

Pelaksanaan Kegiatan Senam Dalam Mengembangkan Fisik Anak Di Taman Kanak-kanak Pertiwi I Kota Padang

Kurnia Melia Riski¹, Izzati²

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Padang

Email: [1kurniamellya@gmail.com](mailto:kurniamellya@gmail.com), [2izzati02051957@gmail.com](mailto:izzati02051957@gmail.com)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perencanaan, pengembangan serta evaluasi pelaksanaan kegiatan senam untuk mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang. Disini menjadi hal yang menarik, dimana guru mengembangkan fisik anak melalui kegiatan senam yang beragam dan gurunya khusus pengembangan fisik anak. Jenis penelitian ini ialah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Untuk melihat bagaimana pelaksanaan pengembangan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang. Subjek penelitian yaitu anak-anak kelas B6, informasi penelitian ini yaitu kepala sekolah, guru kelas B6, dan guru pengembangan fisik di TK Pertiwi 1 Kota Padang. Teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data berupa reduksi data, penyajian data dan verifikasi. Sedangkan teknik keabsaan data yang digunakan berupa teknik triangulasi. Hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang, guru telah menyiapkan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH). Kegiatan yang dilakukan sudah sesuai dengan yang direncanakan dan guru melakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwasannya pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak sudah berjalan dengan baik dan sesuai dengan semestinya yang mengacu pada kurikulum 2013 dan indikator pencapaian perkembangan anak.

Kata Kunci : *Senam, Pengembangan fisik, Anak Usia Dini*

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah suatu individu yang disebut usia emas (*golden age*) dengan rentan usia 0-8 tahun dimana anak sangat membutuhkan bimbingan, pembinaan dan teladan melalui stimulasi sebagai pertumbuhan dan perkembangan anak kedepannya agar lebih baik. Sesuai dengan Susanto (2018:5) Anak usia dini yaitu individu usia 0-8 tahun dan mengalami proses tumbuh kembang yang sangat

pesat bahkan dikatakan sebagai usia emas, yaitu usia yang sangat berharga dibandingkan usia-usia selanjutnya.

Dimana telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menjelaskan Pendidikan Anak Usia Dini yaitu upaya pembinaan yang diberikan untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara jasmani maupun rohani dengan tujuan anak memiliki kesiapan memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Disesuaikan juga dengan Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 Standar Nasional pendidikan Anak Usia Dini pasal 10 ayat 1 tentang lingkup perkembangan anak diantaranya aspek nilai moral dan agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional, dan seni. Untuk itu, pendidikan anak usia dini diberikan sejak usia dini agar anak dapat berkembang secara optimal sesuai tahapan usianya, termasuk salah satunya perkembangan fisik.

Ada empat aspek perkembangan fisik yaitu: 1) sistem saraf yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi, 2) otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik, 3) kelenjar endokrin yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku yang baru, 4) struktur fisik yang meliputi tinggi, berat dan proporsi. Dimana aspek yang diambil dari kegiatan senam ini yaitu otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik anak. Senam pada anak usia dini sangat mempengaruhi perkembangan fisik motorik kasarnya. Dimana mereka banyak melakukan kegiatan fisik seperti berlari, loncat, menggerakkan kaki, kedua tangannya serta seluruh tubuh yang ditunjukkan pada aspek kekuatan, ketahanan, kecepatan, kecekatan dan keseimbangan. Anak yang sehat fisik akan mempunyai kekuatan dan tahan dengan situasi apapun dan anak akan cepat melakukan sesuatu. Anak yang semakin sehat akan semakin aktif dan akan berkembang melalui gerakan yang anak lakukan.¹

¹Suryana, D. *Pendidikan Anak Usia Dini Stimulasi dan Apek Perkembangan Anak (Pertama)*. (Prenadamedia Group. 2018),hal, 16

Perkembangan motorik kasar meliputi pergerakan otot-otot tubuh dan beberapa bagian tubuh sesuai perintah, dan pergerakan tubuh dalam kaitannya dengan berbagai faktor eksternal dan internal seperti gaya berat dan lateralitas.² Perkembangan motorik kasar mencakup aktivitas berjalan, aktivitas balok keseimbangan dan aktivitas motorik kasar lainnya. Adapun kegiatan pengembangan motorik kasar yang dapat dikembangkan pada seorang anak sejak usia dini seperti: kegiatan memutar badan dengan benar, ancang-ancang sebelum berlari dan melompat, membungkukan pinggul, lutut dan pergelangan kaki terintegrasi dalam seluruh kegiatan perkembangan motorik kasar anak melalui berbagai kegiatan, yaitu salah satunya yang dapat mengembangkan kemampuan gerak tubuh pada anak yaitu dengan kegiatan senam.

Keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan yang memerlukan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Dimana perkembangan fisik ini yaitu perkembangan gerakan tubuh dan fungsinya, yang meliputi berjalan, melompat, duduk, berlari, menaiki dan menuruni tangga, merangkak, senam dan lain-lain, dengan menggunakan seluruh bagian atau seluruh otot tubuh, termasuk perubahan tubuh. Aktivitas fisik motorik kasar yang rendah akan berdampak terhadap perkembangan kemampuan fisik anak.³

Anak usia 5 tahun secara fisik sangat lincah dan tertarik untuk senam dan olahraga tertentu. Untuk mengembangkan fisik anak ini melalui kegiatan bermain salah satunya kegiatan bermain aktivitas jasmani dalam mengembangkan fisik pada anak ialah dengan kegiatan senam. Senam pada anak usia dini semua gerakannya dilakukan mengikuti gerakan dan nyanyian mengikuti irama musik yang mengiringi

²Khadijah dan Amalia N *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. (Jakarta : Kencana,2020).hal, 72

³Iswantiningtyas, V., & Wijaya, I. P 2015*Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran, 1.*

senam. Kegiatan senam dapat merangsang perkembangan fisik anak dimana jika fisik anak terganggu maka perkembangan lainnya juga terganggu seperti perkembangan motorik kasar anak yang tidak optimal akan berdampak pada kurang rasa percaya diri anak terhadap teman sebayanya hal ini jika terjadi secara terus menerus akan dampak yang ditimbulkan oleh anak itu sendiri sehingga anak cenderung sulit untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar.

Senam yaitu jenis latihan fisik di lantai yang bertujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi dan pengendalian tubuh. Dimana manfaat senam pada perkembangan fisik anak usia dini yaitu dapat merangsang otot-otot motorik kasar dan kemampuan olah tubuh pada anak usia dini. Dimana ada beberapa gerakan yang dapat dilakukan untuk kegiatan senam yaitu gerakan lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, skipping, berlari cepat, dan berjalan, sedangkan kemampuan gerak nonlokomotor seperti keseimbangan, memutar badan, berbalik arah, dan melipat badan. Kegiatan tersebut membantu anak-anak untuk melatih keseimbangan, kekuatan dan koordinasi.⁴

Senam merupakan faktor lokomotor, yang melatih konsep anak tentang kekuatan, kecepatan gerak, power, energi tahan fisik, kelincahan, dan keseimbangan. Dalam kaitannya dengan gerakan non lokomotor, aktivitas senam mempunyai faktor-faktor yang meningkatkan aspek kekuatan, kelenturan, dan keseimbangan statis. Menghubungkan senam dengan gerakan manipulatif menunjukkan bahwa koordinasi dan pemrosesan rangsangan meningkatkan kesadaran pada anak. Oleh karena itu senam dapat memberikan tujuan kepada anak untuk menyerap pengetahuan olahraga dari guru dengan pembelajaran gerakan senam. Selain itu, anak harus bisa untuk membiasakan diri dengan berolahraga seperti melakukan gerakan senam. Dengan

⁴Mareta, Dwi F.(2017). *Pengaruh Metode Senam Irama Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal.*

terbiasa melakukan gerakan senam maka anak secara alami memiliki kekuatan badan, kecepatan gerakan, memiliki ketahanan fisik serta kelincahan dalam menggerakkan tubuhnya. Kemampuan melakukan gerakan senam merupakan pematangan dan perkembangan unsur-unsur pengendalian gerakan tubuh. Dengan demikian pentingnya perkembangan fisik anak distimulasi dan dioptimalkan sejak usia dini agar anak tumbuh dan berkembang sesuai dengan aspek perkembangan fisiknya.

Berdasarkan temuan dilapangan, peneliti melihat anak kelompok B6 di TK Pertiwi 1 Kota Padang memiliki kegiatan senam dalam mengembangkan fisik yang sudah baik, hal ini dilihat dari hampir keseluruhan anak sudah mampu melakukan gerakan yang terkoordinasi, kelenturan, teratur, dan mampu menirukan gerakan senam dengan baik seperti mengangkat kedua tangan, menggerakkan kedua kaki, menggerakkan kepala dan badannya secara luwes. Peneliti juga melihat keunikan di TK Pertiwi 1 Kota Padang. Kegiatan-kegiatan senam yang dilakukan yaitu senam anak cinta indonesia yang dilaksanakan hari selasa, senam ifa yang dilaksanakan pada hari rabu, senam seribu hari kamis dan hari jumat senam asmaul husna. Yang paling manarinya guru yang mengajarkan kegiatan senam ini guru khusus perkembangan fisik anak.

Melalui rangkaian kegiatan senam yang dilaksanakan di TK Pertiwi 1 Kota Padang mampu menciptakan anak yang baik dan berkualitas, hal ini dibuktikan dari banyaknya prestasi-prestasi yang telah diperoleh anak. adapun prestasi-prestasi anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang terkhusus kegiatan senam antara lain tahun 2018 meraih juara 1 Senam Gebyar Paud se-Kota Padang, 2019 juara 1 Senam Gebyar Paud se-Kota Padang. 2019 Juara 2 Senam Gebyar Paud Kecamatan Padang Barat. Serta sering dipanggil untuk mengisi acara Hari Anak Nasional ke Kantor Gubernur Sumatra Barat. Dan pernah meraih Juara 1,2 dan 3 Tari Batok individu yang diadakan se-Kota Padang ditahun 2019.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Penelitian kualitatif ini menggunakan peneliti sebagai alat utama untuk menemukan data untuk memperoleh temuan deskriptif dalam mencari proses dan makna berdasarkan perspektif tematik yang menonjol di lingkungan alamnya.

Metode deskriptif merupakan teknik pemecahan masalah yang dipelajari dengan cara menggambarkan atau menuliskan keadaan terkini suatu subjek atau objek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lain-lain) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang terjadi atau ada.

Penelitian dilakukan di TK Pertiwi 1 Kota Padang yang beralamat di jalan A. Yani no 11 B, Kampung Jao, Kecamatan Padang Barat, Provinsi Sumatera Barat. Subjek peneliti gunakan kelas B6 TK Pertiwi 1 Kota Padang. Saat penelitian yang menjadi informan yaitu kepala sekolah, guru perkembangan fisik, guru kelas B6 dan anak. Teknik penelitian dalam mengumpulkan data menggunakan teknik observasi, teknik wawancara dan teknik dokumentasi. Adapun hasil dari instrumen penelitian ini menggunakan teknik analisis data Milles dan Huberman. Analisis data milles dan huberman dibagi menjadi 3 tahapan meliputi *Data Reduction* (Reduksi data), *Data Display* (Penyajian Data), dan *Conclusion* (Verification). Teknik keabsahan data yang digunakan peneliti yaitu triangulasi.

Peneliti melakukan penelitian secara langsung ke sekolah dan melakukan observasi terkait pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang, dengan waktu pelaksanaan pada tanggal 9 Mei - 7 Juni 2022.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil temuan di lapangan tentang pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang. Maka didapatkan hasil dibawah ini

Perencanaan Kegiatan Senam dalam Mengembangkan Fisik Anak

Berdasarkan hasil temuan yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi, serta analisis data yang telah peneliti lakukan tentang perencanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang sebelum pembelajaran dimulai guru terlebih dahulu mempersiapkan rancangan pembelajaran yang akan dilaksanakan saat proses pembelajaran nantinya yang berdasarkan kepada kurikulum 2013 dan indikator pencapaian perkembangan anak lalu dituangkan dalam bentuk Pelaksanaan Pembelajaran Mingguan (RPPM) lalu dituangkan lagi menjadi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH). Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian dibuat berdasarkan isi materi yang hendak diajarkan kepada anak, media yang dibutuhkan, metode yang digunakan serta evaluasi yang akan dilakukan.

Semua rancangan ini dibuat oleh guru sebelum tahun ajaran dimulai, sehingga ketika proses pembelajaran guru berpedoman kepada Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran harian yang telah dibuat. Sistem pembuatan perencanaan pembelajaran di TK Pertiwi 1 Kota Padang masing-masing guru mendapatkan tanggung jawab untuk membuat 1 tema pembelajaran yang akan dituangkan dalam bentuk RPPM dan RPPH.

Penelitian ini dikuatkan dengan pendapat para ahli bahwa rencana pembelajaran merupakan acuan untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran serta mencapai tujuan pembelajaran dan mempermudah pengembangan kemampuan anak.

RPPM adalah penjabaran dari rencana semester dengan kegiatan pencapaian indikator yang disusun dan direncanakan dan dibuat dalam satu minggu sesuai dengan pembahasan tema dan sub tema. Rancangan pelaksanaan pembelajaran harian (RPPH) ialah penjabaran dari kegiatan mingguan. RPPH memuat kegiatan-kegiatan pembelajaran yang baik dilaksanakan secara individu, kelompok, maupun klasikal dalam satu hari. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian terdiri dari kegiatan pembukaan, inti dan yang terakhir penutup.

Pelaksanaan Kegiatan Senam dalam Mengembangkan Fisik Anak.

Berdasarkan hasil temuan yang peneliti peroleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi yang peneliti lakukan serta menganalisis data yang telah dilakukan peneliti terkait dengan pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang sudah sesuai dengan perencanaan yang dibuat sebelum melakukan kegiatan. Banyak kegiatan yang telah dilakukan oleh guru untuk mengembangkan fisik anak melalui kegiatan yaitu guru mengoptimalkan perkembangan fisik anak melalui kegiatan senam seperti senam yang diadakan hari selasa senam anak cinta indonesia, hari rabu senam ifa, hari kamis senam seribu dan hari jumat senam asmaul husna. Selain itu guru yang mengajarkan senam tersebut guru khusus untuk pengembangan fisik anak. Sehingga anak dapat melakukan kegiatan senam seperti mengangkat kedua tangan, menggerakkan kedua kaki, menggerakkan seluruh badan termasuk kepala kekiri dan kekanan dengan gerakan terkoordinasi, terkontrol, bergerak secara luwes dan mampu menirukan berbagai gerakan senam.

Perkembangan motorik kasar berkaitan dengan gerakan otot-otot tubuh dan berbagai bagian tubuh atas perintah, dan berbagai faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal seperti gaya berat dan lateralitas, serta kemampuan mengontrol gerakan tubuh. Perkembangan motorik kasar meliputi aktivitas berjalan, aktivitas balok keseimbangan dan aktivitas motorik kasar lainnya. Perkembangan motorik kasar pada anak dapat dirangsang melalui pengembangan kontrol motorik melalui koordinasi aktivitas otot, serta aktivitas kelompok sejak lahir. Anak-anak dapat mengontrol gerakan yang kasar yang mempengaruhi sebagian besar tubuh yang digunakan untuk berjalan, berlari, dan melompat. Setelah usia 5 tahun, ada perkembangan dengan kontrol koordinasi yang lebih baik.⁵

⁵Khadijah dan Amalia N, *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. (Jakarta : Kencana. 2020).hal, 34

Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan dokumentasi media yang digunakan sudah dapat menstimulasi perkembangan fisik anak dan sudah memperhatikan dari segi keamanan dan menarik bagi anak serta yang sangat penting sesuai dengan apa yang diajarkan kepada anak. Selain itu guru menggunakan metode yang benar sesuai dengan perkembangan anak dalam pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak yaitu metode praktek langsung, metode bernyanyi dan metode bermain.

Metode pengembangan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang sebagai berikut:

a. Metode Praktek Langsung

Rukiyati (2019:136-137) metode praktek langsung merupakan metode yang memberikan kesempatan kepada anak untuk melihat, merasakan dan mendalami secara langsung media yang digunakan.



Gambar 1. Metode Praktek Langsung Pengembangan Fisik Anak

b. Metode Bermain

Metode bermain merupakan metode yang memberikan kesempatan secara bebas bagi anak untuk dapat bereksplorasi secara bebas, mengorganisasikan apa yang diketahuinya, dan menemukan hal-hal baru.



Gambar 2. Metode Bermain Pengembangan Fisik Anak

c. Metode Bernyanyi

Metode bernyanyi merupakan suatu metode pengajaran vocal yang menggunakan suara yang merdu, nada yang menyenangkan, dan kata yang mudah dipahami.



Gambar 3. Metode Bernyanyi Pengembangan Fisik Anak

Evaluasi Kegiatan Senam dalam Mengembangkan Fisik Anak

Berdasarkan hasil temuan yang didapatkan dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi serta analisis data yang telah dilakukan peneliti terkait evaluasi pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang dilakukan dengan teknik observasi (unjuk kerja), catatan anekdot dan daftar ceklis. 1 Daftar ceklis kegiatan guru melakukan evaluasi yaitu dimana guru berpedoman kepada indikator pencapaian perkembangan anak untuk pengembangan fisik. Pertama “melakukan gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang, dan lincah” kedua “melakukan gerakan mata, tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur. Ketiga” melakukan permainan fisik dengan aturan dari indikator ini dilihat oleh guru, anak saat kegiatan senam gerakannya sudah terkoordinasi. dimana saat senam dilakukan anak sudah teratur untuk gerakannya pertama sikap siap dengan kaki dibuka sedikit tangan lurus kebawah lanjut membaca doa setelah itu melakukan tahapan gerakan pertama yaitu pemanasan, kedua tahapan inti ketiga tahapan pendinginan. Untuk seimbang dan kelincihan dilihat saat anak bergerak yaitu saat kegiatan senam anak seimbang menggerakkan badan, kaki, tangan untuk kelincihan anak dapat dengan lincah melakukan gerakan senam seperti gerakan melompat lalu menggerakkan kedua tangan dengan lincah. Untuk gerakan mata, tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur dilihat saat senam anak menggerakkan seluruh badannya dimana yaitu mata, tangan, kaki, kepala dalam menirukan gerakan senam contohnya saat senam menirukan gerakan bentuk bumi yaitu kedua tangan diputar keatas lalu membentuk bulat. Jika kegiatan senam anak sudah fasih dan sudah bisa melakukan gerakan terkoordinasi, terkontrol, seimbang, serta lincah sesuai dengan indikator perkembangan anak tersebut maka guru akan melakukan penilaian terhadap anak melalui bentuk-bentuk penilaian seperti unjuk kerja (observasi) yaitu dengan teknik ceklis sesuai dengan kemampuan anak yang dimiliki seperti belum berkembang (BB), mulai berkembang (MB), sudah berkembang (SB) atau berkembang sesuai harapan (BSH) guru melihat setiap proses

yang dilakukan dengan cara mendampingi dan melihat semua kegiatan yang dilakukan anak, guru menilai bagaimana tingkat perkembangan fisik masing-masing anak. 2. Catatan Anekdote dimana guru melakukan penilaian berdasarkan peristiwa penting yang terjadi atau peristiwa yang menarik perhatian secara individu yang terjadi selama proses pembelajaran. Catatan anekdot ini bisa digunakan untuk melihat sejauh mana perkembangan fisik anak melalui kegiatan senam. 3. Observasi (Unjuk Kerja) adalah penilaian yang dilakukan untuk melihat hasil pengamatan terhadap aktivitas yang dilakukan oleh anak.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah peneliti lakukan tentang pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak di TK Pertiwi 1 Kota Padang, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengembangan fisik anak sudah berjalan dengan baik, terlihat dari kemampuan anak saat terampil menggunakan otot-otot besar seperti menggerakkan dua tangan dan kakinya, bergerak secara luwes, melompat dan lain sebagainya yang dapat meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi. Pelaksanaan kegiatan senam dalam pengembangan fisik anak guru-guru membuat perencanaan kegiatan pembelajaran, memilih media yang menarik sesuai dengan materi yang diajarkan, menentukan metode yang cocok untuk diajarkan dan sesuai dengan kondisi anak serta guru melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan senam dalam mengembangkan fisik anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, R., Sutrisno, & Zar'in, F. (2021). Manajemen Pembelajaran Kelas di Taman Kanak-Kanak Al Mujahidin Sekadu Hulu. *Edukasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 19–28. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29406/jepaud.v9i1.2956>
- Eliyyil, Akbar (2020) Metode Belajar Anak Usia Dini. Jakarta : Kencana
- Indrijati, Herdina. *Psikologi Perkembangan & Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: Kencana, 2016.

- Iswantiningtyas, V., & Wijaya, I. P. (2015). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. *PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 1(2).
- Khadijah dan Amalia N.(2020). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. Jakarta : Kencana.
- Kristiana, M. (2021). Implementasi Kegiatan Senam Irama Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di TK Muslimat NU 167 Abu Bakar Bancangan Sambit Ponorogo (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).
- Lestaringrum, Anik (2019) *pengaruh senam bebek berenang terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 3-4 tahun*. *Efektor*.6(1), 1-6.
- Mareta, Dwi F.(2017). Pengaruh Metode Senam Irama Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal.
- Rukiyati. (2019). *Upaya Meningkatkan Kreativitas Membentuk Balok Bangunan Melalui Metode Praktik Langsung Pada Anak*. *Jurnal Pelita PAUD*, 3(2),135–150. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v3i2.522>
- Rudiyanto, A. (2016). *Perkembangan Motorik Kasar dan Motorik Halus Anak Usia Dini* (J. Yacub (ed.)). Lampung: Darussalam Press.
- Suryana, D. (2018). *Pendidikan Anak Usia Dini Stimulasi dan Apek Perkembangan Anak* (Pertama). Prenadamedia Group.
- Sugiarto, E. (2017). *Menyusun Proposal penelitian kualitatif : Skripsi dan Tesis : Suaka media*. Diandra Kreatif.
- Susanto, Ahmad. (2018) *Pendidikan Anak Usia Dini (Konsep dan Teori)*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Zaini, H., & Dewi, K. (2017). Pentingnya Media Pembelajaran Untuk Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 81–96. <https://doi.org/10.19109/ra.v1i1.1489>