

**PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK
USIA PRASEKOLAH DENGAN KEGIATAN SENAM DI DESA
KRANGGANHARJO KECAMATAN TOROH**

Oleh

Sutiyono¹⁾, Shinta Amalia²⁾, Hanny Novita Sari³⁾, Erni Pustikha Sari⁴⁾, Meila Cindy Putri Lestari⁵⁾, Nur Intan Permatasari⁶⁾, Nurlia Fitrianingrum⁷⁾, Irsa Riswanda⁸⁾, Fiana Khayu Maftuhah⁹⁾, Yuliyanti¹⁰⁾, Putri Syifa Ratu Ayu Jelita¹¹⁾, Rahmania Isabel¹²⁾, Alfira Triska Maharani¹³⁾, Risma Aisya¹⁴⁾, Defyan Ahmad Muflizar¹⁵⁾, Aripin¹⁶⁾, Satriya Hendi Rega Dani¹⁷⁾, Ani Wahyuni¹⁸⁾, Latifatu Siyadah¹⁹⁾, Nieken Luh putu²⁰⁾, Siti Avitasari²¹⁾

ABSTRACT

Published *Online*
Desember 20, 2023. This
online publication has
been corrected

Authors

1) Universitas An Nuur
Email: ono@unan.ac.id

doi: -

Correspondence to:

Sutiyono Universitas An
Nuur
Address : Jln Gajah Mada
no 7 Purwodadi
Email: ono@unan.ac.id
Phone: 085640256889

Background: 5 year old children are physically very agile and interested in gymnastics and certain sports. To develop the child's physicality through play activities. One of the physical activities to develop children's physical activities is gymnastics. Gymnastics in early childhood includes all the movements. performed following movements and singing to the rhythm of the music that accompanies the exercise.

Methodology: The subjects in this research were school children from Kindergarten 1 & 3 Krangganharjo, Toroh District, Grobogan Regency using analysis and demonstration methods. Then, problem-solving solutions are carried out through village community deliberations and then implemented through gymnastics activities.

Results: After carrying out the exercise activities, gross motor development in preschool age children increased.

Conclusion: Parents' knowledge about gross motor development increases, children can carry out tasks well, children's willingness to participate in gymnastics activities in the development of gross motor skills in preschool children.

Keywords: Gymnastics, Preschool Children, Gross Motor
Bibliography: 10(2013-2022)

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah suatu individu yang disebut usia emas (*golden age*) dengan rentan usia 0-8 tahun dimana anak sangat membutuhkan bimbingan, pembinaan dan teladan melalui stimulasi sebagai pertumbuhan dan perkembangan anak kedepannya agar lebih baik. Sesuai dengan Anak usia dini yaitu individu usia 0-8 tahun dan mengalami proses tumbuh kembang yang sangat pesat bahkan dikatakan sebagai usia emas, yaitu usia yang sangat berharga dibandingkan usia-usia selanjutnya. Dimana telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menjelaskan Pendidikan Anak Usia Dini yaitu upaya pembinaan yang diberikan untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara jasmani maupun rohani dengan tujuan anak memiliki kesiapan memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Disesuaikan juga dengan Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 Standar Nasional pendidikan Anak Usia Dini pasal 10 ayat 1 tentang lingkup perkembangan anak diantaranya aspek nilai moral dan agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni. Dimana aspek yang diambil dari kegiatan senam ini yaitu otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik anak. Senam pada anak usia dini sangat mempengaruhi perkembangan fisik

motorik kasarnya. Dimana mereka banyak melakukan kegiatan fisik seperti berlari, loncat, menggerakkan kaki, kedua tangannya serta seluruh tubuh yang ditunjukkan pada aspek kekuatan, ketahanan, kecepatan, kecekatan dan keseimbangan. Anak yang sehat fisik akan mempunyai kekuatan dan tahan dengan situasi apapun dan anak akan cepat melakukan sesuatu. Anak yang semakin sehat akan semakin aktif dan akan berkembang melalui gerakan yang anak lakukan (Mareta, Dwi F.2017)..

Perkembangan motorik kasar meliputi pergerakan otot-otot tubuh dan beberapa bagian tubuh sesuai perintah, dan pergerakan tubuh dalam kaitannya dengan berbagai faktor eksternal dan internal seperti gaya berat dan lateralitas. Perkembangan motorik kasar mencakup aktivitas berjalan, aktivitas balok keseimbangan dan aktivitas motorik kasar lainnya. Adapun kegiatan pengembangan motorik kasar yang dapat dikembangkan pada seorang anak sejak usia dini seperti: kegiatan memutar badan dengan benar, ancang-ancang sebelum berlari dan melompat, membungkukan pinggul, lutut dan pergelangan kaki terintegrasi dalam seluruh kegiatan perkembangan motorik kasar anak melalui berbagai kegiatan, yaitu salah satunya yang dapat mengembangkan kemampuan gerak tubuh pada anak yaitu dengan kegiatan senam (Khadijah dan Amalia N. 2020).

Senam pada anak usia dini semua

gerakannya dilakukan mengikuti gerakan dan nyanyian mengikuti irama musik yang mengiringi senam. Kegiatan senam dapat merangsang perkembangan fisik anak dimana jika fisik anak terganggu maka perkembangan lainnya juga terganggu seperti perkembangan motorik kasar anak yang tidak optimal akan berdampak pada kurang rasa percaya diri anak terhadap teman sebayanya hal ini jika terjadi secara terus menerus akan dampak yang ditimbulkan oleh anak itu sendiri sehingga anak cenderung sulit untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar. Senam yaitu jenis latihan fisik di lantai yang bertujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi dan pengendalian tubuh. Dimana manfaat senam pada perkembangan fisik anak usia dini yaitu dapat merangsang otot-otot motorik kasar dan kemampuan olah tubuh pada anak usia dini. dimana ada beberapa gerakan yang dapat dilakukan untuk kegiatan senam yaitu gerakan lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, melompat, skipping, berlari cepat, dan berjalan, sedangkan kemampuan gerak nonlokomotor seperti keseimbangan, memutar badan, berbalik arah, dan melipat badan. Kegiatan tersebut membantu anak-anak untuk melatih keseimbangan, kekuatan dan koordinasi.

Senam merupakan faktor lokomotor, yang melatih konsep anak tentang kekuatan

kecepatan gerak, power, energi tahan fisik, kelincahan, dan keseimbangan. Dalam kaitannya dengan gerakan non lokomotor, aktivitas senam mempunyai faktor-faktor yang meningkatkan aspek kekuatan, kelenturan, dan keseimbangan statis. Menghubungkan senam dengan gerakan manipulatif menunjukkan bahwa koordinasi dan pemrosesan rangsangan meningkatkan kesadaran pada anak. Oleh karena itu senam dapat memberikan tujuan kepada anak untuk menyerap pengetahuan olahraga dari guru dengan pembelajaran gerakan senam. Selain itu, anak harus bisa untuk membiasakan diri dengan berolahraga seperti melakukan gerakan senam (Kristiana, M. 2021)..

Dengan terbiasa melakukan gerakan senam maka anak secara alami memiliki kekuatan badan, kecepatan gerakan, memiliki ketahanan fisik serta kelincahan dalam menggerakkan tubuhnya. Kemampuan melakukan gerakan senam merupakan pematangan dan perkembangan unsur-unsur pengendalian gerakan tubuh. Dengan demikian pentingnya perkembangan fisik anak distimulasi dan dioptimalkan sejak usia dini agar anak tumbuh dan berkembang sesuai dengan aspek perkembangan fisiknya (Rudiyanto, A. 2016).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan Praktik Keperawatan Komunitas ini untuk meningkatkan motoric kasar pada anak adalah teknik demonstrasi yaitu dengan cara

memperagakan secara langsung di depan murid-murid tk dan di ikuti bersama-sama atau bisa di sebut dengan bersenam secara bersama-sama dan di lakukan kurang lebih 30 menit.

Senam ini kita lakukan pada hari sabtu, tempatnya di pendopo balaidesa krangganharjo yang di ikuti oleh murid dari Tk Dharmawanita I dan III Krangganharjo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Identifikasi dan Alternatif Pemecahan Masalah

Identifikasi dalam pemecahan masalah pengabdian ini merupakan sebuah kegiatan dalam memberikan pemecahan masalah yang ada di masyarakat. Adanya masalah yang

Proses kegiatan

Setelah dilakukan pengkajian ditemukan masalah Gangguan tumbuh kembang pada anak di desa Krangganharjo, maka implementasi jalan keluar dari masalah berdasarkan musyawarah masyarakat desa yaitu dengan kegiatan senam untuk meningkatkan perkembangan motorik anak prasekolah yang dilakukan pada tanggal 20 Januari 2024. Kegiatan dimulai pada jam 07.00 Wib dibuka dengan kagiatan senam anak anak yang mengikuti kegiatan sangat koperatif dan dapat menyelesaikan mewarnai gambarnya sendiri tanpa bantuan dari orang lain.

Dokumentasi:



Gambar 1

Kegiatan dalam persiapan sebelum senam, dalam kegiatan di lapangan balai desa Krangganharjo.



Gambar 2

Kegiatan senam bersama anak usia prasekolah di lapangan balai desa Krangganharjo.

2. Hasil pelaksanaan kegiatan

Hasil pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian dapat diliat pada tabel berikut ini :

Hasil / Capaian Luaran		
No	Target	Capaian
1	Survei lokasi	100%
2	Mengurus perijinan	100%
3	Sosialisasi dan penyuluhan tentang perkembangan motoric	100%
4	Diskusi metode	100%

	pengabdian	
5	Membuat dokumentasi kegiatan dalam pengabdian	100%
6	Kebermanfaatan metode demonstrasi	100%
7	Ketercapaian Target.	100%

3. Potensi Keberlanjutan

Aspek terpenting dalam program pengabdian masyarakat adalah pada potensi keberlanjutan. Keberlanjutan program ini dapat didukung dengan penggunaan masalah yang ada dalam memberikan edukasi dalam tentang perkembangan motoric halus pada anak usia prasekolah.

Keberlanjutan program ini juga mampu mendukung beberapa aspek kehidupan, seperti :

a. Aspek pendidikan

Dalam pengabdian masyarakat ini aspek pendidikan menjadi tujuan utama yang memuat pendidikan perkembangan motoric halus pada anak usia prasekolah.

b. Aspek Sosial

Dalam segi aspek sosial manfaat bagi masyarakat akan meningkatkan pengetahuan dalam kesehatan khususnya dalam penatalaksanaan perkembangan motoric halus pada anak usia prasekolah.

c. Aspek Ekonomi

Manfaat penggunaan adanya masyarakat yang sehat dan pintar

akan mendorong seseorang dapat bekerja dan meningkatkan ekonomi masyarakat.

4. Konsep Perkembangan Motorik

Motorik kasar anak usia dini memerlukan bimbingan dari pendidik. Perkembangan motorik kasar untuk anak usia TK antara lain melempar dan menangkap bola, berjalan di atas papan titian (keseimbangan tubuh), berjalan dengan berbagai variasi (maju mundur di atas satu garis), memanjat dan bergelantungan (berayun), melompati parit atau guling, dan sebagainya. Seyogyanya gerakan-gerakan motorik kasar ini dipraktekkan oleh anak-anak TK di bawah bimbingan dan pengawasan pendidik/guru, sehingga diharapkan semua aspek perkembangan dapat berkembang secara optimal. Pengembangan motorik kasar sama pentingnya dengan aspek-aspek perkembangan lainnya, karena ketidakmampuan anak melakukan kegiatan fisik akan membuat anak kurang percaya diri, bahkan menimbulkan konsep diri negatif dalam kegiatan fisik. Padahal jika anak dibantu oleh pendidik, besar peluangnya dapat mengatasi ketidakmampuan tersebut dan menjadi lebih percaya diri. (Rudiyanto, A. 2016).

SIMPULAN

1. Pengetahuan orang tua tentang perkembaga motoric kasar meningkat

100 %.

2. Pelaksanaan pendidikan Kesehatan tercapai 100 % dan anak dapat melaksanakan kegiatan senam dengan baik.
3. Adanya kemauan anak dalam melakukan senam dalam perkembangan motoric kasar pada anak usia prasekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Rektor Universitas An Nuur,
2. Dinas Kesehatan Kab. Grobogan,
3. Kepala Desa Krangganharjo.

DAFTAR PUSTAKA

- Khadijah dan Amalia N. (2020). Perkembangan fisik motoric anak usia dini. Jakarta : kencana
- Kristiana, M. (2021). Implementasi kegiatan senam irama dalam menstimulasi perkembangan motoric kasar pada anak usia dini (Doctorral diserttion, IAIN ponorogo)
- Mareta, Dwi F.(2017). Pengaruh senam irama pada anak usia dini umur 5-6 tahun.
- Rudiyanto, A. (2016) Perkembangan motoric kasar dan motoric halus pada usia dini (J. Yacub (ed.)). Lampung : Darusalam Press.