

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Usia dari nol hingga enam tahun sering disebut sebagai masa keemasan, yaitu periode ketika semua aspek perkembangan anak berlangsung dengan sangat pesat, termasuk aspek fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni. Oleh karena itu, pendidikan untuk anak usia dini sangat penting dalam memberikan stimulasi yang sesuai sehingga potensi mereka dapat berkembang secara maksimal.

Salah satu elemen penting dari pertumbuhan yang perlu difokuskan pada anak-anak di usia dini adalah kemajuan dalam fisik motorik. Perkembangan fisik motorik mencakup kemampuan anak untuk mengendalikan gerakan tubuh, mempertahankan keseimbangan, berkoordinasi, berkelincahan, serta menjalani berbagai aktivitas fisik dengan baik. Bagi anak berusia 5-6 tahun, kemajuan fisik motorik sangat krusial karena berhubungan dengan keterampilan mereka dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berlari, melompat, menari, dan bermain.

Kusuma (2022) berpendapat bahwa pertumbuhan keterampilan fisik motorik pada anak tidak berlangsung secara otomatis, melainkan memerlukan rangsangan yang sesuai

melalui kegiatan fisik yang terarah. Namun, dalam kenyataannya, perhatian terhadap perkembangan fisik motorik anak sering kali minim. Banyak orang tua dan pendidik cenderung lebih memfokuskan perhatian pada aspek kognitif seperti membaca, menulis, dan menghitung, sementara rangsangan fisik motorik sering kali terabaikan. Akibatnya, masih ada anak-anak usia dini yang mengalami kesulitan dalam koordinasi gerakan, kurang percaya diri saat bergerak, serta belum mampu berpartisipasi dalam aktivitas fisik dengan baik.

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak adalah dengan melakukan senam sehat. Senam sehat adalah serangkaian gerakan tubuh yang dilakukan secara teratur, sistematis, dan berirama yang bertujuan untuk menjaga kesehatan, meningkatkan kebugaran, dan melatih koordinasi gerak. Untuk anak usia dini, senam sehat lebih dari sekadar olahraga, ini juga merupakan metode pembelajaran yang menyenangkan. Anak-anak dapat bergerak bebas, meniru gerakan, melatih keseimbangan, dan mengekspresikan diri melalui serangkaian gerakan yang menarik.

Hartati, S. (2020) Melakukan senam sehat untuk anak usia dini memiliki berbagai manfaat. Pertama, senam sehat berpotensi meningkatkan motorik kasar melalui gerakan melompat, berlari, dan membungkuk. Kedua, senam sehat

melatih koordinasi antara mata, tangan, dan kaki, yang sangat penting bagi kesiapan anak untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik di sekolah dasar. Ketiga, senam sehat mampu memberikan rangsangan pada konsentrasi dan disiplin, karena anak dituntut untuk mengikuti irama dan arahan dari pengajar. Keempat, senam sehat juga membantu membentuk kebiasaan hidup sehat, meningkatkan ketahanan fisik, serta menambah kebahagiaan. Dengan demikian, senam sehat sangat berperan dalam mendukung perkembangan fisik motorik anak. Di TK IKI PTPN 7 Pering Baru Kabupaten Seluma, kegiatan pembelajaran anak usia dini tidak hanya berfokus pada aspek akademis, tetapi juga pada perkembangan fisik dan motorik. Namun, berdasarkan observasi awal, masih terlihat anak-anak yang kurang aktif bergerak, cepat merasa lelah saat berolahraga, dan belum bisa mengkoordinasikan gerakan tubuh dengan baik. Situasi ini menunjukkan bahwa perlu dilakukan peningkatan stimulasi terhadap perkembangan motorik kasar anak menjadi lebih seimbang.

Senam sehat dianggap sebagai salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak-anak di taman kanak-kanak tersebut. Hal ini dikarenakan karakteristik senam sehat yang menyenangkan, mudah dilakukan, bisa dilakukan secara kelompok, serta sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan anak berusia 5-6 tahun. Selain itu, senam sehat dapat dilakukan secara rutin di sekolah

dengan fasilitas yang sederhana dan tanpa memerlukan biaya yang besar.

Hidayati, N. (2019) mengungkapkan bahwa sejumlah studi sebelumnya menunjukkan bahwa aktivitas fisik, termasuk senam sehat, berperan besar dalam perkembangan motorik kasar pada anak-anak prasekolah. Sebagai ilustrasi, penelitian X menyatakan bahwa melakukan senam secara rutin dapat memperbaiki kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan rasa percaya diri anak dalam bergerak. Selain itu, penelitian Y juga menunjukkan bahwa aktivitas senam dapat merangsang kemajuan otak anak, terutama pada area yang bertanggung jawab dalam mengendalikan gerakan tubuh. Dengan demikian, ada landasan teoritis dan bukti nyata bahwa senam sehat dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar anak-anak prasekolah.

Kegiatan senam sehat juga memiliki aspek pendidikan yang signifikan. Anak-anak diajarkan untuk mengendalikan gerakan tubuh, mengikuti arahan dari guru, dan berkolaborasi dengan teman-sebaya mereka. Aktivitas ini tidak hanya berkontribusi pada kemajuan fisik dan motorik anak, tetapi juga membantu membangun karakter anak agar menjadi lebih disiplin, percaya diri, dan akrab dengan gaya hidup sehat. Dengan demikian, senam sehat lebih dari sekadar kegiatan fisik, ia juga berfungsi sebagai sarana pembelajaran yang

menyenangkan dan bermanfaat untuk mendukung perkembangan anak secara keseluruhan.

QS. Al-Qashash ayat 26 menguraikan betapa pentingnya kekuatan fisik dalam kehidupan manusia. Kekuatan tubuh dapat diasah sejak kecil melalui berbagai jenis aktivitas fisik, salah satunya adalah senam sehat. Melalui senam sehat, anak-anak dapat meningkatkan kemampuan motorik besar seperti keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan kekuatan jasmani.

قَالَتْ إِحْدَهُمَا يَأْتِيَّ ابْنُ أَخِي أَسْتَجِرُّهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَجَرْتُ الْقَوِيَّ
الْأَمِينُ

“Salah seorang dari kedua perempuan tersebut mengatakan: Ayahku, pekerjakanlah dia, sejatinya orang yang paling baik untuk dijadikan pegawai (di tempat kita) adalah orang yang kuat dan dapat diandalkan.”

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, peneliti merasa penting untuk melaksanakan suatu penelitian dengan judul **"Pengaruh Kegiatan Senam Sehat Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Pre-Eksperiment) Di Tk Iki Ptpn7 Pering Baru Kabupaten Seluma"**. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan bukti yang nyata tentang bagaimana kegiatan senam sehat dapat berkontribusi pada peningkatan perkembangan motorik kasar anak, serta berfungsi sebagai

panduan bagi para guru dan orang tua dalam memberikan rangsangan yang sesuai bagi anak pada usia dini.

Oleh sebab itu, studi ini sangat diperlukan untuk dilakukan karena:

1. Usia dini adalah fase krusial dalam pertumbuhan fisik dan motorik anak-anak.
2. Masih ada anak-anak di usia dini yang belum mencapai kemampuan optimal dalam motorik kasar serta koordinasi tubuh.
3. Senam sehat merupakan metode stimulasi yang menarik, terjangkau, dan efektif untuk mendorong kemajuan motorik kasar anak.
4. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam merancang program pembelajaran yang seimbang antara aspek akademik dan perkembangan fisik motorik anak.

Melalui penelitian ini, diharapkan bisa ditemukan bukti yang jelas bahwa aktivitas senam sehat memberikan dampak positif terhadap peningkatan motorik kasar pada anak berusia 5–6 tahun di TK IKI PTPN 7 Pering Baru Kabupaten Seluma, sehingga bisa diterapkan secara teratur dalam kegiatan belajar sehari-hari.

B. Identifikasih Masalah

1. Perkembangan fisik anak usia dini di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma belum berjalan dengan baik, yang terlihat dari koordinasi gerakan yang kurang, anak cepat merasa lelah saat beraktivitas fisik, dan beberapa anak tampak kurang percaya diri saat bergerak.
2. Aktivitas belajar cenderung lebih menekankan pada aspek kognitif, sehingga pengembangan fisik motorik melalui kegiatan fisik seperti senam sehat belum dimaksimalkan.
3. Senam sehat, yang merupakan bentuk aktivitas fisik yang menyenangkan, mudah dilakukan, dan cocok untuk anak usia 5–6 tahun, memiliki kemampuan untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak, tetapi pelaksanaannya di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma masih terbatas dan belum banyak diteliti secara empiris.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas, penelitian ini akan difokuskan pada anak-anak berusia 5 hingga 6 tahun di TK IKI PTPN7 Pering Baru yang berada di Kabupaten Seluma. Fokus penelitian adalah untuk mengevaluasi dampak dari rutinitas senam sehat yang diikutsertakan dalam proses pembelajaran terhadap perkembangan motorik kasar anak-anak. Yang dimaksud dengan perkembangan motorik kasar dalam studi ini mencakup kemampuan anak dalam mengatur gerakan tubuh,

koordinasi, keseimbangan, kelincahan, serta keberanian dalam berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Penelitian ini tidak akan membahas secara rinci perkembangan aspek lain seperti kognitif, bahasa, atau sosial emosional, melainkan akan lebih menekankan pada perkembangan motorik kasar sebagai variabel utama yang diteliti.

D. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh signifikan dari kegiatan senam sehat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh kegiatan senam sehat terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Dari sudut pandang teori, studi ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu pendidikan untuk anak usia dini, terutama yang berkaitan dengan rangsangan perkembangan motorik kasar melalui aktivitas senam sehat. Temuan dari penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengeksplorasi hubungan antara aktivitas fisik dan perkembangan motorik fisik pada anak usia dini.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru

Studi ini bisa dijadikan pedoman dalam memilih metode pengajaran yang lebih bervariasi, menyenangkan, dan efisien untuk merangsang perkembangan motorik kasar pada anak usia dini.

b. Bagi Sekolah

Temuan penelitian ini dapat dijadikan landasan dalam merancang program pendidikan yang seimbang, menggabungkan aspek akademik dengan perkembangan fisik motorik anak, sehingga mendukung pertumbuhan anak secara optimal.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini memberikan pemahaman tentang pentingnya stimulasi gerakan melalui aktivitas sederhana seperti senam sehat, yang dapat memotivasi orang tua untuk menunjang aktivitas fisik anak baik di sekolah maupun di rumah.

d. Bagi Anak

Aktivitas senam sehat diharapkan dapat membantu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, termasuk koordinasi gerakan, keseimbangan,

kelincahan, serta rasa percaya diri saat menjalani aktivitas fisik.

