

## **MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR SENAM IRAMA BERBASIS MULTIMEDIA PADA ANAK USIA DINI**

**Oktariyana dan Oktariyani**

Universitas Nahdlatul Ulama Lampung

Email: Okta14unulampung@gmail.com dan Oktariyani.yani@gmail.com

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji keefektifan produk berupa model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini. Sedangkan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (research and development) yang mengadopsi dari teori Borg dan Gall. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan pengamatan di lapangan dan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli dan hasil pengisian kuesioner oleh siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase. Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi ahli yaitu, ahli media 82.14% (sangat baik), ahli materi senam irama 88.00% (sangat baik), dan ahli pembelajaran 85.00% (sangat baik). Sementara dari analisis data uji coba skala kecil sebesar 87.50 % (sangat baik). Selanjutnya dilakukan uji produk skala besar dengan persentase rata-rata sebesar 93.06% (sangat baik). Dengan demikian produk memiliki tingkat kelayakan yang baik sekali. Dan berdasarkan hasil uji efektifitas model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini diperoleh skor hasil persentase posttest siswa dalam keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) setelah diberi perlakuan sebesar 86.75% (pemanasan), 85.55% (inti), dan 90.95% (pendinginan). Maka disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini ini efektif digunakan sehingga dapat meningkatkan keterampilan senam ritmik anak usia dini.*

**Kata Kunci:** Anak Usia Dini; Gerak Dasar; Multimedia, Pengembangan; Senam Irama

### **Pendahuluan**

Pembelajaran pada hakikatnya merupakan proses interaksi antara guru dengan siswa, baik interaksi secara langsung seperti kegiatan tatap muka maupun secara tidak langsung, yaitu dengan menggunakan berbagai media pembelajaran (Agustina & Adesti, 2019). Seiring dengan kemajuan teknologi, peserta didik menyukai pembelajaran yang menggunakan bantuan teknologi terutama media pembelajaran yang berbasis komputer seperti internet dan multimedia pembelajaran. Media pembelajaran berbasis multimedia merupakan salah satu media yang tepat untuk diterapkan dalam

pembelajaran senam irama pada anak usia dini. Multimedia adalah media yang menggabungkan dua unsur atau lebih media yang terdiri dari teks, grafis, gambar, foto, audio, video dan animasi secara terintegrasi. Multimedia juga menyediakan peluang bagi pendidik untuk mengembangkan teknik pembelajaran sehingga menghasilkan hasil yang maksimal. Demikian juga bagi peserta didik, dengan multimedia diharapkan mereka akan lebih mudah untuk menentukan dengan apa dan bagaimana siswa dapat menyerap informasi secara cepat dan efisien. Multimedia pembelajaran di harapkan dapat membantu proses pembelajaran lebih menarik, lebih interaktif, jumlah waktu mengajar dapat berkurang, kualitas belajar siswa dapat ditingkatkan, dan proses belajar mengajar dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.

Media pembelajaran berbasis multimedia merupakan salah satu media yang tepat untuk diterapkan dalam pembelajaran senam irama pada anak usia dini. Multimedia adalah media yang menggabungkan dua unsur atau lebih media yang terdiri dari teks, grafis, gambar, foto, audio, video dan animasi secara terintegrasi. Multimedia juga menyediakan peluang bagi pendidik untuk mengembangkan teknik pembelajaran sehingga menghasilkan hasil yang maksimal. Demikian juga bagi peserta didik, dengan multimedia diharapkan mereka akan lebih mudah untuk menentukan dengan apa dan bagaimana siswa dapat menyerap informasi secara cepat dan efisien.

Hasil temuan berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan, terkait pelaksanaan proses pembelajaran senam di sekolah TK Islam Al-Hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur yaitu senam irama dilakukan 1 kali dalam seminggu. Adapun hasil observasi dan wawancara kepada guru TK Islam Al-Hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur yang dilakukan, didapat informasi bahwa yang terjadi dalam setiap kegiatan yang memerlukan gerak motorik anak terbilang lambat dan kurang bersemangat sehingga kinestetik anak belum berkembang secara optimal karena pada saat melakukan gerak dasar anak menjadi bingung seperti, kurangnya perkembangan anak jalan ditempat, kurangnya perkembangan anak dalam berdiri satu kaki (keseimbangan), kurangnya perkembangan anak dalam mengayunkan tangan, dan kurangnya perkembangan anak dalam melakukan gerakan senam irama. Selain itu menurut pengamatan penulis dilapangan ditemukan beberapa permasalahan diantaranya, metode yang diajarkan oleh guru kurang berinovasi yang berkaitan dengan kemajuan teknologi dan kemajuan zaman saat ini, guru mengajarkan hanya dari pengalaman.

Kurangnya pemahaman tentang gerakan dasar senam irama. Sehingga perlu adanya inovasi dalam pembelajaran yang menarik dan menyenangkan yang mengandung unsur-unsur multimedia didalamnya, khususnya pada pembelajaran gerak dasar senam irama agar dalam pelaksanaannya anak mau bergerak dengan benar dan menyenangkan.

Perkembangan gerak dasar pada olahraga senam harus memiliki kemampuan keterampilan serta kekuatan fisik yang baik. Hal ini dikuatkan dengan pendapat (Sawczyn et al., 2016) *“in gymnastic considerable emphasis in selection of test os spesific motor skills are those which enable an assessment of different types of strength abilities“*. Prinsip perkembangan motorik anak usia dini yang normal yaitu terjadi perubahan baik fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya. Nilai-nilai yang terkandung dalam perkembangan motorik pada anak usia dini antara lain mendapatkan pengalaman yang berarti, hak dan kesempatan beraktivitas, keseimbangan jiwa dan raga, serta mampu berperan menjadi dirinya sendiri. Sejalan dengan hal tersebut (Williams et al., 2008) mengungkapkan bahwa: *Children with better-developed motor skills may find it easier to be active and engage in more physical activity (PA) than those with less-developed motor skills. This relationship between motor skill performance and PA could be important to the health of children, particularly in obesity prevention.*

Manfaat senam irama bagi anak usia dini yaitu kegiatan utama yang paling bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (motor ability). (Mahendra, 2008). Senam irama yang dilakukan dengan cara yang benar dan teratur dalam jangka waktu yang cukup memungkinkan untuk menciptakan suasana menyenangkan selama pelajaran dan peningkatan keadaan emosial, dapat menciptakan sebuah rangsangan optimal untuk sistem syaraf yang bermanfaat bagi proses pendidikan, merangsang anak untuk bergerak, mendorong keadaan relaksasi dan ketenangan, memfasilitasi kinerja ritmis gerakan, memudahkan internalisasi kemampuan motorik dan kemampuan khusus untuk senam irama, memberikan kontribusi untuk pengembangan memori dan perhatian distributif. Melalui gerak senam anak akan bebas berekspresi sehingga anak akan menemukan pengalaman baru dan dengan mengikuti irama anak lebih bebas bergerak, berimajinasi serta berani menghadapi tantangan baru (Sujiono, 2009). berpendapat bahwa, “pendekatan dalam kegiatan gerak berirama harus menekankan pada metodologi yang kreatif dan fleksibel yang menempatkan proses

gerakan dan ekspresi diri terhadap irama lebih penting dari pada pola gerak yang dihasilkan”. Dengan demikian guru harus kreatif dan inovatif dalam mendesain suatu model pembelajaran yang menarik, menyenangkan dan mudah diterapkan yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini

### **Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (*research and development*) yang mengadopsi dari teori (Borg, n.d.) yang memiliki 10 langkah atau tahapan pengembangan yang cukup jelas yaitu : 1) *Research and information collecting*, 2) *Planning*, 3) *Develop preliminary form of product*, 4) *Preliminary field testing*, 5) *Main product revision*, 6) *Main field testing*, 7) *Operational product revision*, 8) *Operational field testing*, 9) *Final product revision*, and 10) *Dissemination and implementation* (Borg, n.d.). Penelitian telah dilaksanakan di TK Islam Al-Hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur pada. Adapun waktu penelitian dilaksanakan dari bulan Juli sampai dengan September 2019.

### **Hasil dan Pembahasan**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development*) Penelitian pengembangan merupakan penelitian pendekatan yang dihubungkan pada rancangan kerja dan pengembangan serta memiliki tujuan untuk perancangan dalam lingkungan pembelajaran serta mengusahakan untuk pemahaman pada fundamental secara ilmiah. Penelitian pengembangan bukan untuk merinci dan menerapkan intervensi yang lengkap akan tetapi ditujukan untuk memberikan motivasi belajar dengan menampilkan pembelajaran yang menarik dan kreatif.

Menurut (Emzir, 2012) “dalam bidang pendidikan tujuan utama penelitian dan pengembangan bukan untuk merumuskan atau menguji teori, tetapi untuk mengembangkan produk-produk yang efektif untuk digunakan di sekolah-sekolah” Lebih jelas lagi (Gall, Gall, & Borg, 2007) mendefinisikan “*Research and development is an industry-based development model in which the findings of research are used to design new products and procedures, which then are systematically field-tested,*

*evaluated, and refined until they meet specified criteria of effectiveness, quality, or similar standards”.*

Hasil pada penelitian ini berupa produk CD dan buku panduan pembelajaran gerak dasar senam irama untuk anak usia dini yang sudah melalui evaluasi ahli dan uji coba. Berikut adalah sajian beberapa tampilan produk yang telah dikembangkan:

### Halaman Judul Program



### Halaman Menu Utama



### Tampilan Halaman Video Pembelajaran Gerak Dasar Senam Irama Pemanasan



### Tampilan Halaman Video Pembelajaran Gerak Dasar Senam Irama Inti



### Tampilan Halaman Video Pembelajaran Gerak Dasar Senam Irama Pendinginan



### Cover CD Senam Irama (Senam Anak Nasional Indonesia)



Adapun hasil analisa data dari masing-masing validator yaitu sebagai berikut:

**A. Hasil Penilaian Ahli Media**

**Tabel 1**  
**Hasil Validasi Ahli Media**

| No                | Aspek yang Dinilai                      | Jumlah<br>Scor | %<br>Hasil | Kategori           | Keterangan   |
|-------------------|---|----------------|------------|--------------------|--------------|
| 1                 | Tampilan produk                         | 22             | 88%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 2                 | Audio/musik yang digunakan dalam produk | 14             | 93%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 3                 | Tampilan Video                          | 4              | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 4                 | Isi video                               | 4              | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 5                 | Kualitas resolusi video                 | 8              | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 6                 | Visualisasi dengan media                | 27             | 77%        | Baik               | Layak        |
| 7                 | Media alternative belajar               | 12             | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 8                 | Aspek Fungsionalitas Media              | 20             | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| <b>Total Scor</b> |   | <b>115</b>     | <b>82%</b> | <b>Sangat Baik</b> | <b>Layak</b> |

Validasi ahli media dilakukan oleh satu orang ahli dengan mengisi angket validasi terkait produk yang dikembangkan. Berdasarkan tabel di atas diperoleh persentase hasil secara keseluruhan adalah sebesar 82% sehingga dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan dinyatakan layak untuk dilakukan uji coba pada tahap selanjutnya dengan kategori sangat baik namun ahli media tetap memberikan catatan berupa masukan dan saran terhadap produk yang telah dikembangkan. Adapun catatan berupa masukan dan saran ahli media terhadap hasil pengembangan model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini adalah sebagai berikut:

- 1) Pada *background* di menu utama diganti warna disesuaikan dengan tema
- 2) Pada menu petunjuk, disetiap *point* diberi *icont* dan gambarnya disesuaikan

**B. Hasil Penilaian Ahli Senam**

Berikut adalah hasil penilaian/validasi oleh ahli senam:

**Tabel 2**  
**Hasil Penilaian/Validasi Ahli Senam**

| No.               | Aspek yang Dinilai  | Jumlah Scor | % Hasil    | Kategori           | Keterangan   |
|-------------------|---|-------------|------------|--------------------|--------------|
| 1                 | Kesesuaian isi materi senam irama pada produk pengembangan          | 13          | 87%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 2                 | Isi video senam irama pada produk pengembangan                      | 13          | 87%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 3                 | Tampilan video senam irama pada produk pengembangan                 | 13          | 87%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 4                 | Ketertarikan menggunakan video senam irama pada produk pengembangan | 9           | 90%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 5                 | Media sebagai alternatif belajar                                    | 10          | 100%       | Sangat Baik        | Layak        |
| 6                 | Efektivitas video   | 25          | 83%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 7                 | Senam irama pada produk pengembangan                                | 14          | 70%        | Baik               | Layak        |
| 8                 | Audio/ Musik senam irama pada produk pengembangan                   | 8           | 80%        | Sangat Baik        | Layak        |
| <b>Total Scor</b> |   | <b>105</b>  | <b>84%</b> | <b>Sangat Baik</b> | <b>Layak</b> |

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil secara keseluruhan bahwa produk yang telah dikembangkan layak untuk diujicobakan pada tahap selanjutnya yaitu dengan total persentase hasil 84% dengan kategori sangat baik. Namun ahli senam/materi tetap memberikan catatan berupa masukan dan saran terhadap produk tersebut untuk direvisi sebelum dilanjutkan ke tahap selanjutnya. Berikut adalah beberapa catatan berupa saran dan masukan dari ahli senam/materi adalah; (1) Saat *cooling down* agar semua otot *distrech*, supaya otot tidak sakit setelah melakukan senam, (2) Saat melakukan *shooting* agar diperhatikan formasi instruktur supaya gerakan terlihat sama, (3) Musik sudah bagus terutama mengembangkan lagu nasional dan daerah, (4) Gerakan disesuaikan dengan anatomi tubuh, (5) Durasi sudah cukup dan sesuai dengan anak usia dini, (6) Gerakan sudah baik dan variatif, (7) Gerakan sudah diurutkan secara sistematis.



### C. Hasil Penilaian Ahli Pembelajaran

Berikut adalah hasil penilaian/validasi oleh ahli pembelajaran:

**Tabel 3**  
**Hasil penilaian/validasi ahli pembelajaran**

| No                | Aspek yang Dinilai            | Jumlah Scor | % Hasil    | Kategori           | Keterangan   |
|-------------------|-------------------------------|-------------|------------|--------------------|--------------|
| 1                 | Perumusan Tujuan Pembelajaran | 18          | 72%        | Baik               | Layak        |
| 2                 | Penyampaian Materi            | 57          | 88%        | Sangat Baik        | Layak        |
| 3                 | Pengelolaan Pembelajaran      | 18          | 90%        | Sangat Baik        | Layak        |
| <b>Total Scor</b> |                               | <b>100</b>  | <b>85%</b> | <b>Sangat Baik</b> | <b>Layak</b> |

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil secara keseluruhan bahwa produk yang telah dikembangkan layak untuk di ujitcoba pada tahap selanjutnya yaitu dengan total persentase sebesar 85% dengan kategori sangat baik. Pada tahap ini tidak ada catatan yang harus direvisi dari ahli pembelajaran.

Dari penilaian/validasi ketiga ahli baik ahli media, ahli materi dan ahli pembelajaran secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa produk model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini ini layak untuk di ujitcoba ketahap selanjutnya yaitu uji coba skala kecil maupun uji coba skala besar dengan catatan setelah dilakukan revisi sesuai saran.

Sementara dari analisis data uji coba skala kecil dengan responden 10 orang anak usia dini TK islam Al-Hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur, diperoleh skor persentase rata-rata secara keseluruhan produk model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia adalah 87.50 % dengan predikat sangat baik. Selanjutnya dilakukan uji produk skala besar dengan responden 30 orang anak usia dini TK islam Al-Hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur dengan persentase rata-rata sebesar 93.06% dengan predikat sangat baik. Jadi secara Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa produk memiliki tingkat kelayakan yang baik sekali.

Dan berdasarkan hasil uji efektifitas model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini, dengan jumlah subjek ujicoba 50 orang anak usia dini TK islam Al-hidayah Pondok Bambu Jakarta Timur . Terbukti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan (berarti) antara sebelum dan sesudah diberi model *mobile learning* hasil keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) pemanasan, inti dan pendinginan. Hal ini dapat dilihat dari hasil persentase pretest dan posttest siswa dalam keterampilan senam irama (senam anak

nasional Indonesia) pemanasan sebelum diberi perlakuan sebesar 38.14% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 86.75%. Keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) inti sebelum diberi perlakuan sebesar 37.97% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 85.55%. Dan keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) pendinginan sebelum diberi perlakuan sebesar 52.41% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 90.95%. Maka dengan demikian model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini ini efektif digunakan sehingga dapat meningkatkan keterampilan senam irama anak usia dini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Trisnanda, 2018) dan (Setiawan, 2015) yang menghasilkan penelitian bahwa penggunaan media pembelajaran berbasis multimedia efektif untuk diterapkan dalam proses pembelajaran, baik untuk siswa sebagai pengguna maupun untuk guru sebagai alat bantu dalam penyampaian materi pembelajaran dan dapat meningkatkan keterampilan dan hasil belajar siswa

## **Kesimpulan**

Penelitian model pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini ini menghasilkan produk berupa CD senam irama (Senam Anak Nasional Indonesia) dan buku pembelajaran gerak dasar senam irama berbasis multimedia untuk anak usia dini yang dilengkapi panduan gerakan senam anak nasional Indonesia 2019 dan *manual book* produk pembelajaran berbasis multimedia dan terbukti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan (berarti) antara sebelum dan sesudah diberi model pembelajaran berbasis multimedia hasil keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) pemanasan, inti dan pendinginan Hal ini dapat dilihat dari hasil persentase pretest dan posttest siswa dalam keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) pemanasan sebelum diberi perlakuan sebesar 38.14% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 86.75%. Keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) inti sebelum diberi perlakuan sebesar 37.97% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 85.55%. Dan keterampilan senam irama (senam anak nasional Indonesia) pendinginan sebelum diberi perlakuan sebesar 52.41% meningkat setelah diberi perlakuan sebesar 90.95%. Jadi dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran

gerak dasar senam irama berbasis multimedia pada anak usia dini ini efektif digunakan sehingga dapat meningkatkan keterampilan senam irama anak usia dini.

## BIBLIOGRAFI

- Agustina, N., & Adesti, A. (2019). Pengembangan Modul Mata Kuliah Strategi Belajar dan Pembelajaran Pada FKIP-Universitas Baturaja. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(9), 83–93.
- Borg, W. R. M. D. (n.d.). *Gall. 1983. Educational Research An Introduction*. New York: Longman.
- Emzir. (2012). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif & Kualitatif*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2007). *Educational Research, An Introduction* (Eighth Edt). United States: Pearson Education, Inc.
- Mahendra, A. (2008). Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik. *Jakarta: Universitas Terbuka*.
- Sawczyn, S., Zasada, M., Kochanowicz, A., Niespodzinski, B., Sawczyn, M., & Mishchenko, V. (2016). The effect of specific strength training on the quality of gymnastic elements execution in young gymnasts. *Baltic Journal of Health and Physical Activity. The Journal of Gdansk University of Physical Education and Sport*, 8(4).
- Setiawan, M. R. (2015). Pengembangan Media Pembelajaran Aktivitas Ritmik Berbasis Multimedia Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU) Selatan Provinsi Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(2).
- Sujiono, Y. N. (2009). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: PT. Indeks.
- Trisnanda, I. (2018). Pengembangan Teknik Gerak Dasar Senam Ritmik Rangkaian Freehand Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-11 Tahun. *Pend. Kepeleatihan Olahraga-S1*, 7(1).
- Williams, H. G., Pfeiffer, K. A., O'neill, J. R., Dowda, M., McIver, K. L., Brown, W. H., & Pate, R. R. (2008). Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity*, 16(6), 1421–1426.