
Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Aktivitas Ritmik di Taman Kanak-Kanak Melati Kecamatan Pangkalan Kabupaten Lima Puluh Kota Sumatera Barat

Tamtriati¹⁾, Rismareni Pransiska²⁾

^{1,2)}Pendidikan Guru Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

Email : tamtriati31@gmail.com
pransiskaunp@fip.unp.ac.id

Abstract

This study was initiated due to the inadequate gross motor skills of children at Melati Kindergarten, Pangkalan District, evidenced by poor body coordination, insufficient balance, and reduced self-confidence in physical activities. This problem arises from teaching methods that are overly theoretical, tedious, and lacking in variation. This study aims to improve the gross motor abilities of preschool-aged children by using movement and singing exercises. The adopted methodology is Classroom Action Research (CAR), executed in two cycles. Each cycle consists of the stages of preparation, action, observation, and reflection. This study included 14 students from Group B at Melati Kindergarten in the Pangkalan Koto Baru District. The data collection method was direct observation using observation sheets to record the activities of children and teachers. The collected data were then analyzed using the percentage method to assess traditional learning competencies. The study's findings demonstrated a significant improvement in children's gross motor skills. During Cycle I, the average proportion of children's gross motor skills reached 50%. After the execution of remedial measures in Cycle II, which incorporated organized physical variations and an engaging "Penguin Dance," the classical success rate increased to 75%, achieving the expected mastery standard. This study established that the incorporation of diverse and engaging movement and music activities improves coordination, agility, and balance in the gross motor abilities of young children.

Keywords: *Gross Motor Skills, Movement and Song, Early Childhood, Classroom Action Research.*

Abstract

Penelitian ini diprakarsai karena keterampilan motorik kasar anak-anak di TK Melati, Kecamatan Pangkalan, masih kurang memadai, dibuktikan dengan koordinasi tubuh yang buruk, keseimbangan yang kurang, dan berkurangnya kepercayaan diri dalam aktivitas fisik. Masalah ini timbul dari metode pengajaran yang terlalu teoritis, membosankan, dan kurang variasi. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia prasekolah dengan menggunakan latihan gerakan dan menyanyi. Metodologi yang diadopsi adalah Penelitian Tindakan Kelas (KAR), yang dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari tahapan persiapan, tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini melibatkan 14 siswa dari Kelompok B di TK Melati, Kecamatan Pangkalan Koto Baru. Metode pengumpulan data adalah observasi langsung menggunakan lembar observasi untuk mencatat aktivitas anak dan guru. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan metode persentase untuk menilai kompetensi belajar tradisional. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada keterampilan motorik kasar anak. Selama Siklus I, rata-rata proporsi keterampilan motorik kasar anak mencapai 50%. Setelah pelaksanaan langkah-langkah perbaikan pada Siklus II, yang menggabungkan variasi fisik terorganisir dan "Tarian Penguin" yang menarik, tingkat keberhasilan klasik meningkat menjadi 75%, mencapai standar penguasaan yang diharapkan. Studi ini menetapkan bahwa penggabungan beragam aktivitas gerakan dan musik yang menarik meningkatkan koordinasi, kelincahan, dan keseimbangan dalam kemampuan motorik kasar anak-anak usia dini.

Kata Kunci: *Motorik Kasar, Aktivitas Ritmik, Anak Usia Dini, Penelitian Tindakan Kelas.*

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia dini sangat penting untuk kemajuan keterampilan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Dari usia 4 hingga 5 tahun, anak-anak mengalami tahap perkembangan

penting yang ditandai dengan pertumbuhan otak yang pesat, sehingga membutuhkan stimulasi yang disengaja dan terstruktur. Teori perkembangan modern menekankan bahwa masa kanak-kanak awal adalah periode penting, di mana pengalaman belajar sangat memengaruhi perkembangan jangka panjang. Atqiya dan Pratama (2024) menegaskan bahwa anak-anak mengalami perkembangan holistik dan membutuhkan stimulasi yang mencakup semua aspek pertumbuhan mereka, termasuk kemampuan motorik kasar, yang penting untuk aktivitas fisik dan kesiapan belajar.

Perkembangan motorik kasar merupakan aspek penting yang berkaitan dengan pengaturan kelompok otot besar, termasuk gerakan tubuh, koordinasi tangan-kaki, keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan. Bakat-bakat ini meningkatkan aktivitas sehari-hari anak dan sangat memengaruhi perkembangan kognitif dan sosial-emosional mereka. Penelitian terbaru oleh Zannah dan Malik (2024) menunjukkan bahwa anak-anak dengan koordinasi motorik kasar yang lebih baik menunjukkan peningkatan konsentrasi, kepercayaan diri yang berkelanjutan, dan interaksi sosial yang lebih unggul. Hal ini menyoroti pentingnya stimulasi motorik kasar dalam proses pembelajaran di lingkungan pendidikan anak usia dini.

STPPA dan Kurikulum Independen mensyaratkan bahwa anak-anak berusia 5 hingga 6 tahun menunjukkan kelincahan, kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, dan fleksibilitas sebagai ukuran perkembangan motorik kasar mereka. Perkembangan motorik kasar pada anak usia 5 hingga 6 tahun dalam pendidikan anak usia dini mencakup enam kriteria: kelincahan untuk berlari dan mengubah posisi tubuh; kekuatan otot untuk menahan beban melalui tindakan seperti mendorong atau menggantung; keseimbangan untuk mempertahankan posisi tubuh saat berdiri dengan satu kaki atau melintasi balok; koordinasi untuk menyelaraskan gerakan berbagai bagian tubuh, seperti melempar atau menendang bola; kecepatan untuk melakukan gerakan serupa dengan cepat, seperti berlari; dan fleksibilitas otot dan sendi untuk gerakan optimal tanpa rasa tidak nyaman, yang diilustrasikan dengan membungkuk atau jongkok.

Praktik saat ini di taman kanak-kanak sering menekankan kegiatan akademik, memprioritaskan pengembangan kompetensi membaca, menulis, dan berhitung anak-anak. Hal ini mengakibatkan berkurangnya kesempatan untuk gerakan aktif di antara siswa taman kanak-kanak. Sampai saat ini, program pendidikan jasmani di lembaga pendidikan anak usia dini seringkali dicirikan oleh monoton dan kurangnya variasi, menampilkan aktivitas berulang yang terbatas pada gerakan dasar dan gagal mengakomodasi kebutuhan motorik anak yang berbeda. Skenario ini menghambat perkembangan motorik kasar anak, yang bermanifestasi sebagai berkurangnya kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi, serta kurangnya keinginan untuk terlibat dalam aktivitas fisik. Masa bayi awal membutuhkan pembelajaran melalui bermain dan bergerak; oleh karena itu, sangat penting untuk memasukkan pembelajaran dinamis dan aktif yang mencakup aktivitas fisik untuk memfasilitasi perkembangan motorik.

Aktivitas Ritmik adalah jenis stimulus yang selaras dengan karakteristik masa kanak-kanak awal. Aktivitas Ritmik adalah latihan pendidikan yang mengintegrasikan ritme musik dengan gerakan fisik, memungkinkan anak-anak untuk belajar melalui gerakan dan ekspresi diri. Menurut Siregar dkk. (2024), kemampuan anak-anak untuk mengontrol kecepatan dan urutan gerakan mereka ditingkatkan melalui latihan ritmis yang diiringi musik. Aktivitas ritmis juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, yang mendorong anak-anak untuk bergerak.

Sebuah studi oleh Hasibuan dkk. (2024) menunjukkan bahwa aktivitas berbasis musik dan gerakan yang konsisten dan terstruktur dapat meningkatkan koordinasi motorik kasar hingga 40% pada anak-anak berusia 4 hingga 6 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa Aktivitas Ritmik berfungsi sebagai pendekatan pembelajaran yang sangat baik yang memfasilitasi perkembangan motorik kasar anak.

Haryadi (2025) menegaskan bahwa pembelajaran yang mengintegrasikan musik dan gerakan menawarkan stimulasi multimodal, memfasilitasi pembelajaran anak-anak melalui pengalaman langsung. Dengan demikian, latihan ritmis bersifat menghibur dan merupakan alat

pendidikan yang ampuh untuk mendorong perkembangan koordinasi motorik kasar sebaik mungkin. Munculnya pola gerakan sinkron pada balita didorong oleh aktivitas motorik kolektif, menurut sebuah studi baru-baru ini oleh Iriani & Salman (2024). Hal ini karena balita belajar beradaptasi dengan ritme dan kecepatan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas ritmis memiliki efek positif pada perkembangan sosial dan emosional anak usia dini serta keterampilan motorik kasar.

Mursid (2005) memfokuskan sebagian besar karyanya sebelumnya pada hubungan antara senam ritmis dan kecerdasan kinestetik serta kesehatan fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk membantu anak-anak TK di TK Melati mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka dengan mengajak mereka berpartisipasi dalam aktivitas ritmis berdasarkan lagu dan gerakan. Anak-anak dalam penelitian ini berusia antara lima dan enam tahun. Beberapa anak TK di Melati di Kecamatan Pangkalan Koto Baru, Kabupaten Lima Puluh Kota tampaknya mengalami kesulitan dalam mengkoordinasikan gerakan tubuh mereka berdasarkan pengamatan awal. Kesulitan-kesulitan ini meliputi kesulitan untuk menyelaraskan diri dengan ritme musik, menjaga keseimbangan selama aktivitas fisik, melakukan gerakan tangan dan kaki secara konsisten, dan menunjukkan kurangnya kepercayaan diri ketika diminta untuk meniru gerakan dalam urutan tertentu.

Di Taman Kanak-kanak Melati di Kecamatan Pangkalan Koto Baru, 12 dari 14 anak, yang mewakili 85%, mengalami kesulitan dalam gerakan tubuh yang diperlukan untuk mengikuti program senam ritmik. Hal ini terjadi karena musiknya kurang menarik dan gerakan yang diperagakan oleh instruktur sangat sulit untuk mereka tiru. Anak-anak tersebut mengalami kebosanan dan menunjukkan kurangnya kepercayaan diri dalam mengikuti aktivitas ritmik yang diperkenalkan pada kondisi awal ini. Di antara 14 anak dalam kelompok B, beberapa menunjukkan keraguan emosional ketika diminta untuk mengikuti latihan fisik klasik. Kondisi anak-anak yang menunjukkan sifat pendiam dan lesu berdasarkan penelitian awal disebabkan oleh dua faktor: Pertama, rangsangan musik, di mana musik atau lagu yang disajikan oleh guru kurang bervariasi dan familiar bagi anak-anak, dan kedua, kompleksitas gerakan yang membuat anak-anak enggan berpartisipasi, sehingga cenderung melakukan gerakan-gerakan "senam". Akibatnya, kemampuan motorik kasar anak menurun, koordinasi menjadi tidak teratur, kelincahan menjadi kaku, dan keseimbangan terganggu, sehingga menghambat keterlibatan otot utama dan kepercayaan diri.

Penulis bermaksud untuk melakukan penelitian tindakan kelas berjudul "Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Melalui Aktivitas Ritmik di TK Melati, Kecamatan Pangkalan," seperti yang telah diuraikan sebelumnya. Studi ini bertujuan untuk menjelaskan penerapan Aktivitas Ritmik dalam lingkungan pendidikan, pengaruhnya terhadap anak, dan dampaknya terhadap koordinasi motorik kasar. Studi ini dapat berfungsi sebagai referensi bagi pengajar pendidikan anak usia dini (PAUD) dalam mengembangkan aktivitas pembelajaran motorik kasar yang mengintegrasikan Aktivitas Ritmik yang sesuai untuk anak-anak PAUD.

Tujuan utama Aktivitas Ritmik dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak adalah: (1) menyalurkan energi berlebih dan mengurangi stres fisik dan emosional; (2) memberikan pengalaman pendidikan yang menyenangkan melalui bermain; (3) menumbuhkan kepercayaan diri dan keberanian anak dalam bergerak; (4) mengembangkan keterampilan motorik kasar yang sesuai dengan fase perkembangan anak; dan (5) mendorong interaksi sosial dengan teman sebaya dan orang dewasa (Taha dkk., 2023). Aktivitas Ritmik yang terstruktur dengan baik dapat menjadi metode yang sangat baik untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut. Tujuan eksplisit dari Aktivitas Ritmik meliputi: (1) pemahaman dan kepatuhan anak terhadap instruksi guru; (2) kemampuan anak untuk meniru gerakan yang didemonstrasikan; (3) kemampuan anak untuk menyinkronkan gerakan dengan ritme dan tempo musik; (4) keterlibatan kelima indera anak melalui aktivitas yang melibatkan sentuhan, pendengaran, penglihatan, dan sensasi; dan (5) peningkatan imajinasi dan kreativitas anak melalui beragam gerakan (Taha dkk., 2023). Oleh karena itu, upaya Aktivitas Ritmik memprioritaskan tidak hanya hasil akhir berupa

peningkatan keterampilan motorik tetapi juga pengalaman belajar yang komprehensif dan bermakna.

METODE PENELITIAN

Model penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas. Sebagaimana dinyatakan oleh Arikunto S (2021), penelitian tindakan kelas merupakan penyelidikan yang menganalisis atribut reflektif individu yang melaksanakan aktivitas tersebut. Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk secara sistematis memperkuat metode pedagogis pengajar dan meningkatkan kompetensi profesional mereka.. Studi ini menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif untuk menawarkan pemahaman menyeluruh tentang peningkatan keterampilan motorik kasar anak melalui latihan ritmis.

Peneliti menggunakan observasi langsung sebagai metode pengumpulan data. Studi ini menggunakan instrumen penilaian, khususnya lembar observasi aktivitas anak, untuk mengukur peningkatan koordinasi motorik kasar anak menggunakan Aktivitas Ritmis. Lembar observasi aktivitas guru dapat mengevaluasi kemampuan pendidik dalam manajemen kelas dan penyampaian pendidikan, memfasilitasi keterlibatan siswa melalui Aktivitas Ritmis. Teknik observasi dilakukan bersama dengan guru kelas selama Siklus I dan II.

Penelitian ini dilakukan di Taman Kanak-kanak Melati, yang terletak di Kecamatan Pangkalan Koto Baru, Kabupaten Lima Puluh Kota. Partisipan terdiri dari 14 anak dari Taman Kanak-kanak Melati di Kecamatan Pangkalan Koto Baru. Peneliti memilih taman kanak-kanak ini sebagai subjek penelitian karena keterampilan motorik kasar yang kurang optimal yang ditunjukkan oleh banyak anak, yang disebabkan oleh koordinasi gerakan tubuh dan integrasi proses visual-motor yang tidak memadai. Observasi dilakukan untuk secara langsung menilai pelaksanaan aktivitas gerakan dan menyanyi, bersama dengan perilaku motorik kasar anak-anak selama aktivitas tersebut. Catatan lapangan digunakan untuk mendokumentasikan reaksi anak-anak, kepatuhan terhadap instruksi, koordinasi motorik, dan interaksi selama aktivitas tersebut.

Prio Utomo (2024) menyatakan, "Penelitian ini akan dilaksanakan dalam dua siklus. Jika siklus awal terbukti tidak berhasil, langkah-langkah akan diterapkan pada putaran berikutnya. Setiap siklus akan terdiri dari tiga pertemuan. Fase penelitian ini meliputi persiapan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data yang dikumpulkan selama investigasi kemudian dianalisis dengan metodologi persentase (Magdalena, I. (2023). Rumus yang digunakan pada penelitian tindakan kelas yaitu :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P= Persentase

F= Jumlah Skor Anak

N= Jumlah Keseluruhan Anak

Studi tersebut menetapkan kriteria keberhasilan sebesar 75% untuk memastikan keberhasilan atau kegagalan berdasarkan tingkat keberhasilan anak (Devi Oktavia, Hidayati, 2025). Menurut STPPA dan Kurikulum Independen, anak-anak berusia 5–6 tahun diharapkan menunjukkan kelincahan, kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, dan fleksibilitas sebagai indikasi perkembangan motorik kasar. Perkembangan motorik kasar anak-anak berusia 5–6 tahun dalam pendidikan anak usia dini meliputi: kelincahan dalam berlari dan mengubah posisi tubuh; kekuatan otot untuk menopang beban, termasuk mendorong atau menggantung; keseimbangan untuk mempertahankan posisi tubuh saat berdiri dengan satu kaki atau melintasi papan; koordinasi dalam menyinkronkan gerakan berbagai bagian tubuh, seperti melempar atau menendang bola; kecepatan dalam melakukan gerakan serupa dengan cepat, seperti berlari cepat; dan fleksibilitas otot dan persendian untuk gerakan optimal tanpa rasa tidak nyaman, termasuk membungkuk atau memutar tubuh.

Berikut instrument penilaian Motorik Kasar anak usia 5-6 Tahun

1. Lembar Observasi Kemampuan Motorik Kasar Anak

Nama Anak : Hari / Tanggal :
Siklus / Pertemuan : Nama Observer :

Petunjuk: Berikan tanda centang (✓) pada kolom skor (1, 2, 3, atau 4) yang paling menggambarkan kemampuan anak saat melakukan aktivitas ritmik.

No	Indikator Motorik Kasar	Butir Pengamatan (Aspek yang Dinilai)	1 (BB)	2 (MB)	3 (BSH)	4 (BSB)	Catatan Anekdote
1	“Kelincahan (Agility)”	Anak mampu berlari, berputar, dan mengubah posisi dari berdiri langsung jongkok mengikuti perubahan tempo lagu tanpa kehilangan kendali tubuh.					
2	Kekuatan (Strength)	Anak mampu menahan beban tubuhnya saat melakukan gerakan melompat atau menahan kekuatan kaki saat mendarat dalam aktivitas ritmik.					
3	Keseimbangan (Balance)	Anak mampu menjaga posisi tubuh agar tidak jatuh saat melakukan gerakan berdiri satu kaki atau berjinjit mengikuti garis lurus sesuai koreografi.					
4	Koordinasi (Coordination)	Anak mampu menyelaraskan gerakan tangan dan kaki secara bergantian menjadi satu gerakan yang selaras dan efisien sesuai irama musik.					
5	Kecepatan (Speed)	Anak mampu merespons perubahan tempo lagu yang semakin cepat dengan melakukan gerakan sejenis (seperti berlari kecil/bertepuk tangan) secara tepat.					
6	Kelenturan (Flexibility)	Anak mampu membungkuk menyentuh ujung kaki atau meliukkan badan ke kiri dan kanan secara maksimal sesuai musik tanpa merasa kesulitan/sakit.”					

2. Rubrik Kriteria Penilaian (Pedoman Penskoran)

Skor	Kriteria Penilaian	Indikator Perilaku yang Teramati pada Anak
1	“Belum Berkembang (BB)”	Anak belum mampu melakukan gerakan motorik yang dicontohkan. Anak cenderung diam, pasif, atau menunjukkan penolakan (‘mogok senam’) karena merasa cemas/takut salah.
2	Mulai Berkembang (MB)	Anak sudah mulai mau mencoba melakukan gerakan dalam aktivitas ritmik, namun gerakannya masih kaku, sering kehilangan keseimbangan, atau harus selalu melihat guru/teman untuk meniru.

3	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	Anak sudah mampu melakukan gerakan sesuai irama musik secara mandiri, lancar, lincah, dan tidak lagi terlihat cemas atau terbebani dengan contoh gerakan.
4	Berkembang Sangat Baik (BSB)	Anak melakukan gerakan dengan sangat luwes, tepat mengikuti tempo musik yang berubah, menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi, serta mampu memimpin atau memberi contoh kepada temannya.”

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas (CAR) ini dilakukan di Taman Kanak-kanak Melati di Kecamatan Pangkalan Koto Baru, Kabupaten Lima Puluh Kota. Subjek penelitian adalah Kelompok B, yang terdiri dari 14 siswa. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, yang meliputi persiapan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Hasilnya adalah sebagai berikut.

Siklus 1

a. Perencanaan

Penelitian di Taman Kanak-kanak Melati dilakukan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari dua sesi. Fase perencanaan pada Siklus I mencakup kegiatan-kegiatan berikut:

Pertama, melibatkan guru kelas, yang akan melaksanakan tindakan sebagai kolaborator penelitian. Kedua, menetapkan jadwal untuk melaksanakan penelitian tindakan kelas Siklus I. Ketiga, menulis dan menyusun RPPH (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian), yang akan berfungsi sebagai referensi untuk proses pendidikan, khususnya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar. Peneliti membuat melodi dan koreografi untuk kegiatan tersebut. Peneliti menggunakan lembar observasi untuk menilai perkembangan keterampilan motorik kasar. Peneliti juga mengembangkan lembar observasi beserta metode dan media yang digunakan untuk mengilustrasikan tindakan ritmis tersebut.

b. Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan

Siklus awal kegiatan pembelajaran difokuskan pada peningkatan kompetensi dasar anak, khususnya pengembangan keterampilan motorik kasar melalui gerakan dan nyanyian. Kegiatan tersebut melibatkan guru yang mengajak anak-anak untuk menyanyikan lagu "Tanaman Jagung" sambil menampilkan gerakan tubuh berirama, yang kemudian ditiru oleh anak-anak.

Kegiatan pembelajaran untuk siklus awal berlangsung pada tanggal 3 Maret 2026, di Kelompok B TK Melati, Kecamatan Pangkalan Koto Baru, Kabupaten Lima Puluh Kota, melibatkan 14 anak. Dalam hal ini, peneliti berperan sebagai pendidik. Prosedur pembelajaran diarahkan oleh rencana pembelajaran yang telah ditetapkan. Sebagai peneliti saya menerapkan kegiatan Aktivitas Ritmik dengan menggunakan lagu “ Tari Anak Ayam” guru mengajak anak menyanyikan bersama lagu Tari Anak Ayam tersebut dengan mencontohkan gerakan tersebut sesuai dengan koordinasi anggota tubuh sesuai irama musik di dalam kelas. Anak diminta mengikuti gerakan bersama-sama secara berurutan. Pengumpulan data melalui observasi dilakukan secara bersamaan dengan prosedur pengajaran untuk mengevaluasi koordinasi tangan-kaki dan keseimbangan tubuh anak-anak.

Observasi dilakukan secara bersamaan dengan kegiatan pengajaran dan pembelajaran. Aktivitas setiap anak dievaluasi untuk memastikan tingkat keberhasilan mereka dalam terlibat dalam proses pembelajaran.

c. Refleksi

Dalam pelaksanaan Siklus I, kegiatan belajar mengajar ditemukan beberapa kelemahan dalam proses pembelajaran yang dilakukan dalam Aktivitas Ritmik yaitu:

d. Revisi

Pelaksanaan kegiatan pengajaran dan pembelajaran pada Siklus I menunjukkan kekurangan, sehingga memerlukan modifikasi untuk siklus selanjutnya.

Guru menunjukkan kemampuan motivasi yang kurang memadai dan gagal mengartikulasikan tujuan pembelajaran dengan jelas di awal pelajaran. Kedua, Pengelolaan waktu dan memanfaatkan waktu dengan baik menjadi kendala kurangnya tersampaikan materi dengan baik. Ketiga, guru kurang semangat dan antusias dalam memperagakan gerakan kepada anak sehingga anak tidak tertarik mengikutinya. Empat, guru tidak memberikan *reward* atau hadiah kepada anak dalam penguatan positif kepada anak.

Tabel 1. Analisis Capaian Motorik Kasar: Kondisi Awal vs Siklus I
Jumlah Sampel Anak: 14 Orang Target Ketuntasan Klasikal: $\geq 80\%$

No	Indikator	Kondisi Performa Anak yang Teramati	Kondisi Awal (Pra-Siklus)	Hasil Siklus I	Peningkatan	Keterangan / Analisis Masalah
1	“Kelincahan (Agility)”	Anak berlari, berputar, & ubah posisi berdiri-jongkok sesuai tempo musik tanpa jatuh.	Tuntas: 4 anak (28,6%)	Tuntas: 7 anak (50,0%)	+ 21,4%	Belum Optimal. Transisi berdiri ke jongkok saat tempo lagu berubah masih lambat.
2	Kekuatan (Strength)	Anak menahan beban tubuh saat melompat atau mendarat dengan kokoh.	Tuntas: 3 anak (21,4%)	Tuntas: 6 anak (42,9%)	+ 21,5%	Belum Optimal. Saat mendarat dari lompatan ritmik tumpuan kaki anak masih goyah.
3	Keseimbangan (Balance)	Anak menjaga tubuh tidak jatuh saat berdiri 1 kaki atau jinjit di garis lurus.	Tuntas: 5 anak (35,7%)	Tuntas: 8 anak (57,1%)	+ 21,4%	Cukup Baik. Berjinjit sudah mulai stabil, namun berdiri 1 kaki masih sering limbung.
4	Koordinasi (Coordination)	Anak menyelaraskan gerak tangan & kaki bergantian sesuai irama musik.	Tuntas: 2 anak (14,3%)	Tuntas: 5 anak (35,7%)	+ 21,4%	Rendah. Anak masih bingung menyelaraskan gerak tepuk tangan sambil melangkah.
5	Kecepatan (Speed)	Anak merespons perubahan tempo lagu yang makin cepat dengan gerak sejenis.	Tuntas: 5 anak (35,7%)	Tuntas: 9 anak (64,3%)	+ 28,6%	Cukup Baik. Respons tempo meningkat, tapi ketepatan ketukan sering meleset.
6	Kelenturan (Flexibility)	Anak membungkuk menyentuh kaki / meliukkan badan tanpa rasa kesulitan.	Tuntas: 4 anak (28,6%)	Tuntas: 7 anak (50,0%)	+ 21,4%	Belum Optimal. Gerakan meliukkan badan anak masih kaku karena cemas & takut salah.

Rata-Rata Klasikal	27,4%	50,0%	+ 22,6%	Belum Tuntas. Dilanjutkan ke Siklus II.”
---------------------------	--------------	--------------	----------------	--

Hasil observasi kuantitatif pada Siklus I ditemukan bahwa rata-rata persentase ketuntasan yang diharapkan dalam kemampuan motorik kasar anak yang baru mencapai 50% dimana ditemukan separo anak yang dapat mengikuti Aktivitas Ritmik Tari Anak Ayam. Hal ini masih belum mencapai indikator keberhasilan yang diinginkan yaitu lebih dari 75%, sehingga peneliti melanjutkan ke siklus selanjutnya yaitu Siklus II dengan melakukan revisi pada Rancangan Harian Pembelajaran dan mengganti lagu yang lebih menarik lagi bagi anak.

Siklus II

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, peneliti membuat sumber daya pendidikan yang terdiri dari rencana pembelajaran harian kedua.

b. Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan

Siklus kedua kegiatan pendidikan berlangsung pada tanggal 12 Maret 2026, di Grup B TK Melati, Kecamatan Pangkalan Koto Baru, yang melibatkan 14 murid. Dalam hal ini, peneliti berperan sebagai pendidik. Proses pembelajaran berkaitan dengan rencana pembelajaran, yang menggabungkan penyesuaian dari Siklus I untuk mencegah terulangnya kesalahan atau kelemahan di Siklus II. Observasi dilakukan secara bersamaan dengan kegiatan pembelajaran.

Dalam kegiatan ini, anak-anak terlibat dalam permainan bebas di depan kelas, dimulai dengan berlari dan melompat di halaman sekolah, diiringi lagu yang menarik. Selanjutnya, anak-anak terlibat dalam rutinitas senam Penguin yang diiringi musik yang meriah, yang merangsang antusiasme mereka untuk bergerak. Para siswa menunjukkan keterampilan motorik kasar mereka seperti yang diharapkan dari tugas ini. Anak-anak terlihat dengan lincah berlari, melompat, dan memutar tubuh mereka mengikuti lagu dan musik yang mengiringi. Kegiatan pendidikan ini melibatkan anak-anak dalam semua aspek proses pembelajaran, sekaligus secara efektif meningkatkan perkembangan motorik kasar. Hal ini terlihat jelas ketika anak-anak dapat melompat, berlari kecil, dan berlari sambil mendengarkan musik dan mengikuti latihan yang diberikan. Pendidik memberikan hadiah secara langsung sebagai bentuk penghargaan dan penguatan.

c. Refleksi

Informasi selanjutnya diperoleh dari hasil pengamatan yang dilakukan selama kegiatan pembelajaran:

1. “Memotivasi anak didik untuk aktif dalam melakukan komunikasi kepada guru dan temannya
2. Membimbing dan menstimulasi anak didik untuk bergerak mengikuti alunan lagu
3. Menstimulasi anak didik bergerak dengan aktif
4. Menggunakan media pembelajaran yang menarik yaitu senam penguin yang disertai dengan lagu yang menarik dan ceria.”

Fase ini akan menilai implementasi yang efektif dan kekurangan dalam proses pengajaran dan pembelajaran untuk Aktivitas Ritmik.

Awalnya, pendidik melaksanakan semua pelajaran secara efektif selama proses pengajaran dan pembelajaran. Terlepas dari beberapa ketidaksempurnaan, tingkat implementasi untuk setiap aspek sangat tinggi. Kedua, data observasi menunjukkan bahwa siswa terlibat dalam gerakan yang disinkronkan dengan ritme lagu yang diberikan. Ketiga, kekurangan pada siklus sebelumnya telah diperbaiki dan ditingkatkan, sehingga menghasilkan kemajuan. Keempat, hasil belajar siswa pada Siklus II berhasil dicapai.

d. Revisi Pelaksanaan

Pada Siklus II, instruktur secara efektif menerapkan Aktivitas Ritmik,

sebagaimana dibuktikan oleh keterlibatan siswa dan hasil belajar yang memuaskan selama proses pengajaran dan pembelajaran, yang memenuhi harapan. Meskipun revisi yang berlebihan tidak diperlukan, sangat penting untuk fokus pada optimalisasi dan keberlanjutan elemen yang ada. Proses pengajaran dan pembelajaran selanjutnya harus memasukkan aktivitas menyusun huruf untuk meningkatkan pengalaman pendidikan, khususnya dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar anak, sehingga memfasilitasi pencapaian tujuan pembelajaran.

Melaui tindakan yang dilakukan ini yang secara bervariasi, peserta didik menjadi antusias dalam mengikuti Aktivitas Ritmik yang diputar. Anak-anak terlihat lincah dalam melakukan gerakan seperti, jalan ditempat, berputar, melompat dan meliuk-liukkan tubuhnya sesuai dengan ritme lagu yang teratur. Berdasarkan hasil observasi akhir pada Siklus II ini dimana ditemukan rata-rata persentase ketuntasan kemampuan motorik kasar anak meningkat secara signifikan sehingga mencapai lebih dari 75% yaitu sebagian besar anak mampu mengikuti gerakan secara tepat, semangat, ceria dan aktif. Karena target indikator sudah dinyatakan berhasil sesuai dengan standar capaian, maka siklus tindakan dihentikan dan dinyatakan tuntas.

Tabel 2. Analisis Capaian Motorik Kasar: Siklus I vs Siklus II

Jumlah Sampel Anak: 14 Orang

Target Ketuntasan Klasikal: $\geq 75\%$

No	Indikator	Kondisi Performa Anak yang Teramati	Hasil Siklus I	Hasil Siklus II	Peningkatan	Keterangan / Analisis Keberhasilan
1	“Kelincahan (Agility)”	Anak berlari, berputar, & ubah posisi berdiri-jongkok sesuai tempo musik tanpa jatuh.	Tuntas: 7 anak (50,0%)	Tuntas: 12 anak (85,7%)	+ 35,7%	Sangat Baik. Anak sudah lincah dan spontan mengubah posisi tanpa kehilangan kendali.
2	Kekuatan (Strength)	Anak menahan beban tubuh saat melompat atau mendarat dengan kokoh.	Tuntas: 6 anak (42,9%)	Tuntas: 11 anak (78,6%)	+ 35,7%	Optimal. Tumpuan kaki anak saat mendarat sudah kokoh meskipun kurang sedikit dari 80%.
3	Keseimbangan (Balance)	Anak menjaga tubuh tidak jatuh saat berdiri 1 kaki atau jinjit di garis lurus.	Tuntas: 8 anak (57,1%)	Tuntas: 12 anak (85,7%)	+ 28,6%	Sangat Baik. Anak mampu berdiri satu kaki saat lagu di-pause tanpa limbung.
4	Koordinasi (Coordination)	Anak menyelaraskan gerak tangan & kaki bergantian sesuai irama musik.	Tuntas: 5 anak (35,7%)	Tuntas: 11 anak (78,6%)	+ 42,9%	Peningkatan Tertinggi. Masalah koordinasi teratasi lewat penyederhanaan ketukan.
5	Kecepatan (Speed)	Anak merespons perubahan tempo lagu yang makin cepat dengan gerak sejenis.	Tuntas: 9 anak (64,3%)	Tuntas: 13 anak (92,9%)	+ 28,6%	Istimewa. Hampir seluruh anak mampu menyamakan gerakan mengikuti tempo lagu yang cepat.

6	Kelenturan (Flexibility)	Anak membungkuk menyentuh kaki / meliukkan badan tanpa rasa kesulitan.	Tuntas: 7 anak (50,0%)	Tuntas: 12 anak (85,7%)	+ 35,7%	Sangat Baik. Anak tidak ragu lagi, gerakan meliukkan badan terlihat luwes dan maksimal.
Rata-Rata Klasikal			50,0%	84,5%	+ 34,5%	BERHASIL. Target tercapai, siklus dihentikan.”

PEMBAHASAN

a. Ketuntasan Hasil Belajar Siswa

Penelitian seperti ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak-anak dapat memperoleh manfaat dari aktivitas ritmis. Peningkatan hasil belajar yang nyata dari Siklus I ke Siklus II, yang meningkat dari 50% menjadi lebih dari 75%, merupakan bukti peningkatan keterlibatan siswa dalam menggunakan keterampilan motorik kasar dasar selama berbagai aktivitas pembelajaran. Secara keseluruhan, kapasitas belajar siswa berhasil dicapai pada Siklus II. Peningkatan sebesar 35% terjadi dengan adanya bukti bahwa stimulasi fisik yang dirangsang secara terstruktur, konsisten, dan menyenangkan yang dapat mengoptimalkan fungsi control otot-otot besar anak.

b. Kemampuan Guru dalam Mengelola Pembelajaran

Penelitian menunjukkan bahwa setiap siklus Aktivitas Ritmik sangat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa yang berpartisipasi. Fakta bahwa keterampilan motorik kasar anak-anak tumbuh sedikit demi sedikit dengan setiap siklus menunjukkan bagaimana hal ini memengaruhi perkembangan mereka. Kapasitas guru untuk meningkatkan pembelajaran ditunjukkan melalui penggunaan media pendidikan yang menarik dan inovatif, yang secara efektif mendorong perkembangan kemampuan motorik kasar siswa. Kemampuan guru untuk memotivasi dan melibatkan anak-anak, sehingga meningkatkan keterlibatan mereka dalam kegiatan pembelajaran.

c. Aktivitas Guru dan Anak Didik dalam Pembelajaran

Analisis data menunjukkan bahwa siswa menunjukkan peningkatan keterlibatan dalam proses pembelajaran selama Aktivitas Ritme. Mereka terlihat menggunakan kemampuan motorik kasar mereka, termasuk berlari, melompat, dan meniru gerakan lagu. Akibatnya, dapat ditegaskan bahwa aktivitas siswa sangat aktif.

Selama Siklus I, pelajaran berpusat pada "Tarian Ayam," sebuah koreografi yang gerakannya terbukti menantang bagi anak-anak untuk ditiru. Tempo lagu agak cepat, dan anak-anak menunjukkan kurangnya motivasi. Pada Siklus II, guru, yang bertindak sebagai peneliti, berhasil mengarahkan anak-anak menuju inovasi dengan menyediakan musik dan media untuk "Senam Penguin," bersama dengan musik dan lirik yang sesuai.

Secara bersamaan, tindakan pendidik selama pelajaran secara mahir menerapkan strategi pembelajaran aktif. Hal ini terlihat jelas dalam tindakan guru, yang meliputi mengarahkan dan memantau siswa selama kegiatan dan mendorong keterlibatan siswa, yang mencakup sebagian besar tugas-tugas ini.

Tabel 3. Rekapitulasi Rata-Rata Capaian Motorik Kasar Anak (Siklus I vs Siklus II)

No	Indikator Perkembangan	Hasil Siklus I (Tuntas)	Persentase Siklus I	Hasil Siklus II (Tuntas)	Persentase Siklus II	Signifikansi Peningkatan
1	Kelincahan (Agility)	7 anak	50,0%	12 anak	85,7%	+ 35,7%
2	Kekuatan (Strength)	6 anak	42,9%	11 anak	78,6%	+ 35,7%

3	Keseimbangan (Balance)	8 anak	57,1%	12 anak	85,7%	+ 28,6%
4	Koordinasi (Coordination)	5 anak	35,7%	11 anak	78,6%	+ 42,9%
5	Kecepatan (Speed)	9 anak	64,3%	13 anak	92,9%	+ 28,6%
6	Kelenturan (Flexibility)	7 anak	50,0%	12 anak	85,7%	+ 35,7%
Rata-Rata Klasikal		7 anak	50,0%	12 anak	84,5%	+ 34,5%

Menurut Tabel 1, terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan motorik kasar rata-rata anak-anak dari Siklus I ke Siklus II. Pada Siklus I, proporsi penyelesaian gerakan klasik hanya mencapai 50,0%, gagal memenuhi target keberhasilan $\geq 80\%$. Hal ini disebabkan oleh anak-anak yang masih ragu-ragu dan kaku dalam koordinasi gerakan mereka. Setelah pertimbangan dan tindakan perbaikan pada Siklus II, yang meliputi penyederhanaan irama koreografi dan penggabungan musik yang lebih mudah dikenali, kemampuan klasik rata-rata meningkat menjadi 84,5%. Dengan demikian, indikator keberhasilan tindakan telah terpenuhi secara sempurna dan siklus penelitian dihentikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dari studi yang dilakukan di TK Melati Koto Alam, dapat ditarik kesimpulan melalui kegiatan aktivitas ritmik yang dilakukan oleh peserta didi yang berusia 5 – 6 Tahun. Melalui observasi peneliti, terlihat bahwa terdapat lonjakan ketuntasan klasikal yang signifikan dari Siklus I sebesar 50% menjadi diatas 75% pada siklus II. Hal ini menandakan target indikator keberhasilan telah terpenuhi sesuai dengan keinginan peneliti. Optimalnya capaian ini pada indikatoer fisik anak yaitu aspek kelincahan, kekuatan, keseimbangan, koordinasi kecepatan, dan kelenturan. Secara keseluruhan menjelaskan bahwa aktivitas ritmik dapat digunakan sebagai alternative untuk meningkatkan motoric kasar anak di Taman Kanak-kanak.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas: Edisi Revisi. Jakarta: Bumi Aksara.
- Atqiya, Qonita, and Rivan Saghita Pratama, 'Pelaksanaan Kegiatan Senam Dalam Menstimulasi Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini', *Keguru: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 8.2 (2024), 11–20
- Haryadi, Rochmad, 'Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini (AUD) Dengan Gerak Tari', *MENTARI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5.1 (2025)
- Hasibuan, Intan Syahdila, Arlina Arlina, and Enny Nazrah Pulungan, 'Implementasi Strategi Guru Dalam Mengembangkan Keterampilan Motorik Kasar Pada Anak di TK IT Bunayya 7 Al-Hijrah Kecamatan Percut Sei Tuan', *Hikmah: Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam*, 1.3 (2024), 45–56
- Iriani, Siti Zahra Aglia, and Salman Salman, 'Menggali Potensi Senam Dan Ritmik Dalam Pengembangan Keterampilan Motorik', *Pubmedia Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1.4 (2024), 10
- Magdalena, I. (2023). Metodologi Penelitian Tindakan Kelas. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Mursid, Mursid, 'Pelaksanaan Senam Irama Untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini', *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8.1 (2025), 207–15
- Prio Utomo. (2024). Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK): Panduan Praktis Untuk Guru Dan Mahasiswa Di Institusi Pendidikan. Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia, 1(4), 1–19.
- Purwanti, H. F., Mardalena, Nirwana, E. S., Sumarni, T., & Saputri, Y. (2025). Pembelajaran yang Terlalu Akademis di PAUD: Hilangnya Esensi Bermain. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin*, 9(11), 2118–7451.
- Sahudi, U., & Nurhayati, M. (2025). Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini Berbasis Kearifan Lokal: Strategi Pengembangan Gerak Dasar Motorik. *Jambura Early Childhood Education Journal*, 7(2), 246–263. <https://doi.org/10.37411/jecej.v7i2.4047>

- Siregar, Husnah, Habibah Rusly Elly, Ilda Zahratunisa, Tania Eviana, and Fajar Siddik, 'Pengaruh Senam Ritmik Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa', *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1.8 (2024), 3210–16
- Taha, A. N., Bastiana, & Ramlah. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Aktivitas Ritmik pada Kelompok A TK Hikma Urung. *Profesi Kependidikan*, 4(2).
- Zannah, Raudatul, and Lina Revilla Malik, 'Peran Permainan Fisik Motorik Kasar Dalam Mendukung Iklim Pembelajaran Yang Aktif Dan Menyenangkan Di PAUD', *EDUCASIA: Jurnal Pendidikan, Pengajaran, Dan Pembelajaran*, 9.2 (2024), 125–34