

**Pemberdayaan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Anak Sholeh
di RA Nurul Washilah Simpang Merbau Kecamatan NA IX.X**

Khairani¹, Eva Khoirani Berutu²

^{1,2} Program Studi PIAUD Fak. Tarbiyah IAIDU Asahan
rani@gmail.com; evakhoirani@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the movements performed in pious children's gymnastics in order to develop children's gross motor skills. Knowing the implementation of pious children's gymnastics. To find out how the teacher trains the correct gross motor movements in pious children's gymnastics at RA Nurul Washilah, Simpang Merbau Village, Na IX.X District. This study uses a qualitative method. The data collection procedure is by using the method of observation, interviews and documentation. Based on the results of the study, the movements carried out in pious children's gymnastics to develop gross motor skills for RA Nurul Washilah's children, Simpang Merbau Village, Na IX.X District, were jumping, running, walking, tiptoeing, moving the whole body, hands and feet. In addition to the movement that is useful for developing gross motor skills, this pious child's gymnastics is also full of Islamic values, both in poetry and in movements. Therefore, RA Nurul Washilah chose this exercise among other children's gymnastics. The implementation of pious children's gymnastics at RA Nurul Washilah, Simpang Merbau Village, Na IX District. carried out since 2018. They realize it every Friday and Saturday, because other days iqra' activities are carried out. As for the steps for implementing pious children's gymnastics, at the initial stage the teacher prepares gymnastic equipment such as tape and gymnastic music. Then prepare a line of children. Giving direction and motivating the children. Next, a gymnastics was held where some of the teachers became instructors in front of the children. The way the teacher trains the correct gross motor movements in pious children's gymnastics at RA Nurul Washilah, Simpang Merbau Village, Na IX.X District is by exemplifying the movements of jumping, walking and running. The teacher also adjusts the position of the child, so that the child's movements can run well. Initially, some children could not do gymnastics well, where the movements made by children were still stiff, there were also children who did gymnastics movements just carelessly and still wanted to play. And the teacher is aware of this, therefore the teacher also teaches gymnastics for pious children in class. And the results are visible during the three months of the research, where the movements of children in pious children's gymnastics are getting better.

Keywords: Gross Motor, Sholeh Anak Children's Gymnastics

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam anak sholeh guna mengembangkan motorik kasar anak. Mengetahui pelaksanaan senam anak sholeh. Untuk mengetahui cara guru melatih gerakan motorik kasar yang benar dalam senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Adapun prosedur pengumpulan data yaitu dengan menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian, gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam anak sholeh guna mengembangkan motorik kasar anak RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X adalah melompat, berlari, berjalan, berjinjit, menggerakkan seluruh tubuh, tangan dan juga kaki. Selain gerakannya bermanfaat mengembangkan motorik kasar, senam anak sholeh ini juga penuh dengan nilai-nilai Islami, baik syair maupun gerakannya. Oleh sebab itu RA Nurul Washilah memilih senam ini diantara senam-senam anak lain. Pelaksanaan senam

anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX. dilaksanakan sejak tahun 2018. Mereka merealisakannya setiap Hari Jum'at dan Sabtu, sebab hari-hari lain dilaksanakan kegiatan iqra'. Adapun langkah-langkah pelaksanaan senam anak sholeh pada tahap awal guru menyiapkan perlengkapan senam seperti tape dan musik senam. Kemudian menyiapkan barisan anak. Memberikan arahan dan memotivasi anak Selanjutnya diadakan senam dimana sebagian guru menjadi instruktur di depan ana. Cara guru melatih gerakan motorik kasar yang benar dalam senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X adalah mencontohkan gerakan melompat, berjalan dan berlari. Guru juga mengatur posisi anak, agar gerakan anak dapat berjalan dengan baik. Awalnya sebagian anak belum bisa melakukan gerakan senam dengan baik, dimana gerakan yang dilakukan anak masih kaku, ada juga anak melakukan gerakan senam hanya asal-asalan dan masih ingin bermain-main. Dan guru menyadari hal ini, oleh sebab itu guru juga mengajarkan gerakan senam anak sholeh di kelas. Dan hasilnya terlihat nyata selama tiga bulan pelaksanaan penelitian, dimana geakan-gerakan anak dalam senam anak sholeh semakin baik.

Kata Kunci: Motorik Kasar, Senam Anak Sholeh

PENDAHULUAN

Pemberdayaan berasal dari kata daya. Daya artinya "kekuatan, berdaya artinya memiliki kekuatan. Sementara pemberdayaan artinya proses, cara, perbuatan memberdayakan." Dengan demikian pemberdayaan bermakna proses untuk memperoleh kekuasaan/kemampuan, yang dalam hal ini menambah kemampuan gerakan motorik kasar anak usia dini (usia 5-6 tahun). Seorang anak yang mempunyai kemampuan motorik yang baik akan mempunyai rasa percaya diri yang besar. Lingkungan teman-temannya pun akan menerima anak yang memiliki kemampuan motorik atau gerak lebih baik, sedangkan anak yang tak memiliki kemampuan gerak tertentu akan kurang diterima teman-temannya. Penerimaan teman-teman dan lingkungannya akan menyebabkan anak mempunyai rasa percaya diri yang baik.

Agama Islam juga mengajarkan tentang pentingnya pendidikan jasmani (motorik). Hal ini sesuai dengan Firman Allah dalam Al-Qur'an surah Al-Qashash ayat 26 Artinya: Salah seorang dari kedua wanita itu berkata: "Ya bapakku ambillah ia sebagai orang yang bekerja (pada kita), karena Sesungguhnya orang yang paling baik yang kamu ambil untuk bekerja (pada kita) ialah orang yang kuat lagi dapat dipercaya". (QS. Al-Qashash: 26). (Departemen Agama RI, 2009) Ayat di atas menjelaskan bahwa orang yang layak untuk diajak bekerja karena ia memiliki dua sifat baik, yaitu kuat dan amanah. Kekuatan untuk menjalankan pekerjaan tentunya ditopang dengan kondisi fisik serta gerakan yang hebat (motorik). Untuk itu, kemampuan motorik ini harus dikembangkan sejak masa kanak-kanak. Pemerintah juga memperhatikan pentingnya pemberdayaan motorik, hal ini terlihat dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia nomor 137 Tahun 2014 tentang standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini yang mengatakan tingkat pencapaian anak usia dini yaitu:

Pencapaian perkembangan motorik anak ialah dapat melaksanakan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. Melakukan koordinasi gerakan kaki tangan kepala dalam

menirukan tarian dan senam. Melakukan permainan fisik dengan aturan. Terampil menggunakan tangan kanan dan tangan kiri. Melakukan kegiatan kebersihan (PP Mendikbud, 2014).

Senam adalah salah satu aktivitas gerak yang disusun dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan mengembangkan potensi anak. Senam sangat menarik untuk 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. Karena anak-anak sangat suka bergerak diikuti dengan irama musik dan lagu yang semangat dan riang gembira, sehingga mereka dapat mengekspresikan dirinya dan dapat melupakan kesedihan atau kejadian yang tidak menyenangkan sebelumnya.

Di lembaga pendidikan khususnya RA, umumnya senam dilakukan empat kali dalam seminggu. Sementara di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X dilakukan dua kali dalam seminggu. Karena jarangnyanya melakukan kegiatan senam mengakibatkan guru harus lebih ekstra dalam membimbing anak, agar gerakan anak tidak kaku dan dapat mengkoordinasikan gerakan dengan baik. Oleh karena itu peran guru sangatlah penting dalam membimbing dan mengarahkan anak dalam kegiatan senam anak sholeh, dengan cara memotivasi dan mengajak anak mengikuti irama dan lagu yang riang gembira. Dengan begitu anak akan lebih semangat dalam melakukan kegiatan senam anak sholeh terutama dalam memberdayakan motorik kasarnya. Guru terus memotivasi anak untuk mengenalkan dan mempraktekkan motorik kasar melalui senam anak sholeh.

METODOLOGI PENELITIAN

A. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena mempunyai tiga alasan, yaitu: (1) Lebih mudah mengadakan penyesuaian dengan kenyataan yang berdimensi ganda. (2) Lebih mudah disajikan secara langsung hakikat hubungan peneliti dengan responden. (3) Lebih mudah penyesuaian diri dengan responden. Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan studi kasus. Pada dasarnya penelitian dengan jenis studi kasus bertujuan untuk mengetahui tentang sesuatu hal secara mendalam. Maka dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan metode studi kasus untuk mengungkap tentang apa saja yang dilakukan guru RA Nurul Washilah Simpang Marbau Kecamatan Na IX.X dalam memberdayakan motorik kasar anak melalui senam anak sholeh.

Tingkat kepercayaan informan yang tinggi khususnya guru dan anak yang diteliti kepada peneliti sangat dibutuhkan dan sangat membantu dalam proses penelitian, sehingga data yang dibutuhkan dapat segera diperoleh dengan mudah dan lengkap, juga apa adanya tanpa terdapat manipulasi data. Lokasi penelitian adalah letak dimana penelitian akan dilakukan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan dan berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian.

Adapun lokasi penelitian ini adalah RA Nurul Washilah Simpang Marbau Kecamatan Na IX.X yang beralamat di Jalan Simpang Marbau Desa Simpang Marbau. Sumber data adalah subjek dari mana data-data dapat diperoleh. Sumber data dalam penelitian ini ada dua yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder (Moleong, 2006). Untuk mencari dan mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah: Pengamatan (Observasi), Wawancara, Dokumentasi. Teknis analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisa data interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu reduksi data, penyajian data dan *verification* (kesimpulan). Teknik Penjamin Keabsahan Data (Sugiono,2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam anak sholeh guna mengembangkan motorik kasar anak RA Nurul Washilah Desa Simpang Marbau Kecamatan Na IX.X

Berdasarkan hasil temuan diketahui bahwa gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam anak sholeh adalah koordinasi lengan dan kaki seperti jalan di tempat, mengayun kedua lengan, mengangkat lengan, mengayunkan lengan ke samping kanan dan kiri dan juga kelenturan anggota tubuh. Gerakan ini berfungsi untuk melatih tubuh, sebagaimana yang dikemukakan Imam S Hidayat yang dikutip Biasworo Adi Suyanto Aka bahwa senam adalah "latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis".¹

Temuan gerakan-gerakan senam anak shalat ini sesuai pula dengan apa yang dikemukakan Rosnawatiranau bahwa gerakan senam anak sholeh adalah:

- a. Jalan ditempat sambil mengangkat kedua tangan
- b. Jalan ditempat sambil menghadap ke kiri dan ke kanan
- c. Melangkah kedepan satu langkah sambil meletakkan tangan dipinggang setelah itu meletakkan tangan di kepala
- d. Menggerakkan bahu ke atas dan ke bawah sambil bergerak ke kiri dan ke kanan
- e. Mengangkat tangan ke kiri dan ke kanan setelah itu menggerakkannya ke bawah
- f. Jalan ditempat sambil menghadap kiri dan kanan sambil mengangkat tangan
- g. Melangkah ke depan satu langkah dan mengangkat tangan ke kepala
- h. Memutar tangan ke kiri dan kanan
- i. Mendorong tangan ke kiri dan ke kanan;
- j. Mengulangi gerakan sesuai irama musik (Rosnawatiranau,2015).

¹ Biasworo Adi Suyanto Aka, *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*, (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2009), h. 7.

Gerakan-gerakan tersebut dapat mengembangkan motorik kasar, dimana motorik kasar itu adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh. Dengan gerakan-gerakan senam anak Sholeh, dengan sendirinya motorik kasar anak akan terlatih.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan Hasley dan Jhonston yang dikutip Biasworo Adi Suyanto Aka menyatakan senam adalah "bentuk kegiatan jasmani untuk mengembangkan kekuatan tubuh yang bermaksud untuk latihan". Demikian pula dalam buku Encyclopedia America Internasional menyebutkan bahwa senam adalah "suatu latihan untuk meningkatkan kesegaran jasmani yang membutuhkan kekuatan, keseimbangan, kelenturan, keterampilan yang dilakukan dengan cara berirama". Jelasnya gerakan senam seperti senam anak sholeh bermanfaat untuk mengembangkan motorik kasar anak. Selain gerakannya bermanfaat mengembangkan motorik kasar, berdasarkan temuan juga didapat bahwa senam anak sholeh ini penuh dengan nilai-nilai Islami, baik syair maupun gerakannya. Oleh sebab itu RA Nurul Washilah memilih senam ini diantara senam-senam anak yang dapat diajarkan di tingkat RA.

2. Pelaksanaan senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X

Pelaksanaan senam anak sholeh di RA Nurul Washilah tersebut menurut penjelasan guru dilaksanakan sejak tahun 2018, tepatnya dua tahun yang lalu. Mereka mendapatkan informasi mengenai senam anak sholeh lewat Ikatan Guru Raudhatul Athfal pada saat pelaksanaan KKG. Lewat KKG juga diadakan pelatihan gerakan-gerakan senam ini. Mereka merealisakannya setiap Hari Jum'at dan Sabtu, sebab hari-hari lain dilaksanakan kegiatan iqra'. Adapun langkah-langkah pelaksanaan senam anak sholeh pada tahap awal guru menyiapkan perlengkapan senam seperti tape dan musik senam. Tujuannya agar anak tertarik untuk melakukan kegiatan senam. Kemudian menyiapkan barisan anak. Begitu mendengar bel berbunyi seluruh anak-anak berbaris di depan kelas, dengan dipimpin guru anak-anak menyiapkan barisan untuk melakukan Senam Sehat Anak Sholeh. Guru memberikan arahan-arahan dan memotivasi anak dengan menanyakan siapa diantara mereka yang suka berolahraga terutama melalui senam. Selanjutnya diadakan senam dimana sebagian guru menjadi instruktur di depan anak.

Adanya persiapan dan arahan serta irama musik menyebabkan anak menjadi bersemangat. Sebagaimana dikemukakan Rosnawatiranau, bagi anak usia dini, senam berfungsi dan bermanfaat untuk "menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Mengenalkan dan menanamkan kegiatan senam pada anak sejak dini memberikan manfaat yang besar, diantaranya "membangun semangat hidupnya, tidak bermalas-malasan".

3. Cara guru melatih gerakan motorik kasar yang benar dalam senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah penulis lakukan guru telah berupaya melatih kemampuan motorik kasar melalui gerakan-gerakan senam anam sholeh seperti gerak melompat, berjalan dan berlari. Guru telah mengatur posisi anak, agar gerakan senam dapat berjalan dengan baik. Setelah guru mengatur barisan anak kemudian guru menjelaskan dan mencontohkan gerakan tersebut di depan siswa. Awalnya sebagian anak belum bisa melakukan gerakan senam dengan baik, dimana gerakan yang dilakukan anak masih kaku, ada juga anak melakukan gerakan senam hanya asal-asalan dan masih ingin bermain-main. Dan guru menyadari hal ini, oleh sebab itu guru juga mengajarkan gerakan senam anak sholeh di kelas. Ini menunjukkan bahwa guru tahu indikator perkembangan motorik kasar anak yang menjadi tanggung jawab mereka. Kekakuan anak menunjukkan motorik kasarnya belum berkembang. Hal ini sejalan dengan pendapat Barrow Harold M, dan Mc Gee, Rosemary yang dikutip Djoko Pekik Irianto menyatakan bahwa unsur-unsur keterampilan motorik terdiri atas "kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi". Hal senada juga dijelaskan oleh Toho Cholik Mutohir dan Gusril bahwa unsur-unsur keterampilan motorik diantaranya: Kekuatan adalah keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu anak tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti: berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong (Irianto, 2000).

Koordinasi adalah keterampilan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dengan sistem syaraf. Sebagai contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila anak mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. Kecepatan adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Misal: berapa jarak yang ditempuh anak dalam melakukan lari empat detik, semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya. Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan di bagi menjadi dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada "menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain". Ditambahkannya bahwa keseimbangan statis dan dinamis adalah penyederhanaan yang berlebihan. Ditambahkan kedua elemen keseimbangan kompleks dan sangat spesifik dalam tugas dan gerak individu.

Kelincahan adalah keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ke titik lain.

Misalnya: bermain menjala ikan, bermain kucing dan tikus, bermain hijau hitam semakin cepat waktu yang ditempuh untuk menyentuh maupun kecepatan untuk menghindari, maka semakin tinggi kelincahannya. Perhatian guru RA Nurul Washilah Simpang Marbau mengenai motorik kasar ini menyebabkan mereka tahu bahwa ada anak didik mereka di Kelas A yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik kasarnya salah satunya Muhammad Hasby Albidjar. Untuk anak-anak yang mengalami keterlambatan ini, guru memberikan perhatian lebih saat dilaksanakan kegiatan senam ataupun permainan, dengan harapan motorik kasar anak ini dapat pula berkembang dengan baik sebagaimana teman-temannya. Apa yang dikemukakan guru RA Nurul Washilah tersebut sesuai dengan pendapat Bredekamp dan Copple yang dikutip Tadkiroatun Musfiroh, dimana beliau mengatakan bahwa anak usia 5 tahun sudah dapat melakukan aktivitas:

- a. Berjalan dengan menggunakan tumit kaki, berjinjit, melompat tidak beraturan, dan berlari dengan baik.
- b. Berlari dengan satu kaki selama 5 detik atau lebih, menguasai keseimbangan dengan berdiri di atas balok 4 inci, tetapi mengalami kesulitan meniti balok selebar 5 cm tanpa melihat kakinya.
- c. Menuruni tangga dengan kaki bergantian, dapat memperkirakan tempat kaki berpijak.
- d. Melompat dengan aturan tempo yang memadai dan mampu memainkan permainan-permainan yang membutuhkan reaksi cepat.
- e. Mulai mengkoordinasikan gerakan-gerakan pada saat memanjat atau berguling pada trampolin kecil (kain layar yang direntangkan untuk menampung akrobat).
- f. Menunjukkan kesadaran untuk menilai batas tingkah laku yang berbahaya dengan lebih baik, tetapi masih membutuhkan pengawasan di jalan atau perlindungan diri pada aktivitas yang penting.
- g. Menunjukkan peningkatan daya tahan dalam periode yang lebih lama, kadang-kadang terlalu bersemangat dan kehilangan kontrol diri dalam kegiatan kelompok (Musfiroh, 2008)

Memang tidak dapat dipungkiri bahwa perkembangan motorik pada setiap anak berbeda, ada yang mengalami perkembangan motoriknya sangat baik, ada pula yang mengalami keterbatasan. Selain itu juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Keberadaan perkembangan motorik anak juga dipengaruhi hal lain diantaranya "asupan gizi, status kesehatan dan perlakuan motorik sesuai dengan masa perkembangan".

Gerakan motorik anak dapat berkembang dengan baik bila mendapat kesempatan untuk melakukan dengan leluasa untuk mencoba dan dapat bantuan serta peralatan yang dibutuhkan serta bimbingan dari orang dewasa atau pendidik baik secara formal maupun informal. Dengan demikian, tepat sekali apa yang dilakukan guru RA Nurul Washilah yang memberdayakan motorik kasar dengan senam anak sholeh.

Pengembangan motorik kasar di RA bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat, sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil. Sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, anak didik dilatih gerakan-gerakan dasar yang akan membantu perkembangan motoriknya kelak.

Menurut Sumantri tujuan perkembangan motorik kasar anak usia dini yaitu:

- a. Mampu meningkatkan keterampilan gerak. Kemampuan motorik kasar merupakan aspek perkembangan jasmani yang sangat penting bagi perkembangan tubuh anak, semakin terstimulasinya aspek perkembangan motoriknya, maka dalam keterampilan gerakan akan menjadi lincah, sehingga anak tidak merasa minder saat bermain dengan teman-teman sebayanya.
- b. Mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani Dengan terstimulasinya aspek dari unsur-unsur motorik kasar anak maka daya tahan tubuh anak berkembang sesuai dengan karakteristik perkembangan motorik kasar sesuai dengan usia anak.
- c. Mampu menanamkan sikap percaya diri Dengan kemampuan motorik kasar yang berkembang dengan baik fisik akan menjadi sehat dan terampil, anak merasa percaya diri sehingga anak tumbuh dengan baik juga.
- d. Mampu bekerjasama. Dengan kondisi fisik yang sehat dan bugar tentunya anak akan mampu melakukan kegiatan yang sesuai dengan karakteristik usia pada anak secara trampil.
- e. Mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif Kondisi fisik yang sehat dan bugar juga bisa mempengaruhi perilaku yang kurang baik, seperti cara berfikir. Jadi dengan kemampuan motorik ini bertujuan untuk bisa berperilaku disiplin, jujur dan sportif (Sumantri, 2005).

Setelah melihat cara guru RA Nurul Washilah melatih gerakan motorik kasar yang benar dalam senam anak sholeh, peneliti menyimpulkan bahwa motorik kasar anak dapat diberdayakan melalui senam anak sholeh. Dan hasilnya terlihat nyata selama tiga bulan pelaksanaan penelitian, dimana gerakan-gerakan anak dalam senam anak sholeh semakin baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam senam anak sholeh guna mengembangkan motorik kasar anak RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X adalah melompat, berlari, berjalan, berjinjit, menggerakkan seluruh tubuh, tangan dan juga kaki. Selain gerakannya bermanfaat mengembangkan motorik kasar, senam anak sholeh ini juga

penyempurnaan dengan nilai-nilai Islami, baik syair maupun gerakannya. Oleh sebab itu RA Nurul Washilah memilih senam ini diantara senam-senam anak yang dapat diajarkan di tingkat RA.

2. Pelaksanaan senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX. dilaksanakan sejak tahun 2018. Mereka merealisasinya setiap Hari Jum'at dan Sabtu, sebab hari-hari lain dilaksanakan kegiatan iqra'. Adapun langkah-langkah pelaksanaan senam anak sholeh pada tahap awal guru menyiapkan perlengkapan senam seperti tape dan musik senam. Kemudian menyiapkan barisan anak. Memberikan arahan-arahan dan memotivasi kepada anak Selanjutnya diadakan senam dimana sebagian guru menjadi instruktur di depan ana
3. Cara guru melatih gerakan motorik kasar yang benar dalam senam anak sholeh di RA Nurul Washilah Desa Simpang Merbau Kecamatan Na IX.X adalah mencontohkan gerakan melompat, berjalan dan berlari. Guru juga mengatur posisi anak, agar gerakan anak dapat berjalan dengan baik. Awalnya sebagian anak belum bisa melakukan gerakan senam dengan baik, dimana gerakan yang dilakukan anak masih kaku, ada juga anak melakukan gerakan senam hanya asal-asalan dan masih ingin bermain-main. Dan guru menyadari hal ini, oleh sebab itu guru juga mengajarkan gerakan senam anak sholeh di kelas. Dan hasilnya terlihat nyata selama tiga bulan pelaksanaan penelitian, dimana gerakan-gerakan anak dalam senam anak sholeh semakin baik.

Saran

Berdasarkan temuan-temuan dari penelitian yang telah penulis laksanakan, dapat di sarankan agar:

1. Bagi guru, diharapkan untuk terus membimbing anak dalam melaksanakan kegiatan senam sehat anak sholeh dengan langkah-langkah pelaksanaannya.
2. Bagi sekolah, diharapkan memenuhi fasilitas yang dapat menunjang perkembangan anak
3. Bagi pemerintah hendaknya mau memberikan perhatian dengan memberikan penyuluhan kepada guru-guru RA agar proses pembelajaran di RA dapat lebih ditingkatkan lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Biasworo Adi Suyanto Aka, *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*, Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2009
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2002.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Semarang: Toha Putra, 2009.
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006
- Djoko Pekik Irianto, *Pedoman Praktis Berolahraga*, Yogyakarta: Andi Offset, 2000.

Tarbiatuna: Journal of Islamic Education Studies
Volume 2 Nomor 1 (2022) 19-28 P-ISSN 2775-3387 E-ISSN 2775-7250
DOI: 47467/tarbiatuna.v2i1.1016

MS Sumantri, *Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, Jakarta: Dinas Pendidikan, 2005.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.

Rosnawatiranau, *Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak*, Jakarta: Indeks, 2015.

Sugiono, *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2010.

Tadkiroatun Musfiroh, *Cerdas melalui Bermain*, Jakarta: Grasindo, 2008.

Toho Cholik Mutohir dan Gusril, *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*, (Jakarta: Depdiknas, 2004.