

**PENGEMBANGAN VIDEO SENAM IRAMA UNTUK
MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK
ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK ABA PLEMBUTAN PLAYEN
GUNUNGGIDUL**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Strata Satu
Sarjana Pendidikan

Disusun Oleh:

RIZKA FITRI LESTARI

NIM: 17104030057

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3572/Un.02/DT/PP.00.9/12/2023

Tugas Akhir dengan judul : PENGEMBANGAN VIDEO SENAM IRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA 5-6 TAHUN di TK ABA PLEMBUTAN PLAYEN GUNUNGKIDUL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RIZKA FITRI LESTARI
Nomor Induk Mahasiswa : 17104030057
Telah diujikan pada : Rabu, 08 November 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Siti Zubaedah, S.Ag., M.Pd
SIGNED

Valid ID: 657e953348000



Penguji I

Fahrunnisa, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6579714891b7a



Penguji II

Andhika Yahya Putra, M.Or.
SIGNED

Valid ID: 65790f599e21a



Yogyakarta, 08 November 2023

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 657bb05bef191

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Hal : Skripsi Saudari Rizka Fitri Lestari
Lampiran : 1 (satu) Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah membaca, meneliti, menelaah, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara :

Nama : Rizka Fitri Lestari

NIM : 17104030057

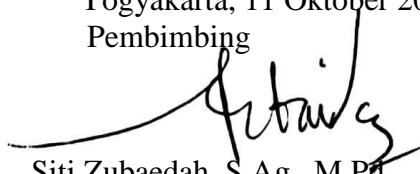
Judul Skripsi : Pengembangan Video Senam Irama untuk Meningkatkan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul

Sudah dapat diajukan kepada Prodi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dengan ini kami berharap agar skripsi saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 11 Oktober 2023
Pembimbing



Siti Zubaedah, S.Ag., M.Pd.
NIP.19730709 200801 2 011

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Dengan menyebut nama Allah yang Mahan Pengasih lagi Maha Penyayang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizka Fitri Lestari

NIM : 17104030057

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak akan menuntut suatu lembaga dan institusi yang mengeluarkan ijazah berkenaan dengan past foto yang ada didalamnya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sesungguhnya.

Yogyakarta, 30 Agustus 2023

Yang menyatakan



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Rizka Fitri Lestari
NIM : 17104030057

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizka Fitri Lestari
NIM : 17104030057
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 30 Agustus 2023

Yang menyatakan



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Rizka Fitri Lestari
NIM: 17104030057

MOTTO

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا

Dialah yang menjadikan malam untukmu (sebagai) pakaian dan tidur untuk istirahat. Dia menjadikan siang untuk bangkit berusaha. (Q.S. Al-Furqān :47)¹



¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al Qur'anul Karim Dan Terjemah* (Surakarta: Az-Ziyadah, 2014).

ABSTRAK

Rizka Fitri Lestari. *Pengembangan Video Senam Irama untuk Meningkatkan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul. Skripsi: Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2023.*

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum maksimalnya penggunaan media yang efektif dalam rangka meningkatkan perkembangan fisik motorik anak. Dimana perkembangan fisik motorik memiliki peran dalam melatih kekuatan otot dan kekuatan tubuh, melatih kelentukan & kelenturan tubuh, melatih kelincahan tubuh, dan mengkoordinasikan gerak otot tubuh dan persendian. Sehingga adanya penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan sebuah video senam irama untuk membantu meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun.

Model penelitian dan pengembangan yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (R & D) dari Sugiyono yang terdiri dari sepuluh tahap, yaitu: (1) potensi masalah, (2) mengumpulkan informasi, (3) desain produk, (4) validasi desain, (5) perbaikan desain, (6) uji coba terbatas, (7) revisi produk, (8) uji coba pemakaian, (9) revisi produk, (10) produk akhir. Adapun subyek penelitian berjumlah 15 anak kelompok B di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul. Adapun untuk mengetahui proses uji coba terbatas dan uji coba pemakaian, peneliti menggunakan *pretest* dan *posttest*.

Hasil penelitian menerangkan bahwa: Pertama, pengembangan video senam irama sebagai media meningkatkan perkembangan fisik motorik anak melalui tujuh tahap. Hasil pengembangan pada media ini memperoleh skor kelayakan 85,7% dari ahli materi dan 83,3% dari ahli media. Kedua, dampak dari penggunaan video senam irama memperoleh nilai 87,3%. Sehingga media dapat dikatakan efektif untuk digunakan dalam proses meningkatkan perkembangan fisik motorik anak.

Kata kunci : Video Senam Irama, Fisik Motorik, Anak Usia Dini.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pengembangan Video Senam Irama untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul” dengan lancar. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada manusia terbaik sepanjang sejarah Nabiullah Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikut yang selalu setia di jalan-Nya.

Terimakasih peneliti sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung peneliti dalam penyelesaian tugas akhir ini.

1. Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta staf-stafnya, yang membantu peneliti dalam menjalani studi program sarjana stara satu Pendidikan Islam Anak Usia Dini.
2. Prof. Dr. Sigit Purnama, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang tiada henti memberikan dukungan kepada seluruh mahasiswa Prodi PIAUD untuk menyelesaikan skripsi.
3. Prof. Dr. Hj. Erni Munastiwi, MM. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi dalam penyusunan skripsi.

4. Siti Zubaedah, S.Ag., M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktunya dengan ikhlas, tulus dan sabar dalam memberikan arahan, tuntunan serta bimbingan hingga skripsi ini selesai.
5. Bapak Alfian Eko Widodo Adi Prasetyo, M.Pd. dan bapak Eko Suhendro, M.Pd. selaku dosen ahli materi dan ahli media yang telah memvalidasi instrumen, memberi penilaian, masukan, kritik dan saran terhadap produk yang dikembangkan oleh peneliti.
6. Kedua orang tua yang tersayang, Bapak Mulyanto dan Ibu Titik Puji Lestari. Manusia yang diciptakan Tuhan dengan bahu yang kuat dan sabarnya hati. Beliau yang tidak pernah berhenti mendoakan dan mendorong peneliti dalam menjalani hidup salah satunya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Kepada keluarga besar Sekolah TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul. Kepada ibu kepala Anif Fajariyana, S.Pd. dan juga guru kelas Kelompok B Ngatemi, S.Pd yang telah menerima peneliti dengan ramah dan meluangkan waktunya.
8. Kepada Keluarga Besar Pendidikan Islam Anak Usia Dini angkatan 2017 yang telah memberikan warna kehidupan selama perkuliahan dan juga telah berjuang menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Segenap dosen dan karyawan yang ada di lingkungan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga terimakasih atas didikan, perhatian, serta sikap ramah dan

bersahabat yang telah diberikan.

10. Kepada temanku Banik Aninda, Maula Lutfi Nur Laily, Nurul Fauziah, Wina Kurnia Sari, yang telah memberikan banyak arahan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Peneliti sangat menyadari, bahwa skripsi ini masih jauh dalam kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. pada umumnya.

Yogyakarta, 01 Oktober 2023

Peneliti



Rizka Fitri Lestari
NIM. 17104030057

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian & Pengembangan	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Spesifikasi Produk yang diharapkan.....	8
F. Pentingnya Penelitian Pengembangan.....	9
G. Asumsi dan Keterbatasan Penelitian & Pengembangan.....	9
H. Definisi Istilah dan Definisi Operasional	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian Penelitian yang Relevan.....	12
B. Kajian Teori	15
C. Kerangka Berfikir	36
BAB III METODE PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN ...	37
A. Model Penelitian dan Pengembangan.....	37

B. Prosedur Penelitian dan Pengembangan.....	40
C. Uji Coba Produk	43
D. Instrumen Pengumpulan Data	45
E. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Video Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun	52
B. Dampak Pemanfaatan Media Video Senam Irama untuk Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Definisi Istilah dan Operasional	10
Tabel 3.1 Nama Validator Ahli	44
Tabel 3.2 Nama Praktisi	44
Tabel 3.3 Nama Anak Kelas B TK ABA Plembutan	44
Tabel 3.4 Skala Penilaian Lembar Validasi.....	48
Tabel 3.5 Menggunakan Kriteria Validasi Lembar Validasi.....	48
Tabel 3.6 Skala Penilaian Lembar Kepraktisan.....	49
Tabel 3.7 Tabel Kepraktisan.....	49
Tabel 3.8 Skala Tingkat Perkembangan Anak	50
Tabel 3.9 Kriteria Penilaian Keefektifan.....	51
Tabel 3.10 Indikator Perkembangan Fisik Motorik	51
Tabel 4.1 Hasil Observasi Kemampuan Motorik Kasar Anak	54
Tabel 4.2 Hasil Penilaian Validator Ahli Materi.....	66
Tabel 4.3 Hasil Penilaian Validator Ahli Media	67
Tabel 4.4 Hasil Ujicoba Produk Terbatas.....	69
Tabel 4.5 Persentase Indikator Perbandingan Ujicoba Terbatas dan Ujicoba Lapangan	70
Tabel 4.6 Tampilan Sebelum dan Sesudah di Validasi Oleh Validator	71
Tabel 4.7 Hasil Ujicoba Pemakaian Produk.....	73
Tabel 4.8 Persentase Perbandingan Perkembangan Fisik Motorik	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Langkah-langkah Model Pengembangan Sugiyono	37
Gambar 4.1 Sampul Video Senam Irama	55
Gambar 4.2 Gerakan Pemanasan pada Senam	57
Gambar 4.3 Gerakan Inti Pada Senam	59
Gambar 4.4 Gerakan Pendinginan Pada Senam	62
Gambar 4.5 Sampul Video Senam	64
Gambar 4.6 Manfaat Gerak Pemanasan	64
Gambar 4.7 Manfaat Gerak Inti pada Senam	64
Gambar 4.8 Manfaat Gerak Pendinginan pada Senam.....	65
Gambar 4.9 Penutup Video	65

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang sangat pesat menjadi salah satu nilai positif bagi para pendidik untuk bisa memanfaatkannya. Hal ini dikarenakan mengintegrasikan kehidupan nyata ke dalam bentuk video merupakan salah satu cara memperoleh perhatian anak. Berbagai aspek perkembangan anak yang perlu dikembangkan, menjadikan seorang pendidik harus mampu memanfaatkan teknologi untuk dapat meningkatkan ke enam aspek yaitu fisik motorik, kognitif, sosial-emosional, moral agama, bahasa, dan seni pada anak. Salah satu aspek perkembangan pada anak berupa aspek fisik dan motorik. Dimana aspek fisik juga motorik merupakan aspek perkembangan yang memiliki peran penting dalam kehidupan anak. Sehingga dalam proses menstimulus perkembangan aspek fisik dan juga motorik diperlukannya media yang membantu. Sehingga adanya teknologi dapat memberikan manfaat pendidikan yang baik bagi anak usia dini.²

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 menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional

² Sandra Yunita et al., "Implementasi Penggunaan Teknologi Oleh Orang Tua Sesuai Pendidikan Karakter Moral Untuk Anak Usia Dini," *Journal of Education and Technology* 1, no. 2 (2021): 104–12.

No.20 Tahun 2003.³ Sedangkan anak usia dini merupakan individu yang tengah mengalami proses tumbuh-kembang yang sangat pesat, bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan. Anak usia dini memiliki rentang yang sangat berharga dibanding usia-usia selanjutnya karena perkembangan kecerdasannya tengah berlangsung luar biasa, usia tersebut merupakan fase kehidupan yang unik dan berada pada masa proses perubahan berupa pertumbuhan, perkembangan, pematangan, dan penyempurnaan baik pada aspek jasmani maupun rohaninya yang berlangsung seumur hidup, bertahap dan berkesinambungan.⁴

Anak usia dini mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan. Dalam fase pertumbuhan anak mengalami peningkatan yang bersifat kuantitatif, atau peningkatan dalam hal ukuran. Dalam fase perkembangan anak akan terlihat dari segi keterampilannya. Perkembangan sendiri memiliki arti sebagai proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh ke arah keadaan yang makin terorganisasi. Istilah perkembangan dan pertumbuhan dalam artian memang hampir sama. Keduanya dapat diartikan adanya perubahan dari keadaan sesuatu ke keadaan yang lain namun pada istilah pertumbuhan di titik beratkan pada perubahan fisik sedangkan istilah perkembangan digunakan kalau lebih menekankan pada perubahan psikis⁵. anak menjadi hal penting yang perlu diperhatikan oleh pendidik dan juga orang tua. Hal ini

³ Wiyani, Novan Ardy, " *Konsep Karakteristik & Implementasi Pendidikan Anak Usia Dini*", (Yogyakarta : AR-RUZ MEDIA ,2014),hlm.32.

⁴ E.Mulyasa, " *Manajemen PAUD*",(Bandung: Rosda,2014) hlm. 16.

⁵ Sudirjo, Encep, " *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik*", (Sumedang Jawa Barat: UPI Sumedang Press,2018) hlm.5

dikarenakan perkembangan memiliki dampak pada kemampuan yang dimiliki anak. Sehingga dalam proses meningkatkan aspek perkembangan anak perlu adanya kurikulum yang mendukungnya.

Kurikulum pembelajaran anak usia dini haruslah mempertimbangkan beberapa aspek perkembangan yaitu fisik motorik, kognitif, sosial-emosional, moral agama, bahasa, dan seni pada anak, pembelajaran harus berfokus untuk mengembangkan aspek- aspek tersebut, agar sejalan dengan perkembangan anak dan agar anak bisa menerima pendidikan yang lebih tinggi. Perkembangan fisik motorik anak adalah salah satu perkembangan yang penting dalam tahap usia dini. Dimana seharusnya guru dan orangtua bekerjasama untuk mengembangkan fisik motorik tersebut dengan menstimulus anak dengan berbagai permainan yang menyenangkan dan menumbuhkan rasa senang terhadap anak, agar anak tertarik untuk memainkannya dan yang paling penting dengan melakukan permainan tersebut, tanpa disadari anak mengembangkan motoriknya. Dalam hal ini , latihan-latihan diperlukan agar syaraf anak menjadi makin matang dan dapat optimal pada saat melakukan gerakan yang ia sukai.⁶ Gerakan yang biasa dilakukan oleh anak biasa disebut dengan senam. Ada berbagai macam senam yang dapat dikenalkan oleh anak untuk membantu menstimulus aspek perkembangan fisik dan motorik anak.

Senam memiliki pengertian sebagai salah satu aktivitas gerak yang disusun dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran

⁶ Khadijah, "*Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*", (Jakarta: KENCANA, 2020) hlm.17

jasmani dan mengembangkan potensi anak. Salah satu potensi anak usia dini yang harus dikembangkan adalah mengembangkan motorik kasar anak, gerak dasar motorik kasar yaitu terdiri dari rangkaian gerak pemanasan, pembukaan, inti dan pendinginan contohnya yang ada pada senam. Senam sangat menarik dipelajari apabila gerakan-gerakan senam mudah dilakukan dan menarik, sehingga anak senang melakukan senam tersebut dan tidak mudah bosan untuk menggerakkan tubuhnya. Senam yang menarik biasanya dengan diiringi irama.⁷ Senam irama merupakan senam yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni gerak. Pada prinsipnya, senam irama bertujuan membuat tubuh bugar, lentur dan membuat hati senang. Kebebasan gerak tubuh yang diperoleh melalui tarian akan menghasilkan keseimbangan, timing, kekuatan, dan koordinasi. Senam irama dapat juga diartikan senam yang gerakanya dilakukan berirama, perpaduan antara berbagai gerakan irama yang mengiringinya, iringan dapat berupa tepukan, ketukan, nyanyian dan musik. Senam irama dapat dilakukan tanpa alat dan bisa dilakukan dengan alat.⁸

Hakekatnya senam merupakan kegiatan fisik yang paling kaya struktur gerakanya. Senam juga dianggap kegiatan fisik yang sangat cocok untuk menjadi alat pendidikan jasmani, karena dianggap mampu memberikan sumbangan terhadap pengembangan kualitas motorik dan kualitas fisik anak secara sekaligus. Suatu gerakan yang diulang-ulang dan saling

⁷Irfah Aulaini Daminik dan Nurmaniah “*Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA.Fastabiqul Khairat PTPN*”*Jurnal Usia Dini*.Vol 3 No,1.(2017).12

⁸Oktariyana, “*Pembelajaran Gerak Dasar Senam Irama*”,(Yogyakarta : CV.GREE PUBLISING,2018) hlm.17-18

berkesinambungan dapat diwujudkan dalam sebuah gerakan senam khususnya senam irama. Keterampilan senam selalu dibangun diatas keterampilan dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.⁹ Hal tersebut sesuai dengan indikator dari motorik kasar menurut Permendikbud No. 137 Tahun 2014, bahwa motorik kasar meliputi kemampuan gerak tubuh secara terkoordinasi, lentur, seimbang, lincah, lokomotor, non-lokomotor, dan mengikuti aturan.¹⁰

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti, di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul peserta didik masih kesulitan dalam hal mestimulus perkembangan fisik motoriknya. Hal ini terlihat ketika anak kelompok B diminta melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan seperti berdiri dengan satu kaki, sebagian besar anak belum mampu berdiri dengan satu kaki. Ketika diminta melakukan koordinasi gerakan mata kaki-tangan-kepala seperti berjalan ditempat sambil menganggukkan kepala banyak anak yang diam saja tidak menirukan gerakan dari pendidik.

Gerakan memutar lengan yang dilakukan oleh anak-anak Kelompok B di TK ABA Plembutan masih perlu ditingkatkan karena banyak anak yang masih diam saja tidak menirukan gerakan dari guru sebagian anak melakukan gerakan memutar lengan sambil bercanda sehingga bersentuhan dengan temanya. Hal tersebut dikarenakan anak kurang tertarik dengan kegiatan

⁹ Ibid, hlm. 19

¹⁰ Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, "Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137," 2014.

yang sering dilakukan secara berulang-ulang tanpa adanya inovasi yang baru.

Anak-anak Kelompok B di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul belum mampu melakukan gerakan kombinasi yaitu menggerakkan tangan dan kaki secara bersamaan. Ada anak yang hanya menggerakkan tangan saja, ada anak yang hanya menggerakkan kaki saja dan ada pula anak yang bercanda dengan temanya. Berdasarkan hasil pengamatan, perkembangan fisik dan motorik anak masih sangat minim, padahal beberapa gerakan yang telah diajarkan pendidik merupakan gerakan dasar berbaris. Hal ini menjadi permasalahan yang serius untuk dicarikan solusi. Bahkan pendidik juga masih minim melakukan kegiatan senam dengan iringan musik yang menggembirakan.

Minimnya kegiatan senam dikarenakan senam bukan merupakan agenda rutin di TK ini, kegiatan yang dilakukan hanya jalan-jalan, bernyanyi dan menggerakkan badan. Selain itu, kurang menguasainya pendidik dalam hal teknologi juga menjadi salah satu alasan tidak diadakannya kegiatan pembelajaran yang menarik untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak. Penggunaan irama musik untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar pada anak belum terlihat di TK ini. Sehingga, untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul dapat dilakukan dengan kegiatan senam irama. Melalui kegiatan senam irama ini diharapkan kemampuan motorik kasar pada anak dapat berkembang dengan optimal. Selain itu anak akan merasa senang karena musik yang digunakan dalam kegiatan senam adalah

musik yang sering anak-anak dengar, hal itu terlihat saat musik diputar anak-anak ikut bernyanyi.

Menurut uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengembangan Video Senam Irama Untuk Meningkatkan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengembangan video senam irama dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul ?
2. Bagaimana dampak pemanfaatan video senam irama dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul?

C. Tujuan Penelitian & Pengembangan

1. Untuk mengetahui pengembangan video senam irama yang dapat digunakan untuk meningkatkan fisik motorik anak usia dini di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul.
2. Untuk mengetahui dampak pemanfaatan video senam irama dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian dan pengembangan ini diharapkan memperoleh manfaat, baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai pijakan dan referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengembangan video senam irama dalam meningkatkan fisik motorik anak usia dini.

2. Secara praktis.

a. Bagi pendidik

Hasil penelitian mengenai pengembangan video senam irama ini diharapkan dapat digunakan sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan fisik motorik.

b. Bagi murid

Memberi pengalaman langsung tentang gerak dan lagu dalam meningkatkan fisik motorik

c. Bagi peneliti

Sebagai referensi untuk menambah pengalaman dan pembelajaran mengenai kemampuan fisik motorik anak melalui kegiatan senam.

E. Spesifikasi produk yang diharapkan

Spesifikasi produk yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu:

1. Produk ini berupa video senam irama untuk anak kelompok B.
2. Video senam ini dilengkapi dengan instrumen musik lagu daerah yang dapat membangkitkan semangat anak untuk mengikuti gerakan yang ditampilkan dalam video tersebut.
3. Media pembelajaran di desain sesuai dengan tahap perkembangan anak usia 5-6 tahun, KD dan KI.
4. Media pembelajaran yang dikembangkan memuat

pembukaan/ pendahuluan, isi yang berupa materi, dan penutup.

F. Pentingnya Penelitian & Pengembangan

Pentingnya penelitian dan pengembangan ini dikarenakan kurangnya variasi pembelajaran di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul, sehingga anak-anak masih mengalami kesulitan dalam hal mengembangkan fisik motoriknya. Media berupa video senam irama ini diharapkan dapat dijadikan media pembelajaran bagi guru atau pendidik untuk meningkatkan fisik motorik anak sehingga anak dapat maksimal dalam meningkatkan kemampuan gerakannya dan dapat meningkatkan kebugaran jasmani juga menjadikan anak lebih percaya diri dan dapat bekerjasama dengan baik.

G. Asumsi dan Keterbatasan Penelitian & Pengembangan

1. Asumsi

Video senam irama ini dapat digunakan oleh pendidik sebagai media pembelajaran di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul.

2. Keterbatasan

Pengembangan video senam irama ini hanya fokus untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul.

H. Definisi Istilah dan Definisi Operasional

Adapun definisi istilah dan operasional dari pengembangan video senam irama untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun sebagai berikut:

Tabel 1.1 Definisi Istilah dan Operasional

Definisi Istilah	Definisi Operasional
Video Senam Irama	<p>a. Video senam irama biasanya menampilkan instruktur atau pelatih yang memandu gerakan-gerakan senam secara bersamaan dengan musik yang diputar. Senam irama juga merupakan senam yang dilakukan dengan mengikuti irama atau tempo tertentu, biasanya disertai dengan gerakan tubuh yang sesuai dengan ritme musik.</p> <p>b. Adapun urutan gerakan senam berupa: pemanasan (peregangan otot dan langkah ringan di tempat); inti (gerakan melibatkan kekuatan otot, meningkatkan fleksibilitas, meningkatkan detak jantung); pendinginan/relaksasi</p>

	(peregangan dan pernapasan untuk membantu tubuh kembali ke keadaan istirahat.
Perkembangan Fisik Motorik	<p>a. Melibatkan gerakan besar yang melibatkan otot-otot besar dalam tubuh dan Melibatkan gerakan kecil dan presisi yang melibatkan penggunaan tangan dan jari.</p> <p>b. Adapun gerakan fisik dan motorik di usia 5-6 tahun berupa: 1) Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; 2) Melakukan koordinasi gerakan mata kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam; 3) Melakukan permainan fisik dengan aturan; Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri; 4) Melakukan kegiatan kebersihan diri</p>

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pengembangan video senam irama untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun di TK ABA Plembutan Playen Gunungkidul dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengembangan video senam irama didesain menggunakan perangkat telekomunikasi elektronik atau bisa disebut *handphone* dengan beberapa aplikasi seperti *canva*, *Youcut*, dan *Kine master*. Video senam irama dilengkapi dengan animasi menarik yang diambil dari *Pinterest*. Pemeran dalam video senam irama adalah peneliti. Lokasi pengambilan video berada di Candi Sambisari Kalasan Sleman. Produk yang dihasilkan dari penelitian dan pengembangan ini adalah pembelajaran yang berbentuk video senam irama dengan durasi 6:26 menit dengan melalui delapan tahap pengembangan yaitu, potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi desain, revisi desain, ujicoba, revisi produk, ujicoba pemakaian. Adapun tahap validasi media dilakukan oleh ahli media dan ahli materi. Video senam irama dinyatakan layak digunakan dan mendapat hasil dari ahli materi dengan skor 85,7 % dengan kategori valid, hasil dari ahli media dengan skor 83,3% dengan kategori valid, maka dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran yang berupa senam irama ini efektif untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun.

2. Media pembelajaran yang berupa video senam irama memiliki dampak untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun terbukti dari hasil uji coba terbatas 73,3% dinyatakan praktis dan uji coba lapangan 87,3% dengan kategori sangat praktis.

B. Saran

Berdasarkan uraian hasil penelitian terdapat penekanan terkait pentingnya mengembangkan keterampilan motorik anak. Hal ini karena otak anak akan bereaksi berbeda-beda tergantung cara anak bergerak. Sehingga peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Sekolah

Mengingat pentingnya perkembangan motorik anak, mengharuskan pihak sekolah dapat memanfaatkan media-media yang ada. Supaya dalam proses meningkatkan perkembangan motoriknya mereka tidak merasa jenuh, karena pendidik dapat menggunakan media dengan berbagai macam cara.

2. Orang tua

Proses perkembangan motorik anak yang tak lepas dari bantuan stimulus anak, juga mengharuskan orang tua untuk bisa lebih kreatif dalam memanfaatkan media di sekitar. Penggunaan *handphone* yang sering diberikan kepada anak, bisa menjadi salah satu media untuk meningkatkan perkembangan anak khususnya motorik. Sehingga orang tua harus bisa selektif dalam proses membantu mengembangkan motorik anak.

3. Peneliti selanjutnya

Terus berkembangnya sebuah ilmu menjadikan peneliti menaruh harapan yang besar kepada peneliti selanjutnya. Supaya pengembangan media terkait video senam irama ini dapat dikembangkan menjadi media yang lebih mudah lagi diakses dan juga memiliki keamanan yang baik apabila dioperasikan oleh anak sendiri. Hal ini dikarenakan pemanfaatan media yang menyenangkan dapat meningkatkan perkembangan motorik anak dengan baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Aswan Zain. (2010). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Elizabeth B. Hurlock, Perkembangan Anak Jilid 2,(Jakarta: PT Gelora Aksara Pertama),.
- Daminik, Irfah Aulaini dan Nurmaniah “Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA.Fastabiqul Khairat PTPN”Jurnal Usia Dini.Vol 3 No,1.(2017).
- Della Marshella, Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di PAUD Anugrah Asiyiyah Kota Bengkulu,(Bengkulu: IAIN Bengkulu.)
- Febrina Anggraini.(2016).Peranan Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak usia Dini.Serang: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Fitri Nurul Ihsani, Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Irama pada Kelompok A TK Aisyiyah Bustanul Athfal Koripan Poncosari Srandakan Bantul,(Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta).
- Hisbiyatul,Rudy,Sumiharsono.(2017).Media Pembelajaran. Jember: CV PUSTAKA ABADI
- Hujair, Sanaky. (2010) . Media Pembelajaran.Yogyakarta : Safiria Insania Press.
- Indonesia, Kementerian Agama Republik. *Al Qur'anul Karim Dan Terjemah*. Surakarta: Az-Ziyadah, 2014.
- Iftitah,Selfi Lailiyatul.(2019).Evaluasi Pembelajaran Anak Usia Dini. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Jalinus Nizwardi,Ambiyar(2016)Media & Sumber Pembelajaran,Jakarta: Kencana.

- Khadijah, Nurul Amelia. (2020). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Khaironi, Mulianah. "Perkembangan Anak Usia Dini." *Golden Age Hamzanwadi University* 3, no. 1 (2018). <https://doi.org/10.54045/ecie.v1i1.35>.
- Kiram Yanuar, H. Phil. (2019). *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta : Prenamedia Group.
- Kustandi, Cecep. (2020). *Pengembangan Media Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Lutan. (2000). *Belajar Keterampilan Motorik*. Jakarta: Dikti Depdikbud.
- Mamik. (2015). *Metodologi Kualitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publisher.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. "Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137," 2014.
- Moeslichatoen R. (1999). *Metode Pengajaran di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mulyasa, E. (2014). *Manajemen PAUD*. Bandung: Rosda.
- Novan Ardy Wiyani. (2014). *Konsep Karakteristik & Implementasi Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta : AR-RUZ MEDIA.
- Oktariyana. (2018). *Pembelajaran Gerak Dasar Senam Iraama Berbasis Multimedia*. Yogyakarta: CV.GRE PUBLISHING.
- Pakpahan, Fernando Andre dkk, *Pengembangan Media Pembelajaran*, (: Yayasan Kita Menulis).
- Riyanto, Slamet. (2010). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: CV BUDI UTAMA.
- Samsudin. (2018). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Fajar interpratama.

- Septy Nurfadhila.(2021).Media Pembelajaran,Sukabumi : CV Jejak.
- Siti Makhudah. (2010). Perkembangan Motorik AUD.Nganjuk: Guepedia.
- Sriwahyuniati, Fajar. (2017). Belajar Motorik.Yogyakarta: UNY Pres.
- Sri Suwarsiti, Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam di Taman Kanak-kanak 02 Karanglo,(Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sudirjo,Encep. (2018). Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik. Sumedang Jawa Barat : UPI Sumedang.
- Sugiyono.(2017).Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Rnd.Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Bambang. (2010). Metode Pengembangan Fisik.Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sumantri.(2005).Metode Pengembangan Motorik Anak Usia Dini. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Yunita, Sandra, Mila Erviana, Duwi Setianingsih, Riska Putri Winahyu, Meliana Dewi Suryaningsih, and Didi Pramono. “Implementasi Penggunaan Teknologi Oleh Orang Tua Sesuai Pendidikan Karakter Moral Untuk Anak Usia Dini.” *Journal of Education and Technology* 1, no. 2 (2021): 104–12.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA