



**JURNAL ADMINISTRASI PENDIDIKAN INDONESIA  
VOL. 16 No. 1, Th. 2025 (72-79)**

(Print ISSN 2613-9561 Online ISSN 2686-245X)  
Tersedia online di [http://ejournal-pasca.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_ap](http://ejournal-pasca.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_ap)

**SENAM IRAMA PADA KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI**

Diterima: 05 April 2025; Direvisi: 10 April 2025; Disetujui: 18 Juni 2025

Permalink/DOI: [https://doi.org/10.23887/jurnal\\_ap.v16i1.5905](https://doi.org/10.23887/jurnal_ap.v16i1.5905)

**Darmawati<sup>1</sup>, Sudarti<sup>2</sup>, Iin Maulina<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Pontianak, Pontianak

e-mail:[211610006@unmuhpnk.ac.id](mailto:211610006@unmuhpnk.ac.id), [sudarti26@unmuhpnk.ac.id](mailto:sudarti26@unmuhpnk.ac.id), [iinhappy1979@gmail.com](mailto:iinhappy1979@gmail.com)

**Abstrak**

Rendahnya kemampuan motorik kasar anak usia dini yang terlihat dari kurangnya koordinasi gerak, keseimbangan, serta kelincahan dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari. Kondisi ini menunjukkan bahwa diperlukan penerapan metode pembelajaran yang menarik dan efektif, seperti senam irama, untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak secara optimal. Tujuan penelitian ini yaitu menganalisis senam irama pada kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian adalah guru dan anak kelompok B di salah satu lembaga PAUD. Metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Perencanaan senam irama dilakukan secara sistematis dengan memperhatikan karakteristik perkembangan anak usia dini, termasuk pemilihan lagu, gerakan, serta alur kegiatan yang menarik dan edukatif. Pelaksanaan senam irama berlangsung rutin dan melibatkan anak secara aktif melalui gerakan yang sesuai dengan irama musik, yang membantu mengembangkan keseimbangan, koordinasi, kelenturan, dan kekuatan otot anak. Evaluasi dilakukan secara observatif oleh guru dengan memperhatikan proses dan hasil dari partisipasi anak selama kegiatan berlangsung, serta menjadi dasar untuk perbaikan kegiatan selanjutnya.

**Kata kunci:** Senam Irama; Motorik Kasar; Anak Usia Dini; Perencanaan; Pelaksanaan; Evaluasi

**Abstract**

*The low gross motor skills of early childhood children are evident in the lack of coordination, balance, and agility in performing daily physical activities. This condition indicates the need to implement effective, engaging learning methods, such as rhythmic gymnastics, to stimulate children's gross motor development optimally. The purpose of this study was to analyse rhythmic gymnastics on the gross motor skills of young children. This study used a qualitative, descriptive approach. The subjects were teachers and children in group B at an early childhood education institution. Data collection methods were through observation, interviews, and documentation. Data analysis techniques used qualitative descriptive analysis. The results of the study showed that rhythmic gymnastics planning was carried out systematically, with attention to the characteristics of early childhood development, including the selection of songs and movements, and an enjoyable and educational activity flow. Rhythmic gymnastics was implemented regularly and actively involved children through movements in time with the music, helping develop their balance, coordination, flexibility, and muscle strength. Teachers evaluated the activity closely, paying attention to the process and outcomes of children's participation, and this evaluation served as a basis for improving subsequent activities.*

**Keywords:** Rhythmic Gymnastics; Gross Motor Skills; Early Childhood; Planning; Implementation; Evaluation

## PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Durrotunnisa et al., 2024; Saputri & Katoningsih, 2023). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (2003) batasan anak usia dini di Indonesia adalah dari lahir sampai dengan usia enam tahun (Ifadah et al., 2020; Manurung et al., 2021).

Perkembangan anak usia dini sifatnya holistik, yaitu dapat berkembang optimal apabila sehat badanya, cukup gizinya, dan didik secara baik dan benar. Perkembangan anak yang dapat terbentuk adalah daya tahan tubuh, kelincahan, intelegensi, kelentukan, dan kerjasama pengkoordinasian tubuh yang baik (Nirmala & Hartono, 2023; Sue et al., 2021). Perkembangan motorik ialah perkembangan tubuh yang melahirkan suatu gerakan. Gerakan yaitu suatu kegiatan yang dihasilkan oleh tubuh dengan koordinasi antara saraf dan otot. Salah satu kemajuan dalam kemampuan gerak motorik pada anak usia dini adalah gerakan motorik kasar. Ini melibatkan penggunaan banyak bagian tubuh anak. Kemampuan gerak motorik kasar ini membutuhkan tenaga yang signifikan karena melibatkan penggunaan otot-otot besar. Pada anak usia dini ada banyak faktor yang berpengaruh pada perkembangan motorik kasar anak, misalnya status gizi dan lingkungan. Sebagai contoh, apabila anak melihat mainan di sekitarnya kecenderungan untuk bergerak akan lebih intens dan mengupayakan potensi motorik yang dimilikinya (Hudaifah & Mashudi, 2024; Nainggolan et al., 2022).

Fungsi gerakan motorik kasar anak mampu mengeksplorasi dan mengelola berbagai objek dan lingkungan sebagai bentuk pengembangan diri. Kurikulum yang berbasis pada dasar-dasar pengembangan diri, yang mana fungsi gerakan motorik kasar anak mampu mengeksplorasi dan mengelola berbagai objek dan lingkungan sebagai bentuk pengembangan diri (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Cahyani Kusuma et al., 2023). Kecerdasan kinestetik anak bisa dilakukan dengan memberikan rangsangan melalui aktivitas sederhana dan disukai anak, seperti aktivitas senam irama. Senam irama dapat memudahkan anak mengingat sebuah irama beserta geraknya (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Yosepty et al., 2023). Anak berlatih mengingat gerak melalui kata-kata spesifik dan berlatihmenciptakan gerak berdasarkan irama. Tujuan pengembangan kecerdasan kinestetik anak yaitu memberi pelatihan pada gerak halus dan kasar anak dan mengkoordinasi gerak tubuh supaya seimbang, dan mengembangkan keterampilan tubuh (Nainggolan et al., 2022; Nurachadijat & Selvia, 2023).

Pembelajaran senam irama merupakan model pembelajaran yang diharapkan mampu meningkatkan perkembangan gerak sesuai dengan tingkatan tahapan perkembangan anak. Pembelajaran senam irama ini bisa dilakukan dengan efektif apabila sarana dan prasarana menunjang kegiatan pembelajaran. Klasifikasi dari senam adalah senam irama atau Kegiatan gerak dan lagu sangat melekat erat dan tidak dapat dipisahkan terutama dalam memberikan pembelajaran kepada anak usia dini. Selain itu, guru juga harus kreatif dalam mengembangkan aktivitas gerak anak, karena pembelajaran senam irama menjadikan anak meniru serta mengembangkan keterampilan geraknya. Melalui senam irama maka gerakan dasar tubuhnya akan terlatih secara ekspresif dan akan memberikan perubahan yang signifikan terhadap anak yang mengalami keterhambatan motorik karena membutuhkan kekuatan dan ketangkasannya, sehingga fisik motoriknya akan menjadi lebih sehat danbugar (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Sue et al., 2021).

Penerapan senam irama ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis metode pembelajaran yang tepat dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Kegiatan senam irama dipilih karena bersifat menyenangkan, ritmis, serta sesuai dengan tahap perkembangan fisik dan psikologis anak. Melalui kegiatan ini, anak-anak diajak untuk bergerak secara terarah dengan mengikuti irama musik, sehingga dapat merangsang perkembangan koordinasi gerak, kelincahan, keseimbangan, dan kekuatan otot besar mereka secara optimal (Chantika et al., 2024; Mardiana, 2022).

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di TK Islamiyah, menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar pada anak di TK B belum optimal. Dalam melatih kemampuan

motorik kasar stimulus yang digunakan yaitu melalui senam irama. Pelaksanaannya dilakukan satu minggu sekali. Pelaksanaan dilakukan pada kegiatan inti dan dilaksanakan di luar kelas (*outdoor*) yang diikuti anak TK B. Hal ini terlihat ketika mengamati anak-anak yang sedang melakukan senam irama (senam sehat gembira atau senam bebek berenang) pada aspek kelenturan ditemukan anak mengalami kesulitan dalam mengkoordinasikan gerakan tubuh mereka, terutama ketika harus melakukan gerakan tangan keatas dan gerakan menggoyangkan pinggul. Pada saat melakukan gerakan angkat satu kaki keseimbangan anak belum optimal. Terlihat pada aspek keluwesan (*fleksibilitas*) anak tidak dapat mencapai rentang gerak penuh pada gerakan tertentu, seperti membungkuk atau mengangkat tangan keatas. Pada aspek kontinuitas terlihat anak kesulitan menghubungkan satu gerakan ke gerakan lainnya sehingga gerakan terlihat terputus-putus.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan senam irama bukan hanya sebagai kegiatan fisik semata, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang memadukan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara menyeluruh. Selain itu, penelitian ini memperkenalkan rancangan kegiatan senam irama yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak, pola gerak dasar, serta ritme musik yang menarik dan mudah diikuti sehingga mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan aktif anak selama proses pembelajaran. Urgensi penelitian ini didasarkan pada pentingnya pengembangan kemampuan motorik kasar sebagai fondasi utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini (Tangse & Dimyati, 2021; Zahroh et al., 2022). Dalam praktiknya, banyak lembaga PAUD masih menekankan kegiatan akademik, sementara aspek perkembangan fisik motorik sering terabaikan. Padahal, kemampuan motorik kasar seperti keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan merupakan prasyarat penting bagi perkembangan kemampuan kognitif dan sosial anak. Oleh karena itu, penerapan senam irama menjadi solusi yang relevan dan kontekstual dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak secara menyenangkan, interaktif, dan sesuai dengan dunia bermain mereka (Erwanda & Sutapa, 2023; Widihastutik et al., 2023). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh penerapan kegiatan senam irama terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana aktivitas senam irama, yang memadukan gerakan tubuh dengan irama musik, dapat membantu anak dalam mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelenturan, kekuatan otot, serta keterampilan gerak dasar.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian bersifat deskriptif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menganalisis suatu kasus atau masalah spesifik saat ini dengan mengandalkan kepercayaan pribadi berdasarkan fakta-fakta dan data historis yang ada, lalu fakta dan data tersebut ditanggapi, dikumpulkan, dianalisis, dan diinterpretasikan. Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah di TK Islamiyah Jalan Imam Bonjol No. 88 Kecamatan Pontianak Tenggara. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 11 orang yang terdiri dari 7 laki-laki, 4 perempuan dan guru satu orang yang berada di kelas B2 TK Islamiyah Pontianak Tenggara. Peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data adalah sumber informasi yang diterima subjek melalui informasi yang diperolehnya. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu data primer dan data sekunder. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 11 orang yang terdiri dari 7 laki-laki, 4 perempuan dan guru satu orang yang berada di kelas B2 TK Islamiyah Pontianak Tenggara.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh peneliti melalui tahapan observasi, wawancara, dokumentasi bahwa penerapan senam irama pada kemampuan motorik kasar anak usia dini di TK Islamiyah Pontianak dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, guru menyusun program kegiatan senam irama yang disesuaikan dengan usia dan kemampuan anak. Pada tahap ini peneliti merencanakan instrument penelitian berupa rencana program pembelajaran

Mingguan (RPPM), menentukan indikator keberhasilan yang akan digunakan pada kemampuan perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun yang berlandaskan pada teori anak usia dini. Tahap ini juga melibatkan penyesuaian waktu, tempat, serta alat bantu yang diperlukan guna mendukung kelancaran kegiatan. Perencanaan juga mencakup penentuan jadwal pelaksanaan senam yang dilakukan secara rutin, yaitu satu kali dalam seminggu pada hari rabu. Durasi setiap sesi senam adalah sekitar 10 menit, menyesuaikan dengan rentang konsentrasi anak usia dini. Setiap sesi terdiri dari tiga bagian utama, yaitu pemanasan, inti, dan pendinginan. Peneliti bekerja sama dengan guru kelas untuk memastikan bahwa kegiatan senam dilakukan secara konsisten dan didampingi secara aktif. Selain itu, dalam tahap perencanaan ini peneliti menyusun instrumen evaluasi yang digunakan untuk mengukur perkembangan motorik kasar anak. Instrumen tersebut berbentuk lembar observasi yang memuat Aspek indikator-indikator seperti kelenturan, keseimbangan tubuh, keluwesan tubuh, kontinuitas, dan ketepatan dalam mengikuti irama.

Tahap pelaksanaan senam irama dimulai dengan kegiatan pemanasan ringan, seperti menggerakkan tangan, kakI, dan kepala secara perlahan, dilanjutkan dengan gerakan inti yang lebih kompleks, serta diakhiri dengan pendinginan. Pelaksanaan senam irama juga memberikan dampak positif terhadap perilaku sosial anak. Kegiatan dilakukan secara berkelompok, sehingga anak belajar untuk mengikuti instruksi, bergiliran, dan bekerja sama dalam kelompok. Anak-anak juga tampak lebih mudah bersosialisasi dengan teman sebayanya selama sesi berlangsung. Kegiatan senam menciptakan suasana yang menyenangkan dan penuh semangat, sehingga mempererat hubungan sosial antar anak dalam kelompok. Selama pelaksanaan, terdapat beberapa kendala seperti kondisi cuaca yang tidak menentu dan kurangnya fokus anak pada beberapa sesi. Namun, hal ini dapat diatasi dengan fleksibilitas dalam pelaksanaan, misalnya dengan memindahkan kegiatan ke dalam kelas atau mengganti lagu dengan irama yang lebih menarik untuk mempertahankan konsentrasi anak. Guru juga memberikan jeda istirahat singkat agar anak tidak merasa lelah atau bosan. Penyesuaian ini penting agar kegiatan senam tetap berjalan optimal.

Pelaksanaan senam irama dengan lagu Gemar Makan Ikan dipilih karena memiliki tempo yang stabil, lirik yang familiar, dan gerakan yang sederhana serta berulang, yang sangat sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Peneliti mencatat bahwa selama kegiatan senam berlangsung, beberapa anak mulai menunjukkan kemampuan mengikuti pola gerakan secara berurutan meskipun belum sempurna. Unsur irama dalam senam ini tampak membantu anak-anak dalam menyelaraskan gerakan tubuh dengan musik, sehingga mereka lebih termotivasi untuk bergerak aktif. Kegiatan ini juga memicu tawa dan ekspresi bahagia, yang menjadi indikator bahwa pendekatan irama musik memberikan dampak positif terhadap minat dan keterlibatan anak dalam aktivitas motorik.

Pada tahap evaluasi, hasil penelitian menunjukkan bahwa guru melakukan penilaian terhadap perkembangan kemampuan motorik kasar anak setelah mengikuti kegiatan senam irama secara berkesinambungan. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap gerakan anak, seperti kemampuan melompat, berlari, menepuk, serta menggerakkan anggota tubuh sesuai irama musik. Dari hasil pengamatan, terlihat bahwa sebagian besar anak menunjukkan peningkatan koordinasi gerak, kelenturan tubuh, serta keberanian dalam mengekspresikan gerakan. Guru mencatat bahwa anak semakin mampu mengikuti instruksi dengan tepat, meskipun masih terdapat beberapa anak yang membutuhkan bimbingan lebih lanjut dalam mengatur keseimbangan tubuh dan konsistensi gerakan.

Evaluasi juga dilakukan melalui refleksi guru mengenai efektivitas perencanaan dan pelaksanaan senam irama. Guru menilai bahwa penggunaan musik yang bervariasi dan gerakan yang sederhana tetapi menyenangkan menjadi faktor penting dalam mendukung keterlibatan anak. Evaluasi ini memberikan gambaran bahwa senam irama tidak hanya berpengaruh pada perkembangan motorik kasar anak, tetapi juga meningkatkan aspek lain seperti kepercayaan diri, kerjasama, dan konsentrasi. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, guru menyimpulkan bahwa kegiatan senam irama perlu dilaksanakan secara rutin dengan penyesuaian pada tingkat kesulitan gerakan agar dapat mengakomodasi perbedaan kemampuan anak.

## Pembahasan

Senam irama dapat menjadi media yang menyenangkan untuk melatih kemampuan motorik kasar anak. Kegiatan ini tidak hanya membantu meningkatkan koordinasi gerak tubuh, tetapi juga mampu menumbuhkan rasa percaya diri dan semangat anak dalam berpartisipasi aktif selama proses pembelajaran berlangsung. Senam irama yang dirancang dalam penelitian ini juga memadukan musik yang ceria dan gerakan berulang, sehingga mampu meningkatkan koordinasi gerak tubuh anak. Level kegiatan belajar perlu disesuaikan dengan kebutuhan anak di usianya. Hal ini ditujukan agar perkembangan mampu dicapai dengan optimal (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Hudaifah & Mashudi, 2024). Hal tersebut dapat dilakukan dengan memberikan kegiatan senam, sehingga anak dan guru mampu menggerakkan tubuh secara bersama. Penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa senam Si Buyung dan senam Irama ceria dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak karena gerakannya mudah ditirukan dan terdiri dari gerakan otot-otot besar. Keterlibatan anak dalam aktivitas yang terencana ini mencerminkan keterkaitan langsung dengan hasil studi lain, yang menyatakan bahwa senam irama tidak hanya berfungsi sebagai latihan fisik, tetapi juga dapat merangsang integrasi gerak dan irama dengan cara yang menyenangkan (Bonita et al., 2022; Uswatun et al., 2022).

Pelaksanaan senam irama dalam penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek kemampuan motorik kasar anak usia dini, seperti kelenturan, keseimbangan, dan koordinasi gerak. Hasil observasi lapangan memperlihatkan bahwa anak-anak lebih aktif, antusias, dan mampu mengikuti gerakan secara berurutan dan tepat sesuai irama musik (Hudaifah & Mashudi, 2024; Saputri & Katoningsih, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa senam irama berbasis musik anak-anak mampu meningkatkan perkembangan motorik kasar secara terstruktur dan menyenangkan. Penelitian tersebut menekankan pentingnya keterlibatan aktif anak dalam aktivitas fisik yang ritmis karena mampu memicu stimulasi saraf motorik lebih optimal. Selain itu, adanya unsur irama membantu anak dalam memahami pola gerak, sehingga kemampuan koordinasi dan kelincahan tubuh berkembang dengan baik (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Wati et al., 2022). Penelitian lain menyatakan senam irama dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Melalui gerakan-gerakan yang terstruktur dan berirama, anak-anak tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik, tetapi juga belajar untuk bekerja sama dan mengikuti instruksi (Chantika et al., 2024; Supartini & Ambara, 2022).

Hasil penelitian ini mendukung temuan-temuan terkini yang menyatakan bahwa pelaksanaan senam irama dapat menjadi sarana strategis dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini (Jazilurrahman & Mistina, 2023; Ratna Dewi et al., 2021). Kombinasi antara musik, gerakan terstruktur, serta pendekatan pedagogis yang menyenangkan menjadi kunci utama keberhasilan program ini. Oleh karena itu, senam irama tidak hanya relevan sebagai aktivitas fisik rutin, tetapi juga sebagai metode pembelajaran yang berbasis perkembangan anak sesuai dengan pendekatan pembelajaran holistik (Khaulani et al., 2020; Sue et al., 2021). Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung, catatan perkembangan individu, serta rubrik penilaian yang terstruktur. Anak-anak yang awalnya berada dalam kategori "Perlu Bimbingan" mengalami peningkatan ke kategori "Berkembang Sesuai Harapan" bahkan "Berkembang Sangat Baik". Temuan ini mengindikasikan bahwa aktivitas senam irama yang dilaksanakan secara rutin dan terstruktur mampu merangsang perkembangan fisik anak, khususnya dalam aspek koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan (Hikam & Nursari, 2020; Salamah et al., 2024).

Keterkaitan hasil penelitian ini dapat dilihat dari penelitian sebelumnya, yang menyatakan bahwa senam irama yang mengombinasikan musik dan gerakan terstruktur mampu meningkatkan integrasi sensorimotor anak usia dini. Penelitian tersebut menekankan bahwa evaluasi berkala sangat penting dalam mengukur efektivitas kegiatan motorik terhadap perkembangan anak (Diantari & Gede Agung, 2021; Fitasari & Mustikasari, 2023). Sejalan dengan temuan tersebut, hasil evaluasi dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa anak-anak menunjukkan perkembangan yang stabil dan progresif selama proses pelaksanaan senam irama. Dalam studinya, mereka menemukan bahwa anak-anak yang terlibat dalam aktivitas

motorik yang dievaluasi secara rutin cenderung memiliki tingkat perkembangan yang lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak mengikuti evaluasi berkala (Chantika et al., 2024; Supartini & Ambara, 2022).

Penelitian ini memiliki kelebihan karena mampu mengintegrasikan aktivitas fisik yang menyenangkan dengan unsur musik, sehingga memberikan pendekatan yang menarik dan efektif dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Selain itu, metode senam irama yang diterapkan secara sistematis dan kontekstual membantu meningkatkan koordinasi, keseimbangan, serta kelincahan anak secara holistic (Rahmatika et al., 2021; Ratna Dewi et al., 2021). Kontribusi penelitian ini terletak pada penyediaan bukti empiris mengenai efektivitas senam irama sebagai strategi pedagogis dalam pendidikan anak usia dini, sekaligus memperkaya referensi bagi guru PAUD untuk mengembangkan kegiatan pembelajaran berbasis gerak dan musik. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan senam irama dapat dijadikan alternatif metode pembelajaran motorik yang tidak hanya mendukung perkembangan fisik anak, tetapi juga aspek sosial, emosional, dan kognitif melalui kerja sama dan ekspresi diri dalam aktivitas kelompok (Hudaifah & Mashudi, 2024; Saputri & Katoningsih, 2023). Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang terbatas dan durasi intervensi yang relatif singkat, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Sebagai solusi, penelitian lanjutan disarankan untuk melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak, menggunakan desain eksperimen yang lebih kompleks, serta meninjau variasi gerakan dan jenis musik agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan aplikatif dalam konteks pembelajaran anak usia dini (Ajat Rukajat & M. Makbul, 2022; Supartini & Ambara, 2022).

## SIMPULAN

Penerapan senam irama melalui lagu Gemar Makan Ikan selama periode penelitian berhasil memberikan pengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini. Proses pembelajaran yang dilakukan secara bertahap, konsisten, dan menyenangkan mendorong anak untuk berkembang tidak hanya dari aspek fisik, tetapi juga dalam hal disiplin, kepercayaan diri, serta keterampilan sosial. Hasil ini memperkuat bahwa senam irama dapat menjadi salah satu strategi pembelajaran yang efektif dan layak diterapkan dalam kegiatan harian pendidikan anak usia dini sebagai bagian dari stimulasi motorik yang terstruktur dan bermakna.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajat Rukajat, & M. Makbul. (2022). Upaya Tenaga Pendidik Dalam Mempersiapkan Pembelajaran Profesional Pendidikan Anak Usia Dini Di RA Al-Furqaan Kecamatan Kadungora Kabupaten Garut. *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies*, 5(4), 241–251. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v5i4.361>.
- Bonita, E., Suryana, E., Hamdani, M. I., & Harto, K. (2022). The Golden Age : Perkembangan Anak Usia Dini dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam. *Tarbawiyah : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(2), 218. <https://doi.org/10.32332/tarbawiyah.v6i2.5537>.
- Cahyani Kusuma, T., Boeriswati, E., & Supena, A. (2023). Peran Guru dalam Meningkatkan Berpikir Kritis Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(3), 413–420. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i3.563>.
- Chantika, B., Dwi, A. W., Dwi, L., & Pagarwati, A. (2024). Analisis Pembelajaran Seni Anak Usia Dini melalui Kegiatan Finger Painting. *Lectura: Journal of Early Childhood Education*, 7(2), 79–91. <https://doi.org/10.31849/paud-reading.v>.
- Diantari, N. P. M., & Gede Agung, A. A. (2021). Video Animasi Bertema Tri Hita Karana pada Aspek Afektif Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(2), 176. <https://doi.org/10.23887/paud.v9i2.35497>.
- Durrotunnisa, D., Nurhayati, N., & Agusniatih, A. (2024). Pengaruh Media Kotak Huruf untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia*

- Dini, 8(2), 367–380. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i2.5618>.
- Erwanda, D. R., & Sutapa, P. (2023). Pengembangan Media Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3323–3334. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4562>.
- Fitasari, N., & Mustikasari, R. (2023). Pengembangan Kognitif Dengan Eksperimen Sederhana Permen Pelangi pada Anak Usia Dini. *Kumarottama: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 52–63. <https://doi.org/10.53977/kumarottama.v3i1.835>
- Hikam, F. F., & Nursari, E. (2020). Analisis Penggunaan Metode Eksperimen Pada Pembelajaran Sains Bagi Anak Usia Dini. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2, 38–49. <https://doi.org/10.37985/murhum.v1i2.14>.
- Hudaifah, H., & Mashudi, E. A. (2024). Peningkatan Kemampuan Kognitif Dalam Pembelajaran Sains Anak Usia Dini Melalui Metode Eksperimen. *Kumarottama: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 128–137. <https://doi.org/10.53977/kumarottama.v3i2.1392>.
- Ifadah, A. S., Permata, R. D., & Makhmudiyah, N. (2020). Media Audio Dan Pembelajaran Bahasa Anak Usia Dini. *JIEEC (Journal of Islamic Education for Early Childhood)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.30587/jieec.v1i1.1581>.
- Jazilurrahman, J., & Mistina, M. (2023). Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Outbound Pada Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain (Kb) Nurul Azhar Aisyiyah Sumber Malang Situbondo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1), 480–489. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4637>.
- Khaulani, F., S, N., & Irdamurni, I. (2020). Fase Dan Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 51. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.51-59>.
- Manurung, A. K. R., Wulan, S., & Purwanto, A. (2021). Permainan Outdoor dalam Membentuk Kemampuan Ketahanmalangan pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1807–1814. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1030>.
- Mardiana, I. N. (2022). Metode Drill untuk Meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes pada Siswa Kelas VI SD. *Journal of Education Action Research*, 6(2), 182–187. <https://doi.org/10.23887/jear.v6i2.45821>.
- Nainggolan, L. L., Simanjuntak, J., Anggraini, E. S., & Virganta, A. L. (2022). Analisis Metode Eksperimen Sains Melalui Kegiatan Pencampuran Warna Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Taruna Andalan Kecamatan Kerinci T.A 2020/2021. *Jurnal Usia Dini*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.24114/jud.v8i1.36187>.
- Nirmala, A., & Hartono, R. (2023). Keterlibatan Orangtua Dalam Menstimulasi Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini Di Kabupaten Batang. *Jurnal Psimawa*, 6(1). <https://doi.org/10.36761/jp.v6i1.2789>.
- Nurachadijat, K., & Selvia, M. (2023). Peran Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini dalam Implementasi Kurikulum dan Metode Belajar pada Anak Usia Dini. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 3(2), 57–66. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v3i2.284>.
- Rahmatika, R., Yusuf, M., & Agung, L. (2021). The Effectiveness of Youtube as an Online Learning Media. *Journal of Education Technology*, 5(1), 152. <https://doi.org/10.23887/jet.v5i1.33628>.
- Ratna Dewi, N. W. U., Asril, N. M., & Wirabrata, D. G. F. (2021). Meningkatkan Kemampuan Berhitung Permulaan pada Anak Usia Dini Melalui Video Animasi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9(1), 99. <https://doi.org/10.23887/paud.v9i2.36800>.
- Salamah, S., Hidayat, R., & Herniawati, A. (2024). Analisis Pembelajaran Steam Terhadap

- Kemampuan Berpikir Kritis (Hots) Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Intisabi*, 1(2), 50–61. <https://doi.org/10.61580/itsb.v1i2.10>.
- Saputri, D. A., & Katoningsih, S. (2023). Peran Guru PAUD dalam Menstimulasi Keterampilan Bahasa Anak untuk Berpikir Kritis pada Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2779–2790. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4353>.
- Sue, Y., D.H, D. P., & Khasanah, I. (2021). Analisis Penggunaan Metode Eksperimen terhadap kemampuan Anak Usia Dini Dalam Melakukan Analisa Sebab –Akibat. *Wawasan Pendidikan*, 1(2), 272–282. <https://doi.org/10.26877/wp.v1i2.9150>.
- Supartini, K., & Ambara, D. P. (2022). Cerita Bergambar Digital Berlandaskan Tri Hita Karana Berbasis Audio Visual untuk Menstimulus Moral Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 10(1), 111–119. <https://doi.org/10.23887/paud.v10i1.47166>.
- Tangse, U. H. M., & Dimyati, D. (2021). Permainan Estafet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>.
- Uswatun, U., Suryani, L., Liza, M. El, & Saputra, N. I. (2022). Analisis Deskriptif Penerapan Model Pembelajaran Bcct Dalam Mengembangkan Kemampuan Berpikir Kritis Pada Anak Usia Dini. *Atthufulah: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 26–36. <https://doi.org/10.35316/atthufulah.v3i1.2425>.
- Wati, S. G., Sari, A. M., Saputra, A., Estuhono, E., Apreasta, L., & Rahmadani, R. (2022). Pengembangan Media Video Pembelajaran Sentra Tema Alam Semesta Subtema Gejala Alam. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4049–4056. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2520>.
- Widihastutik, H., Sujarwo, S., & Cholimah, N. (2023). Perbedaan Kemampuan Motorik Kasar Permainan Tradisional Kucing dan Tikus dengan Permainan Tradisional Menjala Ikan. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5410–5417. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5188>.
- Yosepty, R., Nuryati, E., & Aisyah, W. S. (2023). Manajemen Sumber Daya Guru Dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan Anak Usia Dini Di TK Al-Hidayah Pesanggrahan. *Al-Afkar*, 6(2), 542–552. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v6i2.569.Teacher>.
- Zahroh, H., Marzuki, K., & Susilawati, S. (2022). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Kucing Dan Tikus. *EDUSTUDENT: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(4), 203. <https://doi.org/10.26858/edustudent.v1i4.27245>.