

**PENGEMBANGAN SENAM KREASI UNTUK MENSTIMULASI
KETERAMPILAN GERAK DASAR ANAK USIA DINI**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

Jessica Divanca

1105619029

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Pendidikan**

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Jakarta

2024

PENGEMBANGAN SENAM KREASI UNTUK MENSTIMULASI KETERAMPILAN GERAK DASAR ANAK USIA DINI

Jessica Divanca

ABSTRAK

Keterampilan gerak dasar adalah keterampilan motorik dasar yang dimiliki oleh manusia, seperti keterampilan berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, dan berputar dimana keterampilan ini merupakan fondasi penting bagi anak dalam kemampuan motorik yang lebih kompleks di masa depannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan aktivitas jasmani senam kreasi yang dapat menstimulasi keterampilan gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif anak usia 5-6 tahun. Pengembangan gerakan senam kreasi ini memiliki manfaat yang berkaitan dengan keterampilan gerak dasar yaitu untuk melatih keseimbangan, mengatur pernapasan, serta menstimulasi otot dada, lengan, paha, dan tungkai yang disesuaikan dengan capaian perkembangan anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*) yang didapatkan melalui instrument kuesioner untuk ulasan ahli dan instrument evaluasi untuk pengguna yaitu anak usia 5-6 tahun. Hasil uji validitas produk oleh dua ahli materi mendapatkan nilai akhir sebesar 95%. Hasil uji validitas produk oleh ahli *gymnastic*/senam mendapatkan nilai akhir sebesar 82%. Hasil uji kelayakan produk pada anak usia 5-6 tahun menghasilkan nilai sebesar 87%. Hasil penelitian meunjukkan bahwa senam kreasi memenuhi syarat, dikarenakan senam kreasi AHARIA mudah ditirukan dengan simulasi gerakan yang telah digambarkan pada buku pedoman. Aktivitas jasmani senam kreasi secara praktis dapat digunakan sebagai kegiatan pembelajaran motorik kasar untuk guru sebagai kegiatan yang variatif.

Kata Kunci: Senam Kreasi, Keterampilan Gerak Dasar, Anak Usia Dini

THE DEVELOPMENT OF CREATIVE GYMNASTICS TO STIMULATE EARLY CHILDREN'S BASIC MOVEMENT SKILLS

Jessica Divanca

ABSTRACT

Basic motor skills are fundamental abilities possessed by humans, including walking, running, jumping, throwing, catching, and turning skills. These skills serve as a crucial foundation for children's development of more complex motor skills in the future. The objective of this research is to create creative gymnastics physical activities that can enhance basic locomotor, non-locomotor, and manipulative movement skills in children aged 5-6 years. The development of creative gymnastics movements offers benefits associated with basic movement skills. The development of this creative gymnastic movement has benefits related to basic movement skills, namely to train balance, regulate breathing, and stimulate chest, arm, thigh, and leg muscles that are adjusted to the developmental achievements of children aged 5-6 years. This research follows the ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation) development model. The model was implemented using a questionnaire instrument for expert review and an evaluation instrument for users, specifically children aged 5-6 years. The product's validity test, conducted by two material experts, resulted in a final score of 95%. The validity test by gymnastics/exercise experts yielded a final score of 82%. Product feasibility test results on children aged 5-6 years produced a score of 87%. The results showed that creative gymnastics meets the requirements, because AHARIA creative gymnastics is easily imitated by simulating movements that have been described in the guidebook. This physical activity can be practically employed as a gross motor learning activity for teachers, offering a diverse range of activities.

Keywords: creative gymnastic, fundamental movement skills, early childhood

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN

PANITIA SIDANG SKRIPSI

Judul : Pengembangan Senam Kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini
Nama Mahasiswa : Jessica Divanca
Nomor Registrasi : 1105619029
Program Studi : S1 PGPAUD
Tanggal Ujian : 4 Desember 2023

Pembimbing I

Prof. Dr. Dra. Yuliani Nurani, M.Pd
NIP. 196607161990032001

Pembimbing II

Hikmah, MM, M.Pd
NIP. 197407112008012005

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Murni Winarsih, M.Pd (Penanggungjawab)*		30/01/24
Dr. Wirda Hanim, M.Psi (Wakil Penanggungjawab)**		30/01/24
Dr. Phill. Sri Indah Pujiastuti, M.Pd (Koordinator Program Studi)***		19/01/24
Lara Fridani, S.Psi., M.Psych, PhD (Ketua Penguji)****		08/01/24
Niken Pratiwi, M.Pd (Anggota)****		04/01/24
Dr. Sri Wulan, M.Si (Anggota)****		9/01/24

Catatan:

* : Dekan FIP

** : Wakil Dekan I

*** : Koordinator Program Studi

**** : Dosen penguji selain pembimbing dan Koordinator Program Studi

LEMBAR ORIGINALITAS

SURAT PERNYATAAN KEASLIAAN SKRIPSI/KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Jessica Divanca

No. Registrasi : 1105619029

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "Pengembangan Senam Kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/pengembangan pada bulan Februari 2023 – November 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 4 Desember 2023

Yang membuat pernyataan

The image shows a handwritten signature in blue ink on the left. To the right of the signature is a rectangular postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem at the top, the text '3000' in large numbers, and 'METERAI TEMPEL' below it. At the bottom of the stamp, the number '22AK0690119379' is printed.

Jessica Divanca

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jessica Divanca
NIM : 1105619029
Fakultas/Prodi : FIP / PGPAUD
Alamat email : Jessicadivanca2511@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengembangan Senam kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan
Gerak Dasar Anak Usia Dini

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 16 Januari 2024

Penulis

(Jessica Divanca)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Senam Kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini” dengan tepat waktu.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan di Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta.

Penyelesaian proposal penelitian ini terwujud atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti ucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu mencurahkan rahmat dan kasih karunia-Nya untuk peneliti;
2. Orangtua yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada peneliti;
3. Ibu Dr. Linda Mayasari, M.Th selaku tante peneliti yang membantu secara finansial dan selalu memberikan saran serta masukan terhadap penulisan skripsi peneliti;
4. Ibu Dr. Murni Winarsih, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta;
5. Ibu Dr. Wirda Hanim, M.Psi selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta;
6. Ibu Dr (phill) Sri Indah Pujiastuti, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta;
7. Ibu Prof. Dr. Dra. Yuliani Nurani, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa membimbing dan memberikan saran selama penyusunan skripsi ini;

8. Ibu Hikmah, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa membimbing dan memberikan saran selama penyusunan skripsi ini;
9. Seluruh jajaran dosen Fakultas Ilmu Pendidikan yang selama masa perkuliahan telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada peneliti;
10. Ibu Laila, S.Pd selaku kepala sekolah dan pendidik di BKB PAUD Mutiara 05 yang membantu peneliti dalam keberlangsungan penelitian ini;
11. Bapak Awalludin, S.Pd selaku pendidik *exercise* di KB-TK Labschool Jakarta yang membantu peneliti dalam keberlangsungan penelitian ini;
12. Seluruh teman-teman Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Angkatan 2019 yang selalu memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi ini;
13. Fajar Mauludiyah, Anisah, Nabela Aulia, Gloria Angelica, dan Farhan Ramadhan yang telah mendukung dan memotivasi peneliti untuk cepat menyelesaikan skripsi ini;

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti membuka kritik dan saran yang bersifat membangun sehingga sangat diharapkan dapat menyempurnakan skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan pengetahuan bagi semua pihak khususnya dalam lingkup Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini.

Jakarta, Januari 2024

Jessica Divanca

DAFTAR ISI

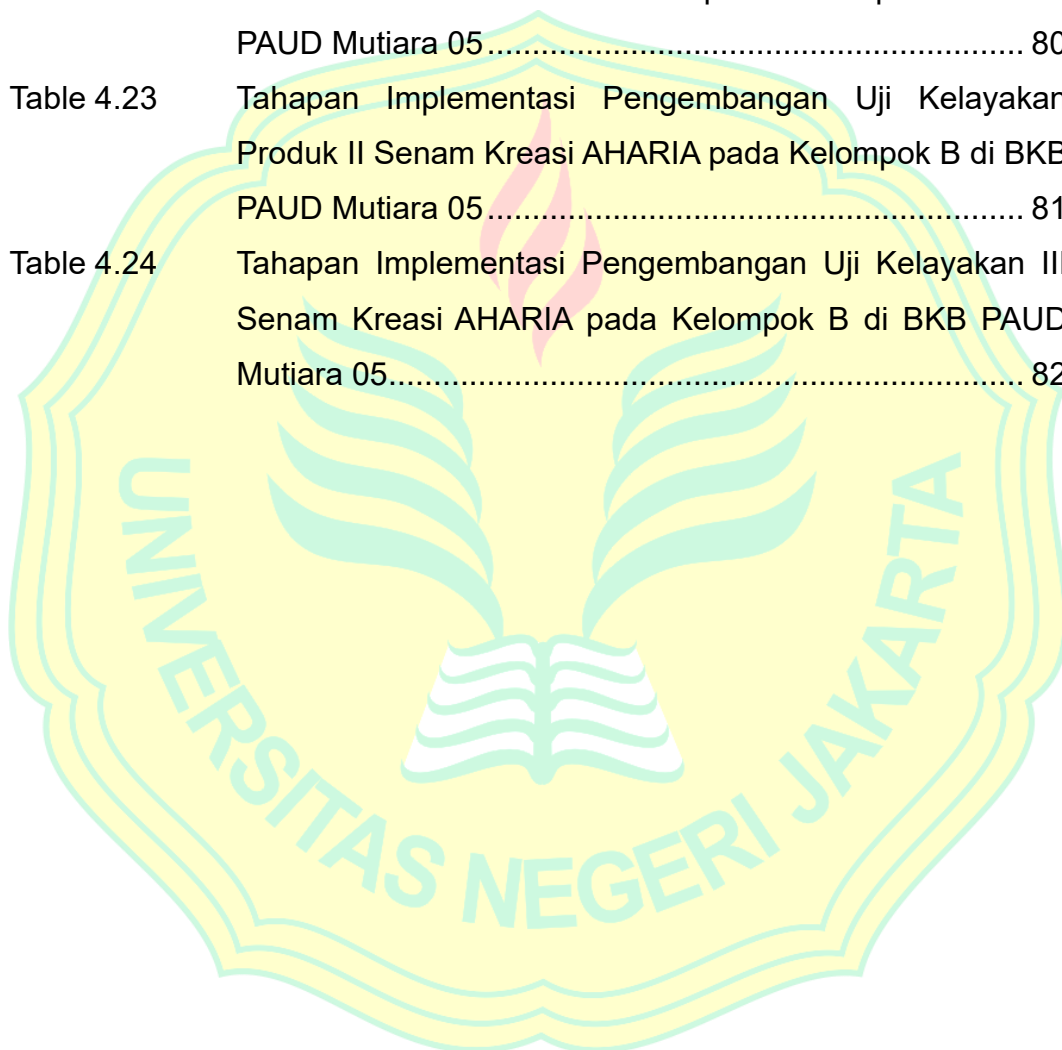
ABSTRAK	i
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR ORIGINALITAS	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR TABLE	x
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Kegunaan Hasil Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian Konsep Produk yang Akan Dikembangkan	12
1. Konsep Senam Kreasi	12
a. Pengertian Senam	12
b. Macam-Macam Senam	14
c. Manfaat Senam dalam PAUD	15
2. Konsep Keterampilan Gerak Dasar	16
a. Pengertian Keterampilan Gerak Dasar	16
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gerak Dasar Anak Usia 5-6 Tahun	19
3. Karakteristik Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun	20
B. Hasil Penelitian yang Relevan	24
C. Kerangka Konsep Pengembangan	26
D. Rancangan Model	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	30
A. Tujuan Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	31
D. Prosedur Pengembangan	31
E. Instrumen Penelitian	37

	F. Teknik Analisis Data	43
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
	A. Deskripsi Hasil Proses Pengembangan	47
	B. Nama Produk	47
	C. Karakteristik Produk.....	48
	D. Analisis Data	51
	E. Prosedur Pemanfaatan Produk	61
	F. Pembahasan	63
	1. Hasil Pengembangan Produk	63
	2. Analisis Hasil Pengembangan Produk	83
	a. Analisis Hasil Evaluasi Ahli Materi	84
	b. Analisis Hasil Evaluasi Ahli <i>Gymnastic</i>	86
	c. Analisis Hasil Evaluasi Pengamatan Uji Kelayakan Produk pada Pengguna	87
	d. Kelebihan, Kekurangan, Kebermanfaatan Produk, dan Tanggapan Pengguna Terhadap Produk yang Dikembangkan.....	88
	G. Keterbatasan Penelitian	89
BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	91
	A. Kesimpulan	91
	B. Implikasi	92
	C. Saran.....	93
	DAFTAR PUSTAKA	95
	LAMPIRAN.....	100

DAFTAR TABLE

Table 3.1	Keterangan Proses Penelitian dan Pengembangan	30
Table 3.2	Rancangan Model Senam Kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia 5-6 Tahun	33
Table 3.3	Kisi-kisi Instrumen Observasi Sekolah	38
Table 3.5	Kisi-Kisi Instrumen Angket Awal oleh Pendidik	38
Table 3.6	Kisi-kisi Instrumen Validasi Ahli Materi.....	39
Table 3.7	Kisi-kisi Instrumen Validasi Ahli Senam	40
Table 3.8	Kisi-kisi Instrumen Pengguna	42
Table 3.9	Kriteria Kelayakan Produk dengan Skala Likert.....	44
Table 3.10	Kriteria Kelayakan Produk dengan Skala Guttman.....	44
Table 3.11	Kategori Penilaian Skor dengan Skala Guttman.....	45
Table 4.1	Rincian Pembuatan Tongkat Senam.....	48
Table 4.2	Rincian Pembuatan Aksesoris Senam.....	48
Table 4.3	Rincian Pembuatan Kotum Senam.....	48
Table 4.4	Buku Saku Senam Kreasi AHARIA.....	49
Table 4.5	Rekapitulasi Hasil Penilaian Ahli Materi 1	52
Table 4.6	Kategori Kriteria Kelayakan/Kesesuaian Produk	52
Table 4.7	Saran dan Masukan dari Ahli Materi 1 Beserta.....	53
Table 4.8	Rekapitulasi Hasil Penilaian Ahli Materi 2.....	53
Table 4.9	Kategori Kriteria Kelayakan/Kesesuaian Produk	54
Table 4.10	Saran dan Masukan dari Ahli Materi 2.....	54
Table 4.11	Rekapitulasi Hasil Penilaian Ahli Gymnastic.....	55
Table 4.12	Kategori Kriteria Kelayakan/Kesesuaian Produk	55
Table 4.13	Saran dan Masukan dari Ahli Senam	55
Table 4.14	Rekapitulasi Hasil Penilaian Keseluruhan Anak Uji Kelayakan Produk I	56
Table 4.15	Rekapitulasi Hasil Penilaian Keseluruhan Anak Uji Kelayakan Produk II	58
Table 4.16	Rekapitulasi Hasil Penilaian Keseluruhan Anak Uji Kelayakan Produk III	59

Table 4.17	Rekapitulasi Hasil Penilaian Uji Kelayakan Produk	61
Table 4.18	Desain Gerakan Senam Kreasi AHARIA	67
Table 4.19	Proses Pembuatan Tongkat Senam	70
Table 4.20	Proses Pembuatan Aksesoris Senam	74
Table 4.21	Pengembangan Gerakan Senam Kreasi AHARIA	76
Table 4.22	Tahapan Implementasi Pengembangan Uji Kelayakan Produk I Senam Kreasi AHARIA pada Kelompok B di BKB PAUD Mutiara 05.....	80
Table 4.23	Tahapan Implementasi Pengembangan Uji Kelayakan Produk II Senam Kreasi AHARIA pada Kelompok B di BKB PAUD Mutiara 05.....	81
Table 4.24	Tahapan Implementasi Pengembangan Uji Kelayakan III Senam Kreasi AHARIA pada Kelompok B di BKB PAUD Mutiara 05.....	82



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1	Data Penelitian tentang Perkembangan Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini yang Belum Optimal di Beberapa Kota.....	2
Gambar 1. 2	Persentase Tingkat Keterampilan Gerak Dasar di 5 Lembaga PAUD Kecamatan Pulogadung.....	3
Gambar 1. 3	Hasil Kuesioner Pemahaman Pendidik tentang Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini.....	4
Gambar 1. 4	Hasil Kuesioner Pemahaman Pendidik di 5 Lembaga PAUD Kecamatan Pulogadung tentang Jenis Keterampilan Gerak Dasar.....	4
Gambar 1. 5	Hasil Kuesioner tentang Kendala yang Mempengaruhi Kegiatan Senam di Lembaga PAUD.....	6
Gambar 1. 6	Hasil Observasi dari Penelitian Terdahulu tentang Belum Optimalnya Perkembangan Motorik Kasar dilihat dari Kegiatan Senam.....	7
Gambar 2.1	Kerangka Konsep Pengembangan Senam Kreasi AHARIA untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini.....	26
Gambar 2.2	Kerangka Konsep Pengembangan Senam Kreasi untuk Menstimulasi Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia 5-6 Tahun.....	27
Gambar 3.1	Langkah-langkah Model Pengembangan ADDIE.....	32
Gambar 3.2	Produk Pengembangan Senam Kreasi AHARIA	36
Gambar 4.1	Perancangan Tongkat Senam.....	65
Gambar 4.2	Kostum Senam Perempuan dan Laki-laki.....	66
Gambar 4.3	Rancangan Aksesoris Senam.....	66