

Penerapan Metode Gerak dan Lagu Sebagai Stimulasi Motorik Kasar pada Anak Usia Dini 4-5 Tahun

Glady Deltalia Lanapu¹, Lisa Narwastu Kristsuana^{2*}

^{1,2}Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Kristen Petra

Jl. Siwalankerto 121-131, Surabaya, Indonesia

e-mail: narwastu@petra.ac.id

*Penulis korespondensi

INFO ARTIKEL

Kata kunci:

Anak Usia Dini, metode gerak dan lagu, motorik kasar.

Keywords:

early Childhood, music and movement methods, gross motor skills.

ABSTRAK

Perkembangan motorik kasar merupakan aspek penting yang perlu distimulasi sejak dini dan dapat menjadi acuan pertama dalam mengenali pertumbuhan dan perkembangan anak. Hurlock (1978) menyebutkan enam dampak positif pengembangan motorik kasar, termasuk kesehatan fisik yang matang, emosi yang stabil, kepercayaan diri, pengembangan kognitif yang cepat, keterampilan bersosialisasi, serta rasa nyaman dan aman secara fisik dan psikologis. Namun, fenomena saat ini menunjukkan penurunan aktivitas bergerak pada anak, yang berdampak negatif pada perkembangan motorik kasar mereka. Salah satu metode yang menyenangkan dan menarik minat anak dalam belajar adalah metode gerak dan lagu. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana penerapan metode gerak dan lagu dalam menstimulasi motorik kasar AUD 4-5 tahun. Penelitian ini dilakukan di salah satu Sekolah Swasta Surabaya, dengan guru wali kelas TK-A sebagai subyek penelitian, dan beberapa murid TK-A serta kepala sekolah sebagai informan. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, data penelitian diperoleh melalui observasi dan wawancara terhadap subjek dan informan penelitian. Hasil yang ditemukan pada penelitian ini adalah penerapan metode gerak dan lagu dengan persiapan yang matang, serta pelaksanaan yang sesuai dengan langkah-langkah yang telah disiapkan, terbukti membuat anak lebih antusias dan lebih aktif bergerak, serta mampu menstimulasi anak untuk menguasai gerak motorik kasar yang perlu dipelajari.

ABSTRACT

Gross motor development is an important aspect that needs to be stimulated early on, and can be the first reference in recognizing children's growth and development. Hurlock (1978) identifies six positive effects of gross motor development, including mature physical health, stable emotions, self-confidence, rapid cognitive development, social skills, and a sense of physical and psychological comfort and safety. However, the current phenomenon shows a decrease in children's movement activities, which has a negative impact on their gross motor development. One of the methods that is fun and attracts children's interest in learning is the Music and Movement method. This study aims to describe the implementation of the Music and Movement method in stimulating the gross motor of the 4-5 year old children. This research was conducted in one of the private schools in Surabaya. The subjects in this study were a kindergarten homeroom teacher, with several kindergarten students and the principal as informants. The research method used is descriptive qualitative, research data obtained through observation and interviews with research subjects and informants. The results found in this study are that, the application of the Music and Movement method with careful preparation, as well as its implementation in accordance with the prepared steps, is proven to make children more enthusiastic and active in movement, and is able to stimulate children to master gross motor movements that need to be learned.

PENDAHULUAN

Masa Anak Usia Dini memiliki peranan yang penting bagi kehidupan manusia dan menjadi langkah seseorang memulai segala sesuatu pertama kali. Sejalan dengan kebutuhan AUD, pendidikan anak usia dini menjadi hal yang fundamental untuk dapat memfasilitasi perkembangan anak secara optimal, dan sangat menentukan keberhasilan anak dalam mengikuti pendidikan selanjutnya (Kristsuana et al., 2023). Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan pondasi awal dalam pemenuhan kebutuhan tumbuh kembang, ilmu pengetahuan maupun pembentukan karakter agar dapat membantu AUD menjadi seseorang

yang berkualitas di masa depan (Kurniawan *et al.*, 2023). Salah satu aspek penting yang perlu dikembangkan dan distimulasi sejak dini adalah aspek fisik motorik. Aspek ini dapat dijadikan acuan pertama untuk memahami proses tumbuh kembang anak dikarenakan perubahannya dapat dilihat dan diamati secara visual yaitu melalui gerakan tubuh yang dihasilkan (Fitriani, 2018). Pengembangan aspek fisik motorik adalah perkembangan yang menekankan dari sisi kematangan pada pengendalian gerak tubuh dengan otak sebagai pusat gerak (Hurlock, 1978). Gerak tubuh dihasilkan melalui aktivitas yang terbentuk antara otak, susunan saraf, otot besar dan kecil, dan *spinal cord* (Elvinar & Nurbaiti, 2017). Terdapat dua bentuk perkembangan fisik motorik, yaitu perkembangan motorik halus dan perkembangan motorik kasar (Zahari *et al.*, 2022). Motorik halus didefinisikan sebagai gerakan yang menggunakan otot kecil, misalnya mengancingkan baju, menulis dan menggenggam. Sedangkan motorik kasar merupakan gerakan yang melibatkan otot besar, seperti menangkap benda, berjalan dan menendang (Sulaeman *et al.*, 2023). Unsur-unsur yang terkait dalam perkembangan motorik kasar diantaranya; kekuatan, ketahanan, kecepatan, kelincihan, kelenturan, koordinasi, ketepatan, keseimbangan, dan pada masa usia dini, anak seharusnya sudah dapat menguasai setiap unsur-unsur di atas, tetapi bergantung pada tahapan perkembangan, usia anak dan stimulasi yang diberikan (Saripudin, 2019).

Tetapi sangat disayangkan di era digital ini, anak-anak sudah jarang melakukan aktivitas yang melibatkan anggota tubuhnya karena teknologi sudah menjadi salah satu hal terpenting di semua usia, termasuk AUD (Rahayu *et al.*, 2021). Anak lebih banyak bermain dengan gadget dibandingkan melakukan permainan yang melibatkan banyak aktivitas dan gerakan. Pembelajaran berbasis game digital memang terbukti dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan emosi anak (Indriani & Puspitasari, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Rezeky & Zendrato (2023) juga menyatakan bahwa penggunaan gadget pada anak memang dapat melatih kemampuan untuk menggerakkan otot kecil. Meskipun demikian, hal ini juga memberikan dampak negatif dimana anak akan terbiasa hanya duduk diam untuk waktu yang lama sehingga perkembangan kemampuan berjalan, melompat, berlari, dan menata objek dapat terhambat. Kemampuan motorik kasar akan berkembang jika seseorang melakukan gerakan yang melibatkan sebagian atau seluruh anggota tubuh dengan sesuai dan tepat (Dianti, 2024). Hal ini dikuatkan dengan studi kasus pada penelitian yang dilakukan oleh Mahmud (2018), mengenai seorang anak yang selama 6 bulan hanya bermain di rumah dengan permainan teknologi. Dari hasil penelitian tersebut ditemukan fakta bahwa anak mengalami penurunan keseimbangan tubuh saat bermain bersama dengan teman-temannya. Keseimbangan tubuh

berkaitan dengan perkembangan motorik kasar karena melibatkan gerakan seluruh tubuh serta kinerja antara otak, saraf, otot dan spinal cord (Fikriyati, 2013:21-22; Mahmud, 2018).

Studi kasus di atas juga sejalan dengan observasi yang dilakukan oleh tim peneliti di kelas TK-A (usia 4-5 tahun) di sekolah X. Dimana terdapat beberapa anak yang enggan untuk terlibat aktif dalam pembelajaran di kelas, khususnya saat pembelajaran yang berkaitan dengan gerakan. Peneliti melihat dan membagi dalam beberapa poin terkait fenomena yang terjadi, diantaranya; 1) Hampir di seluruh pembelajaran ada beberapa anak yang menunjukkan ketidak aktifannya di kelas dengan membaringkan tubuhnya, bermain sendiri, tidak fokus dan bingung saat ditanya. Pada saat pembelajaran bergerak anak-anak tersebut pun enggan untuk mengikuti meskipun sudah beberapa kali diberikan contoh oleh guru, bahkan guru juga harus membantu menggerakkan tangan dan kakinya; 2) Ada beberapa anak yang mau mengikuti aktivitas dan bergerak, tetapi terlihat pasif, menunjukkan sikap gerak yang lemas dan tidak bersemangat sehingga gerakan yang ditimbulkan pun tidak sesuai dan tidak tepat; 3) Ada beberapa anak yang aktif dan antusias mengikuti aktivitas dan bergerak, tetapi gerakan yang dilakukan tidak terarah dan semanya sendiri. Perlu adanya himbauan guru beberapa kali agar anak mengikuti gerakan, tetapi masih belum konsisten melakukan gerakan dengan tepat.

Motorik kasar adalah salah satu aspek perkembangan yang esensial dalam tumbuh kembang setiap anak dan berdampak pada aspek perkembangan lainnya, termasuk perkembangan kognitif dan sosial emosi anak (Ulfah *et al.*, 2021). Menurut Rizki dan Agus (2020) motorik kasar adalah gerakan yang terjadi atas kinerja otot-otot besar dengan melibatkan seluruh atau sebagian anggota tubuhnya. Menurut Gallahue (1989) motorik kasar terbagi menjadi tiga bagian, diantaranya; 1) Kemampuan lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan cara memindahkan tubuhnya dari satu tempat ke tempat yang lainnya. Contoh gerakannya; berjalan, berlari, melompat berpindah tempat; 2) Kemampuan non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan tidak memindahkan tubuhnya atau gerakan dilakukan di posisi yang tetap. Contohnya; berjalan di tempat, berdiri satu kaki, melakukan peregangan; 3) Kemampuan manipulatif adalah gerakan yang dilakukan dengan menggunakan objek tertentu dalam mendukung

pergerakannya. Contoh; menendang, melempar, memindahkan barang.

Salah satu hal penting pada proses perkembangan motorik kasar adalah kematangan dalam segi fisik yang sudah diperoleh pada saat usia dini (Hurlock, 1999). Saat anak sudah matang dari segi fisik selanjutnya perkembangan motorik kasar bergantung pada pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh, baik itu melalui lingkungan rumah, sekolah maupun berbagai hal lain (Sumiyati, 2018). Sejalan dengan hal tersebut Rohfirsta et al. (2024) menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar pada AUD dipengaruhi oleh gen dan faktor sosial. Gen akan menyediakan basis dasar perkembangan motorik kasar, sedangkan lingkungan sosial anak memiliki peran vital membentuk kemampuan motorik kasar anak. Menyediakan lingkungan yang suportif, seperti tempat yang cukup luas dan aman untuk anak bergerak serta memberikan mainan yang tepat dapat membantu motorik kasar anak berkembang dengan lebih pesat (Hidayatulloh, 2014). Motorik kasar pada dasarnya terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik, dan pada proses pembentukannya ada berbagai gerakan pola dasar yaitu; berjalan, berlari, melompat dan meloncat (Arifiyanti, 2019). Motorik kasar berkembang terlebih dahulu dibandingkan dengan motorik halus, karena dalam pengaplikasiannya menggunakan gerakan besar atau gerakan seluruh tubuh (Farida, 2016). Anak usia dini lebih mudah melakukan gerakan yang melibatkan gerakan seluruh tubuh atau memegang suatu benda yang besar. Hal ini dikarenakan pengendalian dalam memegang benda kecil atau gerakan dengan jari-jarinya masih sulit dilakukan (Rizki dan Agus, 2017).

Fokus dalam penelitian ini adalah perkembangan aspek motorik untuk anak usia 4-5 tahun. Ada beberapa pendapat ahli yang membahas mengenai berbagai karakteristik perkembangan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun, diantaranya; 1) Anak dapat berlari dengan baik, melompat tetapi belum beraturan, berjinjit dan berjalan dengan menggunakan tumit kaki; 2) Anak akan jauh lebih mudah menguasai keseimbangannya, sebagai contoh; anak setidaknya dapat berdiri minimal 5 detik dengan menggunakan satu kaki dan anak dapat berdiri diatas balok dengan ukuran 10 cm keatas; 3) Anak dapat menuruni tangga dengan menggunakan kaki dan secara bergantian. Kemudian anak juga sudah dapat memperkirakan tempat berpijak kakinya; 4) Dapat melompat dengan aturan tempo yang memadai dan mampu memainkan permainan-permainan yang membutuhkan reaksi cepat; 5) Anak mulai belajar untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakannya saat melakukan gerakan berguling, memanjat atau gerakan lainnya yang melibatkan seluruh anggota tubuh; 6) Anak mulai menunjukkan peningkatan kemampuan mengontrol tubuhnya, hal tersebut dapat terlihat dalam jangka waktu yang lama karena pada masa ini anak akan bersemangat dalam melakukan berbagai gerakan sehingga kadang sulit mengontrol dirinya (Sugiyanto, 1992; Elvinar & Nurbaiti, 2017).

Jika aspek motorik kasar tidak dikembangkan sejak usia dini, maka akan ada dampak-dampak negatif yang terjadi di kemudian hari. Menurut Sutapa (2022), keterlambatan perkembangan motorik kasar akan berpengaruh pada; 1) Keaktifan, saat AUD tidak mengoptimalkan tubuhnya untuk bergerak, hal tersebut menurunkan semangat dan antusias dalam melakukan segala sesuatu, terkhusus dalam konteks pembelajaran. Anak akan terlihat kurang aktif dan cenderung pasif saat diberikan aktivitas yang melibatkan gerakan; 2) Kepercayaan diri, kemampuan motorik kasar yang kurang berkembang akan membuat anak enggan dan tidak percaya diri untuk banyak bergerak. Anak merasa canggung, malu, dan tidak berani melakukan segala sesuatu. Hal ini akan berpengaruh juga terhadap perkembangan sosial emosional anak; 3) Obesitas, perkembangan motorik kasar berkaitan dengan aktivitas bergerak. Jika anak malas bergerak atau tidak diberikan stimulus dalam pengembangan motoriknya, ia berpotensi lebih besar untuk mengalami obesitas dan gangguan kesehatansalah satu manfaat perkembangan motorik kasar yaitu dapat meningkatkan aspek perkembangan sosial emosional juga. Kemudian, menurut Hurlock (1978:150) jika aspek perkembangan motorik kasar dikembangkan sejak dini maka akan berpengaruh pada 1) Anak memiliki kesehatan yang matang; 2) Anak akan lebih mudah mengenal dan mengelola emosinya; 3) Anak memiliki kepercayaan diri yang penuh; 4) Anak akan lebih mudah dan cepat memahami pembelajaran yang diberikan; 5) Anak mudah beradaptasi dengan lingkungannya dan terampil dalam bersosialisasi; 6) Anak akan merasa nyaman dan aman secara fisik dan psikologi.

Selain orang tua, sekolah dan guru juga memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak didiknya. Salah satu cara untuk mengembangkan motorik kasar AUD adalah dengan bermain. Bermain merupakan aktivitas yang tidak hanya menyenangkan tetapi juga menjadi sarana belajar dan aktivitas fisik anak, apabila dilakukan dengan pendampingan yang efektif (Motimona & Maryatun, 2023). Motorik kasar dapat berkembang dengan baik apabila lingkungan memberikan kesempatan bagi anak untuk bergerak dengan leluasa, salah satunya melalui permainan gerak (Kiya & Wahyuni, 2020). Permainan gerak dapat disandingkan dengan kegiatan lain seperti gerak dan lagu yang

mengkombinasikan kegiatan gerak dengan mendengarkan lagu (Rame et al., 2024). Salah satu hal yang dapat dilakukan oleh guru dalam menstimulasi motorik kasar AUD yaitu dengan menerapkan metode gerak dan lagu sebagai aktivitas belajar didalam kelas. Taha (2023) mendefinisikan metode gerak dan lagu sebagai metode pembelajaran yang melibatkan gerakan dengan diiringi lagu, dan memiliki manfaat dalam mengembangkan aspek motorik kasar dalam diri anak. Metode gerak dan lagu diadaptasi dari metode pembelajaran musik yang dikemukakan oleh Dalcroze (1913), yang melihat bahwa metode ini memiliki banyak manfaat dan makna yang dalam pada pembelajaran AUD, salah satunya dalam pengembangan aspek motorik kasar (Mayar et al., 2022). Mayar menegaskan, metode gerak dan lagu menjadi metode pembelajaran yang efektif dan menarik bagi anak karena bersifat menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik serta minat anak usia dini. Hal ini sejalan dengan Larasati et al. (2019) yang menyatakan bahwa gerak dan lagu memiliki dampak *positif* bagi perkembangan motorik kasar anak secara maksimal, dan juga mencakup aspek perkembangan lainnya. Dalam penerapannya, AUD akan bergerak sesuai instruksi dan dengan berdasarkan syair lagu yang dinyanyikan serta gerakan yang dipakai menyesuaikan tempo dan irama dalam lagu (Rahayu et al., 2021). Menurut Paspiani (2015) dengan menggunakan metode gerak dan lagu dapat membantu mengembangkan koordinasi setiap bagian anggota tubuh, keseimbangan, kekuatan, kelincahan dan koordinasi mata, tangan dan kaki. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Tahtani & Sunaryo (2025) yang menunjukkan bahwa metode gerak dan lagu memungkinkan anak untuk belajar kekuatan, kelenturan, dan koordinasi visual motorik anak.

Gerak dan lagu biasanya digunakan pada awal pembelajaran dimulai, menjadi pelengkap dalam pembelajaran yang disampaikan, atau sebagai penutup kelas sebelum pulang (Dini et al., 2022). Selain itu, gerak dan lagu juga dapat menjadi metode dalam satu pembelajaran khusus, seperti dalam pembelajaran olahraga, pembelajaran *gross motor*, pembelajaran seni dan beberapa pembelajaran lainnya yang terkait (Permadi et al., 2020).

Metode gerak dan lagu adalah metode yang sederhana dan mudah dipahami oleh AUD. Metode ini juga mudah dikreasikan oleh guru dan disesuaikan dengan tema yang diajarkan, maupun aspek perkembangan motorik kasar yang hendak dicapai (Respati et al., 2018). Dalam penerapannya, metode gerak dan lagu perlu dipersiapkan dan direncanakan terlebih dahulu, baik dalam pemilihan lagu yang mendukung topik pembelajaran, pemilihan gerakan yang disesuaikan dengan aspek motorik kasar yang akan dikembangkan, dan tetap perlu memperhatikan usia serta kemampuan anak yang mengacu pada standar perkembangan tertentu (Uzer, 2019).

Penerapan metode gerak dan lagu perlu diiringi dengan acuan sebagai tolak ukur dalam pengembangan motorik kasar sesuai dengan usia anak. Salah satu acuan yang sudah ada dan dapat digunakan adalah STPPA (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak). STPPA adalah standar pencapaian kemampuan anak pada seluruh perkembangan dan pertumbuhan yang mencakup aspek nilai agama dan moral, nilai Pancasila, fisik motorik, kognitif, bahasa dan sosial emosional (Permendikbud No. 5 tahun 2022). Dalam hal ini STPPA juga disajikan secara spesifik, contohnya; dalam aspek perkembangan motorik kasar AUD 4-5 tahun, ada gerakan-gerakan yang sudah diatur dalam STPPA untuk menjadi standar acuan gerakan yang perlu dicapai anak usia 4-5 tahun.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan metode mengajar dengan menggunakan gerak dan lagu sebagai stimulasi perkembangan motorik kasar untuk anak usia dini dengan rentang usia 4-5 tahun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di sekolah TK Permai Surabaya di kelas TK-A dengan subjek penelitian yaitu wali kelas TK-A dan informan yaitu beberapa anak kelas TK-A dan kepala sekolah. Sekolah tempat penelitian ini dilakukan, memiliki komitmen kuat dalam mendukung perkembangan anak secara optimal, dengan menyediakan fasilitas dan stimulasi tumbuh kembang anak, termasuk perkembangan motorik kasar. Di kelas TKG A ditemukan fenomena mengenai urgensi perkembangan motorik kasar AUD dengan melihat bahwa hampir semua anak 4-5 tahun kurang aktif dalam pembelajaran, secara khusus pada pembelajaran bergerak. Anak-anak menunjukkan sikap enggan bergerak dan meskipun bergerak, mereka tidak melakukan dengan tepat dan sesuai. Sekolah telah mengembangkan dan menggunakan metode gerak dan lagu sebagai metode belajar yang sering diterapkan guru dalam menyampaikan materi pembelajaran. Peneliti ingin melihat dan mendeskripsikan bagaimana penerapan metode gerak dan lagu dalam menstimulasi motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

Penelitian ini dilakukan dengan observasi dan wawancara mendalam kemudian mengolah datanya dengan teks naratif sesuai dengan metode penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini, guru menerapkan metode gerak dan lagu sesuai dengan tahapan yang lebih terstruktur dan dipersiapkan secara matang. Gerakan yang digunakan berdasarkan pada Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak pada aspek perkembangan motorik kasar AUD 4-5 tahun. Pemilihan gerakan ini didiskusikan dengan, serta divalidasi oleh seorang instruktur pengembangan *stretch and growth* yang expert dalam bidang perkembangan motorik kasar anak. Sedangkan lagu yang dipilih disesuaikan dengan tema pembelajaran serta sesuai dengan karakteristik anak, menarik dan menyenangkan bagi anak-anak. Dalam pelaksanaannya, gerak dan lagu diterapkan dengan menggunakan langkah-langkah yang telah dipersiapkan, yang juga dimuat dalam RPPH dan divalidasi oleh kepala sekolah.

Prosedur penelitian dimulai dari mengajukan permohonan untuk melakukan penelitian sekaligus mendapatkan persetujuan untuk melakukan penelitian, kemudian mulai menentukan subjek penelitian dan memvalidasi bahan-bahan yang diperlukan saat penelitian. Selanjutnya menentukan jadwal observasi, melakukan observasi terhadap guru TK-A selaku subjek dan beberapa anak yang menjadi informan. Observasi dilakukan sebanyak tiga kali, dilengkapi dengan pengumpulan data, wawancara subjek dan informan serta dokumentasi yang diperlukan. Tahap analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data dan kemudian mengambil kesimpulan dari hasil penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan Metode Gerak dan Lagu

Dalam penelitian ini ada tiga tahapan yang dilakukan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Langkah-langkah tersebut diadaptasi dari hasil penelitian Rifatin (2019) dengan modifikasi dan diskusi yang dilakukan oleh guru sebagai subjek penelitian, untuk kemudian divalidasi oleh dengan seseorang yang *expert* pada bidang perkembangan motorik kasar AUD. Berikut langkah-langkah persiapan metode gerak dan lagu 1) Mempersiapkan lagu menyesuaikan dengan tema pembelajaran dan usia anak; 2) Mempersiapkan gerak secara sederhana, menarik dan menyenangkan bagi anak; 3) Mempersiapkan metode gerak dan lagu dengan dinamika dan tempo irama yang cepat tetapi tetap bisa diikuti oleh anak; 4) Guru mempersiapkan diri dengan berlatih secara mandiri baik itu gerak atau lagunya agar dapat menguasai secara keseluruhan; 5) Dalam penerapannya, guru melakukan secara bertahap, agar anak menguasai bagian demi bagian dari gerak yang diajarkan. Tahap persiapan ini diuraikan secara lebih spesifik dan sesuai dengan apa yang dilakukan oleh guru dalam bentuk RPPH (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian).

Pada tahap pelaksanaan guru melakukan kegiatan pembukaan, kegiatan inti atau isi kegiatan dan kegiatan penutup. 1) Pada kegiatan pembuka, guru menyapa anak, mengajak anak bernyanyi lalu berdoa pembukaan; 2) Dalam kegiatan inti guru menerapkan metode gerak dan lagu dengan langkah-langkah yang sudah dibuat; 3) Dalam kegiatan penutup guru meminta anak-anak untuk mempraktekkan gerak dan lagu secara mandiri maupun berkelompok. Penelitian ini dilakukan sebanyak tiga kali dengan tahapan sebagai berikut: 1) Pada hari pertama guru mengajarkan lagu yang digunakan dalam Gerak dan Lagu dan sesuai dengan tema pembelajaran yaitu lagu “Aku cinta Indonesia”. Anak mempelajari lagu tersebut sampai mereka menguasainya. 2) Guru membagi keseluruhan gerakan yang akan diajarkan menjadi dua bagian. Pada hari kedua guru secara khusus mengajarkan gerakan bagian pertama, yaitu gerakan untuk lirik lagu “Aku anak Indonesia, anak yang merdeka, satu nusaku-satu bangsaku, satu bahasaku”. Guru mengajarkan secara berulang-ulang sampai anak menguasainya; 3) Pada hari ketiga guru secara khusus mengajarkan gerakan bagian kedua yang dimulai dari gerakan interlude dan masuk pada lirik lagu “Indonesia, Indonesia, aku bangga menjadi anak Indonesia”.

Dalam setiap bagian guru selalu memulai dengan menjelaskan tema pembelajaran, kemudian memperagakan lagu dan gerakan secara keseluruhan dengan menggunakan musik, mengajarkan bagian perbagian secara perlahan tanpa menggunakan musik dan anak mengikuti gerakan sampai menguasai, mengajak anak melakukan gerakan dengan menggunakan musik dan meminta anak-anak untuk bergerak sesuai dengan kecepatan musik, kemudian yang terakhir meminta anak-anak untuk mempraktekkan secara lengkap. Hal ini dilakukan berulang-ulang menyesuaikan dengan kondisi dan kemampuan anak-anak pada saat pembelajaran berlangsung.

Hasil Mengajar

Dalam penelitian ini terbukti bahwa guru melakukan proses mempersiapkan metode yang akan digunakan dengan baik, mulai dari mempersiapkan RPPH, mencari lagu dan mencari gerakannya. Kemudian

guru juga mempelajari dengan seksama setiap gerakan yang akan digunakan dalam gerak dan lagu sebelum diterapkan kepada anak-anak. Pada proses pelaksanaan guru menerapkan langkah-langkah dengan sangat sesuai dan hasilnya anak-anak dapat mengikuti gerakan yang diajarkan dengan baik sebagai stimulasi motorik kasar mereka. Pada proses evaluasi, guru mencermati anak-anak yang belum dapat mengikuti gerakan yang diajarkan, dan guru mengambil kesempatan, baik saat proses belajar berlangsung maupun diluar jam belajar, untuk memberikan pengajaran tambahan kepada anak-anak yang terlambat atau masih kurang sesuai dalam mengikuti gerak dan lagu yang diajarkan.

Dalam proses belajar mengajar menggunakan metode gerak dan lagu selama tiga kali pertemuan, terbukti bahwa anak-anak menunjukkan sikap antusias, menikmati, dan senang saat guru menggunakan metode gerak dan lagu. Anak bergerak dengan lebih terkontrol dan bersemangat. Bahkan mereka dapat mengikuti gerakan dan lagu yang diajarkan dengan tepat dan sesuai. Hal ini terungkap dari hasil pengamatan dan wawancara peneliti bersama beberapa anak TK-A selaku informan. Hal ini juga dikonfirmasi oleh guru yang mengamati bahwa perkembangan gerakan anak yang awalnya kurang terlatih, tanpa arah, dan kurang terkontrol, menjadi lebih baik setelah mengikuti gerak dan lagu. Anak yang awalnya enggan bergerak menjadi lebih banyak bergerak dan lebih bersemangat. Kemudian saat pembelajaran anak-anak juga lebih aktif dan bersemangat serta mudah menangkap materi pembelajaran yang diberikan.

KESIMPULAN

Penerapan metode gerak dan lagu terbukti dapat menstimulasi perkembangan motorik kasar AUD 4-5 tahun. Metode gerak dan lagu berkaitan dengan bagaimana anak-anak bergerak dengan mengikuti lagu yang digunakan. Gerakan yang terjadi pada saat penerapan metode gerak dan lagu adalah gerak sebagian atau seluruh anggota tubuh yang dihasilkan dari kinerja otot-otot besar. Kinerja otot-otot besar jika dikembangkan dengan tepat akan membantu perkembangan motorik kasar anak. Lalu dalam penerapannya guru membuat langkah-langkah secara spesifik dan mendalam agar gerak dan lagu yang diajarkan dapat efektif dan dipahami serta memudahkan anak-anak mengikuti. Selanjutnya ada tahapan-tahapan yang dilakukan guru sebelum menerapkan metode gerak dan lagu diantaranya; Tahap Persiapan, tahap Pelaksanaan, dan tahap Evaluasi. Persiapan pertama yang dilakukan oleh guru adalah membuat RPPH, persiapan kedua guru mencari lagu yang disesuaikan dengan tema pembelajaran dan karakteristik anak, persiapan ketiga guru adalah mencari gerakan yang sesuai dengan indikator perkembangan motorik anak, dan persiapan keempat guru mempelajari secara mandiri gerak dan lagunya agar dapat menguasai dan mengajarkan kepada anak-anak. Dalam tahap pelaksanaan, guru membagi kegiatan menjadi tiga bagian yaitu kegiatan pembuka, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Metode gerak dan lagu diajarkan pada kegiatan inti, dan pada penerapannya memuat langkah-langkah yang sudah dibuat oleh guru. Guru melihat bahwa ada perubahan terhadap anak sebelum dan sesudah mengikuti gerak dan lagu. Sebelum mengikuti gerak dan lagu anak-anak cenderung malas bergerak, atau bergerak tanpa arah dan kurang bisa mengendalikan dirinya saat bergerak. Koordinasi antara anggota tubuh satu dan lainnya juga masih belum seimbang. Anak juga sulit fokus, dan mudah malas saat pembelajaran di kelas. Setelah menggunakan gerak dan lagu, anak lebih banyak bergerak dan lebih bersemangat mengikuti aktifitas yang membutuhkan bergerak. Gerakan anak juga tampak lebih terkoordinasi dan mulai terlihat keseimbangan tubuhnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan gerak dan lagu yang dirancang, dipersiapkan, dan dilaksanakan dengan mengikuti tahapan-tahapan secara tepat, dapat menstimulasi perkembangan motorik kasar anak. Oleh karena itu ada beberapa saran yang diberikan oleh peneliti terkait penelitian selanjutnya, diantaranya; bagi guru, guru perlu mempersiapkan diri sebelum menerapkan metode belajar menggunakan gerak dan lagu sebagai sarana penyampaian materi pembelajaran. Persiapan perlu dilakukan dengan matang agar dalam pelaksanaan guru dapat mengajarkan dengan maksimal dan anak-anak pun dapat menerima pembelajaran dengan sangat baik. Dalam hal ini perlu adanya langkah-langkah yang dibuat sebagai pedoman guru dalam menerapkan metode gerak dan lagu; bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dalam terkait penerapan metode gerak dan lagu kristen berbasis alkitab sebagai stimulasi motorik kasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Dianti, E. (2024). Mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini (PAUD) melalui gerak dan lagu. *PERNIKL: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 52–61. <https://doi.org/10.31851/pernik.v7i1.15897>
- Dini, J. P. A. U. (2022). Strategi stimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui maze karpet covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2553-2563. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/>

- article/view/2103/pdf
- Elvinar, E., & Nurbaiti, S. B. B. (2017). Peningkatkan kemampuan motorik anak melalui gerak dan lagu pada anak usia 4-5 tahun di TK Cut Mutia Banda Aceh. *Visipena Journal*, 8(1), 108-123. <https://ejournal.bbg.ac.id/visipena/article/download/381/347/>
- Farida, A. (2016). Urgensi perkembangan motorik kasar pada perkembangan anak usia dini. *Jurnal Raudhah*, 4(2), 2338 – 2163. <http://dx.doi.org/10.30829/raudhah.v4i2.52>
- Fitri, Y. M., & Nurhafizah, N. (2023). Analisis metode gerak dan lagu terhadap perkembangan sosial dan emosional anak usia dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2987–2998. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.3350>
- Fitriani, R. & Adawiyah, R. (2018) 'Perkembangan fisik motorik anak usia dini', *Jurnal Golden Age*, 2(01), p. 25. doi: 10.29408/goldenage.v2i01.742.
- Hidayatulloh, M. A. (2014). Lingkungan menyenangkan dalam pendidikan Anak Usia Dini: Pemikiran Montessori. *Jurnal Pendidikan Islam*, 8(1), 140-154. <http://journal.walisongo.ac.id/index.php/>
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Indriani, M., & Puspitasari, D. (2024). Pengaruh game based learning pada kemampuan kognitif dan perkembangan emosi mu8rid sekolah dasar di Papua. *Aletheia Christian Educators Journal*, 5(2), 73–78. <https://doi.org/10.9744/aletheia.5.2.73-78>
- Kiya, A., & Winda Wahyuni, I. (2020). Pengembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan gerakan binatang. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 107–120. <https://doi.org/10.32678/assibyan.v5i2.10552>
- Kristuana, L. N., Puspitasari, D., Lanapu, G. D., & Zega, A. S. (2023). Penggunaan flashcard untuk menumbuhkan minat anak usia dini dalam mendengarkan cerita. *Aletheia Christian Educators Journal*, 4(2), 47–52. <https://doi.org/10.9744/aletheia.4.2.47-52>
- Kurniawan, A., Ningrum, A. R., Hasanah, U., Dewi, N. R., Putri, N. K., Putri, H., & Uce, L. (2023). *Pendidikan anak usia dini*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Mahmud, B. (2019). Urgensi stimulasi kemampuan motorik kasar pada anak usia dini. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 12(1), 76-87. <https://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/didaktika/article/view/177>
- Motimona, P. D., & Maryatun, I. B. (2023). Implementasi metode pembelajaran STEAM pada kurikulum merdeka pada PAUD. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6493–6504. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.4682>
- Tahtani, M.D., & Sunaryo, I. (2025). *Meningkatkan motorik kasar dengan media musik melalui gerak dan lagu Kupu Kupu untuk anak PAUD*, 6(1), 108–118. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1045>
- Mayar, F., Sari, D. N., & Hijriani, A. (2019). Analisa manfaatseni untuk mengoptimalkan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 3(6), 1359–1364. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/359>
- Paspiani, N. K. N. (2015). Kegiatan latihan gerak dan lagu (Jeruk Bali) untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal pendidikan anak*, 4(1), 538-543. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/12340>
- Permadi, D. P., Mahrun, M., & Afrianti, N. (2020). Meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui gerak dan lagu animal dance pada anak usia 4-5 tahun di RA Al-Ikhwan Soreang. *Prosiding Pendidikan Agama Islam*, 32-35
- Rahayu, H., Yetti, E., & Supriyati, Y. (2020). Meningkatkan kreativitas anak usia dini melalui pembelajaran gerak dan lagu. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 832-840. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.691>
- Rahayu, N. S., Elan, E., & Mulyadi, S. (2021). Analisis penggunaan gadget pada anak usia dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 5(2), 202-210. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia/article/view/40743>
- Rame, M. C., Puspitasari, D., & Chrystofer, J. (2024). Implementasi metode mengajar dengan media lagu dalam perkembangan bahasa reseptif dan ekspresif anak fase difersiasi. *Aletheia Christian Educators Journal*, 5(2), 93–100. <https://doi.org/10.9744/aletheia.5.2.93-100>
- Respati, R., Nur, L., & Rahman, T. (2018). Gerak dan lagu sebagai model stimulasi pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 12(2), 321-330. <https://doi.org/10.21009/JPUD.122.13>
- Rezeky, D. S., & Zendrato, R. J. (2023). The impact of gadget use on motor and intellectual development in Elementary School Children. *International Journal of Students Education*, 1(2), 178–183. <https://doi.org/10.62966/ijose.v1i2.405>
- Rizki, H., & Agus, R. M. (2020). Analisis tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun pada masa pandemi Covid-19. *Journal of Physical Education*, 1(2), 20-24. <http://jim.teknokrat.ac.id/index.php/pendidikanolahraga/article/view/588>
- Rohfirsta, F., Muhammad, & Zulfahmi, N. (2024). Analysis of gross motor development of children aged 4-5 years through the implementation of the smart basket game article info. In *EduBasic Journal: Jurnal Pendidikan Dasar*, 6(1), 13-26. <https://ejournal.upi.edu/index.php/edubasic>
- Saripudin, A. (2019). Analisis tumbuh kembang anak ditinjau dari aspek perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Equalita: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 1(1), 114-130. <https://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/>

equalita/article/view/5161

- Sulaeman, D., Milawati, Y., Budiarti, S. E., & Rosidah, I. (2023). Upaya meningkatkan kemampuan motorik halus melalui kegiatan menganyam pada anak usia 5-6 tahun. *Plamboyan Edu*, 1(1), 45–57. <https://jurnal.rakeyansantang.ac.id/index.php/plamboyan/article/view/321>
- Sumiyati, S. (2018). Metode pengembangan motorik kasar anak usia dini. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 78-97. <https://www.jurnal.syekhnrjati.ac.id/index.php/awladly/article/view/2509/1473>
- Taha, A. N., Bastiana, B., & Ramlah, R. (2023). Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak melalui gerak dan lagu pada kelompok A TK Hikma Urung. *Jurnal Profesi Kependidikan*, 4(2 OKT), 171–182. <https://ojs.unm.ac.id/JPK/article/view/30616>
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis penerapan senam irama dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844-1852. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.993>
- Uzer, Y. (2019). Implementasi pembelajaran Bahasa Inggris anak melalui metode gerak dan lagu untuk anak paud. *PERNIK*, 2(2), 187-193. <https://doi.org/10.31851/pernik.v2i01.3117>
- Zahari, Q. F., Prashanti, N. A. S., Salsabella, S., Jumi atmoko, J., Hafidah, R., & Nurjannah, N. E. (2022). Kemampuan fisik motorik anak usia dini dengan masalah obesitas. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2844–2851. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1570>