
- b) Aktivitas jantung semakin kuat dan optimal memompa darah yang kaya oksigen dalam setiap ketukannya.

---

<sup>52</sup> Hasibuan nanda renza farah dkk, “Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Kelompok b Tk Mustabaqul Khoir Palembang”, *Jurnal Pendidikan Anak*, (Vol. 9, No. 2, tahun 2020), hlm. 118–123.

<sup>53</sup> Listyarini A. Erlina, “Latihan Senam Aerobik Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani”, *Medikora*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2012), hlm. 1–4.

- c) Dengan latihan in tonus di otot-otot meningkat sehingga otot-otot semakin kuat.
  - d) jumlah denyutan nadi menurun sehingga membuat kebugaran jasmani terjaga<sup>54</sup>.
- 4) Senam Lantai

Senam lantai adalah suatu latihan gerakan tubuh yang dilakukan secara sadar, sistematis dan terstruktur dengan tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan keterampilan. Inti dari senam lantai yaitu berfokus pada tubuh, bukan alat dan juga buka pola gerakan<sup>55</sup>. Manfaatt dari senam lantai yaitu untuk menjaga kesehatan tubuh dan pikiran seseorang, untuk melibatkan kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan dan kesadaran untuk melakukannya. Pelaksanaan senam lantai dilakukan pada materi guling depan, guling belakang, lompat kangkang, lompat jongkok dan lain-lain menggunakan alat matras<sup>56</sup>.

---

<sup>54</sup> Dewi rahayu Dkk, “Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa”, *Stamina*, (Vol. 3, No. 6, tahun 2020), hlm. 408–411.

<sup>55</sup> Ashidqy abdul zalil Dkk, “Faktor-Faktor Penghambat Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai”, *Jurnal Penjakora*, (Vol. 10, No. 1, tahun 2023), hlm. 10–21.

<sup>56</sup> Heri lalu Dkk, “Pengembangan Instrumen Penilaian Psikomotor Senam Lantai Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Sekolah Dasar”, *Journal of Educational Research and Evaluation*, (Vol 6, No. 1, tahun 2017), hlm. 19–29.

## 5) Senam Artistik

Senam Artistik merupakan aktivitas fisik yang memadukan aspek tumbeling dan akrobatik untuk memperoleh efek-efek artistik dari gerakannya. Dengan koordinasi yang tepat dan rangkaian gerak gerak yang sinkron maka akan terbentuk rangkaian gerakan artistik yang menarik, berdasarkan gerakan-gerakan yang dilakukan pada alat-alat senam lantai (floor exercise), gelang-gelang (rings), kuda pelana (pommel horse), palang ejaan (parallel bars), palang tunggal (horizontal bar), meja lompat (vaulting table), palang berigkat uneven bars), balok keseimbangan (balance beam)<sup>57</sup>.

## 6) Senam Ritmik

Senam ritmik merupakan gerakan senam yang dilakuakn mengikuti irama musik atau latihan bebas. Senam ritmik merupakan olahraga indah dengan menggabungkan beberapa elemen antara senam, balet dan tari serta manipulasi gerakan senam antar instrumen dan ekspresi diri dengan iringan musik. Koreografi indah tersebut diwujudkan dengan alat berupa pita, bola, tali,

---

<sup>57</sup> Halim raja dwi permata dan Fransisca januarumi marhendra Wijaya, “Komposisi Tubuh Dan Status Antropometri Atlit Puslatda Senam Artistik Gymnastik Jawa Timur”, *Jurnal Prestasi Olahraga*, (Vol. 5, No. 1, tahun 2022), hlm. 141–46.

gada dan simpai dengan beberapa unsur senam gerakan lompatan, keseimbangan dan putaran senam ritmik<sup>58</sup>.

#### **d. Prinsip-prinsip senam irama**

##### 1) Irama

Pada saat melakukan senam, yang terpenting adalah mengetahui dan merasakan irama musik yang akan dijadikan pengiring. Apabila anak sudah merasakan irama dalam suatu lagu maka anak akan merasa senang untuk menggerakkan badan dan menyesuaikan gerakan-gerakan sesuai irama. Dalam nyanyian dibagi menjadi irama 2/4, 4/4, 3/4, dan 6/8. Tempo yang digunakan saat pemanasan berbeda dengan tempo musik yang digunakan pada latihan inti dan penenangan.

##### 2) Kelentukan tubuh (*fleksibilitas*)

Kelenturan tubuh dalam senam digunakan pada kemampuan menekuk atau melipat dan meliukkan tubuh, sehingga terlihat elastisitas dan kelenturan gerakan tubuh. Kelenturan tubuh penting dilakukan untuk menghindari gerakan-gerakan yang kaku.

##### 3) Kontinuitas gerakan

---

<sup>58</sup> Sahabuddin Dkk, “Kontribusi Motor Educability Terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai Pada Siswa Sekolah Dasar”, *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, (Vol. 6, No. 2, tahun 2020), hlm. 449–65.

Gerakan-gerakan yang dilakukan saat senam merupakan gerakan yang berkesinambungan. Gerakan yang satu dengan gerakan yang lain adalah satu kesatuan gerakan yang berkesinambungan dan tidak dapat diputus<sup>59</sup>.

**e. Faktor pendukung pelaksanaan senam**

Faktor pendukung yaitu faktor yang dapat membantu keberhasilan kegiatan sehingga dapat berjalan dengan lancar. Faktor pendukung tersebut meliputi:

1) Kondisi anak

Kondisi anak dalam melaksanakan kegiatan senam dengan antusias dan bersemangat.

2) Tempat yang mendukung

Halaman yang luas memudahkan anak leluasa melakukan gerakan-gerakan senam.

3) Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana menggunakan media yang digunakan saat melakukan senam berupa sound system dan sebagainya.

---

<sup>59</sup> Anik Wijayanti, “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama (Kelompok Bermain Nurul Iman Padas Ngawi Tahun Ajaran 2018/2019)”, *Journal of Modern Early Childhood Education*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2020), hlm. 1–10.

#### **f. Faktor penghambat pelaksanaan senam**

Faktor penghambat pelaksanaan senam adalah kebalikan dari faktor pendukung, yaitu faktor penghambat berfungsinya suatu kegiatan. Faktor penghambat tersebut meliputi:

##### 1) Kondisi anak

Berbanding terbalik dengan faktor pendukung. Faktor penghambat pada kondisi anak pada pelaksanaan senam disebabkan oleh anak tidak terbiasa melakukan gerakan fisik motorik atau melakukan senam sehingga enggan atau malas mengikuti kegiatan senam gemari.

##### 2) Cuaca

Cuaca yang tidak mendukung menjadikan pelaksanaan senam tidak dilaksanakan pada tempat terbuka atau tempat yang lebih luas. sehingga memungkinkan untuk meniadakan kegiatan senam atau kegiatan senam dilaksanakan didalam ruangan sempit.

##### 3) Sarana prasarana

Gangguan teknis pada sarana prasarana seperti pemadaman listrik yang menyebabkan media pada saat kegiatan terganggu contoh matinya sound system dan sebagainya<sup>60</sup>.

---

<sup>60</sup> Sa'diyah Halimatus dkk, "Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini

### **g. Senam Gemari**

Senam gemari atau yang biasa disebut dengan senam gemar makan ikan atau merupakan bagian dari senam irama dan senam kreasi. Senam Gemari dilakukan dengan gerakan-gerakan baru atau modifikasi dari gerakan-gerakan sebelumnya. Senam Gemari mengajak anak usia dini untuk mengenal jenis-jenis ikan, menyukai dan mengkonsumsi ikan, karena didalam ikan mengandung banyak protein dan Omega3, sehingga sangat baik untuk tumbuh kembang anak. Pelaksanaan senam gemari menggunakan iringan musik, terstruktur dan terencana serta gerakan yang menyenangkan, nyaman dan kondusif. Pelaksanaan senam gemari merupakan cara mudah dalam meningkatkan keterampilan perkembangan motorik kasar anak usia dini<sup>61</sup>.

Senam irama terbagi kedalam tiga tahap yaitu, tahap pemanasan, tahap inti dan tahap pendinginan. Pada langkah yang dilakukan sebelum gerakan inti dilakukan pemanasan untuk mempersiapkan keadaan fisiologis dan psikologis tubuh, mempersiapkan sistem pernafasan, peredaran darah, otot dan persendian, gerakan inti dalam senam meliputi

---

Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo”, *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.

<sup>61</sup> Elfiadi Dkk, “Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Kreasi Pada Anak PAUD Balai Pengajian Baitul Ishlah Lhokseumawe”, *Jurnal Ibrah Jurnal Pengabdian Ke Masyarakat*, (Vol 1, No. 1, tahun 2022), hlm. 1–12.

gerakan motorik kasar yang melatih kelenturan, keseimbangan, kelincahan, kelentukan dan koordinasi otot. Pendinginan dilakukan setelah gerakan inti, hal ini dilakukan untuk melenturkan otot, menenangkan tubuh, dan mengatur pernafasan agar fisik menjadi rileks. Hal ini terdapat pada susunan gerakan senam gemar makan ikan sehingga kemampuan perkembangan fisik motorik anak akan terstimulus secara optimal.

#### **h. Manfaat pelaksanaan senam Gemari**

Senam adalah gerakan badan yang memiliki efek pada kesehatan fisik dan kesehatan mental dan sosial dengan kegiatan senam anak usia dini dapat menggerakkan seluruh bagian tubuh guna meningkatkan kemampuan motorik kasarnya. Selain meningkatkan kemampuan motorik kasar senam juga dapat memberikan rasa gembira, percaya diri, mandiri, kegiatan bermain dan keterampilan pendidikan anak usia dini yang meningkat<sup>62</sup>.

Manfaat senam terbagi menjadi dua yaitu:

##### **1) Manfaat tubuh**

Senam merupakan aktivitas yang sesuai untuk pengembangan kemampuan fisik motorik anak. yang secara sadar dapat meningkatkan aspek kekuatan,

---

<sup>62</sup> Syafril Syafrimen dkk, “Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Melalui Gerakan-Gerakan Senam”, *Jurnal Pelita PAUD*, (Vol. 5, No. 1, tahun 2020), hlm. 104–113.

kecepatan, tenaga, daya tahan, kelincuhan dan gerak lokomotor meliputi melompat, berjalan, berlari, skipping dan gerak non lokomotor meliputi keseimbangan, memutarakan tubuh, berbalik arah dan melipat badan sehingga kegiatan senam merupakan kegiatan yang sangat bermanfaat dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini. Gerak lokomotor pada senam sangat dibutuhkan untuk melatih otot-otot dalam tubuh, seperti aktivitas lari, yaitu aktivitas yang dapat melatih otot kaki sedangkan untuk gerak non lokomotor pada anak bermanfaat untuk pengembangan gerak kelentukan tubuh, kekuatan bertumpu dalam keseimbangan<sup>63</sup>.

## 2) Manfaat kognitif, sosial dan emosional

Senam selain bermanfaat pada fisik seseorang, senam juga bermanfaat untuk membantu memperkenalkan anak untuk mengetahui jenis-jenis ikan dan mengonsumsinya, meningkatkan keterampilan sosial dan emosional anak seperti kemampuan bekerja sama, mengendalikan emosi dan membangun karakter yang positif<sup>64</sup>.

---

<sup>63</sup> Pradipta Galih Dwi, “Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak Untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B”, *Jendela Olahraga*, (Vol. 2, No. 1, Tahun 2017), hlm. 140–47.

<sup>64</sup> Candra Oki dkk, “Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 7, No. 2, Tahun 2023), hlm. 2539-2543.

## **B. Kajian Pustaka Relevan**

Penelitian Pelaksanaan Senam Gemari dalam meningkatkan perkembangan Fisik Motorik Kasar adalah penelitian yang bisa terbilang pelaksanaan senam irama. Oleh karenanya peneliti mengambil penelitian yang berkaitan dengan Senam irama dan Fisik Motorik Kasar Anak Usia Dini. Diantaranya sebagai berikut:

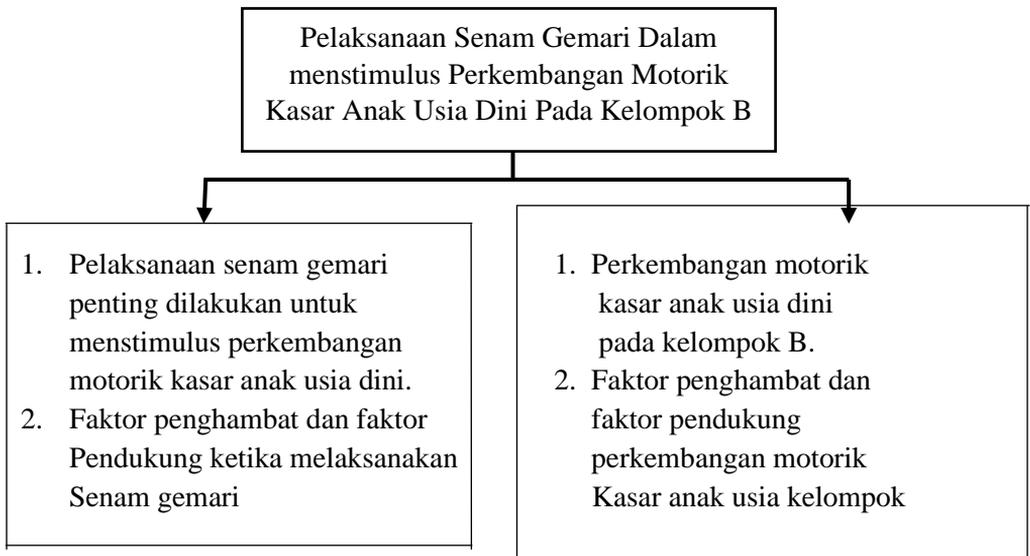
- 1) Maya Kristiana 2111117024 Mahasiswi Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo dalam skripsinya yang berjudul “Implementasi Kegiatan Senam Irama dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di TK Muslimat NU Abu Bakar Bancangan Sambit Ponorogo” menggunakan pendekatan metode kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perencanaan dan pelaksanaan kegiatan senam irama dengan merangsang perkembangan motorik kasar anak usia dini serta mengetahui hasil pelaksanaan kegiatan senam irama dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini di kelompok B TK Muslimat NU 167 Abu Bakar Bancangan Sambit Ponorogo. Hasil dari penelitian ini menunjukkan perbedaan pelaksanaan senam dengan fokus pada fisik bukan alatnya serta pola gerak-gerakannya. pemilihan iringan/musik sebagai pengiring kegiatan

senam melalui pemilihan musik yang berbeda saat pelaksanaan kegiatan senam.

- 2) Anis Nur Afifah 1911070129 Mahasiswi Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dalam skripsinya yang berjudul “penggunaan aplikasi tiktok sebagai media pembelajaran untuk mengembangkan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di RA Al-Amanah Tanjung Senang” menggunakan pendekatan metode kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak, RA Al-Amanah Tanjung senang menggunakan media pembelajaran dengan memanfaatkan akun edukasi anak melalui aplikasi tiktok yaitu kegiatan senam ditayangkan di layar proyektor. Berbeda dengan senam gemari yang penulis teliti bahwa senam gemari dilaksanakan dengan mengikuti gerakan-gerakan guru.
- 3) Yosa andika putri 1811070211 Mahasiswi Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dalam skripsinya yang berjudul “penerapan kegiatan meniru gerakan tari binatang darat untuk meningkatkan motorik kasar pada anak kelompok B1 TK Hip Hop” menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Berdasarkan hasil

penelitian yang telah dilakukan, diketahui meningkatkan perkembangan motorik kasar anak dilakukan melalui pengembangan motorik kasar melalui penerapan nilai seni pada anak yang berhubungan dengan gerak binatang berdasarkan peniruan gerakan binatang. Dalam penelitian tersebut anak sangat senang dikenalkan dengan berbagai jenis binatang yang membantu anak untuk aktif dan tidak terlalu pasif di lingkungannya. Jadi dengan mempelajari berbagai jenis binatang serta gerakan yang dilakukan oleh binatang, anak-anak juga dapat lebih ceria, senang, gembira serta lebih aktif dalam setiap gerakan yang dilakukannya.

#### **D. Kerangka Berpikir**



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **B. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

##### 1. Jenis penelitian

Jenis Penelitian yang digunakan oleh penulis adalah penelitian lapangan (*field research*). Penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan dan menjelaskan judul tentang pelaksanaan senam gemari dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari. Pelaksanaan senam gemari pada kelompok B merupakan stimulus yang baik untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak usia dini.

##### 2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan adalah bersifat kualitatif yang memiliki karakteristik bersifat deskriptif. Data yang dikumpulkan berupa pertama langsung dari sumbernya, peneliti menjadi bagian dari instrumen pokok analisisnya, data berupa capaian hasil perkembangan anak, catatan anecdot dan dokumentasi<sup>65</sup>.

---

<sup>65</sup> Subandi, "Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study," *Harmonia* 11, no. 2 (2011): 176–77.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

1. Tempat penelitian ini dilaksanakan di TK Himawari Jl. Perumahan BPI Blok I/14 B Kecamatan Ngaliyan Semarang.
2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 28 februari sampai 11 maret 2024.

### **D. Sumber data**

Sumber data dari penelitian adalah subjek dari mana data diperoleh dalam penelitian ini. Dalam menjawab permasalahan penelitian, dibutuhkan satu atau lebih sumber data. Hal ini sangat tergantung kebutuhan dan kecukupan data untuk menjawab pertanyaan penelitian. Sumber data akan menentukan jenis data yang diperoleh baik data primer maupun data sekunder.

#### **1. Data primer**

Data primer adalah sumber data penelitian yang diperoleh secara langsung oleh sumber pertama. Sehingga peneliti mendapatkan data melalui teknik pengumpulan data wawancara berupa informasi langsung dari kepala sekolah, guru kelas kelompok B, wali murid dan peserta didik itu sendiri. Sedangkan sumber data peristiwa dilaksanakan melauai teknik pengumpulan data observasi atau pengamatan pada saat pelaksanaan senam gemari.

## 2. Data sekunder

Data sekunder adalah sumber data yang diperoleh secara tidak langsung atau hasil penyajian dari pihak lain berupa buku referensi, artikel dan lain sebagainya.

### **E. Fokus Penelitian**

Fokus penelitian adalah penekanan pada sudut yang lebih luas dan lebih dalam. Dalam hal ini penelitian mempelajari pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari.

### **F. Uji Keabsahan Data**

Penelitian kualitatif harus mengungkap kebenaran objektif. Oleh karena itu pengujian keabsahan data dalam penelitian kualitatif sangat penting. Melalui uji keabsahan data kredibilitas atau kepercayaan penelitian kualitatif dapat tercapai. Dalam penelitian ini diperlukan untuk mendapatkan uji keabsahan data dibutuhkan triangulasi untuk menguji keabsahan data. Triangulasi merupakan suatu metode yang dilakukan dengan mencari data-data lain sebagai pembanding. Adapun triangulasi yang akan digunakan oleh peneliti yaitu:

#### a. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber yaitu membandingkan atau mengecek kembali derajat kepercayaan informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda, yaitu membandingkan hasil

wawancara kepala sekolah, guru kelas B dan orangtua murid dengan dokumen yang ada<sup>66</sup>.

b. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik yaitu pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengecek data dari sumber yang sama dengan teknik yang berbeda yaitu menghubungkan teknik wawancara, observasi dan dokumen

### **G. Teknik Pengumpulan data**

pengumpulan data merupakan salah satu tahapan dalam penelitian. Teknik pengumpulan data yang benar akan menghasilkan data yang memiliki kredibilitas tinggi, dan sebaliknya. Untuk mendapatkan data yang digunakan oleh peneliti maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang sangat umum dalam metode penelitian kualitatif. Observasi khakikatnya adalah penelitian yang menggunakan pancaindera (penglihatan, pendengaran, penciuman) untuk memperoleh informasi yang diperlukan untuk menjawab masalah penelitian. Observasi dilakukan untuk mendapatkan

---

<sup>66</sup> Elma Sutriani and Rika Octaviani, “analisis data dan pengecekan keabsahan data,” n.d., 1–22.

gambaran sebenarnya mengenai suatu peristiwa atau kejadian untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Peneliti melakukan observasi pada subjek penelitian yang akan diteliti menggunakan observasi non partisipasi yaitu peneliti melakukan pengamatan tanpa melakukan partisipasi terhadap aktivitas yang diteliti. Melalui observasi non partisipasi peneliti fokus mengamati gerakan-gerakan senam gemari anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari.

b. Wawancara

Wawancara adalah teknik penelitian yang dilaksanakan dengan cara berdialog baik secara langsung maupun media dengan menanyakan suatu objek yang diteliti dan telah dirancang sebelumnya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis wawancara tatap muka kepada kepala sekolah, guru kelas B dan wali murid TK Himawari.

Peneliti juga memilih wawancara terencana terstruktur berupa pertanyaan yang disusun secara terperinci dan sistematis. Sehingga dapat menemukan masalah secara terbuka oleh kepala sekolah dan guru kelas B yang kemudian peneliti mencatat apa yang dikemukakan oleh informan

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang tidak langsung ditunjukkan kepada subjek penelitian.

Dokumen ini adalah pelengkap penggunaan metode observasi dan wawancara. Dalam menggunakan metode dokumentasi peneliti mengumpulkan dokumen berupa pengambilan foto saat melaksanakan kegiatan senam gemari yang diperlukan dalam permasalahan penelitian kemudian mengkajinya secara mendalam sehingga dapat menunjang dan menambah keyakinan serta bukti-bukti dari suatu kejadian.

## **H. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara dan dokumentasi<sup>67</sup>. Analisis data kualitatif yaitu bersifat induktif, yaitu suatu analisis Proses analisis data terdiri dari empat proses yaitu

### a. Reduksi data (*data reduction*)

Reduksi data berkaitan dengan merangkum, meringkas, membuang hal-hal yang tidak penting dan berfokus pada pencarian data untuk menemukan data sederhana.

### b. Penyajian data (*data display*)

Penyajian data adalah sekumpulan informasi terstruktur, sehingga memberi kemungkinan untuk menarik kesimpulan dan mengambil tindakan.

---

<sup>67</sup> Rijali ahmad , “analisis data kualitatif”, (Vol. 17, No 3, tahun 2018).

c. Kesimpulan atau verifikasi

Penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan penemuan baru yang belum pernah ada sebelumnya. Kesimpulan dilakukan peneliti terus menerus selama berada dilapangan. Data yang diperoleh dari hasil obervasi, wawancara dan dokumentasi digabungkan dan kemudian dianalisis guna mencapai pemahaman yang lebih akurat dan jelas guna mempercayai kebenaran kesimpulan penelitian<sup>68</sup>.

---

<sup>68</sup> Dina Fatma Adriyani et al., "Teknik Pengumpulan Dan Analisis Data Kualitatif 1," n.d., 1–9.

## **BAB IV**

### **DESKRIPSI DAN ANALISIS DATA**

#### **A. Deskripsi Data**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian kualitatif, yakni penelitian lapangan atau disebut *field research*, maksud dari penelitian lapangan kualitatif yaitu penelitian yang datanya diperoleh dari lapangan, baik data secara lisan maupun tertulis.

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Untuk Wawancara, sebagai narasumber untuk mengumpulkan data peneliti melakukan wawancara kepada kepala sekolah, guru kelas kelompok B dan wali murid kelompok B yang dilakukan dengan tujuan untuk mengumpulkan data tentang pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

TK Himawari Ngaliyan Semarang merupakan salah satu sekolah TK (Taman Kanak- Kanak) yang ada dikecamatan Ngaliyan Kota Semarang yang menerapkan pelaksanaan senam gemari untuk membantu menstimulus perkembangan motorik kasar anak khususnya pada Kelompok B. Salah satu senam yang dilaksanakan di TK Himawari Ngaliyan Semarang adalah senam

yang berjudul senam gemari.

Peneliti telah melakukan penelitian di TK Hiimawari Ngaliyan Semarang kurang lebih 2 minggu tentang pelaksanaan kegiatan senam gemari dalam menstimulasi Perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang. Maka hasil dari penelitian tersebut sebagai berikut:

**a. Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Menstimulus Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan Semarang Tahun 2023/2024.**

Kegiatan senam gemari dilaksanakan di TK Himawari Ngaliyan Semarang adalah merupakan bagaian dari senam kreasi dan senam irama. Senam kreasi adalah pengembangan senam yang telah mengalami modifikasi dalam gerakannya dan selaras dengan alunan musik pengiring senam yang serasi dan sesuai dengan maksud dan tujuan yang ingin disampaikan<sup>69</sup> dan Senam irama adalah gerakan senam yang diiringi iringan musik pengiring atau bisa disebut gabungan beberapa bentuk gerakan setelah musik pengirim<sup>70</sup>. Senam

---

<sup>69</sup> Sari Ayunda Eka dkk, "Keyakinan Masyarakat Dusun Padangrejo Pada Topik Perkembangan Peserta Didik Terhadap Aliran Empirisme, Nativisme dan Konvergensi", *Jurnal Pendidikan Multidisipliner*, (Vol. 6, No. 11, Tahun 2023), hlm. 16.

<sup>70</sup> Sari Ayunda Eka dkk, "Keyakinan Masyarakat Dusun Padangrejo

gemari dirancang khusus untuk anak usia dini khususnya di TK (Taman kanak-kanak). Senam Gemari atau Senam Gemar Makan Ikan merupakan bagian dari senam irama dan senam kreasi yaitu senam yang dilakukan dengan iringan musik yang harmonis dan sudah mengalami modifikasi dalam gerakannya sesuai dengan maksud dan tujuan gerakan dalam senam gemari. Gerakan dalam senam gemari mendukung anak untuk bergerak melalui gerakan-gerakan sederhana, nyaman, kondusif dan menyenangkan seperti gerakan memotong sayur, memasak dan memperagakan gerakan ikan.

TK Himawari menggunakan senam gemari karena intruksi dari pemerintah indonesia khususnya kemnetrian kesehatan dan kementerian pendidikan sekolah untuk melaksanakan senam gemari untuk kegiatan yang mampu mengajak anak untuk mengenal jenis-jenis ikan beserta manfaatnya dan menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Kegiatan senam gemari di TK Himawari ini dilakukan pada setiap satu minggu sekali yaitu hari jumat pagi, dipimpin oleh seluruh guru TK Himawari yang terlebih dahulu menyiapkan perlengkapan senam. TK Himawari menggunakan media youtube pada komputer untuk

---

Pada Topik Perkembangan Peserta Didik Terhadap Aliran Empirisme, Nativisme dan Konvergensi", *Jurnal Pendidikan Multidisipliner*, (Vol. 6, No. 11, Tahun 2023), hlm. 16.

mengakses senam gemari yang disambungkan ke sound system atau pengeras suara agar suara irama menjadi keras sehingga semua anak bisa mendengar dan mengikuti gerakan senam dengan baik. berikut merupakan penjelasan dari kepala sekolah:

“Kegiatan motorik kasar dilakukan setiap hari akan tetapi pada pelaksanaan senam gemari dilaksanakan setiap hari jumat beserta dengan senam-senam yang lebih beragam”<sup>71</sup>.

Hal ini ditambahkan oleh guru kelas kelompok B Ibu Archita Uji Dewanti yaitu:

“Pelaksanaan senam gemari dilaksanakan setiap satu minggu sekali pada hari jum’at pagi pukul 08.00.WIB yang bertujuan untuk menstimulus perkembangan motorik kasar pada anak sebelum dilaksanakannya kegiatan belajar dan bermain”<sup>72</sup>.

perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, terdapat hal yang menjadi kendala secara keseluruhan, yaitu kurang maksimalnya anak dalam pelaksanaan senam gemari sehingga menjadikan anak kurang optimal dalam melakukan gerakan fisik motorik kasar anak usia dini.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah sebagai berikut:

---

<sup>71</sup> Hasil Wawancara dengan Ibu Ariati, (Kepala Sekolah TK Himawari). Pada tanggal 1 Maret 2024

<sup>72</sup> Hasil wawancara dengan Ibu Archita Uji Dewanti, (Guru Kelas Kelompok B TK Himawari), pada tanggal 8 Maret 2024

“Menurut Dra. Ariati selaku kepala sekolah TK Himawari, alasan menerapkan kegiatan Senam Gemari sangatlah efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini kelompok B.

“Senam Gemari, seperti senam pada umumnya yaitu senam yang bertujuan untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak. selain itu senam gemari merupakan intruksi dari kementrian kolaborasi dari kementrian pendidikan dan kemetrian kesehatan, terkait gizi anak sehingga muncul senam gemari yaitu gimana caranya anak-anak supaya gemar makan ikan”<sup>73</sup>

Senam Gemari atau Senam Gemar makan ikan pada kelommpok B di TK Himawari merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memperkenalkan dan mengajak anak untuk menyukai dan mengkonsumsi jenis-jenis ikan. Selain untuk memperkenalkan dan mengajak anak untuk menyukai dan mengkonsumsi ikan senam gemari dilakukan untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini khususnya pada kelompok B.

“Sebagaimana diperkuat lagi dengan wawancara peneliti kepada ibu Achirta Uji Dewanti selaku guru kelas kelompok B yaitu kegiatan senam gemari secara konsisten dan teratur dapat berperan signifikan dalam mengoptimalkan perkembangan motorik kasar pada

---

<sup>73</sup> Hasil Wawancara dengan Ibu Ariati, (Keppala Sekolah TK Himawari). Pada tanggal 1 Maret 2024

anak usia dini”<sup>74</sup>

Dalam konteks ini, pengembangan keterampilan motorik kasar, seperti keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot, secara progresif berejalan dengan partisipasi yang teratur dalam senam gemari. Meskipun demikian, penting untuk mencatat bahwa efektivitasnya dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk aktivitas fisik, cuaca yang tidak mendukung dan listrik mati saat pelaksanaan senam gemari, hal ini diperkuat lagi dengan wawancara peneliti kepada Ibu Dra. Ariati selaku Kepala Sekolah mengatakan:

“Pelaksanaan senam gemari dapat menstimulus perkembangan motorik kasar anak yang dilakukan oleh anak usia dini karena gerakannya yang pas untuk anak-anak jadi sangat efektif menjadikan anak bergerak dengan lincah, lentur, seimbang dan aktif”<sup>75</sup>.

Dan diperkuat lagi menurut ibu Achirta Uji Dewanti Selaku guru kelas Kelompok B yang berpendapat

“ibu Achirta Uji Dewanti Selaku guru kelas Kelompok B berpendapat, anak usia dini kelompok B dapat mengalami beragam manfaat setelah melaksanakan kegiatan senam gemari secara teratur. Secara khusus, manfaat-manfaat tersebut meliputi Pengembangan Keterampilan Motorik, Peningkatan Kesehatan Fisik

---

<sup>74</sup> Hasil wawancara dengan Ibu Archita Uji Dewanti, (Guru Kelas Kelompok B TK Himawari), pada tanggal 8 Maret 2024

<sup>75</sup> Hasil Wawancara dengan Ibu Ariati, (Kepala Sekolah TK Himawari). Pada tanggal 1 Maret 2024

dan Stimulasi Kognitif<sup>76</sup>.

“Kepala sekolah Dra. Ariati menambahkan Anak-anak mungkin tanpa disadari ketika anak-anak ikut senam anak-anak lebih sehat, lebih aktif, setelah senam pasti ada nilai positifnya ke anak terutama kesehatan dan aktivitasnya dan lebih semangat. Dengan senam membuat gerakan lebih lentur, lebih sehat, lebih aktif<sup>77</sup>”.

Melalui gerakan-gerakan yang terlibat dalam senam gemari, anak-anak dapat menstimulus keterampilan motorik kasar mereka, termasuk keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot”. Senam gemari melibatkan gerakan-gerakan yang membutuhkan aktivitas fisik, yang dapat meningkatkan kesehatan jantung dan paru-paru, meningkatkan kebugaran umum, dan mengurangi risiko kelebihan berat badan.

Melalui partisipasi dalam kegiatan senam gemari, anak-anak dapat belajar untuk mengikuti arahan, mengontrol gerakan tubuh mereka sendiri, dan meningkatkan kemandirian mereka dalam melakukan aktivitas fisik. Gerakan-gerakan yang terlibat dalam senam gemari dapat merangsang perkembangan kognitif anak-anak, termasuk pemahaman pola dan urutan, serta meningkatkan konsentrasi dan fokus.

Senam gemari sering kali dilakukan dalam kelompok, yang memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk

---

<sup>76</sup> Hasil wawancara dengan Ibu Archita Uji Dewanti, (Guru Kelas Kelompok B TK Himawari), pada tanggal 8 Maret 2024

<sup>77</sup>

berinteraksi dengan teman sebaya mereka. Gerakan-gerakan yang terlibat dalam senam gemari dapat merangsang perkembangan kognitif anak-anak, termasuk pemahaman pola dan urutan.

Senam gemari melakukan motorik kasar dengan gerakan-gerakan sehingga anak lebih senang lebih gembira, karena senang pasti anak-anak suka. Jadi semuanya terincloud baik motorik kasarnya bahkan mungkin kegemarannya makan ikan kegizi.

“Pelaksanaan kegiatan senam gemari membawa perubahan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini Perubahan yang teramati yaitu keseimbangan, koordinasi gerakan, dan kekuatan otot beraktivitas dengan baik.”<sup>78</sup>

Perubahan yang terjadi pada Anak-anak menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menjalankan gerakan-gerakan yang melibatkan penggunaan tubuh secara keseluruhan, seperti melompat, berlari, menangkap dan lain sebagainya. Selain itu, terdapat peningkatan dalam kemampuan anak-anak untuk mengkoordinasikan gerakan tubuh mereka dengan lebih baik, serta peningkatan kontrol motorik dalam melakukan aktivitas fisik.

Senam gemari merupakan Exercise kegiatan motorik

---

<sup>78</sup> Hasil wawancara dengan Ibu Archita Uji Dewanti, (Guru Kelas Kelompok B TK Himawari), pada tanggal 8 Maret 2024

kasar sebelum adanya kegiatan bermain atau pembelajaran untuk anak.

Sebelum dilaksanakan kegiatan senam gemari, guru membutuhkan perencanaan untuk mencapai tujuan tertentu dalam perkembangan motorik kasar anak. berikut penjelasan Kepala Sekolah Dra. Ariati:

“Perencanaan sebelum dilaksanakan senam gemari yaitu sesuai dengan instruksi dinas pendidikan salah satu guru dikirim untuk mempelajari gerakan senam gemari setelah bisa salah satunya bu irta diimplementasikan di sekolah dan diikuti oleh guru-guru yang ada di himawari”<sup>79</sup>.

Selain perencanaan berupa materi yang disiapkan oleh guru di TK Himawari. Semua guru TK Himawari berada didepan anak-anak untuk menjadi contoh dalam kegiatan senam. Setelah itu guru merapikan barisan anak supaya teratur dan berada dalam posisi berjarak bersama temannya, sehingga tidak mengganggu gerakan-gerakan dalam kegiatan senam anak.

### **1) Perencanaan**

Perencanaan merupakan proses penyusunan materi pembelajaran, penggunaan media pembelajaran, penggunaan media pengajaran dan penilaian dalam satu

---

<sup>79</sup>Hasil Wawancara dengan Ibu Ariati, (Kepala Sekolah TK Himawari). Pada tanggal 1 Maret 2024

alokasi waktu yang akan dilaksanakan pada masa tertentu untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilaksanakan. Guru membuat rencana pembelajaran yang sudah disiapkan di TK Himawari adalah PROTA (Program Tahunan), PROSEM (Program Semester), Capaian Pembelajaran TK, Modul Ajar.

Materi Indikator Pencapaian Kompetensi Dasar Seneam Gemari dalam menstimulus Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini pada Kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

Tabel 4.1 Indikator Capaian Pembelajaran

<b>Capaian Pembelajaran</b>	<b>Tujuan Pembelajaran</b>	<b>Tujuan Kegiatan</b>
<p>Anak menggunakan fungsi gerak motorik kasar untuk melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi, untuk melatih koordinasi mata, tangan dan kaki, kelenturan, keseimbangan, kelincahan, kekuatan, konsentrasi dan koordinasi otot-otot yang bergerak.</p>	<p>1. Anak mampu melakukan koordinasi mata, tangan dan kaki</p>	<p>1. Anak mampu menggerakkan tangan, kaki dan kepala secara bersamaan                  2. Anak mampu menggerakkan tangan secara bersamaan dan berpindah tempat                  3. Anak dapat melakukan gerakan melompat dengan posisi kaki terbuka dan tertutup serta dibarengin dengan bertepuk tangan diatas kepala</p>

	2. Anak mampu melakukan gerakan senam dengan lentur	1. Anak dapat meliukan tubuh dengan lentur.
	3. Anak mampu melakukan gerakan senam dengan seimbang	1. Anak dapat melakukan gerakan jalan ditempat dengan seimbang. 2. Anak dapat melakukan gerakan berpindah tempat dengan seimbang.
	4. Anak mampu melakukan gerakan senam dengan lincah	1. Anak dapat menggoyangkan pinggul dengan lincah 2. Anak mampu mengikuti gerakan berpindah tempat dengan lincah.
	5. Anak mampu melakukan gerakan senam dengan kelentukan	1. Anak dapat menirukan gerakan cara ikan berenang dengan lentur dan lincah.
	6. Anak mampu melakukan gerakan senam dengan konsentrasi	1. Anak dapat menirukan berbagai gerakan memotong ikan, menirukan gerakan angin, menirukan gerakan air di laut dengan kuat.
	7. Anak mampu melaksanakan gerakan senam	1. Anak mampu melakukan gerakan jalan di tempat 2. Anak mampu melakukan

	dengan kuat	gerakan meloncat dengan membuka tangan serta kaki.
--	-------------	--

## 2) Pelaksanaan

Dari hasil penelitian, pelaksanaan kegiatan senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang dilakukan dalam satu minggu sekali pada hari jum'at pukul 08.00-08.30 WIB. Pelaksanaan senam gemari meliputi tiga tahapan, yaitu tahap pemanasan, tahapan inti dan tahap pendinginan.

Sebelum kegiatan dimulai guru mengkondisikan anak untuk berbaris sesuai dengan barisannya. Pelaksanaan senam gemari menggunakan metode demonstrasi yaitu guru berada didepan anak untuk memberi contoh langsung tentang gerakan-gerakan yang ada dalam senam gemari dan memudahkan guru untuk melihat perkembangan motorik kasar anak melalui gerakan-gerakan senam gemari serta dapat memantau keadaan dan kejadian anak pada saat pelaksanaan senam gemari.

Dari hasil penelitian diketahui pelaksanaan kegiatan senam gemari mencakup tiga tahapan yaitu tahap

pemanasan, tahapan inti dan tahap pendinginan<sup>80</sup>:

(1) Tahap Pemanasan

- (a) Guru memimpin baris berbaris didepan anak usia dini TK Himawari Ngaliyan Semarang.
- (b) Pada bagian awal senam gemari mengajak anak untuk berdoa terlebih dahulu sebelum dilaksanakannya senam gemari.
- (c) Pelaksanaan kegiatan pemanasan dengan gerak jalan ditempat dan mengayunkan kedua tangan selama 15 kali sesuai dengan ketukan irama.
- (d) Mengarahkan tangan kanan dan kiri yang diikuti dengan arah kaki senada dengan gerakan tangan selama 4 kali sesuai dengan ketukan irama.

(2) Tahapan Inti

- (a) gerakan kaki kearah kanan lalu angkat kedua tangan setinggi bahu yang diikuti dengan gelengan kepala, selanjutnya gerakan kaki kearah kiri lalu angkat kedua tangan setinggi bahu yang diikuti dengan gelengan kepala, kemudian melangkahhkan kaki kearah depan dan

---

<sup>80</sup> Sa'diyah Halimatus dkk, "Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo", *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.

belakang serta mengayunkan kedua tangan sesuai dengan irama musik. Pada bagian ini diulangi masing- masing satu kali.

- (b) mengarahkan kaki ke kanan dan kiri disertai dengan gerakan mengayunkan tangan ke kanan dan kiri sesuai dengan irama musik.
- (c) menyerongkan tangan serta kaki ke kanan dan ke kiri lalu mengayunkan tangan diikuti dengan langkah kaki ke depan dan ke belakang kemudian bertepuk tangan sesuai dengan irama musik.
- (d) menggerakkan kedua tangan ke kanan dan ke kiri seperti gerakan memotong ikan lalu mengayunkan kedua tangan kemudian bertepuk tangan sesuai dengan irama musik.
- (e) meluruskan kedua tangan ke arah kanan dan kiri kemudian tarik kedua tangan ke arah dada sehingga membentuk huruf X
- (f) menyatukan kedua telapak tangan lalu menggerakkan tangan seperti ikan berenang dan mengayunkan kedua tangan yang diikuti arah gerakan kaki sesuai dengan irama musik.
- (g) meletakkan kedua tangan ke pinggang serta arahkan tangan kedepan dengan posisi telapak

tangan terbuka lalu arahkan telapak tangan kekanan dan kekiri mengikuti irama musik, kemudian ayunkan kedua tangan kekanan dan kekiri dengan gerakan tangan meremas yang diikuti arah gerakan kaki sesuai dengan irama musik.

- (h) mengarahkan kedua tangan ke depan wajah lalu lentangkan kedua tangan ke arah kanan dan kiri setelah itu melipat lengan dengan gerakan menggoyangkan pinggul sesuai dengan irama musik.
  - (i) Melentangkan kedua tangan dengan mendorong kearah belakang secara bergantian ke arah kanan dan kiri yang diikuti dengan arah gerak kaki maju dan mundur. Kemudian melentangkan kaki dengan gaya melompat dan bertepuk tangan diatas kepala sesuai dengan irama musik.
- (3) Tahap Pendinginan
- (a) Sikap berdiri dan menyatukan kedua telapak tangan tepat didepan dada serta arah pandangan menunduk sesuai dengan irama musik.
  - (b) Sikap berdiri tegak, tangan lurus sejajar pada paha kemudian telapak tangan kembali didepan dada lalu kedua tangan direntangkan bersamaan

dengan kaki ke arah kanan dan kiri pada posisi lengan dan telapak tangan menghadap keatas setelah itu diputar untuk menghadap ke bawah. Dan mengayunkan kedua tangan dan kaki bergantian ke arah kanan dan kiri sesuai dengan irama musik.

- (c) Posisi kaki berlawanan dan kedua tangan lurus kebawah lalu mengangkat kedua tangan ke atas di susul dengan menurunkan kedua tangan dengan keadaan dilipat tepat didepan dada serta wajah berbarengan dengan merapatkan kedua kaki sesuai dengan irama musik.
- (d) Mengayunkan tangan ke arah kanan dan kiri kemudian menggerakkan tangan seperti gulungan air dan ikan berenang sesuai dengan irama musik.

Setelah melaksanakan senam gemari guru tersebut juga melakukan penilaian yang kemudian akan dievaluasi oleh guru. Lalu permasalahan yang dihadapi saat pelaksanaan senam gemari yaitu guru kelas sebagai contoh atau pemandu dalam pelaksanaan senam gemari akan memberikan contoh gerakan motorik kasar yang dapat diikuti oleh peserta didik untuk menstimulus perkembangan motorik

kasar anak usia dini.

**b. Faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui kegiatan senam senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang**

1. Faktor pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

a) Adapun beberapa faktor pendukung antara lain:

(1) Pendidik

Pelaksanaan senam gemari dilaksanakan berdasarkan intruksi dari pemerintah yang merupakan kolaborasi antara menteri kesehatan dengan menteri pendidikan untuk melaksanakan senam gemari. kemudian salah satu guru dikirim untuk melaksanakan pelatihan senam gemari termasuk bu irta selaku guru kelas B yang kemudian diimplementasikan di sekolah TK Himawari. Oleh karenanya pendidik sangat menguasai gerakan-gerakan pada senam gemari untuk diimplementasikan kepada peserta didik.

(2) Peserta didik

Peserta didik pada usia 5-6 tahun atau pada kelompok B merupakan peserta didik yang

sudah memiliki kemampuan motorik kasar yang baik melalui gerakan-gerakan tubuh yang terkoordinasi, seimbang, kuat, dan lincah. Seperti yang disampaikan oleh ibu ariati selaku kepala sekolah yaitu

“Alhamdulillah kalau di TK Himawari khususnya kelompok B pada perkembangan motorik kasar sudah berkembang dengan baik contohnya pada kegiatan sehari-hari anak-anak sangat aktif bergerak kesana kemari, bermain alat permainan yang tersedia dan pada saat melaksanakan kegiatan senam gemari anak melakukan dengan baik dan gembira”<sup>81</sup>

### (3) Lingkungan

lingkungan dapat memberikan pengaruh pada perkembangan anak. pemberian dukungan untuk belajar pada anak bukan hanya di sekolah tetapi juga dilingkungan rumah termasuk lingkungan keluarga. Peserta didik TK Himawari sebagian besar berasal dari orang tua yang memiliki latar belakang berpendidikan tinggi sehingga dapat berpengaruh pada pola asuh yang diberikan untuk anak<sup>82</sup>

---

<sup>81</sup> Hasil Wawancara dengan Ibu Ariati, (Kepala Sekolah TK Himawari). Pada tanggal 1 Maret 2024.

<sup>82</sup> Sari Ayunda Eka dkk, “Keyakinan Masyarakat Dusun Padangrejo

(4) Evaluasi kepala sekolah, guru dan orangtua

TK Himawari merupakan sekolah yang menerapkan pertemuan antara orangtua dan guru secara langsung atau tatap muka. Dalam pelaksanaan senam gemari guru menilai dan mengevaluasi perkembangan fisik motorik anak untuk dilaporkan kepada orangtua peserta didik selama tiga bulan sekali.

b) Adapun Faktor Penghambat di antaranya:

(1) Kondisi anak

Pelaksanaan senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang dapat terhambat oleh keadaan atau kondisi yang terjadi pada anak seperti kondisi kesehatan anak, karakter anak yang memiliki sikap kurang percaya diri atau malu sehingga anak enggan untuk mengikuti kegiatan senam gemari yang berdampak pada perkembangan motorik kasar anak.

(2) Keterbatasan ruang lahan

Pelaksanaan senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan dapat terhambat oleh

---

Pada Topik Perkembangan Peserta Didik Terhadap Aliran Empirisme, Nativisme dan Konvergensi", *Jurnal Pendidikan Multidisipliner*, (Vol. 6, No. 11, Tahun 2023), hlm. 16.

keterbatasan ruang lahan yang tidak luas sehingga menyebabkan anak melakukan gerakan senam gemari dengan terbatas atau tidak leluasa.

(3) Sarana prasarana

Pelaksanaan senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang memiliki sarana dan prasarana yang memadai. Akan tetapi pelaksanaan senam gemari dapat terhambat pada kurang terampilnya guru dalam mengoperasikan IT, terjadinya pemadaman listrik yang menyebabkan listrik mati dan tidak bisa menyalakan media seperti komputer dan sound system. Terhambatnya sarana prasarana yang mendukung pelaksanaan senam gemari dapat mempengaruhi kegiatan senam gemari yang melibatkan aktivitas fisik<sup>83</sup>.

## **B. Analisis data**

Berdasarkan hasil penelitian di TK Himawari Ngaliyan Semarang terhadap pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia

---

<sup>83</sup> Sa'diyah Halimatus dkk, "Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo", *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.

dini pada usia kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang bahwa perkembangan motorik kasar pada anak usia dini sangat penting dilakukan sejak dini karena perkembangan motorik kasar akan berkaitan atau berdampak pada perkembangan anak kedepannya. Oleh karenanya memperkenalkan dan melatih gerakan motorik kasar, meningkatkan keterampilan lokomotor yang mencakup (aktivitas berjalan, berlari, meloncat), keterampilan non lokomotor yang mencakup (mengangkat, mendorong, melengkung, berayun), kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta mengoptimalkan keterampilan tubuh dan cara sehat, sehingga dapat menunjang jasmani yang kuat dan terampil. Berdasarkan hasil observasi peneliti pendidik melakukan cara untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui kegiatan senam gemari. Senam gemari merupakan wadah untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak khususnya anak usia kelompok B dengan menyenangkan.

Senam Gemari merupakan senam yang diciptakan untuk mengajak anak dalam mengenal, menyukai dan mengonsumsi ikan, karena kaya akan kandungan gizi dalam tubuh ikan. Selain itu senam gemari merupakan bagian dari senam kreasi dan senam irama. Pada senam gemari mengandung unsur senam kreasi dan senam irama yang dapat

menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui gerak lokomotor (gerakan berpindah tempat seperti berlari, melompat, meloncat) dan gerak non lokomotor anak (gerakan berpindah tempat seperti (memutar, menoleh, mengayun) serta dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar anak seperti berjalan, berlari, melompat, berputar dan sebagainya.

Sebelum penelitian (pra survey) yang dilakukan di TK Himawari pada bulan sebelumnya dari 10 siswa terdapat 1 anak belum berkembang, 2 anak mulai berkembang, 4 anak berkembang sesuai harapan dan 3 anak berkembang sangat baik.

Tabel 4.2 Daftar perkembangan anak sebelum penelitian:

No	Nama Lengkap	Hasil Penilaian Pencapaian Kompetensi Dasar Kegiatan Senam Gemari
1.	Keanu Affan Nareswara	BB
2.	Irsyad Albar Jaballa	BSB
3.	Ibrahim Putra Elshabana	BSH
4.	Arrmanatha Fatih Al Khoir	BSH
5.	Alula Zahra Nouvikasari	BSB
6.	Liandra Sadina Rizky Wibowo	MB
7.	Muhammad Razzanya El	BSH

	Putranto	
8.	Akleema Aretha Yusuf	BSB
9.	Bani Putra Narendra	MB
10.	Muhammad Faza Naufal Aqeela	BSH

Tabel 4.3 Prosentase perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari

No	Hasil penilaian perkembangan anak	Banyaknya anak	Prosentase
1.	BB	1	10%
2.	MB	2	20%
3.	BSH	4	40%
4.	BSB	3	30%
Jumlah		10	%

Berdasarkan hasil observasi, wawancara dengan kepala sekolah, guru kelompok B, serta orang tua murid mengenai perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari di TK Himawari Ngaliyan, maka peneliti mengenaalisis dari beberapa sumber untuk menjawab rumusan masalah peneliti sebagai berikut:

**1) Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B melalui senam gemari di TK Himawari Ngaliyan Semarang**

Senam gemari merupakan latihan yang dapat menginteraksikan dan mengontrol semua gerakan bagian

tubuh pada otot-otot besar secara aktif, mengontrol bagian tubuh dan anggotanya secara efektif, melatih koordinasi mata dan tangan, melatih konsentrasi, melatih kepercayaan diri, keseimbangan, kelenturan, kelincihan dan kekuatan otot. oleh karena itu pemberian stimulasi kepada anak usia dini melalui pelaksanaan senam gemari dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak.

Perkembangan motorik kasar merupakan proses tumbuh kembang kemampuan gerak yang terjadi pada anak. perkembangan akan berkembang sejalan dengan kemampuan otot, saraf ataupun kemampuan kognitifnya. Motorik kasar sangat penting bagi kehidupan manusia karena manusia dapat menggerakkan seluruh anggota tubuhnya melalui gerakan motorik kasar.

Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus Perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan meliputi perencanaan dan pelaksanaan berikut ini penjelasannya:

**a) Perencanaan**

Pelaksanaan senam gemari direncanakan dengan merencanakan kegiatan berdasarkan capaian perkembangan anak dan waktu pelaksanaan senam gemari. Sebelum kegiatan dimulai guru menyiapkan

media pembelajaran berupa komputer dan pengeras suara, memberitahukan anak-anak bahwa kegiatan yang akan dilaksanakan adalah pelaksanaan senam gemari. mengkondisikan anak untuk berbaris sesuai dengan barisannya.

**b) Pelaksanaan**

Pelaksanaan senam gemari dilaksanakan pada pukul 08.00-08.30 WIB setiap seminggu sekali. Pelaksanaan senam gemari terbagi menjadi tiga tahap yang meliputi gerakan-gerakan pada senam gemari yaitu sebagai berikut:

a) Tahap Pemanasan.

Tahap pemanasan dilakukan sebelum gerakan inti, pemanasan dilakukan dalam senam untuk menyiapkan kondisi tubuh secara fisiologis maupun psikologis.

b) Tahap inti.

Setelah melewati tahap pemanasan kemudian dilanjut pada kegiatan inti. Gerakan inti dalam senam terdapat motorik kasar yang melatih kelenturan, keseimbangan, kelincahan, kelentukan, koordinasi mata dan tangan, melatih konsentrasi, serta koordinasi otot-otot yang bergerak.

c) Tahap pendinginan.

Kegiatan penutup yaitu terdiri dari kegiatan pendinginan. Kegiatan pendinginan dilakukan sesudah gerakan inti, tahap ini dilakukan untuk melenturkan otot, menenangkan kondisi tubuh, dan mengatur pernapasan agar tubuh menjadi rileks.

Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak pada usia kelompok B di TK anak mampu melakukan keterampilan lokomotor dan non lokomotor, kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi serta mengembangkan keterampilan tubuh dan cara sehat.

Berikut ini daftar indikator pencapaian perkembangan Pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan fisik motorik anak pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

Tabel 4.4  
 Hasil Observasi Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan fisik motorik anak pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

No	Nama	Penilaian Anak					
		1	2	3	4	5	6
1.	Keanu	MB	MB	BSH	MB	MB	MB
2.	Irsyad	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB
3.	Ibrahim	BSH	BSH	BSH	BSB	BSH	BSB
4.	Fatih	BSH	BSB	BSB	BSB	BSH	BSB

5.	Alula	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB
6.	Liandra	MB	BSH	BSH	MB	BSH	BSH
7.	Razannya	BSH	BSH	BSH	BSH	BSB	BSB
8.	Aklema	BSH	BSH	BSB	BSB	BSB	BSB
9.	Bani	MB	BSH	MB	BSH	BSH	BSH
10.	Faza	BSH	BSH	BSB	BSB	BSB	BSB

Prosentase perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari sebagai berikut:

No	Hasil Penilaian Perkembangan Anak	Banyaknya Anak	Prosentase
1.	BB	0	0%
2.	MB	1	10%
3.	BSH	2	20%
4.	BSB	7	70%
Jumlah		10	100%

**Keterangan:**

**BB** : Belum Berkembang, bila anak melakukannya harus dengan bimbingan atau harus dicontohkan oleh guru.

**MB** : Mulai Berkembang, bila anak melakukannya masih harus diingatkan atau dibantu oleh guru

**BSH** : Berkembang sesuai harapan, bila anak sudah dapat melakukannya secara mandiri dan konsisten tanpa harus diingatkan dan dicontohkan oleh guru

**BSB** : Berkembang sangat baik, bila anak sudah dapat melakukannya secara mandiri dan sudah dapat

membantu temannya yang belum mencapai kemampuan sesuai indikator yang diharapkan.

- 2) Faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang

Motorik kasar merupakan aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh setiap manusia yang menjadi perhatian khusus sejak usia dini. Dengan berkembangnya motorik kasar yang terjadi pada anak memiliki faktor pendukung dan penghambat. Salah satu cara untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak usia dini khususnya usia kelompok B yaitu melalui kegiatan senam gemari. Terdapat faktor pendukung dan penghambat perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui kegiatan senam gemari.

- a) Kondisi anak

Pengembangan motorik kasar yang digunakan pendidik melalui kegiatan senam gemari membuat peserta didik memiliki antusias dalam mengikuti kegiatan senam. Dengan gerakannya yang beragam membuat anak semakin antusias dalam melaksanakan kegiatan senam gemari, melihat antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan senam gemari membuat pendidik lebih kreatif dalam ide

kreasi kegiatan senam untuk perkembangan motorik kasar. Dengan gerakannya yang beragam membuat anak semakin antusias dalam melaksanakan kegiatan senam gemari, melihat antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan senam gemari membuat pendidik lebih kreatif dalam ide kreasi kegiatan senam untuk memotivasi anak untuk menggerakkan seluruh tubuhnya.

b) Sarana dan prasarana

Pelaksanaan senam gemari pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang dilaksanakan menggunakan sarana dan prasarana yang memadai yaitu komputer dan sound system. Komputer dan sound system adalah satu kesatuan alat yang memiliki peran untuk menghasilkan gambar dan suara dengan nada tinggi sehingga memberikan gambaran dan suara yang jelas untuk didengar oleh anak usia dini sesuai dengan irama musik pada senam gemari. Gambar dan suara yang dihasilkan membuat anak-anak mampu menghafalkan gerakan-gerakan pada senam. Melalui musik yang terdapat pada senam peserta didik merasa senang dapat menggerakkan mengkoordinasikan seluruh anggota tubuhnya pada saat melaksanakan senam gemari dengan keadaan gembira.

2. Faktor penghambat pelaksanaan senam gemari dalam menstimulus perkembangan mototik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang

Faktor penghambat perkembangan motorik kasar anak merupakan antonim dari faktor pendukung yaitu faktor yang menghambat berfungsinya suatu kegiatan. Faktor penghambat tersebut meliputi: kondisi anak, cuaca, sarana prasarana<sup>84</sup>

- (1) Pengkondisian kelas

Sebelum pelaksanaan senam gemari dimulai, guru mengkondisikan anak-anak untuk melakukan kegiatan baris-berbaris. Baris berbaris sulit dilakukan apabila kebanyakan anak bermain sendiri sehingga tidak mematuhi perintah guru dan memakan banyak waktu.

- (2) pengaruh teman

Teman sebaya adalah teman sekolah atau teman lingkungan rumah. Teman sebaya juga menjadi faktor penghambat Pelaksanaan senam gemari. Anak yang tidak mau melaksanakan senam gemari karena malas dapat

---

<sup>84</sup> Sa'diyah Halimatus dkk, "Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo", *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.

mempengaruhi teman yang lainnya sehingga guru perlu menegurnya

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti disadari adanya kesalahan dan kekurangan yang disebabkan adanya keterbatasan-keterbatasan, seperti: Peneliti menyadari bahwa yang dilakukan oleh peneliti sangat dibatasi oleh waktu, karena penelitian yang diteliti dilaksanakan hanya sebatas yang berhubungan dengan penelitian saja, sehingga peneliti menyesuaikan jadwal yang diteliti. Penelitian ini memiliki keterbatasan, terdapat beberapa hal yang membuat peneliti tidak dapat menghasilkan penelitian yang sempurna. Namun, peneliti telah berusaha maksimal untuk melakukan penelitian yang sesuai dengan kemampuan penulis.

## **BAB V**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B dilakukan melalui gerakan-gerakan yang menstimulus keterampilan motorik kasar anak diantaranya keseimbangan, koordinasi dan kekuatan otot, melakukan aktivitas fisik, melakukan keterampilan lokomotor dan non lokomotor serta keterampilan tubuh dan cara sehat. Hasil penelitian ini adalah pelaksanaannya lebih terfokus pada perkembangan fisik motorik yang didalamnya terdiri dari gerak lokomotor dan non lokomotor, koordinasi mata, tangan, kaki, kelincahan, kelenturan, kekuatan dan keseimbangan.
2. Faktor penghambat pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak yaitu kondisi anak yang tidak terbiasa menggunakan aktivitas fisik motorik, pengkondisian kelas cuaca yang tidak mendukung dan listrik mati. Faktor pendukungnya yaitu antusias dan semangat anak-anak mengikuti senam, halaman yang luas dan komputer dan sound system yang memadai.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan tentang pelaksanaan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang. Peneliti mengajukan beberapa saran untuk TK Himawari Ngaliyan Semarang yaitu bagi Guru TK Himawari Ngaliyan Semarang dapat tetap menerapkan kegiatan senam gemari sebagai upaya untuk mengembangkan motorik kasar anak khususnya pada anak usia kelompok B. karena dalam penelitian ini senam gemari terbukti dapat membantu menstimulus perkembangan motorik kasar pada anak usia kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang.

## **C. Kata Penutup**

Penulis menyadari banyak kekurangan dalam penulisan skripsi tentang pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TK Himawari Ngaliyan Semarang, karena pada dasarnya kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu kritik dan saran yang mendukung sangat penting untuk penulis kedepannya. Meskipun belum sempurna semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan bagi semuanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Gina Asri Ruwaida dan Ocih Setiasih, “Strategi Guru Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Menghadapi Era Society 5.0,” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* (Vol. 6, No. 5 Tahun 2022), hlm. 5406.
- Saputra Aidil, “Pendidikan Anak Pada Usia Dini,” *Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam* (Vol. 10, No. 2, Tahun 2018), hlm. 192–209.
- Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia 1945, Pasal 28 B Hak Asasi Manusia
- Reni Ardiana, “Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Majemuk Dalam Pendidikan Anak Usia Dini,” *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* (Vol. 3, No. 1, Tahun 2022), hlm. 1–12.
- Oom Rohmawati and Sri Watini, “Pemanfaatan TV Sekolah Sebagai Media Pembelajaran Dan Pendidikan Karakter Anak Usia Dini,” *Jurnal Pelita PAUD* 6, no. 2 (2022): 196–207,..
- andri Kurniawan dkk, *Pendidikan Anak Usia Dini*, 1st ed. (padang sumatera barat: PT Global eksekutif teknologi, 2022)., hlm. 2.
- Pasal 1 UU RI No. 20 Tahun 2003, “Undang Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun, 2003, *Sistem Pendidikan Nasional*, Pasal 28.
- Yusuf Rini Novianti dkk, “Urgensi Pendidikan Anak Usia Dini Bagi Tumbuh Kembang Anak,” *Jurnal Plamboyan Edu (JPE)* (Vol. 1, No. 1, Tahun 2023) hlm. 37–44.
- Asmawati Luluk, *Konsep Pembelajaran PAUD*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), hlm.4

- Arumningtyas nurlaili dkk, “Hubungan Antara Senam Irama Dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain Bunga Bangsa Kertosari Kecamatan Pasrujambe Kabupaten Lumajang”, *jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, (Vol. 1, No. 2, Tahun 2017), hlm. 8–10.
- Khaironi Mulianah, “Perkembangan Anak Usia Dini”, *Jurnal Golden Age*, (Vol. 3, No. 1, Tahun 2018), hlm. 1.
- Kementrian Agama R.I., Al-Qur’an, Q.S. Al-Mu’minun/23 : 12-14
- Nur Kamelia, “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak) Stppa Tercapai Di Ra Harapan Bangsa Maguwoharjo Condong Catur Yogyakarta”, *Kindergarten: Journal Of Islamic Early Childhood Education*, (Vol. 2, No. 2, tahun 2019), hlm. 112. .
- Sariyudin Aip, “Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Equalita*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2019), hlm. 123–28.
- fatmawati fitri Ayu, *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*, 1st ed. (ceremedia comunication, 2020).
- Candra oki dkk, “Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 7, No. 2, tahun 2023), hlm. 2539–2543.
- Khadijah dkk, “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini melalui Lompat Jinjit”, *Jurnal Kajian Anak*, (Vol. 4, No. 1, Tahun 2022), hlm. 36–42.
- Didik Purwanto dan Addriana Bulu Baan, “Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan*

*Anak Usia Dini*, (Vol. 6, No. 6, tahun 2022) hlm. 5669–56786.

Ekawati dan Susi Maulida, “Pengaruh Kegiatan Senam Irama

Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Ra Roudlotul Ulum Desa Lebakjabung Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto”, *Proceeding the 5th Annual International Conference on Islamic Education*, (Mojokerto, 11-12 April 2020), hlm. 237–238.

Wikaningtyas Asih dan Abdul Basith, “Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Senam Tradisional”, *Sultan Idris Journal of Psychology and Education*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2022), hlm. 57–75.

Lismayani Angri, “Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *ECEJ: Early Childhood Education Journal*, (Vol. 1, No. 1, Tahun 2023), hlm. 1–5.

Fitriani Ana dkk., *Psikologi Perkembangan*, (Padang Sumatera Barat: PT Global eksekutif teknologi anggota IKAPI No 033/SBA/2022, 2023), hlm. 293.

Novan ardy dan barnawi Wiyani, *Format Paud*, (Jogjakarta : 2012), hlm. 84.

Sriyanto Agus dan Siti Hartati, “Optimizing Early Childhood Development Through Parenting Activities”, *Journal Fascho: Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2022), hlm. 27.

Sari Ayunda Eka dkk, “Keyakinan Masyarakat Dusun Padangrejo Pada Topik Perkembangan Peserta Didik Terhadap Aliran Empirisme, Nativisme dan Konvergensi”, *Jurnal*

*Pendidikan Multidisipliner*, (Vol. 6, No. 11, Tahun 2023), hlm. 16.

Hidayati ani, “Merangsang Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Dengan Pembelajaran Tematik Terpadu,” *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, (Vol.12, No. 1, tahun 2016), hlm. 151–155.

Khairi Husnuzziadatul, “Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini Dari 0-6 Tahun”, *Jurnal Warna*, (Vol. 2, No. 2 tahun 2018), hlm. 15–28.

Syaodih ernawulan, “Psikologi Perkembangan,” *Rineka Cipta*, 2012, 160.

Masdudi, “Karakteristik Perkembangan Pendidikan Anak Usia Dini”, *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, (Vol. 1, No. 2, tahun 2019), hlm. 1–26.

Hartati siti, “Optimizing Early Childhood Development Through Parenting Activities.”

Isitikhoro Nurzaman dkk, “Penggunaan Permainan Pesan Gambar Berantai Untuk Meningkatkan Kosakata Bahasa Inggris Anak Usia Dini”, *Jurnal Paud Agapedia*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2017), hlm 40–52.

Niswatin, Moch. Zakki Mubarak, “Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Pengembangan Motorik Anak Pada Masa Post Covid 19”, *KIDDO : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2022), hlm. 107-109.

Ulfah amira adlina dkk, “Analisis Penerapan Senam Irama Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 2, tahun 2021), hlm. 1847.

- Hidayat heri dan tita elisa, “Estetika Sentra Olah Tubuh Dalam Menstimulasi Kemampuan Motorik Kasar Anak”, *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, (Vol. 6, No. 2, tahun 2021), hlm. 137.
- Mariawati dkk, “Pengaruh Senam Kebugaran Jasmani Dalam Mengoptimalkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Gelora : Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, (Vol. 9, No. 2, tahun 2022), hlm. 83..
- Fajrin Ajeng Lilananda dan Sugito, “Kemampuan Motorik Kasar Anak Di Masa Pandemi Covid-19: Pembelajaran Daring Dan Luring,” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 6, No. 6, tahun 2022), hlm. 6892.
- Riris Eka Setiani, “Memahami Pola Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini,” *INSANIA : Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, (Vol. 18, No. 3, tahun 2013), hlm. 466–467.
- Suryana Dadan, *Stimulasi Dan Aspek Perkembangan Anak*, ed. Irfan Fahmi, 1st ed. (jakarta: prendamedia group, 2018). hlm. 8
- Dinanti ayu, “Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangananak Usia Dini Di Tk Sabrina Tuzzahrah Bandar Lampung: Studi Penelitian Kualitatif”, *Jurnal Al-Fitrah : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, (Vol. 2, No. 2, tahun 2023), hlm. 40–46.
- Isep Djuanda and Putri Adipura, “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Bermain Lempang Tangkap Bola,” *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam* (Vol 19, No. 2, tahun 2020), hlm. 269.

- Aida Farida, “Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangan Anak Usia Dini,” *Raudhah* IV, no. 2 (2016): 1–10.
- Nur Cahyati Ngaisah et al., “Permainan Tradisional Engklek Sebagai Upaya Mengembangkan Motorik Kasar Anak Tunagrahita,” *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* (Vol. 4, No. 1, tahun (2023). hlm. 82
- aip, “Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini.”, *Equalita*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2019), hlm. 123-124.
- Muhrisin, “Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Materi Senam Lantai Dengan Metode Latihan Berulang Pada Siswa Kelas IV SDN Penimpoh Tahun Pelajaran 2020/2021”, *Jurnal Pendidikan*, (Vol. 8, No. 1, tahun 2023), hlm. 223.
- Harwanto dan Suharti, *Buku Ajar Senam Dasar*, (Surabaya: CV. Jakad media publishing, 2020), hlm. 8-10.
- rida hiliyani Nirwana, “Peningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Latihan Senam Irama Dengan Alat,” *Yasmin : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 2, no. 1 (2021): 2–3.
- Kementerian Agama R.I., Al-Qur’an, Q.S. Al-Baqarah/2 : 247.
- HR. Muslim
- Paramithia viana, mohammad noor fuady, abdul basir, “Pendidikan Jasmani menurut islam : telaah Pendidikan dari Al ’Qur’an dan Hadist”, *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, (Vol. 2, No. 1, tahun 2024), hlm. 384–86.
- Sari pratama ari , dwi prasetyawati, “Senam Irama Sebagai Stimulasi Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun.”

- Mulyaningsih Farida, “Analisis Senam Angguk Di Kabupaten Kulonprogo, Daerah Istimewa Yogyakarta”, *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, (Vol. 12, No. 2, tahun 2016), hlm. 105–109.
- Sariyanti endang, “Pelatihan Senam Kreasi Untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa Kelompok B TK Desa Kepet Kecamatan Dagangan Kabupaten Madiun Semester 1 Tahun Pelajaran 2018/2019,” *Jurnal Profesi Dan Keahlian Guru (JPKG)*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2022), hlm. 53.
- Hasibuan nanda renza farah dkk, “Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Kelompok b Tk Mustabaqul Khoir Palembang”, *Jurnal Pendidikan Anak*, (Vol. 9, No. 2, tahun 2020), hlm. 118–123.
- Listyarini A. Erlina, “Latihan Senam Aerobik Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani”, *Medikora*, (Vol. 3, No. 2, tahun 2012), hlm. 1–4.
- Dewi rahayu Dkk, “Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa”, *Stamina*, (Vol. 3, No. 6, tahun 2020), hlm. 408–411.
- Ashidqy abdul zalil Dkk, “Faktor-Faktor Penghambat Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai”, *Jurnal Penjakora*, (Vol. 10, No. 1, tahun 2023), hlm. 10–21.
- Heri lalu Dkk, “Pengembangan Instrumen Penilaian Psikomotor Senam Lantai Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Sekolah Dasar”, *Journal of Educational Research and Evaluation*, (Vol 6, No. 1, tahun 2017), hlm. 19–29.
- Halim raja dwi permata dan Fransisca januarumi marhendra Wijaya, “Komposisi Tubuh Dan Status Antropometri Atlet

- Puslatda Senam Artistik Gymnastik Jawa Timur”, *Jurnal Prestasi Olahraga*, (Vol. 5, No. 1, tahun 2022), hlm. 141–46.
- Sahabuddin Dkk, “Kontribusi Motor Educability Terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai Pada Siswa Sekolah Dasar”, *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, (Vol. 6, No. 2, tahun 2020), hlm. 449–65.
- Anik Wijayanti, “Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama (Kelompok Bermain Nurul Iman Padas Ngawi Tahun Ajaran 2018/2019)”, *Journal of Modern Early Childhood Education*, (Vol. 1, No. 1, tahun 2020), hlm. 1–10.
- Sa’diyah Halimatus dkk, “Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo”, *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.
- Elfiadi Dkk, “Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Kreasi Pada Anak PAUD Balai Pengajian Baitul Ishlah Lhokseumawe”, *Jurnal Ibrah Jurnal Pengabdian Ke Masyarakat*, (Vol 1, No. 1, tahun 2022), hlm. 1–12.
- Ulfah Amira Adlina dkk, “Analisis Penerapan Senam Irama Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 2, tahun 2021), hlm. 1844–1852.
- Syafril Syafrimen dkk, “Dua Cara Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Melalui Gerakan-Gerakan Senam”, *Jurnal Pelita PAUD*, (Vol. 5, No. 1, tahun 2020), hlm. 104–113.

- Pradipta Galih Dwi, “Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak Untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B”, *Jendela Olahraga*, (Vol. 2, No. 1, Tahun 2017), hlm. 140–47.
- Candra Oki dkk, “Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini”, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 7, No. 2, Tahun 2023), hlm. 2539-2543.
- Subandi, “Qualitative Description as One Method in Performing Arts Study,” *Harmonia* 11, no. 2 (2011): 176–77.
- Purwasih Wahyu, “Teknik Penilaian Unjuk Kerja Dan Catatan Anekdote Sebagai Upaya Pemantauan Perkembangan Anak Di Paud Aisyiyah Cabang Kartasura Sukoharjo Jawa Tengah,” *Jurnal Warna* 2, No. 2 (2018): 80.
- Rijali ahmad, “analisis data kualitatif”, (Vol. 17, No 3, tahun 2018).
- Elma Sutriani And Rika Octaviani, “Analisis Data Dan Pengecekan Keabsahan Data,” N.D., 1–22.
- Dina Fatma Adriyani et al., “Teknik Pengumpulan Dan Analisis Data Kualitatif 1,” n.d., 1–9.
- Sa’diyah Halimatus dkk, “Implementasi Kegiatan Senam Sehat Gembira Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di RA Sirajut Thalibin Racek Tiris Probolinggo”, *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, (Vol. 5, No. 1, Tahun 2023), hlm. 32–38.
- siti mahmudah farihatun qurrota aini, “Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A,” *Jurnal Paud Teratai* 05, no. September (2015): 133–37.

Kadi, Halida, Desni, “Senam Irama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Karya Yosef,” *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* (Vol. 7, No. 6, tahun 2018), hlm. 1–9

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### Lampiran 1

#### PROFIL LEMBAGA TK HIMAWARI

---

##### **i. Profil TK Himawari**

- 1) Nama TK : Himawari
- 2) Alamat : JL. Perum BPI Blok I /14 B
- 3) Kelurahan : Purwoyoso
- 4) Kecamatan : Ngaliyan
- 5) Kota : Semarang
- 6) Provinsi : Jawa Tengah
- 7) Kode Pos : 50184
- 8) Nomor Telpon/ HP : 085101726622
- 9) Tahun berdiri : 2009
- 10) NPSN : 69919427
- 11) Status Sekolah : Swasta

##### **ii. Sejarah TK Himawari**

Sejarah Singkat TK Himawari setiap organisasi atau lembaga mempunyai sejarah awal berdirinya dan laju perkembangan yang dilaluinya. TK Himawari ini pada mulanya dirintis pada awal bulan Maret tahun 2009 dimulai dengan penataan lokasi TPA-KB Himawari di Jl. Bukit Dingin C8/05 Perum Bukit Permata Puri Ngaliyan. Pada 9 April 2009 do'a bersama pembukaan TPA-KB Himawari, dan pada 1 juni 2009

awal dimulainya kegiatan TPA-KB Himawari dengan jumlah 3 anak, kemudian bertambah menjadi 18 anak di tahun kedua. Untuk selanjutnya Desember 2012 mengajukan ijin operasional TPA Himawari sehingga terbit SK ijin operasional Pendidikan anak usia dini TPA Himawari. Kemudian pada tahun 2013 mulai membuka kelas TK dan kegiatan TPA-KB Himawari dipindah lokasi ke Perum BPI Blok I-14B karena kebutuhan akan ruang yang lebih besar sesuai dengan bertambahnya siswa menjadi 36 anak. setelah itu pada 7 juli 2013 pengajuan ijin operasional KB dan TK Himawari, karena sudah adanya layanan tersebut dan akhirnya pada 24 Desember 2014 terbit SK ijin operasional KB dan TK Himawari.

### **iii. Visi dan Misi TK Himawari**

#### Visi

Membangun anak bangsa yang berkarakter dan mampu berekspresi, bereksplorasi, mandiri, kreatif dan cinta alam sekitar dilandasi dengan akhlak mulia.

#### Misi

- 1) Berupaya mengembangkan kepribadian anak agar dapat tumbuh dan berkembang dengan maksimal menjadi manusia yang berkualitas lahir dan batin.
- 2) Mewujudkan keinginan tahunan anak agar mampu berekspresi dan bereksplorasi.
- 3) Mewujudkan kepedulian anak terhadap lingkungan cinta

alam sekitarnya.

- 4) Membimbing dengan pendekatan Asah, Asih dan Asuh agar menjadi anak kreatif, mandiri dan berakhlak mulia.
- 5) Berupaya mengembangkan kemampuan anak sesuai dengan perkembangan zaman.

**iv. Tujuan TK Himawari**

- 1) Membantu anak didik untuk mengembangkan berbagai potensi baik fisik maupun psikis yang meliputi moral dan nilai-nilai agama, sosial emosional, kognitif, bahasa, psikomotor, kemandirian dan siap memasuki pendidikan dasar.
- 2) Berupaya mewujudkan keingintahuan anak dalam proses belajar agar mampu mengekspresikan minatnya dengan cara bereksplorasi.
- 3) Memotivasi anak untuk mengenal dan mencintai alam dan lingkungan sekitarnya.
- 4) Mendukung program pengasuhan anak usia 1 - 6 tahun.
- 5) Berupaya mewujudkan anak yang kreatif, mandiri dan berakhlak mulia melalui pembiasaan dan kegiatan di kelas.
- 6) Mempersiapkan anak didik yang lahir di era industrialisasi, revolusi dan teknologi agar memiliki.

**v. Daftar Guru / Pendidik**

Pengelola TK Himawari Ngaliyan Kota Semarang  
yaitu Kepala Sekolah TK Himawari Ngaliyan Kota Semarang  
atas nama Dra.Ariati.

Daftar Nama Pendidik di TK Himawari  
Ngaliyan Semarang

No	Nama	Ja Jabatan	Pendidikan Terakhir
1.	Dra. Ariati	Kepala Sekolah	S1-PKn
2.	A Ani Panca Hastuti, S.Pd., MM	Guru Kelas A	S2-Manajemen
3.	A Achirta Uji Dewanti., S.Pd., MM	Guru Kelas B	S2-Manajemen
4.	Ratih Hidayanti,S.Pd	Guru KB	S1-Pendidikan
5.	M Mea Pradnawati, S,Kel	TU/ Admin	S1 Ilmu Kelautan
6.	Wartini	Guru pendamping/ Pengasuh	SMA
7.	Umi Istiyani	Guru pendamping/ Pengasuh	SMA
8.	Nur Wati	Kebersihan	SMP
9.	M Maryati	Kebersihan	SD

**vi. Jumlah Peserta Didik**

**Jumlah Peserta Didik Kelompok TK B Himawari**

**Ngaliyan Semarang**

No	Nama Lengkap	L/P
1.	Keanu Affan Nareswara	L
2.	Irsyad Albar Jaballa	L
3.	Ibrahim Putra Elshabana	L
4.	Arrmanatha Fatih Al Khoir	L
5.	Alula Zahra Nouvikasari	P
6.	Liandra Sadina Rizky Wibowo	L
7.	Muhammad Razzanya El Putranto	L
8.	Akleema Aretha Yusuf	P
9.	Bani Putra Narendra	L
10.	Muhammad Faza Naufal Aqeela	L

**vii. Sarana dan Prasarana**

Sarana dan Prasarana merupakan hal penting untuk menunjang proses pembelajaran yang ada di sekolah. Adapun sarana dan prasarana yang tersedia di Tk Himawari Ngaliyan Semarang dapat dilihat pada table berikut

**Sarana dan Prasarana TK Himawari Ngaliyan  
Semarang**

1) Ruangan

No	Jenis Ruangan	Jumlah Ruangan	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Ruang Kelas	2	2	-	-
2	Taman Bermain	1	1	-	-

3	Ruang Tata Usaha	1	1	-	-
4	Ruang Kepala Sekolah	1	1	-	-
5	Ruang Guru	1	1	-	-
6	Ruang UKS	1	1	-	-
7	Gudang	1	1	-	-

## 2) Infrastruktur

No	Jenis	Jumlah	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Pagar Depan	1	1	-	-
2	Pagar Samping	-	-	-	-
3	Pagar Belakang	-	-	-	-
4	Tiang Bendera	1	1	-	-
5	Bak Sampah	3	3	-	-
6	Saluran Primer	1	1	-	-
7	Sarana olah raga	1	1	-	-
8	Alat Cuci tangan	3	3	-	-

## viii. Media Pembelajaran

Di dalam kelas TK Himawari terdapat berbagai media pembelajaran yang berperan dalam proses pembelajaran. Diantaranya ada papan tulis, televisi, pengeras suara, balok, angklung, piano dan berbagai media pembelajaran lainnya.

## ix. Alamat dan Peta Lokasi

Taman Kanak-kanak Himawari terletak di Perum Bhakti Persada Indah Blok I/14B Kelurahan Purwoyoso Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang Provinsi Jawa Tengah.



<https://goo.gl/maps/mghxFbnxuxtqLuK99>

Gambar 4.1 Peta TK Himawari  
Ngaliyan Semarang

## Lampiran II

### Pedoman Observasi

Hari / Tanggal : Jum'at, 1 maret 2024

Tempat : TK Himawari Ngaliyan Semarang

Aspek Perkembangan	Kegiatan	Indikator	Deskripsi
Keterampilan Motorik Kasar	Senam Gemari	Kekuatan	Mudah menggerakkan tubuh kesegala arah sesuai dengan gerakan senam
		Koordinasi	Melakukan senam gemari dengan melibatkan bagian tubuh yang memerlukan, koor dinasi, mata, tangan dan kaki.
		Kecepatan	Mengikuti setiap gerakan tanpa terputus
		Keseimbangan	Tidak terjatuh saat mengikuti kegiatan senam gemari
		Kelincahan	Melakukan gerakan senam gemari dengan cepat

### Lampiran III

#### **Pedoman Wawancara**

Dengan Kepala Sekolah TK Himawari tentang Pelaksanaan Senam Gemari dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Himawari Ngaliyan Semarang

Responden : Dra. Ariati  
Hari/tanggal : Jum'at/ 1 Maret 2024  
Tempat : TK Himawari  
Pertanyaan :

No	Variabel	Indikator	Pertanyaan
1.	Pelaksanaan Senam Gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini	Perencanaan dan pelaksanaan	1. Mengapa TK Himawari menerapkan pelaksanaan senam gemari?
			2. Bagaimana kurikulum di TK Himawari?
			3. Apa yang kepala sekolah tahu tentang senam gemari?
			4. Bagaimana pendapat kepala sekolah mengenai pelaksanaan senam

			gemari?
		Tujuan dan manfaat senam gemari	<p>5. Apa tujuan dilaksanakannya senam gemari?</p> <p>6. Apa manfaat senam gemari untuk perkembangan motorik kasar anak?</p>
		Pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B	7. Bagaimana proses pelaksanaan senam gemari di TK Himawari?
			8. Media apa saja yang digunakan dalam pelaksanaan senam gemari?
		Evaluasi pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B	9. Bagaimana evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru-guru di TK Himawari
			10. Bagaimana cara ibu mengetahui perubahan perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari?
			11. Bagaimana peran kepala sekolah

			dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari?
			12. Menurut kepala sekolah sejauh mana perkembangan motorik kasar anak saat melaksanakan senam gemari?

Dengan guru kelas kelompok B tentang Pelaksanaan Senam Gemari dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Himawari Ngaliyan Semarang

Responden : Achirta Uji Dewanti, S.Pd, MM.

Hari/tanggal : Jum'at/ 8 Maret 2024

Tempat : TK Himawari

Pertanyaan :

No	Variabel	Indikator	Pertanyaan
1.	Pelaksanaan Senam Gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini	Perencanaan dan pelaksanaan	1. Bagaimana pendapat ibu tentang kegiatan senam gemari dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak yang telah dilakukan di TK Himawari?

			2. Bagaimana cara ibu menghadapi anak yang enggan melaksanakan senam gemari?
			3. Bagaimana peran ibu dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan senam gemari di TK Himawari?
		Tujuan dan manfaat senam gemari	4. Apa tujuan dilaksanakannya senam gemari? 5. Apa manfaat senam gemari untuk perkembangan motorik kasar anak?
		Pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B	6. Apakah ibu menjelaskan terlebih dahulu tentang kegiatan yang akan dilaksanakan pada anak?
			7. Apakah ibu mendampingi dan mengawasi anak-anak saat pelaksanaan kegiatan senam gemari?
			8. Bagaimana evaluasi

		Evaluasi pelaksanaan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini pada kelompok B	yang dilakukan oleh guru kelas B di TK Himawari
			9. Bagaimana cara ibu mengetahui jika anak sudah berkembang motorik kasarnya pada kelompok B di TK Himawari?
			10. Menurut ibu sejauh mana perkembangan motorik kasar anak saat melaksanakan senam gemari?

Dengan orang tua murid kelompok B tentang Pelaksanaan Senam Gemari dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Himawari Ngaliyan Semarang

Responden : Hartatining Tyas  
 Hari/tanggal : Selasa/ 12 Maret 2024  
 Tempat : TK Himawari  
 Pertanyaan :

No	Variabel	Indikator	Pertanyaan
1.	Alula	Pemahaman orangtua tentang perkembangan motorik kasar	1. Bagaimana perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan senam gemari yang sudah dilakukan di TK

		melalui kegiatan senam gemari	Himawari?
			2. Bagaimana koordinasi lembaga dengan orangtua tentang perkembangan motorik kasar anak?
			3. Bagaimana sikap anak setelah diadakan kegiatan senam gemari dalam mengembangkan motorik kasar anak?
		Kondisi anak di rumah	4. Apakah anak mampu melakukan kegiatan yang berhubungan dengan kemampuan motorik kasar anak?

## Lampiran IV

### Transkrip Hasil Wawancara

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Kepala Sekolah TK Himawari  
Ngaliyan Semarang

Responden : Dra. Ariati

Hari/tanggal : Jum'at/ 1 Maret 2024

Tempat : TK Himawari

Pertanyaan :

1. Mengapa TK Himawari menerapkan kegiatan senam gemari?

Jawaban: Alasan menerapkan kegiatan Senam Gemari sangatlah efektif untuk perkembangan motorik kasar anak usia dini kelompok B.

2. Bagaimana perencanaan sebelum dilaksanakannya senam gemari di TK Himawari?

Jawaban: Perencanaan sebelum dilaksanakan senam gemari yaitu sesuai dengan instruksi dinas pendidikan salah satu guru dikirim untuk mempelajari gerakan senam gemari setelah bisa salah satunya bu irta diimplementasikan di sekolah dan diikuti oleh guru-guru yang ada di himawari.

3. Apa yang kepala sekolah tahu tentang senam gemari?

Jawaban: "Senam Gemari, seperti senam pada umumnya yaitu senam yang bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak. selain itu senam gemari merupakan intruksi dari kementrian kolaborasi dari kementrian pendidikan dan

kemertian kesehatan, terkait gizi anak sehingga muncul senam gemari yaitu gimana caranya anak-anak supaya gemar makan ikan”.

4. Bagaimana pendapat kepala sekolah mengenai pelaksanaan senam gemari?

Jawaban: pada saat pelaksanaan kegiatan senam gemari dalam perkembangan motorik kasar anak usia dini dilakukan dengan gerakan yang menyenangkan sehingga anak lebih senang dan gembira.

5. Apa tujuan dilaksanakannya senam gemari ?

Jawaban: Senam gemari disamping memotivasi anak untuk suka makan ikan, senam itu sendiri menambah kesehatan anak, anak bisa bergerak, melakukan motorik kasar dengan gerakan-gerakan sehingga anak lebih senang lebih gembira, karena senang pasti anak-anak suka. Jadi semuanya terinclud baik motorik kasarnya bahkan mungkin kegemarannya makan ikan kegizi.

6. Apa manfaat senam gemari untuk perkembangan motorik kasar anak?

Jawaban: Anak-anak mungkin tanpa disadari ketika anak-anak ikut senam anak-anak lebih sehat, lebih aktif, setelah senam pasti ada nilai positifnya ke anak terutama kesehatan dan aktivitasnya dan lebih semangat. Dengan senam membuat gerakan lebih luwes, lebih sehat, lebih aktif. Anak bergerak akan mengeluarkan energi yang tersimpan di anak sehingga bermanfaat untuk anak, energi

yang tersimpan untuk anak yang aktif menjadi menyenangkan, dengan senam menyalurkan tenaganya ke hal-hal yang positif ke dalam fisik motoriknya.

7. Bagaimana proses pelaksanaan senam gemari di TK Himawari?

8. Media apa saja yang digunakan saat pelaksanaan senam gemari?

Jawaban: Media yang dibutuhkan saat pelaksanaan senam gemari yaitu sound system, laptop atau komputer dan internet untuk memasang video senam gemari yang berasal dari youtube.

9. Bagaimana evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru-guru di TK Himawari?

Jawaban: Evaluasi yang dilakukan pada pelaksanaan senam gemari yaitu kita melakukan penilaian berupa dokumentasi foto, anekdot record, laporan capaian perkembangan, yang akan di laporkan kepada orangtua murid selama triwulan sekali”

10. Bagaimana cara ibu mengetahui perubahan perkembangan motorik kasar anak melalui senam gemari?

Jawaban: Motorik kasar merupakan aspek perkembangan yang sangat penting. Anak usia dini menggunakan aspek motorik kasarnya dalam melakukan kegiatan bermainnya dan kegiatan sehari-harinya. Senam gemari dilakukan rutin seminggu sekali. pendidik membimbing dan memantau peserta didik saat pelaksanaan senam gemari.

11. Bagaimana peran kepala sekolah dalam mengembangkan motorik kasar anak melalui senam gemari?

Jawaban: Kepala Sekolah berperan mengirimkan pendidik dalam pelatihan senam gemari, mengkoordinasikan pendidik, dan mengevaluasi pendidik.

12. Menurut kepala sekolah sejauh mana perkembangan motorik kasar anak saat melaksanakan senam gemari?

Jawaban: Perkembangan motorik kasar untuk anak usia 4-6 tahun atau usia kelompok B memiliki peningkatan pada aspek perkembangan motorik kasarnya yang dilihat melalui gerakan-gerakan yang seimbang, lentur, lincah saat melaksanakan senam.

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Guru Kelas Kelompok B TK  
Himawari Ngaliyan Semarang

Responden : Achirta Uji Dewanti, S.Pd, MM.

Hari/tanggal : Jum'at/ 8 Maret 2024

Tempat : TK Himawari

Pertanyaan :

1. Bagaimana pendapat ibu tentang kegiatan senam gemari dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar anak yang telah dilakukan di TK Himawari?

Jawaban: Senam gemari merupakan Exercise kegiatan motorik kasar sebelum adanya kegiatan bermain atau pembelajaran untuk anak. berikut merupakan penjelasan dari kepala sekolah:

“Kegiatan motorik kasar dilakukan setiap hari akan tetapi pada pelaksanaan senam gemari dilaksanakan setiap hari jumat beserta dengan senam-senam yang lebih beragam.

Sebelum dilaksanakan kegiatan senam gemari, guru membutuhkan perencanaan untuk mencapai tujuan tertentu dalam perkembangan motorik kasar anak.

2. Bagaimana cara ibu menghadapi anak yang enggan melaksanakan senam gemari?

Jawaban: memberikan pendekatan dan motivasi kepada anak melalui contoh saat pelaksanaan senam gemari.

3. Bagaimana peran ibu dalam mengembangkan motorik kasar anak melalui kegiatan senam gemari di TK Himawari?

Jawaban: Peran dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar yaitu rutin mengadakan kegiatan senam gemari setiap satu minggu sekali sehingga. Sehingga anak mengetahui gerakan-gerakan yang ada pada senam gemari.

4. Apa tujuan dilaksanakannya senam gemari untuk perkembangan motorik kasar anak?

Jawaban: Senam gemari adalah cara untuk menstimulus perkembangan motorik kasar pada anak. disamping senam gemari adalah pembelajaran yang menyenangkan sehingga anak mampu mengikuti gerakan-gerakan yang ada pada senam gemari.

5. Apa manfaat senam gemari untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak?

Jawaban: Manfaat senam gemari untuk perkembangan motorik kasar anak yaitu dapat melatih keseimbangan, kelincahan, kelenturan pada gerakan yang dilakukan oleh anak.

6. Apakah ibu menjelaskan terlebih dahulu tentang kegiatan yang akan dilaksanakan pada anak?

Jawaban: sebelum kegiatan dimulai, guru memberikan informasi mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat itu. Sehingga anak-anak dapat berdoa dan bersiap untuk mengikuti kegiatan senam gemari.

7. Apakah ibu mendampingi dan mengawasi anak-anak saat pelaksanaan kegiatan senam gemari?

Jawaban: semua guru TK Himawari berada didepan anak-anak

untuk menjadi contoh dalam kegiatan senam. Setelah itu guru merapikan barisan anak supaya teratur dan berada dalam posisi berjarak antara temannya, sehingga tidak mengganggu gerakan-gerakan dalam kegiatan senam anak dan memudahkan untuk melihat situasi dan kondisi saat dilaksanakan senam.

8. Bagaimana evaluasi yang dilakukan oleh guru kelas B di TK Himawari?

Jawaban:

9. Bagaimana cara ibu mengetahui jika anak sudah berkembang motorik kasarnya pada kelompok B di TK Himawari?

Jawaban: senam gemari adalah wadah untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak. setiap gerakan anak membutuhkan aspek motorik baik kasar maupun halus, disini pendidik dapat melihat perkembangan motorik kasar melalui aktivitas peserta didik.

10. Menurut ibu sejauh mana perkembangan motorik kasar anak saat melaksanakan senam gemari?

Jawaban: perkembangan motorik kasar pada anak melalui senam gemari memiliki peningkatan pada anak usia kelompok B. hal ini dilihat dari semangat anak saat melaksanakan senam gemari.

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Orangtua murid Kelompok B TK  
Himawari Ngaliyan Semarang

Responden : Hartatining tyas  
Hari/tanggal : Selasa/ 12 Maret 2024  
Tempat : TK Himawari  
Pertanyaan :

1. Bagaimana perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan senam gemari yang sudah dilakukan di TK Himawari?  
Jawaban: adek Alula memiliki peningkatan pada perkembangan motorik kasarnya. Saat melakukan aktivitas dirumah adek Alula Mampu menggerakkan bagian-bagian tubuhnya dengan sempurna.
2. Bagaimana koordinasi lembaga dengan orangtua tentang perkembangan motorik kasar anak?  
Jawaban: koordinasi lembaga dengan orangtua berjalan sangat baik. guru memberikan informasi melalui grup Wathsapp berupa dokumentasi foto yang disertai penjelasannya. Sehingga saya yang berada diluar sekolah mengetahui aktivitas dan perkembangan yang terjadi pada anak saya.
3. Apakah anak mampu melakukan kegiatan yang berhubungan dengan kemampuan motroik kasar anak?  
Jawaban: Setelah diadakannya senam termasuk senam gemari di sekolah perkembangan motorik kasar anak meningkat sehingga anak dapat bergerak dengan baik pada saat membantu kegiatan

dirumah seperti memakai pakaian sendiri, mandi sendiri dan makan sendiri.

Lampiran 4 Hasil Dokumentasi Transkrip Hasil Wawancara

**Hasil Dokumentasi Pelaksanaan Senam Gemari Dalam  
Menstimulus Perkembangan Motorik kasar Anak Usia Dini Pada  
Kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan Semarang**



## Gedung TK Himawari Ngaliyan Semarang



APE Outdoor



Visi Misi TK Himawari



**Ruang Belajar dan Bermain Beserta APE**



**Piala Prestasi Siswa**



**Loker Penyimpanan Tas Siswa**



**Sound System untuk Senam Gemari**

## Pelaksanaan Senam Gemari Di TK Himawari



Pengamatan: Tanggal 2 Februari 2024



Pengamatan: Tanggal 16 Februari 2024



Pengamatan: Tanggal 23 Maret 2024



Penelitian: Tanggal 1 Maret 2024



Penelitian: Tanggal 8 maret 2024

## **Pelaksanaan Wawancara**



**Wawancara Dengan Kepala Sekolah**

1 Maret 2024



**Wawancara dengan Guru Kelompok B**

8 Maret 2024



**Wawancara Dengan Orang Tua Siswa Kelas B**

12 maret 2024

Lampiran 5 Program Tahunan (PROTA) TK Himawari

<b>Semester</b>	<b>Topik Pembelajaran</b>	<b>Jumlah JP</b>	<b>Jumlah Minggu</b>
Satu	1. Keluargaku	140 JP 4 Minggu	17 Minggu (1 JP 30 Menit)
	2. Aku Cinta Indonesia	140 JP 4 Minggu	
	3. Rumahku	140 JP 4 Minggu	
	4. Alat Transportasi	175 JP 5 Minggu	
Dua	5. Lingkungan Sekitarku	175 JP 4 Minggu	17 Minggu (1 JP 30 Menit)
	6. Kesayanganku	140 JP 4 Minggu	
	7. Kita Semua Bersaudara	140 JP 4 Minggu	
	8. Profesi	175 JP 5 Minggu	
<b>Jumlah</b>		1. 190 JP 34 Minggu	

Lampiran 6

**Data Penilaian Perkembangan Motorik kasar Anak Melalui  
Senam Gemari Pada Kelompok B Di TK Himawari Ngaliyan  
Semarang**

No	Nama	Penilaian Anak					
		1	2	3	4	5	6
1.	Keanu	MB	MB	BSH	MB	MB	MB
2.	Irsyad	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB
3.	Ibrahim	BSH	BSH	BSH	BSB	BSH	BSB
4.	Fatih	BSH	BSB	BSB	BSB	BSH	BSB
5.	Alula	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB	BSB
6.	Liandra	MB	BSH	BSH	MB	BSH	BSH
7.	Razannya	BSH	BSH	BSH	BSH	BSB	BSB
8.	Aklema	BSH	BSH	BSB	BSB	BSB	BSB
9.	Bani	MB	BSH	MB	BSH	BSH	BSH
10.	Faza	BSH	BSH	BSB	BSB	BSB	BSH

Lampiran 7

**Anecdotal Record TK Himawari**

Usia / Kelas : 5-6 Tahun

Tanggal : 8 Maret 2024

Nama Guru : Archita Uji Dewanti, S.Pd, MM.

Nama	Tempat	Waktu	Peristiwa / Perilaku
Keanu	Halaman Sekolah	08.00 WIB	Saat sedang berdoa sebelum pelaksanaan kegiatan senam gemari keanu tidak berdoa melainkan mengobrol dengan Bani.
Irsyad	Halaman Sekolah	08.05 WIB	Irsyad mampu mengikuti gerakan senam gemari pada tahap pemanasan dengan seimbang.
Ibrahim	Halaman Sekolah	08.05 WIB	Ibrahim mampu mengikuti gerakan senam gemari dan mendengarkan instruksi guru dengan baik dan selesai.
Fatih	Halaman Sekolah	08.15 WIB	Fatih mampu mengikuti kegiatan senam gemari dengan semangat lincah dan seimbang.
Alula	Halaman Sekolah	08.30 WIB	Pada saat meliukan tubuh, jalan ditempat, meloncat dll alula mengikuti gerakannya dengan baik, lentur, lincah dan seimbang
Liandra	Halaman Sekolah	08.07 WIB	Liandra mengikuti kegiatan senam dengan

			baik dan mendengarkan intruksi guru.
Rayanza	Halaman Sekolah	08.10 WIB	Rayanza mampu mengikuti gerakan-gerakan senam gemari dan dapat mengajak temanya untuk mengikuti.
Aklema	Halaman Sekolah	08.08 WIB	Aklema mampu mengikuti gerakan-gerakan senam gemari sesuai dengan semangat dan gembira.
Bani	Halaman Sekolah	08.00 WIB	Saat sedang berdoa sebelum pelaksanaan kegiatan senam gemari bani tidak berdoa melainkan mengobrol dengan keanu.
Faza	Halaman Sekolah	08.15 WIB	Faza mampu mengikuti senam gemari pada gerakan meloncat dan berpindah tempat.

## Lampiran 8

### Surat Penunjuk Pembimbing Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Prof. Dr. Hamba Kas J. Semarang 50185  
Telepon 024- 7601295, Faksimile 024- 7601295  
www.walisongo.ac.id

Semarang, 30 November 2023

Nomor : B-98 /Un.10.3/J.6/PP.00.9/11/2023  
Lamp : -  
Hal : Penunjuk Pembimbing Skripsi

Kepada Yth,  
Bp. H. Mursid, M.Ag  
Di tempat.

*Assalamu 'alaikum Wr.Wb*

Berdasarkan hasil pembahasan ulasan judul penelitian di Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD), maka Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan menyetujui judul skripsi mahasiswa:

Nama : Dewi Musdalifah  
NIM : 2003106007  
Judul : Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Pada Kelompok B Di TK Himawari

Dan menunjuk Saudara:  
Bp. H. Mursid, M.Ag

Surat penunjukan ini hanya berlaku enam bulan dan akan ditinjau kembali jika dalam enam bulan tidak mampu menyelesaikan skripsi.

Demikian penunjukan pembimbing skripsi ini disampaikan dan atas kerjasamanya yang diberikan kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

An Dekan  
Kajur PIAUD

  
H. Mursid, M.Ag  
NIP. 196703052001121001

Tembusan:  
1. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo (Sebagai Laporan)  
2. Arsip Jurusan PIAUD  
3. Mahasiswa yang bersangkutan

## Lampiran 9

### Surat Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Prof. Dr. Hamka Km 2 (024) 7601295 Fax. 7615387 Semarang 50185  
Website: <http://fitk.walisongo.ac.id>

Nomor : 0418/Un.10.3/D1/TA.00.01/02/2024

Semarang, 26 Februari 2024

Lamp : -

Hal : Mohon Izin Riset

a.n. : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Yth.

Di

Assalamu'alaikum Wr.Wb.,

Diberitahukan dengan hormat dalam rangka penulisan skripsi, atas nama mahasiswa :

Nama : Dewi Musdalifah

NIM : 2003106007

Alamat : Jl. Dk. Mangkli RT 004/RW 003, Mentik, Batumirah, Kec. Bumijawa,  
Kab. Tegal.

Judul skripsi : Pelaksanaan Senam Gemari Dalam Perkembangan Motorik Kasar Anak  
Usia Dini Pada Kelompok B Di TK Himawari Ngalayan Semarang

Pembimbing : H. Mursid M.Ag.

Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya yang bersangkutan diberikan izin riset dan dukungan data dengan tema/judul skripsi sebagaimana tersebut diatas selama 14 hari, mulai tanggal 27 Februari 2024 sampai dengan tanggal 11 Maret 2024. Demikian atas perhatian dan terkabulnya permohonan ini disampaikan terima kasih. Wassalamu'alikum Wr.Wb.



Tembusan :

Dekan FITK UIN Walisongo Semarang (sebagai laporan)

## Lampiran 10

### Sertifikat TOEFL & IMKA

#### 1. Sertifikat TOEFL



#### 2. Sertifikat IMKA



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap : Dewi Musdalifah  
Tempat & Tanggal Lahir : Tegal, 23 Juli 2001  
NIM : 2003106007  
Alamat Rumah : Jl. DK. Mangkli Batumirah RT 004  
RW 03, Kec. Bumijawa, Kab. Tegal  
HP : 081779062218

### B. Riwayat Pendidikan

- | 1. Pendidikan Formal   | Tahun |
|--|-------|
| a. SDN Batumirah 01  | 2013  |
| b. SMPN 03 Bumijawa  | 2016  |
| c. MAS Darunnajat  | 2020  |
| d. UIN Walisongo Semarang Fakultas Ilmu Tarbiyah dan<br>Keguruan Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini |       |
2. Pendidikan Non Formal
- TPQ.
  - Pondok Pesantren Darunnajat Bumiayu Brebes

Semarang, 6 Mei 2024



Dewi Musdalifah  
NIM: 2003106007