

## Senam Fantasi Berpengaruh terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah

Chatarina Suryaningsih<sup>1</sup>, Via Rismaya<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>FitKes UNJANI Cimahi

e-mail: [chatarina.surya@yahoo.com](mailto:chatarina.surya@yahoo.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah di TK Gema Madani Banten. Rancangan penelitian yang telah digunakan adalah pra experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh murid di TK yang berusia 36 bulan sampai 72 bulan sebanyak 32 anak. Sampel adalah total sampling. Analisa data telah menggunakan uji wilcoxon. Intervensi dilakukan selama 2 minggu dalam 4 kali pertemuan. Teknik pengambilan data menggunakan lembar observasi modifikasi antara Denver II dan KPSP digunakan untuk mengukur pretest dan posttest. Hasil analisa data menunjukkan rata-rata pretest adalah 1,78 sedangkan rata-rata posttest yaitu 3,91 hasil analisa data bivariat p Value 0,000 dapat disimpulkan ada pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah di TK.

**Kata Kunci:** *Senam Fantasi, Perkembangan Motorik Kasar, Usia Pra Sekolah*

### Abstract

This study aims to determine the effect of fantasy gymnastics on gross motor development in preschool children at Gema Madani Kindergarten Banten. The research design that has been used is a pre-experiment with a one group pretest-posttest approach. The population of this study were all students in kindergarten aged 36 months to 72 months as many as 32 children. The sample was total sampling. Data analysis has used the Wilcoxon test. The intervention was carried out for 2 weeks in 4 meetings. Data collection techniques using a modified observation sheet between Denver II and KPSP were used to measure pretest and posttest. The results of data analysis show that the pretest average is 1.78 while the posttest average is 3.91 the results of bivariate data analysis p Value 0.000 can be concluded that there is an effect of fantasy gymnastics on the gross motor development of preschool children in kindergarten.

**Keywords:** *Fantasy Gymnastics, Gross motor development, Pre-school Age*

## PENDAHULUAN

Anak prasekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun (Marinda, 2020). Pada usia ini, anak mengalami masa keemasan (*golden age*) stimulus seluruh aspek perkembangan berperan penting untuk tugas selanjutnya, 80% perkembangan kognitif anak telah tercapai pada masa usia prasekolah (Febrianti et al., 2023). Perkembangan pada masa pra sekolah mencakup perkembangan motorik, personal sosial, dan bahasa. Perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik kasar pada anak, dan sangat penting untuk dipelajari, karena perkembangan fisik akan berpengaruh terhadap perilaku sehari-hari. Perkembangan motorik kasar (*gross motor*) merupakan pengendalian tubuh melalui aktivitas yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan urat saraf tulang belakang (*spinal cord*) (Day et al., 2021).

Indonesia tidak luput dari permasalahan kesehatan salah satunya kesehatan anak yaitu ada sekitar 56,34% anak prasekolah mengalami keterlambatan perkembangan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Orang tua dan guru memiliki peran penting dalam mengawasi perkembangan anak. Anak biasanya mengikuti program prasekolah. Sementara itu di Indonesia, umumnya anak mengikuti program taman kanak-kanak pada usia 4-6 tahun. Orang tua dan guru harus memberikan rangsangan atau stimulus kepada anak dalam semua aspek perkembangan, baik motorik kasar maupun halus, bahasa dan personal sosial (D. Gunarsah & D. Gunarsah, 2018). Stimulasi harus diberikan secara rutin dengan kasih sayang dan metode bermain, sehingga perkembangan anak akan berjalan optimal dan dapat mencegah keterlambatan (Hartutik et al., 2021). Motorik kasar yang tidak optimal bisa menyebabkan menurunnya keaktifan anak dalam beradaptasi (Hidayati, 2017).

Beberapa cara yang dapat mengoptimalkan perkembangan motorik kasar anak usia dini, dengan melakukan latihan gerakan tubuh secara terkoordinasi secara sederhana (Nurfadilah et al., 2021). Tujuan latihan Gerakan ini yaitu untuk melatih keuletan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan koordinasi gerakan kaki, tangan, kepala dalam menirukan tarian atau senam, permainan fisik dengan aturan, terampil menggunakan tangan, kaki dan melakukan kegiatan kebersihan diri. Senam fantasi merupakan salah satu olahraga dan dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk mengembangkan motorik kasar (Fitra Adelya et al., 2023). Berbagai macam diantaranya senam irama dan senam fantasi. Senam adalah setiap bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu (Novita et al., 2022).

Penggunaan aktivitas bermain melalui senam fantasi diharapkan dapat memotivasi anak untuk membangkitkan kemampuan gerakannya, karena senam fantasi merupakan senam yang dapat dengan mudah untuk diingat, selain itu kegiatan senam yang dilakukan dengan cara mengembangkan imajinasi melalui gerakan yang membebaskan anak untuk berkreasi menirukan gerak gerak tingkah laku manusia, binatang serta gerakan benda-benda yang ada disekitarnya (Nurhuda et al., 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam fantasi berpengaruh secara signifikan terhadap gerakan motorik kasar anak khususnya gerak lokomotor seperti berjalan berjinjit, meloncat, dan melompat. Manfaat senam fantasi antara lain yakni kemampuan gerak dasar

tumbuh dan berkembang optimal, memberikan daya tarik anak terhadap pelaksanaan gerakan-gerakan senam fantasi, meningkatkan imajinasi anak yang diwujudkan dalam gerakan (Yusmarni, 2019).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pra Eksperimen* dengan pendekatan *One Grup Pre test-pos test* Populasi dalam penelitian ini adalah anak prasekolah di TK Gema Madani Banten usia 4-6 tahun sebanyak 32 anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total* sampling. Variabel independen dari penelitian ini ialah Senam Fantasi, dan variabel dependen dari penelitian ini ialah perkembangan motorik kasar. Instrumen yang digunakan untuk mengukur perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah yang dibuat oleh peneliti sendiri menggunakan lembar observasi modifikasi antara Denver II dan KPSP khusus motorik kasar. Sedangkan kegiatan senam fantasi menggunakan SOP. Peneliti melakukan uji reliabilitas dengan metode *inter-rater reliability*. Didapatkan koefisien kappa dari enumerator 1 = 0,688 p value = 0,003 dan nilai koefisien kappa dari numerator 2 = 0,688 p value = 0,003. Hasil uji dari dua asisten koefisien kappa > 0,6 dan p value < 0,05, maka hasil uji kapa dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan persepsi mengenai perilaku yang diamati antara peneliti dan numerator 1 dan 2. Teknik pengumpulan data dengan melakukan observasi perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan selama 2 minggu dilakukan 6 kali pertemuan, meliputi 1 kali *pre test* menggunakan lembar observasi perkembangan motorik kasar, 4 kali senam fantasi, 1 kali *post test* menggunakan lembar obsevasi perkembangan motorik kasar, durasi kegiatan senam fantasi selama 30 menit. Analisa univariat dengan jenis data adalah numerik, yaitu menggunakan *median* karena data tidak berdistribusi normal dengan hasil perkembangan sebelum senam fantasi adalah 2,00 dan setelah dilakukan senam fantasi adalah 4,00. Hasil uji normalitas data didapatkan hasil p value 0,000, sehingga data berdistribusi tidak normal. Data yang didapatkan oleh peneliti berdistribusi tidak normal analisis bivariat menggunakan uji *wilcoxon*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

- a. Perkembangan motorik kasar pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan senam fantasi di TK.

**Tabel 1 Perkembangan Motorik Kasar pada anak usia prasekolah sebelum dilakukan Senam Fantasi di TK**

Variabel	n	Median	SD	Minimal-Maximal
Perkembangan Motorik Kasar Anak Sebelum Senam Fantasi	32	2,00	0,870	1-4

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa median perkembangan motorik kasar anak sebelum dilakukan senam fantasi adalah 2,00 dengan standar deviasi 0,870.

Skor minimal adalah 1 dan skor maksimal 4. Berdasarkan estimasi interval disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa perkembangan motorik kasar anak usia pra sekolah di TK sebelum dilakukan intervensi 1,47-2,09.

Skor tingkat perkembangan khususnya motorik kasar anak usia prasekolah di TK belum sesuai perkembangan usianya, seharusnya anak dapat mengikuti semua perintah yang ada dalam soal. Hal tersebut dapat disebabkan oleh faktor internal yaitu genetik, ras, umur, jenis kelamin, keluarga dan kelainan kromosom, dan faktor eksternal yaitu lingkungan, gizi, sosial ekonomi, dan stimulasi (Kurniawati & Ashari, 2021). Anak yang kurang optimal disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kurang stimulasi bisa berupa bermain, ataupun adanya peran orang tua yang kurang memperhatikan perkembangan anak sehingga anak kurang optimal dalam perkembangan. Orang tua harus lebih memperhatikan terhadap perkembangan anak dan memfasilitasi permainan edukatif dan mempunyai manfaat terhadap perkembangan salah satunya dengan senam fantasi. Semakin anak melakukan stimulasi maka perkembangan anak akan baik dan tidak mengganggu perkembangan anak di usia selanjutnya (Danauwiyah & Dimiyati, 2021).

- b. Perkembangan motorik kasar pada anak usia pra sekolah setelah diberikan senam fantasi di TK Gema Madani Banten.

**Tabel 2 Perkembangan Motorik Kasar pada anak usia prasekolah setelah dilakukan Senam Fantasi di TK**

Variabel	n	Median	SD	Minimal-Mximal
Perkembangan motorik kasar Anak Setelah senam fantasi	32	4,00	0,296	3-4

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa median perkembangan motorik kasar anak setelah diberikan senam fantasi adalah 4,00 dengan standar deviasi 0,296. Skor minimal adalah 3 dan skor maksimal 4. Berdasarkan estimasi interval disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa perkembangan anak usia pra sekolah di TK setelah dilakukan intervensi 3,80-4,01.

Peningkatan skor perkembangan yang terjadi pada anak usia pra sekolah yang disebabkan oleh kegiatan senam fantasi dengan melatih perkembangan motorik kasar. Selain itu juga dapat melatih kreatifitas dan imajinasi anak yang dibutuhkan pada saat memasuki usia pra sekolah yang dipersiapkan untuk melatih keterampilan tangan, persiapan anak untuk menulis, dan kebutuhan lainnya (Faizaturrahmi et al., 2022).

## 2. Analisa Bivariat.

**Tabel 3 Pengaruh Senam Fantasi terhadap Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Pra Sekolah di TK, n=32**

Variabel	N	(Minimum-Maximum)	SD	P Value
Perkembangan anak sebelum dilakukan senam fantasi	3	1,78	0,870	
	2	(1-4)		

---

Perkembangan anak setelah dilakukan senam fantasi	3 2	3,91 (3-4)	0,296	0,000
---	--------	---------------	-------	-------

---

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa perkembangan motorik kasar anak sebelum dilakukan senam fantasi nilai mean adalah 1,78 dengan nilai minimum 1 dan nilai maksimum 4, dengan standar deviasi 0,870. Perkembangan motorik kasar anak setelah dilakukan senam fantasi nilai rata-rata adalah 3,91 dengan nilai minimum 3 dan nilai maksimum 4, dengan standar deviasi 0,296. Selisih *scoring* dengan kesimpulan terdapat peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia pra sekolah antara perkembangan anak sebelum dan setelah dilakukan senam fantasi. Dari hasil analisa bivariat dengan menggunakan wilcoxon didapatkan *p value* = 0,000, angka tersebut  $\leq 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah di TK.

Senam fantasi merupakan aktifitas bermain dan kegiatan berfantasi menggunakan metode yang lebih menekankan pada imajinasi anak yang disertai dengan proses gerakan dan melibatkan ekspresi diri terhadap fantasi dan pola gerak yang dihasilkan (Rahminawati & Nur Imten, 2019). Senam fantasi yang dapat diterapkan seperti senam fantasi bentuk meniru tanpa alat, senam fantasi membentuk meniru dengan alat, dan senam fantasi bentuk cerita. Senam fantasi dapat dijadikan salah satu metode untuk mengembangkan perkembangan motorik kasar anak usia dini (Romdonis & Nuraeni, 2022). Kegiatan ini merupakan kegiatan senam yang berisikan gerakan-gerakan tubuh yang sederhana dan dikemas secara menarik melalui gerakan-gerakan unik seperti hewan berjalan, tumbuhan melambai tertiuip angin, atau bahkan meniru gerakan alat transportasi ketika sedang melaju dijalanan (Mustika Sari, 2016). Stimulasi merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan. Anak yang mendapatkan stimulasi yang teratur dan optimal akan lebih cepat berkembang dibandingkan anak yang tidak distimulus (Yusmarni, 2018).

Adanya stimulasi atau rangsangan dari luar berupa senam fantasi yang dapat menstimulus perkembangan yaitu perkembangan motorik kasar ketika anak berjalan dan melompat berulang-ulang dapat meningkatkan kekuatan otot, keaktifan anak dalam senam fantasi dan anak juga dapat mengembangkan imajinasi dengan tema cerita yang dibacakan oleh peneliti (Amira et al., 2023).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 32 responden, pengolahan data, serta pembahasan mengenai "Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Prasekolah di TK, maka kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut : perkembangan motorik kasar anak usia pra sekolah sebelum dilakukan senam fantasi (*mean* : 1,78). Perkembangan motorik kasar anak usia pra sekolah setelah dilakukan senam fantasi (*mean*: 3,91). Terdapat pengaruh senam fantasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia pra sekolah di TK (nilai *p Value* =0,000 <  $\alpha$  = 0,05).

## DAFTAR PUSTAKA

- Amira, Fauziddin, M., & Indra, M. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Pembelajaran Senam Fantasi di Taman Kanak-Kanak Darul Yaqin Koto. *Jurnal Pendidikan Tuntas*, 1(2), 78–85. [www.fsct.modares.ac.ir](http://www.fsct.modares.ac.ir)
- D. Gunarsah, S., & D. Gunarsah, Y. singgih. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (p. 249).
- Danauwiyah, N. M., & Dimyati, D. (2021). Kemandirian Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 588–600. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.994>
- Day, L. T., Sadeq-ur Rahman, Q., Ehsanur Rahman, A., Salim, N., KC, A., Ruysen, H., Tahsina, T., Masanja, H., Basnet, O., Gore-Langton, G. R., Zaman, S. Bin, Shabani, J., Jha, A. K., Gordeev, V. S., Ameen, S., Shamba, D., Jha, B., Boggs, D., Hossain, T., ... KC, N. P. (2021). Assessment of the validity of the measurement of newborn and maternal health-care coverage in hospitals (EN-BIRTH): an observational study. *The Lancet Global Health*, 9(3), e267–e279. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30504-0](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30504-0)
- Faizaturrahmi, E., Disnalia Siswari, B., & Jumaidi Sapwal, M. (2022). Pengaruh Senam Fantasi dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah di TK Maraqqitta'limat Memben Daya. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 3(3), 166–170. <https://doi.org/10.47065/jharma.v3i3.3132>
- Febrianti, H., Wanda, D., & Apriyanti, E. (2023). Tinjauan Literatur Sistematis: Status Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Pasca Covid-19. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 46(1), 87–98. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v46i1.836>
- Fitra Adelya, A., Yusri Bachtiar, M., & Info Abstrak, A. (2023). Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Usia 5-6 Tahun Di Kecamatan Pujananting. *Jurnal Metafora Pendidikan*, 1(1), 97–110. <http://www.journal.arthamaramedia.co.id/index.php/jmp>
- Hartutik, S., Arista, A., & Andriyani, A. (2021). Personal Sosial Anak Pre School di PAUD Fullday dan Reguler di Wilayah Surakarta. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 2(1), 12–19. <https://doi.org/10.30787/asjn.v2i1.829>
- Hidayati, A. (2017). Merangsang Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Dengan Pembelajaran Tematik Terpadu. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(1), 151. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i1.1473>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Panduan Kesehatan Balita Pada Masa Pandemi Covid-19. *Kementrian Kesehatan RI*, 1–30.
- Kurniawati, E. Y., & Ashari, A. (2021). Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kesehatan Mental Emosional Anak Pra Sekolah Usia 36-72 Bulan: Studi Di Kb Kuncup Melati Dan Tk. *Jurnal Ilmu ...*, 7(2), 25–31. <http://jurnalilmukebidanan.akbiduk.ac.id/index.php/jik/article/view/159%0Ahttp://jurnalilmukebidanan.Akbiduk.Ac.Id/Index.Php/Jik/Article/Download/159/128>
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 13(1), 116–152.
- Mustika Sari, F. (2016). Senam Fantasi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Autis Di

- Sdn Inklusi. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1–9.
- Novita, N., Fatriani, M., & Rohaya, R. (2022). Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah di PAUD SPNF SKB Negeri KM 5 Kota Palembang. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i1.31>
- Nurfadilah, Fadila, S. N., & Adiarti, W. (2021). Panduan APE Aman Bagi Anak Usia Dini. *Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini*, 1–68. [https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/pdfs/TINY\\_20220222\\_100716.pdf](https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/pdfs/TINY_20220222_100716.pdf)
- Nurhudaya, N., Normawati, N., & ... (2019). Strategi meningkatkan motorik kasar anak melalui senam ceria di tk aisiyiyah paddumpu kecamatan dampal selatan kabupaten toli-toli. *Jurnal Kolaboratif* ..., 862–871. <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS/article/view/740>
- Rahminawati, N., & Nur Imten, D. (2019). Pelaksanaan Kegiatan Senam Fantasi Binatang Berdasarkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A di Paud Galenia Kota Bandung Implementation of Gymnastics Animal Fantasy Activity Based on Rough Motor Capability of Group A Children in Paud Galenia Bandung C. *Prosiding Pendidikan Guru PAUD*, 1–2.
- Romdonis, N., & Nuraeni, L. (2022). Senam Fantasi Sebagai Aktivitas Pembelajaran Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B. *Ceria*, 5(6), 2614–4107.
- Yusmarni, Y. (2018). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Fantasi Menurut Cerita di Taman Kanak-Kanak Negeri Pembina Padang Pariaman. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, 1(2), 1–11. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/article/view/1624>
- Yusmarni, Y. (2019). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Fantasi Menurut Cerita di Taman Kanak-Kanak Negeri Pembina Padang Pariaman. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*, 1(2), 1–11. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/article/view/1624>