
Pengembangan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Kreasi Di Paud Rizqy Kabupaten Kaur

Diszuriani¹⁾, Elise Muryani²⁾, Dadan Suryana³⁾, Tisna Syafnita⁴⁾

^{1,2,3,4)}Pendidikan Guru Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

Email : diszurianikaur22@gmail.com
elise@fip.unp.ac.id
suryana@fip.unp.ac.id
tisnasyafnita@fip.unp.ac.id

Abstract

This study was prompted by the deficiency of gross motor abilities found in early childhood at Rizqy PAUD, Kaur Regency. This is apparent from the children's incapacity to execute numerous motions, such as sprinting, jumping, keeping equilibrium, and coordinating their bodies. This study seeks to enhance children's gross motor skills with new gymnastics techniques. The study comprised 10 children from Rizqy PAUD, consisting of 4 males and 6 girls. The employed research approach was a Classroom Action Research (CAR) conducted across multiple cycles. Each cycle comprised preparatory steps, execution of actions, observation, and reflection. The study subjects were preschool-aged children in Rizqy PAUD, Kaur Regency. Data collecting procedures were executed via observation, documentation, and assessment of children's advancement during the learning process. The study's results indicated a substantial enhancement in children's gross motor skills throughout each cycle. In the pre-cycle phase, the completion percentage attained only 40%. Following the execution of Cycle I, the percentage rose to 55%. In Cycle II, the completion rate attained 85%, thereby deeming this study effective. Consequently, it can be concluded that creative gymnastics activities utilizing sticks have demonstrated effectiveness in enhancing the gross motor abilities of early infancy at Rizqy Kindergarten, Kaur Regency.

Keywords: Early Childhood, Creative Gymnastics, Gross Motor Skills

Abstract

Penelitian ini dipicu oleh kekurangan kemampuan motorik kasar yang ditemukan pada anak usia dini di PAUD Rizqy, Kabupaten Kaur. Hal ini terlihat dari ketidakmampuan anak-anak untuk melakukan berbagai gerakan, seperti berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan mengkoordinasikan tubuh mereka. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak dengan teknik senam baru. Penelitian ini melibatkan 10 anak dari PAUD Rizqy, terdiri dari 4 laki-laki dan 6 perempuan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah Penelitian Aksi Kelas (CAR) yang dilakukan dalam beberapa siklus. Setiap siklus terdiri dari langkah-langkah persiapan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah anak-anak usia prasekolah di PAUD Rizqy, Kabupaten Kaur. Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan penilaian kemajuan anak selama proses pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan motorik kasar anak di setiap siklus. Pada fase pra-siklus, persentase penyelesaian hanya mencapai 40%. Setelah pelaksanaan Siklus I, persentase tersebut meningkat menjadi 55%. Pada Siklus II, tingkat penyelesaian mencapai 85%, sehingga penelitian ini dapat dianggap efektif. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam kreatif yang menggunakan tongkat telah menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini di TK Rizqy, Kabupaten Kaur.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Senam Kreasi, Motorik Kasar

PENDAHULUAN

Usia dini merupakan periode yang sangat krusial dalam membentuk karakter dasar anak dan memberikan dampak signifikan terhadap kehidupan mereka di masa depan (Pana, 2026). Pendidikan merupakan aktivitas yang dirancang untuk membangun suasana di mana pembelajaran dapat berlangsung. Tujuannya adalah agar siswa secara proaktif mengembangkan kapasitas dalam diri mereka. Diharapkan mereka akan menunjukkan ketabahan spiritual, disiplin diri, karakter terpuji, kecerdasan, etika yang baik, dan bakat yang dibutuhkan untuk manfaat pribadi dan masyarakat (Abd Rahman dkk., 2022).

Hal ini menunjukkan bahwa masa kanak-kanak awal berfungsi sebagai fondasi penting

untuk memengaruhi pikiran, kemampuan, dan tindakan anak-anak di tahap selanjutnya (Dini, 2025). Ini adalah periode yang tepat bagi anak-anak untuk mulai mengidentifikasi berbagai elemen di lingkungan sekitar mereka (Amaliah dkk., 2024). Pada periode ini, anak-anak memperoleh pengetahuan baru yang luas, termasuk komunikasi verbal, berjalan, pengenalan individu yang dikenal, warna, angka, dan keterampilan interaksi sosial (Rahmi dkk., 2026). Aspek perkembangan mencakup pertumbuhan sosial dan emosional, cita-cita moral dan agama, kemajuan kognitif, perkembangan bahasa dan seni, serta keterampilan fisik atau motorik (Auliya, 2024).

Anak-anak adalah titik fokus dan memiliki fungsi vital sebagai peserta utama dalam pendidikan anak usia dini (Ilmi dkk., 2022). Penelitian terbaru menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini mengintegrasikan pengasuhan, pembelajaran, dan faktor lingkungan untuk membangun fondasi kompetensi holistik anak (Astri, 2025).

Perkembangan adalah proses yang ditandai dengan peningkatan keterampilan atau kemahiran dalam bentuk dan fungsi tubuh, yang terjadi secara progresif, konsisten, dan dapat diandalkan karena pengalaman dan pematangan (Yola Aritonang dkk., 2024). Perkembangan motorik adalah proses transformasi berkelanjutan yang terkait dengan kemampuan individu untuk mengontrol dan melakukan gerakan. Hal ini dibentuk oleh faktor pertumbuhan, pengalaman, dan latihan berkelanjutan, dan karenanya dapat diidentifikasi melalui perubahan dalam gerakan yang dilakukan (Azizah, A. 2024).

Elfiafi dan Munasti (2022:2) menjelaskan bahwa perkembangan motorik, khususnya keterampilan motorik kasar, terkait erat dengan tingkat kebugaran fisik. Kemampuan motorik kasar yang beragam yang dikembangkan oleh anak-anak, seperti merangkak, berjalan, berlari, melompat, dan berenang, bermanfaat untuk kehidupan mereka di masa depan (Ruslan dkk., 2023). Elizabeth B. Hurlock (1998:39) berpendapat bahwa perkembangan motorik anak adalah proses pematangan yang dibentuk oleh perbedaan bentuk dan fungsi, yang mencakup perubahan sosio-emosional (Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, 2024). Berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang menyenangkan dan sesuai usia dapat meningkatkan perkembangan kelompok otot utama anak, sehingga meningkatkan keseimbangan, kekuatan, dan koordinasi gerakan tubuh (Purwanti, 2025). Contohnya termasuk menendang bola, melempar, dan memanipulasi benda (Lanapu & Kristsuana, 2025).

Keterampilan motorik kasar sangat penting untuk perkembangan anak dan memerlukan fokus dari orang tua dan pendidik. Keterampilan ini mencakup tindakan tubuh yang substansial, termasuk berlari, melompat, melempar, dan menangkap, yang penting untuk tugas sehari-hari dan proses pembelajaran selama perkembangan awal (Zulia, 2024). Senam adalah latihan fisik yang terorganisir dan direncanakan dengan cermat, melibatkan gerakan spesifik yang dirancang untuk memberikan manfaat yang menguntungkan bagi tubuh (Zikrillah dkk., 2026). Menurut Atri Widowati dan Rasyono (2018:8), senam adalah latihan fisik yang memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan optimal pada anak-anak (Ekawati dkk., 2026). Senam adalah modalitas aktivitas yang secara signifikan meningkatkan kebugaran fisik dan keterampilan motorik (Tafuy dkk., 2025).

Gemaran Gemari (Senam Gemari) adalah bentuk senam yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan motorik anak, sehingga mendukung keseimbangan dalam pertumbuhan dan perkembangan mereka (Elfiadi & Munasti, 2022). "Gemaran Kreatif" adalah bentuk senam kreatif yang ditandai dengan gerakan-gerakan sederhana yang cocok untuk anak usia 4 hingga 6 tahun. Senam ini menggabungkan lagu-lagu anak, sehingga anak-anak dapat menikmati meniru gerakan-gerakan tersebut karena musik dan ritme yang familiar yang sering mereka dengar dan nyanyikan di sekolah (Ruslan dkk., 2023).

Dengan bermain senam kreasi, anak tidak hanya bergerak secara fisik, tetapi juga bisa meningkatkan kemampuan untuk menyesuaikan diri, menjaga keseimbangan, bergerak lincah, serta kreativitas dalam bermain (Sinaga et al., 2025). Senam kreasi anak memberi kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan diri dan membentuk lingkungan belajar yang lebih aktif,

menyenangkan, dan tidak membosankan (Trilova et al., 2026). Korelasi antara senam kreatif dan keterampilan motorik kasar sangat signifikan, karena senam kreatif mencakup berbagai gerakan tubuh yang menggunakan banyak kelompok otot, termasuk berjalan, berlari, melompat, mengayunkan lengan, membungkuk, dan menyeimbangkan.

Studi terbaru menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak-anak meningkat secara signifikan setelah latihan senam yang konsisten dan berulang (Sinaga dkk., 2025). Ini menunjukkan bahwa senam yang terstruktur secara artistik dapat berfungsi sebagai instrumen pendidikan yang efektif untuk anak-anak usia dini. Akibatnya, senam kreatif sangat penting untuk pendidikan anak usia dini.

Pengamatan di kelas PAUD Risqy menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar anak-anak membutuhkan peningkatan stimulasi. Hal ini terlihat pada anak-anak tertentu yang terus mengalami kesulitan mengatur gerakan tubuh, seperti saat melompat, berlari, atau menjaga keseimbangan. Sepanjang proses pendidikan, para pendidik telah berupaya untuk memasukkan berbagai aktivitas fisik; namun, metodologi yang digunakan masih kurang beragam. Aktivitas yang menarik dan selaras dengan ciri perkembangan anak usia dini sangat penting, salah satunya adalah senam kreatif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang diteliti adalah bagaimana senam kreasi dapat membantu perkembangan motorik kasar pada anak. Tujuan penelitian yang sesuai dengan rumusan masalah, yaitu untuk memahami peran senam kreasi dalam membantu perkembangan kemampuan motorik kasar anak.

Sebab itu, saya ingin melakukan penelitian dengan judul "Pengembangan Motorik Kasar Anak melalui Senam Kreasi di PAUD Rizqy, Kabupaten Kaur". Pemilihan kegiatan senam kreasi dengan menggunakan stick didasarkan pada kemampuannya untuk merangsang berbagai aspek keterampilan motorik kasar anak, seperti keseimbangan tubuh, koordinasi gerakan, kekuatan gerakan, kelancaran berpindah, dan daya tahan otot. Penggunaan senam kreasi diharapkan dapat menjadi cara belajar yang baik untuk meningkatkan kemampuan gerak besar anak serta membantu proses belajar yang lebih hidup, menyenangkan, dan bermakna bagi anak usia dini.

Perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang saya lakukan terdapat pada fokus penelitian, cara melakukan penelitian, serta situasi atau kondisi saat penelitian dilakukan. Penelitian sebelumnya biasanya membahas perkembangan kemampuan gerak kasar anak dengan berbagai cara seperti bermain permainan tradisional, berolahraga dasar, atau melakukan senam umum, tanpa menyesuaikan metode tersebut dengan ciri khas setiap anak. Penelitian ini berpusat pada penerapan senam kreasi sebagai strategi yang dibuat khusus dan kreatif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak-anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan teknik Penelitian Tindakan Kelas (CAR). Penelitian ini dilakukan di PJK Risqy di Kabupaten Kaur, dengan 10 anak sebagai partisipan. Kelompok anak-anak tersebut berusia 5 sampai 6 tahun, terdiri dari 4 anak laki-laki dan 6 anak perempuan. Data penelitian diperoleh dari kegiatan belajar senam kreatif anak-anak di PJK Risqy di Kabupaten Kaur. Teknik pengumpulan data meliputi observasi langsung, dokumentasi, dan catatan lapangan. Tujuan CAR adalah untuk meningkatkan kualitas pendidikan dengan menerapkan metode pedagogis yang sesuai dan disesuaikan dengan masalah dan fase perkembangan siswa. CAR bertujuan untuk meningkatkan kemampuan instruktur dalam membuat penilaian yang tepat mengenai kebutuhan siswa dan lingkungan kelas (Susilo, H., 2022).

Penelitian ini menggunakan paradigma Kemmis dan McTaggart (1988), yang terdiri dari empat tahap: persiapan, tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua bagian, dengan setiap fase mengintegrasikan peningkatan berdasarkan refleksi dari fase sebelumnya. Pendekatan bertahap ini dilakukan secara terus-menerus hingga peningkatan

pendidikan yang diperlukan tercapai. Siklus penelitian ini memiliki beberapa tahapan. Pada fase perencanaan, peneliti menetapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), merancang materi dan gerakan senam kreatif, mengidentifikasi media pembelajaran tambahan, dan menyusun instrumen observasi untuk menilai keterampilan motorik kasar anak.

Fase implementasi mencakup pengenalan kegiatan senam kreatif kepada anak-anak di PJK Rizqy di Kabupaten Kaur, sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah ditetapkan sebelumnya. Selanjutnya, pada fase observasi, peneliti memantau aktivitas dan perkembangan keterampilan motorik kasar anak, termasuk berjalan, melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi gerakan tubuh. Pada fase refleksi, peneliti menganalisis observasi untuk mengetahui keberhasilan dan hambatan yang dihadapi selama implementasi. Pemikiran ini memberikan dasar untuk menilai dan menyempurnakan implementasi siklus selanjutnya untuk lebih meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Metode pengumpulan data meliputi observasi menggunakan lembar evaluasi perkembangan motorik anak, serta dokumentasi melalui foto aktivitas dan arsip aktivitas sebagai data tambahan untuk penelitian ini. Catatan lapangan digunakan untuk mendokumentasikan keadaan, reaksi, dan perilaku anak-anak selama latihan tersebut.

Lembar Instrumen Penelitian:

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Observasi Perkembangan Motorik Anak

No	Indikator yang Diamati	Deskripsi Perilaku Anak	1	2	3	4
1	Koordinasi gerak	Anak dapat menggerakkan tangan dan kaki secara beraturan dan selaras saat melakukan gerakan senam kreasi dengan menggunakan tongkat.				
2	Menjaga keseimbangan	Anak dapat mempertahankan keseimbangan tubuh saat berdiri, berjalan, dan melakukan gerakan dalam senam.				
3	Kekuatan gerak	Anak mampu melakukan gerakan melompat, mengayunkan tongkat, dan bergerak sesuai perintah dengan lancar.				
4	Kelancaran lokomotor	Anak dapat berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan gerakan seperti maju, mundur, bergeser ke samping, atau berlari kecil.				
5	Kekuatan otot	Anak dapat memegang stik dengan kuat dan kencang sepanjang melakukan senam, sehingga stik tidak lepas atau jatuh meskipun diayunkan dengan tenaga.				

Tabel 2. kriteria penilaian

skor	Kategori	Keterangan
1	BB	Belum berkembang
2	MB	Mulai berkembang
3	BHS	Berkembang sesuai harapan
4	BSB	Berkembang sangat baik

Menurut cresswell (2015), analisis data dalam penelitian kelas dapat dilakukan dengan pendekatan deskriptif kuantitatif yaitu melalui perhitungan nilai rata rata dan persentase peningkatan hasil penelitian. Untuk menghitung nilai rata-rata, dapat digunakan rumus berikut:

$$\bar{X} = \Sigma X / N$$

Keterangan:

- $\bar{X}$ = mean/rata-rata
- ΣX = jumlah seluruh skor
- N= Jumlah siswa

Rumus penilaian:

Persentase keberhasilan perkembangan motorik anak dihitung menggunakan rumus:

$$P = f / N \times 100\%$$

Keterangan:

- **P** = Persentase ketuntasan
- **f** = Jumlah anak yang mencapai kategori BSH dan BSB
- **N** = Jumlah seluruh anak
- **100%** = Bilangan tetap

Data kualitatif dapat dicermati menggunakan analisis deskriptif untuk memaparkan tahapan dalam penerapan dan dampaknya dalam menangani persoalan (Cresswell. J., 2015) analisis kualitatif ditampilkan dalam wujud penjelasan naratif yang menguraikan kemajuan motorik anak lewat senam kreatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian Aksi Kelas (CAR) ini dilaksanakan di PJK Rizqy Kabupaten Kaur, dengan 10 partisipan berusia 5 sampai 6 tahun, terdiri dari 4 anak laki-laki dan 6 anak perempuan. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap, menggunakan senam kreatif sebagai metode pedagogis untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Setiap siklus terdiri dari empat fase: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi, mengikuti struktur yang ditetapkan oleh Kemmis dan McTaggart (1988). Kondisi Awal Pra-Siklus

Sebelum penelitian, peneliti melakukan observasi awal untuk mengevaluasi kemampuan motorik kasar anak-anak di PJK Rizqy Kabupaten Kaur. Observasi menunjukkan bahwa sebagian besar anak masih dikategorikan sebagai Belum Berkembang (BB) atau Mulai Berkembang (MB) di semua indikator yang dievaluasi, termasuk koordinasi motorik, keseimbangan, kekuatan motorik, kelancaran lokomotor, dan kekuatan otot. Hanya 2 dari 10 anak (20%) yang mencapai peringkat Berkembang Sesuai Harapan (BSH) atau Berkembang Sangat Baik (BSB). Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi melalui kegiatan yang lebih menarik dan terorganisir; oleh karena itu, peneliti memilih untuk memasukkan instruksi senam kreatif dalam siklus penelitian.

Data hasil observasi pra-siklus selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Hasil Observasi Motorik Kasar Anak Pra-Siklus

No	Indikator	BB (1)	MB (2)	BSH (3)	BSB (4)	Rata-rata
1	Koordinasi gerak	4	4	2	0	1,8
2	Menjaga keseimbangan	5	3	2	0	1,7
3	Kekuatan Gerak	4	4	2	0	1,8
4	Kelancaran lokomotor	5	3	2	0	1,7
5	Kekuatan otot	4	4	2	0	1,8
Persentase BSH + BSB		20% (2 dari 10 anak mencapai BSH/BSB)				

Berdasarkan Jadual 3, purata markah semua petunjuk pada pra-siklus adalah antara 1,7–1,8, menunjukkan bahawa kemahiran motor kasar kanak-kanak secara umum masih di peringkat Mulai Berkembang. Keadaan ini menandakan keperluan intervensi dalam bentuk aktiviti yang lebih menarik dan tersusun, justeru penyelidik memutuskan untuk melaksanakan pembelajaran senam kreasi dalam penyelidikan.

Hasil Siklus I

Pada peringkat perancangan Siklus I, peneliti membuat Rancangan Pelaksanaan Pengajaran Harian (RPPH) yang membuat aktivitas senam kreasi sebagai kegiatan utama. Pergerakan senam yang dipilih adalah pergerakan asas yang ringkas dan mudah ditiru oleh kanak-kanak berumur 5–6 tahun, seperti melangkah ke hadapan ke belakang, mengayun tangan, melompat di tempat, dan bergerak ke tepi. Selain itu, penyelidik juga menyediakan bahan bantu berupa batang sebagai props senam, serta memilih muzik yang dikenali kanak-kanak seperti lagu-lagu riang kanak-kanak. Instrumen pemerhatian yang telah disediakan berdasarkan lima petunjuk motor kasar juga disediakan pada peringkat ini.

Pelaksanaan tindakan Siklus I dijalankan mengikut RPPH yang telah dirangka. Aktiviti dimulakan dengan sesi pemanasan ringkas agar otot kanak-kanak bersedia untuk melakukan

pergerakan. Seterusnya, guru memperkenalkan urutan pergerakan senam kreasi secara berperingkat dan memberikan contoh terus di hadapan kanak-kanak. Kanak-kanak kemudian mengikuti pergerakan guru secara serentak diiringi musik. Pada akhir kegiatan, dilakukan pendinginan dengan pergerakan ringan serta penghargaan terhadap penyertaan kanak-kanak. Sepanjang pelaksanaan, penyelidik turut melakukan pemerhatian terhadap kebolehan setiap kanak-kanak pada setiap petunjuk yang telah ditetapkan.

Observasi dari Siklus I menunjukkan peningkatan substansial dibandingkan dengan kondisi sebelum siklus. Secara keseluruhan, 55% anak, atau setara dengan 6 dari 10, mencapai tingkat BSH atau BSB. Skor indikator rata-rata meningkat menjadi antara 2,4 dan 2,6, yang menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah maju ke tahap Berkembang Sesuai Harapan. Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Observasi Motorik Kasar Anak Siklus I

No	Indikator	BB (1)	MB (2)	BSH (3)	BSB (4)	Rata-rata
1	Koordinasi Gerak	1	3	5	1	2,6
2	Menjaga keseimbangan	1	4	4	1	2,5
3	Kekuatan Gerak	1	3	5	1	2,6
4	Kelancaran lokomotor	2	3	4	1	2,4
5	Kekuatan otot	1	3	5	1	2,6
Persentase BSH + BSB		55% (6 dari 10 anak mencapai BSH/BSB)				

Berdasarkan table 4, indikator koordinasi gerakan, daya gerak, dan kekuatan otot meraih purata tertinggi sebanyak 2,6. Sementara itu, penanda kelancaran lokomotor masih meraih purata terendah sebanyak 2,4, yang menunjukkan bahawa kebolehan kanak-kanak dalam melakukan pergerakan berpindah tempat masih perlu ditambah baik melalui latihan yang lebih kerap.

Berdasarkan observasi Hasil Siklus I, penyelidik membuat perlaksanaan tindakan. Beberapa catatan yang diperoleh adalah: (1) separoh anak dari dalam kelas masih ragu-ragu menggerakkan tubuhnya (2) Sebagian anak kurang terlatih dalam memegang dan mengayunkan kayu (3) senaman yang terlalu pendek menyebabkan latihan motorik belum berlangsung secara optimum. Oleh itu, penambahbaikan yang dirancang untuk Siklus II adalah: mempermudah gerakan agar mudah diikuti, memberikan latihan menggunakan stik, memanjangkan waktu senam, dan memberikan arahan yang intens.

Hasil Siklus II

Berdasarkan refleksi siklus I, peneliti merancang kembali RPPH untuk siklus II dengan perbaikan yang telah dikenal pasti. Gerakan senam pada siklus II dipusatkan pada indikator yang masih lemah, khususnya kelancaran lokomotor dan keseimbangan. Peneliti juga memasukkan latihan khusus penggunaan stik sebelum senam utama dan menambah masa pelaksanaan. Siklus II dilaksanakan dengan menerapkan perbaikan yang dirancang. Aktivitas dimulai dengan pemanasan, dan langsung diikuti dengan latihan stik guru memberikan motivasi kepada anak dan meyakinkan gerakan yang benar. Suasana pembelajaran lebih kondusif dan kanak-kanak lebih bersemangat berbanding siklus I. Hasil pemerhatian siklus II menunjukkan peningkatan ketara pada semua indikator motorik kasar kanak-kanak. Sebanyak 9 daripada 10 kanak-kanak (85%) mencapai kategori BSH atau BSB. Purata skor meningkat kepada 3,2–3,4, menunjukkan perkembangan optimum motorik kasar kanak-kanak. Data pemerhatian siklus II boleh dilihat pada Jadual 5 di bawah.

Tabel 5. Hasil Observasi Motorik Kasar Anak Siklus II

No	Indikator	BB (1)	MB (2)	BSH (3)	BSB (4)	Rata-rata
1	Koordinasi gerak	0	1	4	5	3,4
2	Menjaga keseimbangan	0	1	5	4	3,3

3	Kekuatan gerak	0	1	4	5	3,4
4	Kelancaran lokomotor	0	2	4	4	3,2
5	Kekuatan otot	0	1	4	5	3,4
Persentase BSH + BSB		85% (9 dari 10 anak mencapai BSH/BSB)				

Berdasarkan Tabel 5, hampir semua penanda menunjukkan kemajuan yang konsisten. Penanda koordinasi gerakan, kekuatan gerakan, dan kekuatan otot meraih rata-rata tertinggi sebesar 3,4. Penanda kelancaran lokomotor yang pada siklus I menjadi penanda dengan capaian terendah juga menunjukkan kemajuan yang cukup penting dengan rata-rata 3,2. Dengan persentase penyelesaian mencapai 85%, penelitian pada siklus II ini dinyatakan sukses dan penelitian tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya.

Hasil evaluasi dari siklus II menunjukkan bahwa peningkatan tersebut secara signifikan memajukan keterampilan motorik kasar anak-anak. Latihan senam kreatif yang berulang, disesuaikan dengan kemampuan anak-anak dan disertai dengan tongkat serta musik yang familiar, menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar secara keseluruhan. Anak-anak menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan antusiasme untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran fisik.

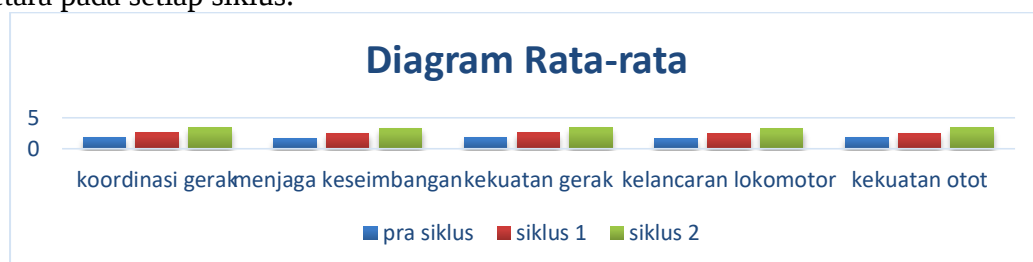
Rekapitulasi Peningkatan Motorik Kasar Anak

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai perkembangan kemampuan motorik kasar anak dari pra-siklus hingga siklus II, berikut disajikan tabel rekapitulasi hasil penelitian.

Tabel 6. Rekapitulasi Hasil Penelitian Motorik Kasar Anak

Siklus	Rata-rata Skor	Jumlah Anak BSH/BSB	Persentase	Ket
Pra-Siklus	1,76	2 anak	20%	Belum tuntas
Siklus I	2,54	6 anak	55%	Belum tuntas
Siklus II	3,34	9 anak	85%	Tuntas

Menurut Tabel 6, peningkatan yang sebanding ditunjukkan dari fase pra-siklus ke Siklus I, dan selanjutnya dari Siklus I ke Siklus II. Tingkat keberhasilan meningkat secara progresif dari 20% pada pra-siklus menjadi 55% pada siklus I, dan akhirnya mencapai 85% pada siklus II. Purata skor juga naik dari 1.76 kepada 2.54 dan kemudian 3.34, yang menunjukkan kenaikan yang ketara pada setiap siklus.



Pembahasan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan aktivitas senam kreatif secara konsisten secara signifikan meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5 hingga 6 tahun di TK Rizqy, Kabupaten Kaur. Peningkatan ini terlihat di semua aspek yang terukur, termasuk koordinasi motorik, pemeliharaan keseimbangan, kekuatan otot, kelancaran lokomotor, dan kekuatan keseluruhan.

Elfiadi dan Munasti (2022) menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar berhubungan dengan kebugaran fisik dan melibatkan gerakan tangan, kaki, dan seluruh otot tubuh anak, dengan gerakan-gerakan ini bergantung pada kematangan koordinasi. Meskipun penanda kelancaran lokomotor berada pada titik terendahnya di Siklus I, bukti menunjukkan

peningkatan substansial setelah Siklus II, yang disebabkan oleh modifikasi yang rumit. Kapasitas anak untuk bergerak (misalnya, maju/mundur, meluncur ke samping, dan berlari) menandakan kemajuan keterampilan lokomotor. Gallahue (1989) menyatakan bahwa keterampilan lokomotor berkaitan dengan tindakan transisi dari satu lokasi ke lokasi lain. Berbagai modifikasi, termasuk menambah latihan dan memperpanjang durasi yang dialokasikan untuk aktivitas, meningkatkan kelancaran gerakan anak selama lokomosi.

Indikator kekuatan, yang diukur dari kemampuan anak memegang tongkat dan menggoyangkannya secara stabil, juga menunjukkan peningkatan yang signifikan. Gimnastik kreatif membantu pengembangan kemampuan anak-anak untuk memperkuat otot-otot lengan mereka. Berdasarkan Purwanti (2025), aktivitas fisik yang menyenangkan dan sesuai tahap perkembangan menciptakan kesempatan bagi otot besar untuk menguatkan, memperbaiki keseimbangan dan kekuatan tubuh, serta memperhalus koordinasi gerakan.

Salah satu faktor keberhasilan dari penelitian ini adalah kepribadian yang ceria dan ramah karakter dari gimnastik kreatif untuk anak usia dini. Menurut Ruslan et al. (2023), gimnastik kreatif yang menyenangkan adalah aktivitas di mana anak usia 4-6 tahun dipandu melalui gerakan terstruktur namun sederhana yang disetel dengan lagu-lagu anak-anak. Karena lagu-lagu anak sering diputar dan dinyanyikan di sekolah, gimnastik kreatif menempatkan anak-anak dalam suasana hati yang lebih baik untuk bergerak dan juga memudahkan rangsangan motorik kasar bagi anak-anak.

Selain itu, metodologi penelitian ini sejalan dengan metodologi Sinaga dkk. (2025), yang menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak meningkat ketika mereka menjadi bagian dari program pelatihan terstruktur/periodisasi, dibandingkan ketika mereka menjadi bagian dari kelompok kontrol. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa pendidikan anak usia dini dapat memperoleh manfaat dari program pelatihan yang terorganisir dan kreatif. Kesimpulannya, data ini menegaskan peran penting aktivitas gerakan kreatif dalam peningkatan kemampuan motorik kasar selama masa kanak-kanak. Aktivitas ini menumbuhkan kekuatan fisik, keterampilan sosial, kreativitas, dan kepercayaan diri pada anak-anak. Akibatnya, aktivitas gerakan kreatif dapat berfungsi sebagai alternatif pendidikan yang efektif dan menyenangkan yang sesuai dengan standar pendidikan prasekolah holistik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengenalan senam kreatif efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia 5 sampai 6 tahun di Rizqy PAUD, Kabupaten Kaur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penyelesaian meningkat dari 20% pada pra-siklus menjadi 55% pada siklus pertama, dan selanjutnya meningkat menjadi 85% pada siklus kedua. Tingkat keparahan dari seluruh tonggak perkembangan motorik kasar yang diperiksa termasuk koordinasi, keseimbangan, kekuatan gerak, kelancaran lokomotor, dan kekuatan otot meningkat secara dramatis. Faktor kesenangan dari senam kreatif serta penggunaan media tongkat, dengan memanfaatkan media musik anak sebagai pengiring disertai peningkatan berkelanjutan yang reflektif di setiap siklus memungkinkan keberhasilan ini. Oleh karena itu, senam kreatif dapat menjadi salah satu rekomendasi pembelajaran untuk diterapkan dalam pendidikan anak usia dini dalam upaya mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak.

REFERENSI

- Abd Rahman, B. P., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Jurnal Pengertian Pendidikan. *Journal Article*, 2(1),
- Amaliah, A., Muzakki, M., & Saudah, S. (2024). Meningkatkan Fisik Motorik Kasar Anak Melalui Kreasi Senam Ceria Di RA Al-Hijrah Desa Hampalit, Kec. Katingan Hilir, Kab. Katingan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(3), 491–495.
- Astri, P. (2025). Perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan aktivitas fisik. *Jurnal*

- Pendidikan Dasar Dan Aktifitas Jasmani. perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan aktivitas fisik. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Aktifitas Jasmani*.
- Auliya. (2024). Peningkatan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui. *Ihya Ulum: Early Childhood Education Journal*, 2(November 2024), 383–392.
- Azizah, A. N. I., Nadhifa, A. C., & Hakim, L. (2024). *Melatih kemampuan motorik halus dan motorik kasar anak usia dini (teori dan praktik)* (Vol. 2).
- Cresswell. J. (2015). *Riset pendidikan Perencanaan dan Evaluasi Riset Kualitatif dan Kuantitatif*.
- Dini, P. G. P. A. U. (2025). *Perkembangan Optimal Anak Usia Dini: Fondasi Kecerdasan Dan Karakter*. (23022093).
- Ekawati, S., Inriana, F., Sari, R. A., Maulana, I., Yuliawan, E., Jambi, U., & Lokomotor, G. (2026). *Pengaruh Senam Kreasi Dalam Meningkatkan Gerak Lokomotor Pada Siswa Kelas III SD Negeri 47 Kota Jambi*. 10(01), 1–17.
- Elfiadi, E., & Munasti, D. (2022). Pengembangan Motorik Kasar melalui Kegiatan Senam Kreasi pada Anak PAUD Balai Pengajian Baitul Ishlah Lhokseumawe. *Ibrah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–12.
- Ilmi, G. S. F., Wulandari, R. S., & ... (2022). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Tari Semut. *Anak ...*, 1–10. 172/232
- Lanapu, G. D., & Kristsuana, L. N. (2025). Penerapan Metode Gerak dan Lagu Sebagai Stimulasi Motorik Kasar pada Anak Usia Dini 4-5 Tahun. *Aletheia Christian Educators Journal*, 6(1), 19–26.
- Mayar, F., Uzlal, U., Nurhamidah, N., Rahmawati, R., & Desmila, D. (2022). Pengaruh Lingkungan Sekitar Untuk Pengembangan Kreativitas Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4794–4802.
- Pana, K. (2026). *Membangun Nilai-Nilai Budi Pekerti Pada Anak Usia Dini Dalam Keluarga Di Dusun Tanete Tabi , Desa Manipi ' , 3(1), 81–94*.
- Purwanti, A. (2025). *Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Aktivitas Fisik: A Literature Review*. 4(2), 1–10.
- Rahmi, S., Sari, M., Negeri, I., Nahrasiyah, S., & Artikel, I. (2026). *Efektivitas Senam Kreasi Melalui Video Pada Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun di TKN Pembina Syamtalira Bayu*. 5(1), 69–78. <https://doi.org/10.56921/jumper.v5i1.340>
- Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, I. I. J. (2024). *Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Melalui Kegiatan Membatik Dengan Menggunakan Cotton Bud Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Kb Az-Zahra Wlahar Kabupaten Brebes*. 2, 306–312.
- Ruliani, Herlina Putri, Siti Aisyah, Gina Faizah, L. N. (2025). PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Ruslan, R., Tumuloto, E. H., & Syam, A. (2023). Edukasi Senam Kreasi Gembira pada Anak Usia 4-6 Tahun di TK Se-Kelurahan Paguyaman Kecamatan Kota Tengah. *Jambura Arena Pengabdian*, 1(1), 14–23.
- Sinaga, R., Putri, S., Nahor, A. B., Rapindo, J., & Tobing, O. L. (2025). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Senam Kreasi Pada Anak SD di Perumnas Simalingkar Medan. *JGEN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 170–174. <https://doi.org/10.60126/jgen.v3i1.758>
- Susilo, H., Chotimah, H., & Sari, Y. D. (2022). *Penelitian tindakan kelas*.
- Tafuy, A., Nubatonis, S., & Dawi, F. K. (2025). Penerapan Senam Kreasi untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani bagi Seluruh Siswa SD Inpres Tobu. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 10(1), 136–140. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v10i1.5421>
- Trilova, N. M., Sunan, U., & Surabaya, G. (2026). *Pelatihan Senam Kreasi Anak untuk Meningkatkan Daya Ingat , Konsentrasi , dan Kebugaran Jasmani Siswa MI di Sidoarjo*. 1(2), 86–98.
- Yola Aritonang, C., Amelianda, A., Gabriela, M., Dhara, N., Sijabat, N., Yus, A., & Khodijah Lubis, S. (2024). Evaluasi Pelaksanaan Tari Kreasi dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak di TK Negeri Pembina Lubuk Pakam. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, 3(12), 5466–5472.
- Zikrillah, M., Arhas, M., & Ridwan, P. (2026). *Pengaruh Latihan Senam Trampoline dalam Waktu 60 Menit terhadap Penurunan Berat Badan pada Sanggar King Project Studio Bangun Jaya Pendahuluan*. 2(2), 234–245.
- Zulia Syiva Salsabila, & Rivan Saghita Pratama. (2024). *Membangun Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Olahraga*. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 27–39.