

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang meningkat, sehingga harus dimaksimalkan melalui pemberian rangsangan pendidikan yang tepat (Fadlillah, 2018:18). Pada usia ini, anak sedang berada dalam masa emasnya atau biasanya sering disebut dengan masa *golden age*, yang memiliki rentang usia 0-6 tahun. *Golden age* adalah masa dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa *golden age* ini anak membutuhkan perhatian penuh, stimulus, dan pendidikan yang sesuai agar dapat berkembang dan tumbuh secara optimal. Pendidikan anak usia dini adalah jenjang pendidikan sebelum pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun. Pendidikan dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan memasuki pendidikan lebih lanjut yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal.

Pendidikan anak usia dini diselenggarakan untuk anak semenjak lahir hingga dengan 6 tahun sebagai prasyarat untuk menjangkau pembelajaran atau pun pendidikan dasar, yang dilakukan lewat pemberian rangsangan pembelajaran untuk membantu perkembangan serta pertumbuhan jasmani dan rohani supaya anak mempunyai kesiapan dalam memasuki pembelajaran lebih lanjut (Ariyanti, 2016).

Pada anak usia dini, anak mengalami masa di mana mereka sedang berkembang dengan sangat baik. Masa ini juga adalah masa yang tepat untuk peletakan dasar dalam aspek perkembangan anak yaitu mencakup nilai agama dan

moral, nilai Pancasila, fisik motorik, kognitif, bahasa, dan sosial emosional. Dari enam aspek perkembangan tersebut.

Salah satu aspek perkembangan anak yang sangat perlu dikembangkan adalah aspek motorik kasar, karena motorik kasar merupakan gerak fisik yang membutuhkan keseimbangan tubuh dan koordinasi anggota tubuh. Perkembangan motorik kasar merupakan hal yang sangat penting bagi anak usia dini karena perkembangan motorik kasar mempengaruhi perkembangan yang lainnya.

Motorik kasar adalah gerakan tubuh menggunakan otot-otot besar yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. seperti kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya. Kemampuan aktivitas fisik yang berkaitan dengan motorik kasar anak seperti berlari, melompat, melempar, berjalan lambat dan cepat, berguling, berjinjit, dan berputar. Peningkatan motorik anak bermanfaat untuk perkembangan fisiologis, perkembangan sosial dan emosional juga perkembangan kognitif anak (Sujiono, dkk., 2016).

Senam aerobik adalah aktivitas (gerak) yang dilakukan oleh perorangan maupun kelompok orang secara berirama, menggunakan otot-otot besar, dengan menggunakan sistem energi aerobik, dan mengikuti irama musik yang juga dipilih sehingga melahirkan ketentuan ritmis, kontinuitas, dan durasi tertentu yang bertujuan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran tubuh serta tujuan lain misalnya menurunkan berat badan. Latihan senam aerobik adalah senam yang menggerakkan seluruh otot, terutama otot besar dengan gerakan yang mantab, terus menerus, berirama, maju, dan berkelanjutan.

Melalui senam aerobik adalah aktivitas (gerak) yang dilakukan oleh perorangan maupun kelompok orang secara berirama, menggunakan otot-otot

besar, serta penggunaan sistem energi dengan oksigen, yang bertujuan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran tubuh serta tujuan lain yang relevan, dan penggalan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Banyak orang melakukan senam aerobik karena dapat menurunkan berat badan dan mengecilkan perut selain dengan cara diet seperti diet golongan dara.

Tujuan utama senam adalah peningkatan kualitas terhadap perkembangan dan pengontrolan fisik (Nuryanti dkk, 2015). Senam aerobik adalah suatu rangkaian gerakan dan musik yang sengaja diciptakan atau dibuat sehingga muncul keselarasan antara gerakan dan musik untuk mencapai tujuan tertentu.

Hasil pengamatan peneliti di kelas B3 TK ST Antonius 2 Medan ditemukan bahwa masih terdapat anak usia 5-6 tahun kurang mampu mengikuti gerak dan irama musik, seperti kegiatan menggerakkan kaki dan tangan anak hanya berdiam diri dan melihat temannya saja. Sewaktu senam ada anak yang mengajak anak yang lain bercakap-cakap dan ada pula anak yang kurang memperhatikan gerakan guru di depan sehingga anak tersebut gerakan tidak terarah.

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi guru untuk dapat meningkatkan variasi metode pembelajaran yang digunakan dengan tujuan dapat mengetahui mengapa motorik kasar harus dikembangkan, sehingga dapat mempermudah anak meningkatkan perkembangan motorik kasarnya melalui kegiatan senam aerobik.

Berdasarkan beberapa permasalahan tersebut, maka salah satu solusi yang dapat dilakukan yaitu dengan penggunaan senam aerobik yang diharapkan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak. Melalui senam aerobik maka gerakan dasar tubuhnya akan terlatih secara ekspresif dan akan memberikan

perubahan yang signifikan terhadap terhadap anak yang mengalami keterhambatan motorik karena membutuhkan kekuatan dan ketangkasan, sehingga fisik motoriknya akan menjadi lebih sehat dan bugar.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Senam aerobik Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK ST Antonius 2 Medan Tahun Ajaran 2023/2024”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penelitian akan mengembangkan identifikasi masalah yaitu:

1. Keterampilan motorik kasar anak masih rendah pada ranah menggerakkan kaki seperti melakukan gerakan jalan ditempat.
2. Beberapa anak masih kesulitan melakukan gerak sesuai irama musik.
3. Masih terdapat anak kurang aktif melakukan gerakan disaat senam yang melibatkan motorik kasarnya.

### **1.3 Batasan Masalah**

Dari identifikasi masalah di atas maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini yaitu:”Pengaruh senam aerobik terhadap capaian perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK ST ANTONIUS 2 tahun ajaran 2023/2024”.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan Identifikasi dan batasan masalah di atas maka penelitian merumuskan masalah yaitu: “Apakah terdapat pengaruh senam aerobik terhadap capaian perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK ST Antonius 2

Medan tahun ajaran 2023/2024?”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh senam aerobik terhadap capaian perkembangan motorik kasar anak usia 5- 6 tahun di TK ST Antonius 2 Medan tahun ajaran 2023/2024.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan guru pada bidang pendidikan anak usia dini khususnya yang berkaitan dengan perkembangan motorik kasar melalui senam yang berbasis perkembangan anak usia dini.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Anak Didik**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi anak yaitu untuk memberi pengalaman langsung tentang permainan gerak dan lagu seperti senam aerobik dan sebagai wahana untuk meningkatkan motorik kasar anak melalui senam aerobik.

##### **b. Bagi Guru**

Dengan dilakukan penelitian ini diharapkan bermanfaat dan menambah pengetahuan guru dalam memberikan stimulus dengan kegiatan yang

bervariasi dalam mengembangkan keterampilan motoric kasar anak.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai bahan masukan dalam merencanakan, melaksanakan, menempatkan dan mengevaluasi pembelajaran dalam mengembangkan motorik kasar anak dan apat menambah pembendaharaan ilmu pengetahuan mengenai perkembangan motorik kasar melalui senam aerobik dalam proses pembelajaran.

