



Efektivitas Senam Kreasi Melalui Video Pada Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun di TKN Pembina Syamtalira Bayu

Syurfil Rahmi¹, Yusnaini², Mutia Sari³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Sultanah Nahrasiyah Lhokseumawe, Aceh

E-mail: syurfilrahmi@gmail.com

Info Artikel

Diajukan: 20-11-2025

Diterima: 01-03-2026

Diterbitkan: 02-03-2026

Keywords:

Creative Gymnastics;
Video; Gross Motor Skills;
Children Aged 5–6 Years

Kata Kunci:

Senam Kreatif; Video;
Keterampilan Motorik
Kasar; Anak Usia 5–6
Tahun

Abstract

This study focuses on the effectiveness of creative gymnastics through video on the gross motor development of 5-6 year old children at Syamtalira Bayu State Kindergarten. This study aims to determine the effectiveness of creative gymnastics through video media on the development of gross motor skills of 5-6 year old children. This study uses a qualitative approach with a descriptive research type. The sample in this study amounted to 18 children aged 5-6 years and the informants in this study were three class teachers. Data collection techniques were carried out through observation, interviews, and documentation. Data analysis techniques were carried out through the stages of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed that creative gymnastics through video proved effective in supporting the gross motor development of 5-6 year old children. Children showed high enthusiasm in participating in the activities, were able to imitate most of the gymnastics movements shown, and experienced a gradual increase in coordination, balance, agility, and large muscle strength. It also increased children's focus and participation, and made it easier for them to understand the movements through repetition.

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada efektivitas senam kreatif melalui video terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-kanak Negeri Syamtalira Bayu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas senam kreatif melalui media video terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 18 anak usia 5-6 tahun dan informan dalam penelitian ini adalah tiga orang guru kelas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam kreatif melalui video terbukti efektif dalam



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

mendukung perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan, mampu menirukan sebagian besar gerakan senam yang ditampilkan, dan mengalami peningkatan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot besar secara bertahap. Hal ini juga meningkatkan fokus dan partisipasi anak, serta memudahkan mereka memahami gerakan melalui pengulangan.

Pendahuluan

Anak usia dini adalah anak-anak yang biasanya berusia 0 hingga 6 tahun dan ada juga yang mengatakan bahwa anak usia dini adalah anak yang berusia 0-8 tahun (Nurhayati 2020). Pada usia ini, mereka sedang berada di tahap perkembangan yang sangat penting, baik itu dari segi fisik, pemikiran, emosi, maupun sosial-nya. Masa ini adalah masa di mana anak-anak belajar banyak hal baru, seperti berbicara, berjalan, mengenali orang sekitar, warna, angka, serta belajar berinteraksi dengan orang lain (Susanto 2021). Pada usia dini, anak-anak sangat peka terhadap lingkungan sekitar, dan apa yang mereka alami serta pelajari akan mempengaruhi perkembangan mereka di masa akan datang. Oleh karena itu, pendidikan dan juga perhatian yang baik pada usia dini sangatlah penting untuk mendukung perkembangan optimal mereka. Selaras dengan pernyataan National Assotiation for The Education Young Children (NAEYC) bahwa anak usia dini merupakan anak yang berada pada usia nol sampai dengan delapan tahun. Masa tersebut merupakan proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek dalam rentang kehidupan manusia. Berbeda halnya dengan subdirektorat: Pendidikan anak usia dini yang membatasi pengertian istilah usia dini itu pada anak usia 0-6 tahun, yakni hingga anak menyelesaikan masa taman kanak-kanak (Fitri and Setiawati 2024). Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak yang masih dalam pengasuhan orang tua, anak-anak yang berada dalam taman penitipan anak (TPA), kelompok bermain (KB), dan taman kanak-kanak (TK) tergolong berusia dini.

Terdapat enam kemampuan dasar yang perlu dikembangkan untuk membentuk fondasi kuat bagi anak usia taman kanak-kanak, yaitu perkembangan agama dan moral, fisik motorik, kognitif, sosial-emosional, bahasa, dan seni (Candra et al. 2023). Fokus penelitian ini ialah pada aspek motorik kasar, yaitu keterampilan fisik yang melibatkan penggunaan otot-otot besar dan sangat berperan dalam perkembangan fisik, kognitif, serta sosial anak. Motorik kasar mencakup kekuatan, daya tahan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan dalam mengendalikan gerakan tubuh. Periode prasekolah merupakan masa paling cepat bagi anak dalam mengembangkan keterampilan ini, sehingga stimulasi yang tepat perlu diberikan sejak usia dini (Djuanda and Adipura 2020). Aktivitas fisik seperti bermain, berlari, melompat, atau permainan tradisional menjadi sarana efektif untuk melatih otot-otot besar, meningkatkan kebugaran, sekaligus menumbuhkan rasa bahagia dan percaya diri pada

anak. Melalui kegiatan bermain yang menyenangkan, anak tidak hanya memperoleh pengalaman fisik, tetapi juga belajar berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungannya secara optimal.

Gerakan senam irama yang menggunakan musik melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerakan fisik yang teratur serta koordinasi antara gerakan tubuh dan musik, namun senam dilakukan dengan gerakan-gerakan tertentu sesuai dengan kategori dan karakter senam yang dikreasikan sehingga menyenangkan dan memberikan kebugaran bagi peserta didik. Senam kreasi ialah senam yang diciptakan dan diwujudkan dari kreatifitas pencipta senam dengan memasukkan unsur olahraga dan unsur-unsur lain seperti unsur budaya dan unsur tari. Melalui senam kreasi ini anak-anak dapat menggerakkan seluruh anggota tubuhnya dan juga dapat mengenal berbagai irama dan unsur budaya daerah (Kusumaulidia, Kurniawaty, and Widyastuti 2024).

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di TKN Pembina Syamtalira Bayu bahwa terdapat 12 orang anak pada kategori Mulai Berkembang (MB), dan 6 orang anak pada kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan total ada 18 orang anak yang akan diteliti. Adapun kondisi awal di TKN Pembina Syamtalira Bayu, kegiatan senam yang dilakukan bersama anak-anak masih dilakukan secara konvensional, yaitu dengan cara menirukan gerakan guru secara langsung di depan kelas. Fenomena ini menarik perhatian peneliti karena dalam praktiknya, tidak semua anak mampu menirukan gerakan dengan baik dan benar. Beberapa anak terlihat bingung, gerakannya lambat, bahkan ada yang hanya berdiri tanpa bergerak karena tidak memahami arahan guru. Kurangnya variasi dan tampilan visual yang menarik juga membuat anak-anak mudah bosan dan kurang semangat saat mengikuti kegiatan senam. Hal ini menjadi perhatian khusus karena kegiatan fisik seperti senam sangat penting untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar pada usia dini (Panggung Sutapa, Suharjana, 2019).

Berdasarkan kondisi tersebut, terlihat bahwa kegiatan senam yang dilakukan belum sepenuhnya mampu menstimulasi perkembangan motorik kasar anak secara optimal. Metode menirukan gerakan guru secara langsung kurang efektif untuk menjangkau seluruh kebutuhan belajar anak, khususnya yang membutuhkan bantuan visual yang lebih jelas, menarik, dan berulang. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu mencari alternatif media yang dapat membantu meningkatkan keefektifan kegiatan senam. Adapun media yang dipilih adalah video, karena dianggap mampu menyajikan gerakan senam secara konsisten, berirama, dan dapat diputar ulang sesuai kebutuhan anak. Dengan begitu, diharapkan penggunaan video dalam senam kreasi dapat menjadi cara yang lebih efektif untuk memperkuat kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK tersebut.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif (Rusli 2021). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman mendalam terhadap efektivitas senam kreasi melalui video dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. Penelitian dilaksanakan di TK Negeri Pembina Syamtalira Bayu dengan subjek 18 anak dan 3 guru kelas sebagai narasumber. Guru berperan sebagai mitra penelitian yang membantu dalam pelaksanaan kegiatan, mengamati perkembangan anak, serta memberikan penilaian terhadap efektivitas media video.

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk melihat kemampuan motorik kasar anak selama kegiatan senam berlangsung, observasi dilakukan secara langsung pada saat kegiatan berlangsung dengan tujuan memperoleh data faktual mengenai kemampuan motorik kasar anak ketika mengikuti rangkaian gerakan senam yang ditampilkan dalam video. Lembar observasi digunakan untuk menilai keterampilan motorik kasar anak usia 5-6 tahun berdasarkan aspek-aspek gerak tubuh yang tampak selama kegiatan. Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi pendukung dari guru, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai bukti pelaksanaan kegiatan (Nurfajriani et al. 2024). Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sehingga diperoleh gambaran yang jelas tentang efektivitas senam kreasi melalui video terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Dalam penelitian ini, indikator motorik kasar yang diamati difokuskan pada kemampuan anak dalam melakukan gerakan senam yang melibatkan otot besar. (Permendiknas RI Nomor 137 Tahun 2014) Indikator motorik kasar yang menjadi perhatian dalam penelitian ini ialah: (1) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelincahan, keseimbangan, dan kelenturan melalui gerakan tubuh yang sistematis, (2) melakukan koordinasi gerakan mata-kaki, tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam, (3) melakukan permainan fisik dengan aturan, (4) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di TK Negeri Pembina Syamtalira Bayu, Kecamatan Syamtalira Bayu, Kabupaten Aceh Utara. Peneliti memperoleh data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai bukti pelaksanaan kegiatan senam kreasi melalui video. Penelitian ini berlangsung selama tiga hari, mulai 31 Mei hingga 3 Juni 2025, dengan melibatkan 18 anak kelompok usia 5–6 tahun sebagai peserta kegiatan serta kepala sekolah dan tiga orang guru sebagai

narasumber yaitu: Ibu Ernawati, S. Pd selaku kepala sekolah, Ibu Nitta Fastarina, S. Pd, Ibu Rosmi, S. Pd, dan Ibu Siti Maryam, S. Pd sebagai narasumber utama.

Berdasarkan observasi awal, sebagian besar anak masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan senam secara terkoordinasi. Anak terlihat kurang fokus, mudah bosan, dan kurang antusias ketika kegiatan dilakukan secara konvensional (menirukan gerakan guru tanpa media pendukung). Adapun hasil observasi awal perkembangan motorik kasar anak disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1: Kategori perkembangan pada anak

Kategori Perkembangan	Jumlah Anak
Belum Berkembang (BB)	0 anak
Mulai Berkembang (MB)	12 anak
Berkembang Sesuai Harapan (BSH)	6 anak
Berkembang Sangat Baik (BSB)	0 anak

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas anak masih berada pada kategori Mulai Berkembang (MB), sehingga diperlukan inovasi pembelajaran yang lebih menarik dan efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar. Kegiatan senam kreasi dilaksanakan dengan memanfaatkan media video yang menampilkan gerakan secara sistematis, disertai musik yang menarik, warna yang cerah, serta tempo gerakan yang stabil. Video diputar menggunakan perangkat proyektor sehingga dapat dilihat secara jelas oleh seluruh anak.

Berdasarkan observasi selama kegiatan berlangsung, terjadi peningkatan yang signifikan pada aspek koordinasi, keseimbangan, dan kelenturan gerak anak. Anak terlihat: (1) Lebih fokus memperhatikan instruksi visual, (2) Mampu mengikuti urutan gerakan secara berurutan, (3) Lebih cepat merespons perubahan tempo dan arah gerakan, (4) Menggunakan tangan kanan dan kiri secara lebih seimbang. Secara umum, anak menunjukkan peningkatan refleks motorik kasar, terutama dalam kemampuan mengikuti ritme dan menyesuaikan posisi tubuh dengan contoh gerakan pada video.

Hasil wawancara penelitian dengan tiga guru kelas menunjukkan bahwa, penggunaan media video dalam kegiatan senam kreasi dinilai efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar, fokus dan keterlibatan anak. Para guru menyatakan bahwa tampilan visual yang jelas serta iringan musik yang menarik membantu anak memahami gerakan secara lebih sistematis. Salah satu guru menyatakan: "Anak-anak terlihat lebih fokus ketika menggunakan video karena gerakannya jelas dan bisa diikuti secara berulang." (G1, 2025). Guru lain menambahkan: "Media video membuat anak lebih antusias dan tidak cepat bosan saat mengikuti kegiatan senam." (G2, 2025). Selain itu, guru

juga menyampaikan bahwa penggunaan video membantu anak memahami aturan permainan dan urutan gerakan tanpa memerlukan banyak instruksi dari guru: “Dengan adanya contoh gerakan di video, anak lebih mudah meniru dan mengikuti arahan tanpa harus dijelaskan berulang-ulang.” (G3, 2025).

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa media video tidak hanya meningkatkan fokus dan motivasi anak, tetapi juga membantu memperkuat koordinasi gerak tubuh serta keseimbangan penggunaan tangan kanan dan kiri secara lebih optimal. Selain itu, anak-anak juga menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengikuti urutan gerakan senam secara tepat. Meskipun beberapa anak masih membutuhkan bimbingan di awal, sebagian besar mampu mengikuti alur gerakan dengan lancar. Video juga dinilai efektif membantu anak menyamakan arah gerak tubuh sesuai instruksi visual. Walaupun tidak semua anak dapat meniru dengan sempurna, kegiatan ini tetap memberi dampak positif terhadap koordinasi dan kelenturan otot besar mereka.

Guru juga mengakui bahwa media video sangat efektif dalam menyampaikan aturan permainan senam. Anak dapat melihat langsung contoh gerakan yang benar, memahami aturan yang berlaku, dan menirukannya tanpa perlu banyak arahan. Selain itu, video membantu anak melatih keterampilan tangan kanan dan kiri secara seimbang, karena gerakan-gerakan yang ditampilkan mendorong anak menggunakan kedua sisi tubuh secara bergantian dan bersamaan.

Hasil observasi lapangan menunjukkan bahwa anak-anak terlihat antusias, aktif, dan bersemangat saat mengikuti kegiatan. Mereka cepat merespons instruksi gerakan dari video tanpa harus menunggu penjelasan ulang dari guru. Perubahan ini menandakan adanya peningkatan refleks motorik kasar anak. Kombinasi antara visualisasi yang jelas, iringan musik yang sesuai, dan tempo yang stabil membantu anak memahami posisi tubuh dan ritme gerakan dengan lebih baik.

Selain hasil wawancara dan observasi, dokumentasi kegiatan memperkuat temuan penelitian ini. Foto-foto kegiatan memperlihatkan ekspresi ceria anak-anak yang menikmati proses senam, bergerak aktif mengikuti irama musik, serta menunjukkan koordinasi tubuh yang semakin baik. Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa senam kreasi melalui video efektif dalam meningkatkan aspek motorik kasar anak usia 5–6 tahun, karena mampu memadukan unsur visual, auditori, dan kinestetik dalam suasana belajar yang menyenangkan, interaktif, dan penuh motivasi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kegiatan senam kreasi melalui media video terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun di TK Negeri Pembina Syamtalira Bayu. Penggunaan media video memberi pengaruh nyata terhadap peningkatan fokus, partisipasi, serta koordinasi gerak anak selama kegiatan berlangsung. Sebelum penggunaan video, guru hanya memandu senam secara langsung di depan anak. Meskipun kegiatan ini rutin dilakukan, namun kurang bervariasi dan sering kali tidak mampu mempertahankan perhatian anak, terutama bagi mereka yang cepat bosan atau mudah terdistraksi. Setelah media video diperkenalkan, terjadi peningkatan antusiasme dan keterlibatan anak yang signifikan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Candra et al. (2023) yang menjelaskan bahwa pendidikan jasmani yang dirancang sesuai karakteristik perkembangan anak mampu meningkatkan koordinasi gerak, keseimbangan, serta kelincahan tubuh secara bertahap. Aktivitas fisik yang diberikan secara sistematis dan menarik akan membantu anak mengembangkan keterampilan motorik secara optimal. Selain itu, Djuanda dan Adipura (2020) juga menemukan bahwa kegiatan motorik melalui permainan lempar tangkap bola terbukti meningkatkan kemampuan koordinasi tangan dan mata, keseimbangan, serta respons gerak anak. Aktivitas gerak yang dilakukan secara aktif dan berulang memberikan stimulasi yang efektif terhadap perkembangan motorik kasar.

Sejalan dengan itu, penelitian Dwi Kusumaulidia et al. (2024) menunjukkan bahwa permainan tradisional seperti engklek mampu meningkatkan kelincahan, keseimbangan, serta kepercayaan diri anak usia 5–6 tahun. Aktivitas gerak yang menyenangkan dan melibatkan seluruh anggota tubuh terbukti membantu anak mengembangkan kontrol gerak secara lebih optimal. Berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut yang lebih menekankan pada permainan fisik secara langsung, penelitian ini menghadirkan inovasi melalui penggunaan media video sebagai stimulus visual dan auditori yang terstruktur. Video tidak hanya menyajikan contoh gerakan, tetapi juga menghadirkan unsur ritme, warna, dan pengulangan yang konsisten, sehingga anak memperoleh model gerak yang lebih jelas dan mudah ditiru.

Dari hasil wawancara dengan guru kelas, yaitu Ibu Nitta Fastarina, S.Pd, Ibu Siti Maryam, S.Pd, dan Ibu Rosmi, S.Pd, diperoleh informasi bahwa video senam menampilkan gerakan dengan jelas dan menarik, disertai perpaduan warna, musik, serta tempo yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Hal ini membuat anak lebih fokus, termotivasi, dan bersemangat untuk mengikuti setiap gerakan. Video juga membantu anak melatih koordinasi tangan, kaki, dan tubuh secara seimbang, meningkatkan kelenturan otot, serta mengurangi kekakuan jari-jari tangan. Dengan demikian, kegiatan senam melalui video tidak hanya berfungsi sebagai hiburan visual, tetapi juga sebagai alat bantu pembelajaran fisik yang efektif dan menyenangkan.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Elfiadi dan Desiva Munasti (2022) yang menyatakan bahwa kegiatan senam kreasi mampu meningkatkan koordinasi serta kelenturan motorik kasar anak apabila dilakukan secara rutin dan menyenangkan. Dengan demikian, penggunaan media video dalam penelitian ini semakin memperkuat temuan sebelumnya karena memadukan unsur visual, auditori, dan kinestetik secara terpadu dalam satu kegiatan pembelajaran.

Setelah dari hasil wawancara, temuan ini diperkuat melalui observasi langsung selama kegiatan senam berlangsung. Anak-anak terlihat sangat antusias, semangat mengikuti setiap gerakan yang ada di video, bahkan ketika gerakan tampak sedikit sulit atau menantang. Mereka tetap ingin mencoba walaupun masih ada anak yang belum sempurna dalam gerakannya. Dalam proses ini, anak tidak hanya melatih kemampuan fisik seperti keseimbangan, kelincahan, atau koordinasi gerak otot besar, tetapi juga membangun karakter seperti percaya diri, fokus, dan pantang menyerah. Anak-anak terlihat senang meskipun berkeringat, dan banyak dari mereka yang senang dan ceria dengan kegiatan ini. Ini menunjukkan bahwa kegiatan senam kreasi melalui video bukan hanya menstimulasi motorik kasar secara fisik, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang positif dan menyenangkan bagi anak.

Keaktifan anak juga dapat dilihat dari dokumentasi yang diambil selama proses pelaksanaan kegiatan senam kreasi melalui video. Foto-foto yang memperlihatkan bagaimana anak mengikuti kegiatan dengan ekspresi bahagia dan gerakan yang teratur. Gerakan anak yang awalnya masih kaku dan belum terarah, perlahan menjadi lebih selaras dengan irama musik dan arahan dalam video. Dokumentasi ini juga menunjukkan adanya perkembangan si anak, dimana anak menjadi lebih terampil dalam menirukan gerakan, walaupun masih juga ada anak yang belum sesuai, belum sempurna gerakannya. Mereka juga lebih kompak saat bergerak dan tampak lebih percaya diri saat mengikuti alur video senam kreasi yang ditampilkan. Dari bukti visual tersebut, terlihat bahwa kegiatan senam kreasi melalui video tidak hanya menyenangkan, tetapi juga membawa dampak positif yang konkret terhadap perkembangan fisik anak, khususnya kemampuan motorik kasar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sejalan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang menekankan pada belajar sambil bermain dan bergerak aktif. Media video berperan penting dalam menciptakan pengalaman belajar yang konkret, menarik, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Namun, efektivitas kegiatan ini juga bergantung pada peran aktif guru dalam mendampingi, memberikan contoh, dan memastikan keamanan selama kegiatan berlangsung. Guru berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan anak agar dapat menirukan gerakan dengan benar dan tetap semangat dalam beraktivitas.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa senam kreasi melalui media video merupakan metode yang efektif, inovatif, dan menyenangkan dalam mengembangkan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. Media ini tidak hanya memperkuat kemampuan koordinasi dan keseimbangan tubuh, tetapi juga membangun kepercayaan diri, fokus, serta motivasi anak untuk aktif bergerak. Keberhasilan kegiatan ini dipengaruhi oleh kombinasi antara tampilan video yang menarik, musik yang mendukung, dan bimbingan guru yang interaktif, sehingga mampu menciptakan pembelajaran fisik yang bermakna pada masa perkembangan emas anak usia dini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di TKN Pembina Syamtalira Bayu, dapat disimpulkan bahwa senam kreasi melalui video terbukti efektif dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. Media video memberikan stimulus visual yang menarik sehingga meningkatkan fokus, partisipasi, dan antusiasme anak, serta memudahkan mereka memahami gerakan melalui pengulangan. Anak-anak mampu menirukan sebagian besar gerakan senam dan menunjukkan peningkatan bertahap pada koordinasi, keseimbangan, kelincahan, serta kekuatan otot besar.

Efektivitas tersebut menunjukkan bahwa media video dapat menjadi alternatif inovatif dalam pembelajaran fisik di PAUD karena mampu menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan dibandingkan metode konvensional. Secara praktis, guru dapat memanfaatkan media video sebagai sarana pendukung kegiatan motorik untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan anak. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan pada durasi pelaksanaan yang relatif singkat dan jumlah subjek yang terbatas pada satu lembaga, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan dilakukan dengan waktu yang lebih panjang dan cakupan subjek yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

Daftar Rujukan

- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, R., Cahyono, D., Sukmawati, E., & Cs, A. (2023). Peran pendidikan jasmani dalam pengembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2538–2546.
- Djuanda, I., & Adipura, P. (2020). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui bermain lempar tangkap bola. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 19(2), 265–274.
- Fitri, H., & Setiawati, E. (2024). Menumbuhkan sikap dermawan pada anak usia dini melalui kegiatan makan bersama. *JPP (Jurnal Pendidikan dan Pengajaran) Setia Budhi*, 9(1), 36–45.

- Kusumaulidia, A. D., Kurniawaty, L., & Widyastuti, A. (2024). Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia 5–6 tahun melalui permainan tradisional engklek di TK Islam Maulidia. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(4), 16.
- Nurfajriani, W. V., Ilhami, M. W., Mahendra, A., Afgani, M. W., & Sirodj, R. A. (2024). Triangulasi data dalam analisis data kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833.
- Nurhayati, R. (2020). Pendidikan anak usia dini menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 dan sistem pendidikan Islam. *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, 57–87.
- Rusli, M. (2021). Merancang penelitian kualitatif dasar/deskriptif dan studi kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 2(1), 48–60.
- Susanto, A. (2021). *Pendidikan anak usia dini: Konsep dan teori*. Bumi Aksara.
- Sutapa, P., & Suharjana, S. (2019). Improving gross motor skills by gross kinaesthetic-and contemporary-based physical activity in early childhood. *Cakrawala Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 38(3), 540–551