



## **MENINGKATKAN TUMBUH KEMBANG MOTORIK KASAR DENGAN SENAM PADA ANAK DI TK ISTIQOMAH PANDEYAN III**

**Diyono\*, Binuko Amarseto**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional, Jl. Raya Solo-Baki, Kwarasan, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah,  
57552, Indonesia

\*[physio.diyono@stikesnas.ac.id](mailto:physio.diyono@stikesnas.ac.id)

### **ABSTRAK**

Kegiatan pengabdian ini adalah kegiatan promotif dengan tujuan utama yaitu memberi edukasi dan pemahaman tentang bagaimana senam bisa membantu dalam peningkatan tumbuh kembang motorik kasar pada anak usia dini dan dilaksanakan melalui penyuluhan dengan metode penyuluhan atau pemaparan informasi materi kepada orang tua wali, guru dan staff karyawan TK Istiqomah Pandeyan III serta mengajarkan senam secara langsung kepada siswa-siswi di TK Istiqomah Pandeyan III. Dilihat dari pertanyaan yang diajukan saat sesi diskusi dan tanya jawab dapat dikatakan bahwa antusiasme peserta penyuluhan cukup tinggi. Adanya peningkatan pengetahuan peserta antara sebelum dengan sesudah pemberian penyuluhan juga terlihat dari kemampuan peserta dalam menjawab soal pretest dan post test yang meningkat. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa kegiatan dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang bagaimana senam berperan dalam meningkatkan tumbuh kembang motorik kasar anak. Hasil uji t berpasangan menghasilkan nilai  $p = 0,000$  ( $0,0001$ ) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test.

Kata kunci: motorik kasar; peningkatan tumbuh kembang; senam

## ***INCREASE GROSS MOTOR GROWTH WITH GYMNASTIC IN CHILDREN IN ISTIQOMAH PANDEYAN III KINDERGARTEN***

### **ABSTRACT**

*This service activity is a promotive activity with the main objective of providing education and understanding of how gymnastics can help in increasing the growth and development of gross motor skills in early childhood and is carried out through counseling with counseling methods or presentation of material information to parents, teachers and employee staff of Istiqomah Pandeyan III Kindergarten and teaching gymnastics directly to students in Istiqomah Pandeyan III Kindergarten. Judging from the questions asked during the discussion and question and answer sessions, it can be said that the enthusiasm of the extension participants was quite high. There was an increase in the knowledge of the participants between before and after the counseling was also seen from the participants' ability to answer pretest and post test questions which increased. Based on the results obtained, it can be said that activities can increase participants' knowledge about how gymnastics plays a role in increasing the growth and development of children's gross motor skills. The results of the paired t test yielded a value of  $p = 0.000$  ( $0.0001$ ) so it can be concluded that there is a significant difference between the results of the pre-test and post-test.*

Keywords: *gross motor skills; gymnastics; increased growth and development*

## **PENDAHULUAN**

Kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan untuk menggunakan otot primer (utama) pada tubuh yang berguna untuk berjalan, berlari, dan mendaki. Pada usia anak prasekolah, kemampuan motorik kasar kemajuan yang sangat besar, seperti dalam hal belari dan melompat (Imani et al., 2017). Kemampuan motorik kasar ini sangat erat kaitannya dengan pengendalian gerakan tubuh dalam melakukan kegiatan yang terkoordinasi antara otak sebagai pusat pengendali tubuh dan otot (Indrawati & Rahmah, 2020). Anak usia dini sangat dianjurkan melakukan stimulasi untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar. Salah satu penyebab anak yang mengalami keterlambatan motorik kasar antara lain kurangnya stimulasi yang dilakukan oleh orangtua. Stimulasi menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan guna melatih perkembangan pada anak. Ketika anak memiliki kemampuan motorik kasar yang baik maka perkembangan secara mental pada diri anak juga akan menjadi baik, sebab anak dapat dengan mudah melakukan adaptasi dengan keadaan lingkungan disekitarnya sehingga akan muncul rasa percaya diri yang tinggi dan hal ini memberikan efek positif pada kemampuan kognitifnya. Kemampuan motorik kasar yang baik juga dapat mempengaruhi kondisi psikologi anak seperti rasa senang, percaya diri, dan perubahan perilaku, sosialisasi, komunikasi, serta dapat mengembangkan kreativitas anak (Ellinawati, 2021).

Senam irama merupakan kelompok berbagai gerakan yang disatukan dan dikombinasikan dengan alunan nada, hitungan, ketukan, maupun iringan irama yang saling berpadu padan menghasilkan serangkaian gerak senam yang dapat di krasikan sesuai dengan tujuan dibuatnya senam itu sendiri . Muriyan, 2019 menyatakan bahwa tingkat keberhasilan gerakan dalam senam dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak. Sedangkan menurut (Roni & Ismail, 2015) menyatakan bahwa kegiatan senam ceria dapat menilai dan mengembangkan kemampuan motorik kasar dengan lincah, luwes, semangat dan tepat. Senam ceria dinilai sangat baik digunakan untuk dilakukan dalam meningkatkan motorik kasar anak dan dapat mendeteksi tumbuh kembang anak usia pada prasekolah (Della Marsella, 2020). Hal tersebut juga membuktikan bahwa terdapat hubungan yang sangat erat antara senam ceria dalam menilai perkembangan motorik kasar anak (Muriyan, 2019). Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada orang tua siswa dan guru di TK Istiqomah Pandeyan III tentang bagaimana meningkatkan tumbuh kembang motorik kasar pada anak dengan cara melakukan senam, selain itu kegiatan ini juga bertujuan untuk memberikan alternatif pemecahan masalah tentang penyimpangan tumbuh kembang motorik kasar yang sering terjadi pada usia anak-anak.

## **METODE**

Penyuluhan ini dilakukan secara luring. Sebelum kegiatan ini dilaksanakan, tim melakukan survey ke lokasi untuk mengetahui kondisi lokasi penyuluhan dan melakukan koordinasi dengan kepala sekolah terkait teknis pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan adanya diskusi tanya jawab kepada orang tua wali, guru dan staff TK Istiqomah Pandeyan III. Materi penyuluhan terdiri dari dua sub materi meliputi tentang peranan senam dalam meningkatkan tumbuh kembang motorik kasar dan juga pemberian senam ceria kepada siswa-siswi TK Istiqomah Pandeyan III, pada awal sebelum diberikan materi dan akhir setelah diberikan materi dilakukan test (*pre test* dan *post*

*test*) untuk mengetahui ada tidaknya kenaikan pengetahuan dari peserta terkait materi edukasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan Kesehatan tentang pengetahuan ibu wali murid, ibu guru, dan anak-anak peserta didik di TK Istiqomah Pandeyan III dalam menyikapi bagaimana memaksimalkan tumbuh kembang motorik kasar anak melalui senam yang telah dilaksanakan pada hari Senin 20 Februari 2023 dengan peserta yang hadir berjumlah 26 orang yang terdiri dari perwakilan orang tua wali murid, guru, staff karyawan, dan anak-anak peserta didik di TK Istiqomah Pandeyan III ini dinilai berhasil. Antusiasme peserta pada saat mengikuti kegiatan penyuluhan sangat tinggi, dilihat dari ketika sesi pemaparan materi, para peserta terlihat memperhatikan bahkan mencatat atau memotret materi yang disampaikan. Pada saat berlangsung sesi tanya jawab antara peserta dan presentan, peserta juga aktif dan kritis baik dalam memberi maupun menjawab pertanyaan yang diberikan, serta ingin lebih tau tentang materi yang telah disampaikan. Sehingga dalam hal ini, pemateri dapat dikatakan berhasil dalam menyampaikan materi. Kegiatan penyuluhan pengetahuan ibu wali murid, ibu guru, dan di TK Istiqomah Pandeyan III dalam menyikapi pentingnya senam yang benar guna memaksimalkan tumbuh kembang motorik anak juga memberikan praktik langsung melalui senam ceria yang diberikan kepada peserta didik TK Istiqomah Pandeyan III.

Kemampuan peserta dalam menjawab soal pretest dan posttest juga menunjukkan peningkatan karena peserta penyuluhan pada saat mengerjakan soal pretest mendapatkan nilai rata-rata 6,81 dengan jumlah soal 10 nomor. Pada saat mengerjakan posttest, mendapatkan nilai rata-rata 8,62 dengan jumlah soal yang sama. Tabel hasil pre test dan post test serta kuisioner kepuasan mitra dapat dilihat pada tabel-tabel di bawah ini

Tabel 1.  
Hasil Pre-test dan Post-test Peserta

No	Nama	Hasil Tes	
		Pretest	Post Test
1	Ibu RTH	7	9
2	Ibu RAN	5	9
3	Ibu SRS	6	9
4	Ibu AZZ	8	9
5	Ibu SRY	7	8
6	Ibu TRW	7	8
7	Ibu ASH	8	9
8	Ibu SYF	6	8
9	Ibu AIS	7	9
10	Ibu AMD	6	9
11	Ibu MCH	8	9
12	Ibu RYA	7	9
13	Ibu DFN	7	9
14	Ibu DIO	7	8

No	Nama	Hasil Tes	
		Pretest	Post Test
15	Ibu FHR	8	10
16	Ibu ILH	7	9
17	Ibu DLF	6	8
18	Ibu SRN	6	8
19	Ibu ADL	8	9
20	Ibu RDN	7	9
21	Ibu NIA	6	8
22	Ibu SNT	6	7
23	Ibu SSN	7	8
24	Ibu LST	5	8
25	Ibu HRT	8	9
26	Ibu NVA	7	9
Rata-Rata		6.81	8.62

Hasil pre-test dan post-test yang sudah ada kemudian dimasukkan ke dalam SPSS untuk dilakukan diuji dengan menggunakan *Paired Sample Test*.

Tabel 2.  
Hasil Uji T-test

No	Null Hypothesis	Test	Sig.	Decision
1	The median of differences between Pre Test and Post Test equals 0.	Related-Samples Wilcoxon Signed Rank Rank Test	.000	Reject the null hypothesis.

Pada tabel '*Wilcoxon Sample Statistics*' terlihat statistic perbedaan ini diuji dengan uji t berpasangan menghasilkan nilai p yang dapat dilihat pada kolom '*Sig.*'. Didapatkan nilai  $p = 0,000$  ( $0,0001$ ) maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Hal ini sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh Muriyan, 2019 yang menyatakan bahwa tingkat keberhasilan 192otoric-gerakan senam dapat mengembangkan perkembangan motoric kasar pada anak.

Sebelum kegiatan selesai, para peserta diminta untuk mengisi angket kepuasan terhadap acara yang telah terselenggara.

Tabel 3.  
Angket kepuasan terhadap acara yang telah terselenggara

No	Uraian	Skala Penilaian					Total Skor
		5	4	3	2	1	
1	Materi yang disajikan dalam Pengabdian Masyarakat	20	20	9			49
2	Respon masyarakat terhadap LPPM STIKES Nasional	15	12	18			45
3	Hubungan materi yang disajikan dengan kebutuhan Masyarakat	25	12	12			49
4	Keterkaitan antara materi dengan aplikasi yang	30	12	9			41

No	Uraian	Skala Penilaian					Total Skor
		5	4	3	2	1	
	dapat diterapkan di masyarakat						
5	Keterkaitan materi dengan kebutuhan	35	12	6			53
6	Pemateri dan teknik penyajian	25	20	6			51
7	Waktu yang dipergunakan dalam pemberian materi	20	20	6			46
8	Kejelasan materi	30	16	6			52
9	Minat masyarakat terhadap kegiatan	25	12	12			49
10	Kepuasan kegiatan	30	12	9			51
	Rerata						486

Berdasarkan hasil pengisian angket kepuasan kegiatan pengabdian ini diperoleh nilai rata-rata 4,86 sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini memuaskan peserta. Selain itu terdapat beberapa peserta memberikan saran untuk kegiatan selanjutnya dapat dilakukan lagi namun pengambilan waktu di pagi hari sehingga peserta dapat mengikuti sampai selesai dalam kondisi yang masih segar.

### **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian untuk memberikan informasi memberikan informasi kepada orang tua siswa dan guru di TK Istiqomah Pandeyan III tentang bagaimana meningkatkan tumbuh kembang motorik kasar pada anak dengan cara melakukan senam berjalan dengan sangat baik dan sukses dengan peningkatan pengetahuan significant berdasarkan uji t test berpasangan ditunjukkan dengan p value sebesar 0.000.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih kami berikan kepada Ibu Kepala Sekolah, Bapak Ibu Guru, beserta staf dan jajarannya, orang tua/wali murid di TK Istiqomah Pandeyan III yang telah membantu kegiatan pengabdian sehingga berjalan dengan lancar. Tidak lupa juga kami ucapkan terimakasih kepada LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, Susanto. 2012. *Perkembangan Anak Usia Dini :Pengantar dalam Berbagai Aspek*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Della Marsella. (2020). *Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di PAUD Anugrah Asiyiyah Kota Bengkulu*.
- Ellinawati. (2021). *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun melalui Permainan Ular Tangga*. 6(1).
- Endang Rini Sukamti. (2007). *Pengembangan Motorik*. Diktat. Diktat. Yogyakarta FIK

UNY.

Hanum, M. (2012). ). *Tumbuh Kembang Status Gizi & Imunisasi Dasar Pada Balita*.

Imani, Masganti, & Suryani. (2017). *RAUDHAH Program Studi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal (PGRA) ISSN: 2338-2163 - V*.

Indrawati, T., & Rahmah, N. A. (2020). *Peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui pembelajaran gerak tari ayam*. 3(1).

Roni, R., & Ismail, H. (2015). *Pengembangan kemampuan motorik kasar anak melalui kegiatan senam ceria*. 5(2).

Della Marsella. (2020). *Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di PAUD Anugrah Asiyiyah Kota Bengkulu*.

Muriyan, O. (2019). *Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini 4-5 Tahun*.

Nasriah. (2014). *Perilaku Ibu terhadap Stimulasi Tumbuh Kembang Motorik Halus dan Motorik Kasar*.