



Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak usia 4-5 tahun di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati

¹Nopri Padma Nudesti, ²Retno Wulan

¹Kebidanan, Diploma Tiga Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

²Kebidanan, Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

How to cite (APA)

Nudesti, N. P., & Wulan, R.
Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak usia 4-5 tahun di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2). 396-402.

<https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i2.1096>

History

Received: 4 April 2024

Accepted: 5 Mei 2024

Published: 08 Juni 2024

Corresponding Author

Nopri Padma Nudesti, Diploma Tiga Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati; nopri@stikesbup.ac.id



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) / CC BY 4.0

ABSTRAK

Latar Belakang: Senam irama merupakan kegiatan yang mengoptimalkan perkembangan gerak. Berdasarkan survei terhadap 15 ibu yang memiliki anak usia 4-5 tahun, 10 ibu mengetahui bahwa senam irama dapat merangsang tumbuh kembang anak, namun ibu-ibu tersebut tidak memberikan rangsangan senam irama, sedangkan 5 ibu tidak mengetahui tentang senam irama dan tidak melakukan stimulasi di rumah.

Metode: Desain penelitian menggunakan Quasi eksperimen non-randomized pre-and post-test dengan dua kelompok. Penelitian ini diikuti oleh 50 anak usia 4-5 tahun, dan sampel penelitian berjumlah 30 anak yang teknik pengambilan sampelnya adalah purposive sampling.

Hasil: Hasil uji Mann Whitney antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memberikan nilai Z hitung sebesar -3,248 dengan p-value signifikan sebesar 0,001. Terdapat perbedaan perkembangan motorik kelompok eksperimen dan kontrol, yaitu ada pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik anak.

Kesimpulan: Ada pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak.

Kata Kunci : Perkembangan motorik, senam irama, Anak usia 4-5 tahun

ABSTRACT

Background: Rhythmic gymnastics is an activity that optimizes movement development. Based on a survey of 15 mothers who have children aged 4-5 years, 10 mothers knew that rhythmic gymnastics could stimulate children's growth and development, but these mothers did not provide rhythmic gymnastics stimulation, while 5 mothers did not know about rhythmic gymnastics and did not stimulate them house.

Method: The research design used a non-randomized quasi-experimental pre-and post-test with two groups. This research was attended by 50 children aged 4-5 years, and the research sample consisted of 30 children whose sampling technique was purposive sampling.

Result: The results of the Mann Whitney test between the experimental group and the control group gave a calculated Z value of -3.248 with a significant p-value of 0.001. There are differences in the motor development of the experimental and control groups, namely that there is an influence of rhythmic exercise on children's motor development.

Conclusion: There is an influence of rhythmic gymnastics on motor development in children

Keyword : Motor development, rhythmic gymnastics, Children aged 4-5 years

Pendahuluan

Perkembangan adalah peningkatan kapasitas (kemampuan) struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks secara teratur dan dapat diprediksi sebagai akibat dari proses pematangan (Ranuh, G., 2013; Anggraini, 2021; Suprpto, 2022). Perkembangan pada anak dapat dilihat dari beberapa aspek meliputi motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan personal sosial. Anak usia 4-5 tahun merupakan bagian dari anak usia dini. Perkembangan kecerdasan pada anak usia dini mengalami kemajuan yang sangat pesat dari 50% menjadi 80% (Hasanah, 2016; Aghnaita, 2017).

Pada tahun 2016, prevalensi gangguan tumbuh kembang pada anak usia dibawah 5 tahun di Indonesia sebesar 7.512,6 kasus per 100.000 penduduk (7,51%), seperti yang dilaporkan oleh (WHO, 2017). Diperkirakan sekitar 5 sampai 10 persen anak mengalami kelainan tumbuh kembang. Informasi mengenai prevalensi keterlambatan perkembangan umum belum diketahui secara pasti, namun diperkirakan sekitar 1-3% anak dibawah usia 5 tahun mengalami keterlambatan perkembangan.

Senam irama merupakan salah satu aktivitas untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar. Menurut Saputri, Rihmah et al., (2017), senam irama merupakan kegiatan yang dapat mengoptimalkan perkembangan motorik secara umum. Senam irama merupakan olahraga yang mengandung irama musik yang mudah dilakukan dan mengoptimalkan tumbuh kembang jasmani.

Berdasarkan survei data awal terhadap 15 orang ibu yang memiliki anak

usia 4-5 tahun, diperoleh 10 orang ibu tidak melakukan senam anak dan tidak menstimulasi tumbuh kembang anaknya melalui senam irama, sedangkan 5 orang ibu anaknya melakukan senam irama. senam di sekolah, namun ibunya tidak merangsang perkembangannya. Dari 15 anak tersebut, pelaksanaan Posyandu di Desa Tondomulyo hanya terfokus pada pemantauan pertumbuhan (berat badan dan tinggi badan), namun perkembangan anak usia dini tidak pernah terpantau.

Metode

Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen non-randomized pre-post-test design dengan desain dua kelompok. Penelitian dilakukan dengan melihat perkembangan anak sebelum diberikan senam irama (pre) dan setelah diberikan senam irama (post) yang dilakukan 3 kali seminggu selama 60 hari atau 2 bulan. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 4-5 tahun berjumlah 50 anak, Sampel penelitian dengan jumlah 30 anak dan *Teknik sampling* yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini adalah *Standar Operasional Prosedur* (SOP) dan lembar penilaian KPSP dengan Uji statistik yang digunakan Uji Mann Whitney.

Hasil

Hasil penelitian dengan judul Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 4-5 Tahun di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati sebagai berikut

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-Laki	14	46,7
2	Perempuan	16	53,3
	Total	30	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden, 16 bayi adalah perempuan (53,4%) dan 14 bayi adalah laki-laki (46,7%).

Tabel 2. Distribusi Perkembangan Motorik Kelompok Kontrol

Kontrol Sebelum					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6,00	3	20,0	20,0	20,0
	7,00	10	66,7	66,7	86,7
	8,00	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	
Kontrol Sesudah					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6,00	3	20,0	20,0	20,0
	7,00	7	46,7	46,7	66,7
	8,00	5	33,3	33,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata perkembangan motorik sebelum diberikan senam irama adalah 6,93 (menyimpang) dengan variasi 0,59. Rata-rata

perkembangan motorik setelah diberikan senam irama adalah 8,13 (meragukan) dengan variasi 0,74.

Tabel 3. Distribusi Perkembangan Motorik Kelompok Eksperimen

Intervensi Sebelum Perlakuan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6,00	4	26,7	26,7	26,7
	7,00	7	46,7	46,7	73,3
	8,00	4	26,7	26,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	
Intervensi Setelah Perlakuan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8,00	2	26,7	26,7	26,7
	9,00	9	46,7	46,7	73,3
	10,00	4	26,7	26,7	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata perkembangan motorik anak sebelum senam irama adalah 7,0 (meragukan) dengan variasi 0,75, sedangkan

sesudah senam irama rata-rata perkembangan motoriknya adalah 9,13 (sesuai) dengan variasi 0,64

Tabel 4. Distribusi Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 4-5 Tahun Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Intervensi sesudah perlakuan	,316	15	,000	,790	15	,003
Kontrol sesudah	,238	15	,022	,817	15	,006

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil analisis uji Mann Whitney antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memberikan nilai Z hitung sebesar -3,248 dengan p-value signifikan sebesar

0,001. Hasil tersebut menunjukkan terdapat perbedaan perkembangan motorik kelompok eksperimen dan kontrol, senam irama berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak usia 4-5 tahun

Pembahasan

1. Perkembangan Motorik pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian, pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata perkembangan motorik anak yang tidak diberikan senam irama menyimpang (6,93). Sedangkan rata – rata perkembangan motorik yang diberikan senam irama yaitu meragukan (8,13).

Kondisi perkembangan motorik yang kurang optimal menunjukkan hal tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik, seperti faktor gizi, status kesehatan, kecerdasan anak, perilaku, sikap, pendidikan, pekerjaan, budaya dan pengalaman masa lalu orang tua. Jika dibandingkan dengan kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, maka pada kelompok kontrol terdapat keterlambatan perkembangan motorik.

Menurut peneliti salah satunya adalah perilaku orang tua yang tidak memberikan rangsangan pada anak dan ketidaktahuan orang tua akan pentingnya rangsangan tumbuh kembang, terutama orang tua yang mempunyai motivasi rendah dalam memberikan rangsangan pada anaknya sesuai usia perkembangannya dan mempunyai defisit. Berdasarkan pemahaman dan pengetahuannya, banyak orang tua yang belum mengetahui cara memperhatikan tumbuh kembang anaknya,

oleh karena itu sebagian besar orang tua meremehkan tahapan tumbuh kembang anak sesuai usianya

Hal ini sesuai dengan penelitian Rismayanthi (2013) yang berjudul Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar Sebagai Stimulasi Motorik Bagi Anak Taman Kanak-Kanak Melalui Aktivitas Jasmani menyatakan bahwa peran ibu dalam pendidikan anak juga memberikan rangsangan pada anak, pengetahuan dan sikap ibu sangat mempengaruhi rangsangan pada anak, agar perkembangan motorik anak menjadi optimal. Semakin dini stimulus diberikan maka semakin baik perkembangan anak

2. Perkembangan Motorik pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil penelitian Tabel 3 menunjukkan bahwa perkembangan motorik anak sebelum diberikan senam irama dengan hasil meragukan (7.0), sedangkan setelah diberikan senam irama perkembangan motoriknya sesuai (9.13).

Tumbuh kembang seorang anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak, salah satunya adalah faktor genetik yang mempunyai pengaruh sebesar 20%, dan faktor lingkungan yang mempunyai pengaruh sebesar 80% seperti lingkungan, salah satunya adalah merangsang pengaruh

lingkungan tersebut (Utaminingtyas, 2019); Ngaisyah, 2016).

Menurut peneliti, anak dapat diberikan stimulasi sejak dini dan tahap perkembangannya diharapkan sesuai dengan usianya. Dengan senam yang terus-menerus maka keterampilan dapat disempurnakan sesuai tahap perkembangannya, anak yang mendapat rangsangan yang tepat sasaran lebih cepat perkembangannya dibandingkan dengan anak yang tidak mendapat stimulasi.

Kegiatan stimulasi, penemuan, dan intervensi dini yang komprehensif dan terkoordinasi terkait tumbuh kembang anak usia dini, dilaksanakan melalui kemitraan dengan keluarga, masyarakat, dan tenaga profesional, meningkatkan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini serta kesiapan mengikuti pendidikan formal. Indikator keberhasilan dalam mendorong tumbuh kembang anak tidak hanya mencakup peningkatan kesehatan dan status gizi anak, namun juga tumbuh kembang anak secara optimal secara mental, emosional, sosial, dan mandiri (Surani, 2020; Pakpahan et al., 2023; Utari et al., 2016).

3. Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.4 diketahui bahwa analisis uji Mann Whitney antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memberikan nilai Z hitung sebesar -3,248 dengan p-value signifikan sebesar 0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perkembangan motorik kelompok eksperimen dan kontrol, yaitu senam irama berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak.

Mobilitas anak dapat dipengaruhi oleh rangsangan yaitu senam ritmik. Senam bagi anak sangatlah penting, karena sama seperti orang dewasa yang membutuhkan olah raga agar bugar, anak pun juga mendapat manfaat dari senam (Haryani, 2017; Rosidah, 2013). Menurut peneliti,

kelebihan senam irama adalah merangsang tumbuh kembang motorik kasar dan halus serta kemampuan gerak anak secara optimal, sebagai cara mendeteksi dini gangguan tumbuh kembang, memperkuat otot. dan persendian untuk melatih gerak motorik anak serta menjadikan tubuh anak lebih kuat dan sehat.

Menurut peneliti, perkembangan motorik anak disebabkan oleh rangsangan berupa senam irama yang merangsang otot dan persendian anak serta meningkatkan kelenturan tubuh. Namun di sisi lain, ada pula anak yang tidak mengalami peningkatan perkembangan, meskipun mendapat rangsangan, hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satunya adalah buruknya adaptasi anak terhadap peneliti, seperti tidak mampu bekerja sama dalam latihan sesuai SOP. Jika anak tidak setuju dengan hatinya, anak terkesan tegang, latihan yang diberikan kurang maksimal.

Kesimpulan

Pertumbuhan dan perkembangan balita merupakan suatu hal yang perlu mendapat perhatian besar, dimana pada masa balita merupakan masa dengan pertumbuhan yang sangat pesat dan kritis atau dikenal dengan istilah *golden age* atau masa emas. Anak usia 4-5 tahun merupakan dalam periode anak usia dini, dimana anak dalam rentang masa prasekolah. Pada periode ini perkembangan kecerdasan anak usia dini mengalami perkembangan yang sangat pesat peningkatannya dari 50% menjadi 80%. Senam irama adalah salah satu aktivitas untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar. Tujuan Untuk menganalisis pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak usia 4-5 tahun di Desa Tondomulyo, Kecamatan Jakenan, Kabupaten Pati. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *Quasy eksperimental* dengan pendekatan *non randomized pre and post test dengan two grup design* dengan populasi 50 anak dan sampel 30 anak.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji *Mann Whitney* antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol menghasilkan Z hitung sebesar $-3,248$ dengan taraf signifikan p value 0,001. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perkembangan motorik kasar pada kelompok eksperimen dan kontrol, dengan kata lain ada pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak.

Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan)

Diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan tumbuh kembang pada balita.

2. Bagi Ibu

Diharapkan dapat memberikan stimulasi pada anak untuk meningkatkan perkembangan

3. Bagi penulis selanjutnya

Diharapkan untuk kedepannya ada kegiatan pengabdian masyarakat dapat lebih inovatif, menarik dan kreatif

Daftar Pustaka

- Aghnaita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud No. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 219–234.
- Anggraini, N. (2021). *Peranan Orang Tua Dalam Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. Metafora: Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra*, 7(1), 43-54.
- Haryani, U. S. (2017). *Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswi Putri Kelas Vii Smp Negeri 25 Bandar Lampung*.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1).
- Ngaisyah, R. D. (2016). *Hubungan Tinggi Badan Orang Tua Dengan Kejadian Stunting*. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 3(1), 49-57.
- Pakpahan, S., Siregar, Y., Sulubara, S., & Simamora, J. P. (2023). Pelayanan Pemantauan Tumbuh Kembang Untuk Deteksi Stunting, Edukasi Kesehatan Dan Pemberian Makanan Tambahan Pada Anak Usia 2-5 Tahun Di Desa Pansurnapitu Kabupaten Tapanuli Utara. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(5), 10457-10464.
- Ranuh, G., & S. (2013). *Tumbuh Kembang Anak. Egc*.
- Rismayanthi, C. (2013). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Sebagai Stimulasi Motorik Bagi Anak Taman Kanak-Kanak Melalui Aktivitas Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani ndonesia*, 9(1).
- Rosidah, N. (2013). *Perbedaan Pengaruh Latihan Senam Aerobik Low Impact Dan Mix Impact Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putri Smk Negeri 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013*.
- Saputri, Ganjar Rohma., Sasmiati Sasmiati., A. S. (2017). Frekuensi Latihan Senam Irama Dan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*.
- Suprpto, S. (2022). Implementasi Sekolah Balita Melalui Program Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu)(Belajar Kasus Di Desa Gayam). *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi Dan Perubahan*, 2(4), 125–131.
- Surani, E. (2020). Peningkatan Kemampuan Balita Melalui Pemantauan Tumbuh Kembang Penggunaan Kuesioner Pra Skreening Perkembangan (Kpsp). *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Darma Bakti Teuku Umar*, 2(1), 142. <https://doi.org/10.35308/Baktiku.V2i1.1624>
- Utaminingtyas, F. (2019). Pengaruh Pemberian Stimulasi Terhadap Perkembangan Anak Umur 12-24 Bulan Di Desa Lembu, Bancak. *Jurnal Kebidanan*, 117-127.
- Utari, P., Dirdjo, M. M., & Wahyuni, T.

(2016). *Hubungan Status Gizi Dengan Tumbuh Kembang Anak Usia 6-12 Bulan Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Sempaja Samarinda Tahun*

2016.

WHO. (2017). *Level and Trends in Child Malnutrititions.*