

## PENINGKATAN KETERAMPILAN GURU RAUDHATUL ATHFAL DALAM MENCIPTAKAN SENAM KREASI MELALUI PROGRAM PELATIHAN

Moh. Anas Syamsudin<sup>1)</sup>, Viena Wanidha Andriani<sup>2)</sup>  
Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng (IAIIG) Banyuwangi, Indonesia  
e-mail: [anassyam10@gmail.com](mailto:anassyam10@gmail.com)

### ABSTRAK

Senam sudah menjadi kegiatan rutin yang dilakukan oleh guru dan anak di tingkat lembaga PAUD. Kegiatan senam yang melekat dengan dunia PAUD tidak jarang juga sampai dibuatkan ajang perlombaan. Perlombaan senam untuk anak usia dini biasanya bersifat kreasi, yaitu guru ataupun siswa diarahkan untuk membuat gerakan senam berdasarkan kreasinya. Namun kebanyakan guru hanya meniru gerakan senam yang sudah ada tanpa mampu menciptakan sendiri. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan Agustus tahun 2023 di lokasi lomba senam kreasi untuk anak RA di Kecamatan Tegaldlimo Banyuwangi, dari 7 Lembaga RA yang mengikuti, hampir semuanya memakai gerakan senam yang sudah ada. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan keterampilan guru RA di Kecamatan Tegaldlimo Banyuwangi dalam menciptakan dan mengimplementasikan senam kreasi yang menarik dan bermanfaat bagi anak-anak usia dini. Metode yang digunakan dalam PKM ini adalah *service learning*. Hasil dari kegiatan PKM ini adalah meningkatnya keterampilan guru RA di Kecamatan Tegaldlimo Banyuwangi dalam menciptakan senam kreasi untuk anak usia dini. Peningkatan keterampilan guru ini dapat dilihat dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* berdasarkan 3 indikator yaitu, 1) pemahaman konseptual dengan nilai rata-rata *pretest* sebesar 13,08 dan *posttest* sebesar 35,38. 2) mengkomposisikan musik dengan nilai rata-rata *pretest* sebesar 1,58 dan *posttest* sebesar 2,58. 3) menciptakan gerakan senam dengan nilai rata-rata *pretest* sebesar 1,16 dan *posttest* sebesar 2,84. Adapun keberlanjutan dari program PKM ini adalah guru RA di Kecamatan Tegaldlimo Banyuwangi diajak untuk membuat video senam yang mereka ciptakan sendiri dan mengaplikasikannya pada kegiatan pembelajaran di lembaganya masing-masing

**KATA KUNCI:** *Musik, Senam, Keterampilan Guru, Senam Kreasi, Perlombaan, Anak Usia Dini.*

### ABSTRACT

*Gymnastics has become a routine activity carried out by teachers and children at the PAUD institution. Gymnastics activities that are attached to PAUD often lead to competitions. Gymnastics competitions for early childhood are usually creative, that is, teachers or students are directed to create gymnastic*

*movements based on their creations. However, most teachers only imitate existing gymnastics movements without being able to create their own. Based on the results of the observations carried out in August 2023 at the location of the creative gymnastics competition for RA children in Tegaldlimo Banyuwangi District, 7 of RA Institutions that took part, almost all of them used existing gymnastics movements. The aim of this community service (PKM) is to improve the skills of RA teachers in Tegaldlimo Banyuwangi District in creating and implementing creative exercises that are interesting and beneficial for young children. The method used in PKM is service learning. The result of this PKM activity is the increase of RA teachers' skill in creating gymnastics creations for early childhood in Tegaldlimo Banyuwangi District. This improvement in teacher skills can be seen from the results of the pretest and posttest scores based on 3 indicators, namely, 1) understanding the concepts with an average pretest score of 13.08 and posttest of 35.38. 2) composing the music with an average pretest score of 1.58 and posttest of 2.58. 3) creating the gymnastic movements with an average pretest score of 1.16 and posttest of 2.84. The intention of this PKM program is inviting the RA teachers in Tegaldlimo District, Banyuwangi, to make exercise videos that are created by themselves and apply it to learning activities in their respective institutions.*

**KEYWORDS:** *Music, Gymnastics, Teacher Skills, Creative Gymnastics, Competitions, Early Childhood.*

Received: June 02 2024	Revision: September 10 2024	Publication: October 13 2024
---------------------------	--------------------------------	---------------------------------

## **PENDAHULUAN**

Tahap anak usia dini merupakan tahap awal yang krusial dalam perkembangan manusia (Black et al., 2017; Bodrova & Leong, 2024; Britto et al., 2017). Guru-guru di tingkat pendidikan anak usia dini (PAUD) memiliki peran penting dalam membentuk dasar pendidikan yang kuat bagi anak-anak di usia dini. Untuk mewujudkan tujuan pendidikan anak usia dini yang sesuai dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA), maka guru PAUD memiliki begitu banyak peran yang harus dijalankannya, yaitu peran sebagai pendidik, pembina, pembimbing, pelatih, penasehat, peneliti, pribadi, pendorong kreativitas, aktor, emansipator, evaluator, dan pengawet (Angkur, 2020). Baiknya pendidikan pada jenjang PAUD akan mempengaruhi kualitas perkembangan anak sehingga akan berdampak pada jenjang pendidikan dan usia selanjutnya. Usia dini merupakan periode yang sangat krusial bagi seorang anak, khususnya pada aspek perkembangannya karena sangat berpengaruh terhadap periode berikutnya hingga masa dewasanya (Bell & Harper, 2020; Rachmah et al., 2022; Sawyer et al., 2018).

Montesori dalam (Nasution, 2017) menyebut masa usia dini sebagai masa peka dimana anak telah siap menerima berbagai rangsangan dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan dimensi pada profil pelajar pancasila yang termuat dalam kurikulum merdeka, terdapat aspek motorik kasar yang harus dikembangkan dalam diri anak usia dini. Motorik kasar akan berkaitan dan mempengaruhi aspek perkembangan yang lain sehingga perkembangan anak harus dipandang secara terpadu. Pengembangan aspek yang dimiliki oleh anak bersifat sistematis, progresif dan bersifat kesinambungan antara aspek satu dengan aspek yang lain. Hal ini berarti kemajuan perkembangan satu aspek akan mempengaruhi aspek perkembangan lainnya (Saripudin, 2019). Perkembangan anak pada fase awal terbagi menjadi 4 aspek kemampuan fungsional, yaitu motorik kasar, motorik halus dan penglihatan, berbicara dan bahasa, serta sosial emosi dan perilaku. Jika terjadi kekurangan pada salah satu aspek kemampuan tersebut dapat mempengaruhi perkembangan aspek yang lain. Motorik kasar selalu dikaitkan dengan gerak aktif yang juga berkaitan dengan kesehatan terutama isu obesitas yang semakin banyak. Latar Belakang Obesitas dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan energi dengan pengeluaran energi. Faktor yang berperan dalam menentukan status gizi anak adalah pola makan dan aktivitas fisik. Kurangnya aktivitas fisik dan tidak seimbangnya asupan makan dapat menyebabkan anak mengalami obesitas (Anggraini & Mexitalia, 2014). Mengingat fakta bahwa gerak aktif pada anak usia dini di era digital semakin terbatas, maka perlu usaha yang kreatif dan inovatif untuk membuat anak mau dan senang untuk bergerak aktif.

Senam telah terbukti menjadi aktivitas yang efektif dalam membuat anak bergerak aktif secara menyenangkan dan tentunya akan meningkatkan keterampilan motorik kasar anak-anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Iswatiningrum & Sutapa, 2022) tentang pengaruh 2 jenis senam yaitu senam Si Buyung dan Irama Ceria terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini diperoleh hasil bahwa bahwa latihan 2 senam tersebut dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Hal ini berimplikasi bahwa guru dapat menggunakan senam Si Buyung dan senam Irama Ceria untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.

Senam sudah menjadi kegiatan rutin yang dilakukan oleh guru di tingkat lembaga PAUD. Kegiatan senam biasanya dilakukan pagi hari sebelum anak-anak masuk ke pembelajaran intrakulikuler. Masing-masing lembaga PAUD memiliki jadwal tersendiri dalam pengadaan kegiatan senam. Mengingat akan pentingnya kegiatan senam bagi anak, maka sudah banyak bentuk senam yang diciptakan khusus untuk anak usia dini. Kegiatan senam yang melekat dengan dunia PAUD

tidak jarang juga sampai dibuatkan ajang perlombaan. Perlombaan senam untuk anak usia dini biasanya bersifat kreasi, yaitu guru diarahkan untuk membuat gerakan senam berdasarkan kreasinya.

Proses penciptaan senam yang original dan baik akan membutuhkan persiapan yang matang. Terlebih senam untuk anak usia dini harus memenuhi beberapa unsur yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Terdapat beberapan unsur senam yang juga tidak boleh ditinggalkan dalam proses penciptaan senam. Dengan hal tersebut, maka mayoritas guru lebih memilih untuk mencontoh gerakan senam dari pada menciptakan. Di satu sisi tindakan mencontoh akan mempermudah guru, namun di sisi lain terlalu sering mencontoh gerakan senam yang sudah ada, akan membuat guru tidak memiliki kreativitas dalam menciptakan senam.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan Agustus tahun 2023 di lokasi lomba senam kreasi untuk anak RA di Kecamatan Tegaldlimo, dari 7 Lembaga RA yang mengikuti, hampir semuanya memakai gerakan senam yang sudah ada. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru pendamping senam, didapatkan kesimpulan bahwa para guru RA di Kecamatan Tegaldlimo masih menghadapi tantangan dalam menciptakan dan mengimplementasikan senam kreasi yang menarik dan bermanfaat bagi anak-anak usia dini. Wawancara yang dilakukan kepada juri perlombaan juga menghasilkan sebuah kesimpulan bahwa semua peserta lomba hanya menampilkan gerakan senam yang sudah ada, padahal harapan dari perlombaan ini adalah munculnya senam-senam baru kreasi dari guru-guru RA di Kecamatan Tegaldlimo. Berdasarkan fakta tersebut maka perlu sebuah solusi alternatif untuk mengatasi tantangan ini, metode *service learning* dapat menjadi solusi yang efektif.

Sudah banyak pelatihan senam yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan para calon instruktur senam. Program pelatihan yang dilakukan oleh (Puspitorini & Widyaningsih, 2023) yang melatih senam kreasi level *intermediate* bagi para anggota penggerak olahraga di Kecamatan Pulogadung Jakarta Timur. Dari hasil program pelatihan yang dilakukan, para anggota penggerak olahraga semakin memiliki keterampilan dalam memvariasikan gerakan senam *intermediate*.

Program pelatihan senam yang sudah pernah dilakukan bukan hanya untuk masyarakat saja, namun juga untuk para praktisi dibidang pendidikan. Pelatihan senam yang dilakukan oleh (Indrayana & Murniati, 2021) yang melatih para guru olahraga di kota Jambi tentang senam kreasi. Dari hasil program pelatihan yang sudah dilakukan, para angora guru olahraga yang tergabung dalam Kelompok

Kerja Guru Olahraga (KKGOR) kota Jambi semakin memiliki kreatifitas dalam mengkreasikan rangkaian senam yang dapat dipakai sebagai bahan ajar disekolah masing-masing. Pelatihan senam bagi para guru juga sudah pernah dilakukan oleh (Primayanti et al., 2022) yang melatih para guru pendidikan jasmani sekolah dasar di kecamatan Masbagik Lombok Timur tentang senam olahraga tradisional. Dari pelatihan yang dilakukan diperoleh hasil bahwa Guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Kecamatan Masbagik Lombok Timur semakin mempunyai keterampilan dalam mengembangkan desain maupun media permainan tradisional yang dikemas dalam sebuah gerakan berupa senam permainan tradisional. Selain itu Guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Kecamatan Masbagik Lombok Timur juga semakin mampu dalam mempraktekan dan mensosialisasikan lebih lanjut senam olahraga tradisional kepada siswa dan masyarakat yang lebih luas di lingkungan sekitar.

Program pelatihan senam juga sudah pernah dilakukan kepada guru-guru PAUD di beberapa wilayah. Program pelatihan senam yang sudah dilakukan oleh (Cahyati & Islami, 2022) yang melakukan pelatihan kepada guru PAUD di Kecamatan Kuningan tentang senam Pinguin. Program pelatihan senam penguin tersebut menghasilkan dampak meningkatnya kompetensi guru dalam bidang stimulasi motorik kasar anak usia dini dengan cara menciptakan, mengembangkan dan mengimplementasikan senam penguin.

Pelatihan kepada guru PAUD tentang senam yang sudah pernah dilakukan, tidak hanya berfokus pada pengembangan motorik kasar dan keterampilan guru untuk menjadi instruktur senam di sekolah. Program pelatihan yang sudah dilakukan oleh (Dinata et al., 2020) tentang pelatihan senam *Middle Aerobik* bagi guru PAUD di Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung dengan tujuan utama yaitu menghasilkan instruktur senam middle aerobic dari kalangan guru PAUD di Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung yang diharapkan akan berdampak bagi kesehatan masyarakat dan penghasilan tambahan bagi guru-guru PAUD disana. Adapun hasil dari program pelatihan senam middle aerobic ini adalah meningkatnya keterampilan praktek senam *middle aerobik*, yang dilihat dari hasil rata-rata tes awal 64,2 menjadi 78.4 dan dikategorikan “baik sekali”. Selain itu juga terjadi peningkatan tentang pemahaman teori senam middle aerobic dengan melihat peningkatan hasil rata-rata tes awal 63,1 menjadi 78,2 dan dikategorikan “baik sekali”. Fokus program pelatihan senam yang tidak hanya berkuat pada pengembangan motorik kasar anak usia dini sudah pernah dilakukan oleh (Rohmah et al., 2018) yang melakukan program pelatihan bagi guru KB dan TK Khalifah Centre tentang senam irama berbahasa inggris. Program pelatihan ini tidak hanya

berfokus pada upaya guru untuk menstimulasi motorik kasar anak, namun juga pada ranah pengembangan bahasa Inggris anak. Program pelatihan ini menghasilkan target luaran berupa pengetahuan tentang senam irama Berbahasa Inggris. Selain itu juga menghasilkan produk berupa CD video senam irama Berbahasa yang bisa guru gunakan pada kegiatan senam yang biasanya dilakukan setiap hari jumat sehingga aktivitas senam yang dilakukan bisa bervariasi.

Berdasarkan pengabdian yang telah dilakukan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa senam sudah banyak dilatihkan baik kepada kalangan masyarakat maupun kepada guru. Dari setiap program pelatihan yang sudah dijabarkan diatas selalu berhasil membawa dampak perubahan bagi pengetahuan, kreativitas dan kemampuan para guru untuk menjadi instruktur senam. Berkaitan dengan program pengabdian yang akan dilaksanakan, tentu harus ada sebuah pembaruan dari program-program pelatihan senam yang pernah dilakukan sebelumnya.

Jika dibandingkan dengan program pelatihan senam yang dilakukan oleh (Puspitorini & Widyaningsih, 2023), (Indrayana & Murniati, 2021), (Primayanti et al., 2022) dan (Dinata et al., 2020) mereka lebih menitik beratkan pelatihan bagi para instruktur senam yang berdampak bagi peningkatan aktifitas fisik usia yang lebih tinggi, yaitu mulai usia sekolah dasar hingga dewasa keatas, sedangkan fokus dari pengabdian yang akan dilakukan yaitu pelatihan senam bagi para instruktur yang akan berdampak bagi peningkatan aktifitas fisik anak usia dini.

Kemudian jika dibandingkan dengan program pelatihan senam yang dilakukan oleh (Cahyati & Islami, 2022) mereka lebih menitik beratkan pada program pelatihan satu jenis senam kepada guru PAUD, sedangkan program pelatihan senam yang akan dilakukan akan menitik beratkan pada penciptaan senam yang komposisi musik dan gerakan dibuat oleh guru sendiri. Terdapat satu pelatihan yang menitik beratkan pada penciptaan senam, yaitu pelatihan yang dilakukan oleh (Rohmah et al., 2018) namun fokus dari ranah pengembangannya bukan hanya pada aktifitas fisik saja tetapi juga pada ranah bahasa. Sedangkan pada program pelatihan senam yang akan dilakukan akan berfokus pada peningkatan kemampuan guru dalam menjadi instruktur senam dalam menstimulasi gerak aktif pada anak usia dini.

Metode *service learning* menggabungkan pembelajaran dengan pelayanan masyarakat, dimana hasil yang diinginkan adalah meningkatnya sebuah kualitas dari masyarakat tersebut. Dalam konteks ini, melalui pelatihan senam kreasi bagi guru RA dengan metode *service learning*, Guru RA di Kecamatan Tegaldlimo dapat meningkatkan keterampilan mereka dalam menciptakan dan

mengimplementasikan senam kreasi yang menarik dan bermanfaat bagi anak-anak usia dini. Dengan meningkatnya keterampilan guru RA dalam senam kreasi, diharapkan mereka dapat memberikan pendidikan yang lebih berkualitas dan menyenangkan bagi anak-anak usia dini di Kecamatan Tegaldlimo. Dengan demikian, latar belakang ini mendasari perlunya implementasi metode *service learning* dalam pelatihan guru RA di Kecamatan Tegaldlimo dalam menciptakan senam kreasi anak usia dini.

### **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat tentang pelatihan senam kreasi untuk Guru RA di Kecamatan Tegaldlimo menggunakan metode *Service Learning*. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam program pengabdian ini adalah observasi, wawancara, dokumentasi dan tes. Observasi yang digunakan adalah observasi langsung, dimana pengabdian secara langsung mengunjungi lokasi untuk mendapatkan data. Wawancara yang digunakan dalam pengabdian ini adalah wawancara bebas terpimpin dengan membuat daftar pertanyaan utama yang kemudian bisa berkembang menjadi pertanyaan-pertanyaan lain. Dokumentasi dilakukan dengan cara melihat hasil nilai lomba senam. Sedangkan tes dilakukan dengan sistem *pretest* dan *posttest* kemudian membandingkan nilainya. Terdapat 3 indikator yang dinilai dalam program ini yaitu 1) pemahaman konseptual tentang senam kreasi, 2) kemampuan mengkomposisikan musik, 3) kemampuan menciptakan gerakan senam.

Program pengabdian ini dilaksanakan selama 3 kali pertemuan yaitu pada tanggal 27 Februari 2024, 5 dan 6 Maret 2024. Pada tanggal 27 Februari 2024 dilakukan kegiatan sosialisasi dan penyampaian materi kepada peserta pelatihan. Pada tanggal 5 Maret 2024 dilakukan pelatihan mengkomposisikan musik. Sedangkan pada tanggal 6 Maret 2024 dilakukan pelatihan membuat gerakan senam. Lokasi pelaksanaan program pengabdian ini yaitu di 3 RA yang ada di Kecamatan Tegaldlimo, yaitu RA Darul Makmur, RA Al-Firdaus, dan RA Perwanida 1 Tegaldlimo. Jumlah peserta pelatihan yaitu 13 guru RA di Kecamatan Tegaldlimo yang ditugaskan dari 7 lembaga RA. Program pengabdian masyarakat yang dilakukan memiliki tujuan utama yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Guru RA di Kecamatan Tegaldlimo dalam menciptakan senam kreasi untuk anak usia dini. Adapun *ouput* yang diharapkan adalah terciptanya senam kreasi baru karya guru-guru RA di Kecamatan Tegaldlimo.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Dampak Program Pelatihan Terhadap Pengetahuan Guru Tentang Senam Kreasi

Pelaksanaan program pelatihan penciptaan senam kreasi diawali dengan tahap penyampaian materi secara teoritis terkait senam kreasi dan proses penciptaannya. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 27 Februari 2024 di RA Darul Makmur. Untuk mengetahui peningkatan pengetahuan guru tentang senam kreasi maka sebelum penyampaian materi dilakukan *pretest* dengan cara meminta guru untuk menuliskan hal apa saja yang diketahui tentang senam kreasi. Setiap pernyataan benar akan mendapat poin 1. Setelah dilakukan *pretest* kemudian dilanjutkan dengan kegiatan penyampaian materi terkait senam kreasi. Setelah penyampaian materi selesai kemudian dilakukan *posttest* dengan meminta guru untuk menuliskan kembali hal apa saja yang diketahui tentang senam kreasi. Berikut adalah hasil dari *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 1. Nilai *Pretest* Pengetahuan Guru Tentang Senam Kreasi**

No	Nama Guru	Nilai <i>Pretest</i>
1.	Bu Nur	10
2.	Bu Ayuk	0
3.	Bu Ida	10
4.	Bu Riska	20
5.	Bu Hani	10
6.	Bu Intufatun	10
7.	Bu Asih	20
8.	Bu Vita	30
9.	Bu Farid	10
10.	Bu Fitri	20
11.	Bu Anis	10
12.	Bu Titin	10
13.	Bu Khoir	10
<b>Jumlah</b>		<b>170</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>13,08</b>

Berdasarkan tabel *pretest* di atas dapat dilihat bahwa nilai total yang diperoleh guru tentang pengetahuan senam sebesar 170. Kemudian nilai rata-ratanya sebesar 13,08. Adapun hasil nilai *posttest* dapat dilihat pada tabel dibawah ini;

**Tabel 2. Nilai *Posttest* Pengetahuan Guru Tentang Senam Kreasi**

No	Nama Guru	Nilai <i>Pretest</i>
1.	Bu Nur	20
2.	Bu Ayuk	30



3.	Bu Ida	20
4.	Bu Riska	30
5.	Bu Hani	40
6.	Bu Intufatun	40
7.	Bu Asih	50
8.	Bu Vita	60
9.	Bu Farid	20
10.	Bu Fitri	50
11.	Bu Anis	20
12.	Bu Titin	30
13.	Bu Khoir	50
<b>Jumlah</b>		<b>460</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>35,38</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa hasil nilai *posttest* sebesar 460. Kemudian nilai rata-rata pada *posttest* menjadi 35,38. Dengan demikian dapat dibuat tabel perbandingan sebagai berikut;

**Tabel 3. Nilai Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Pengetahuan Guru Tentang Senam Kreasi**

Nilai Rata-rata <i>Pretest</i>	Nilai Rata-rata <i>Posttest</i>
<b>13,08</b>	35,38

Berdasarkan tabel perbandingan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* di atas dapat dilihat bahwa nilai guru mengalami peningkatan yaitu pada nilai rata-rata *pretest* sebesar 13,08 menjadi 35,38. Hal ini dapat disimpulkan bahwa program pelatihan terhadap pengetahuan guru tentang senam kreasi memberikan dampak positif terhadap guru-guru di RA Kecamatan Tegaldlimo. Dan berikut adalah dokumentasi foto saat kegiatan penyampaian materi tentang senam kreasi anak usia dini.



**Gambar 1. Kegiatan Penyampaian Materi Tentang Senam Kreasi Anak Usia Dini**

## B. Dampak Program Pelatihan Terhadap Kemampuan Mengkomposisikan Musik

Tabel 4. Nilai *Pretest* Kemampuan Mengkomposisikan Musik

No	Nama	Indikator Kemampuan Mengkomposisikan Musik												Rata-rata	Kualifikasi			
		memilih musik yang sesuai				ketepatan memotong musik				ketepatan menyambung musik					K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	Bu Nur	v				v				v				1,33	v			
2	Bu Ayuk	v				v				v				1	v			
3	Bu Ida	v				v				v				1,33	v			
4	Bu Riska	v				v				v				2		v		
5	Bu Hani	v				v				v				2		v		
6	Bu In	v				v				v				1	v			
7	Bu Asih	v				v				v				2		v		
8	Bu Vita		v			v				v				2,33		v		
9	Bu Farid	v				v				v				1	v			
10	Bu Fitri	v				v				v				2		v		
11	Bu Anis	v				v				v				1	v			
12	Bu Titin		v			v						v		2,66			v	
13	Bu Khoir	v				v				v				1	v			
<b>Jumlah</b>														<b>20,65</b>				
<b>Nilai Rata-rata Keseluruhan</b>														<b>1,58</b>				
<b>Kualifikasi Keseluruhan</b>														<b>C</b>				

Keterampilan selanjutnya yang harus dikuasai guru dalam menciptakan senam kreasi adalah mengkomposisikan musik. Tahap pelatihan mengkomposisikan musik dilakukan pada 5 Maret 2024 di RA Al Firdaus. Sama dengan tahap sebelumnya, ditahap ini juga dilakukan *pretest* dan *posttest*. dibawah ini adalah hasil *pretest*;

Berdasarkan tabel *pretest* diatas dapat diketahui bahwa kemampuan guru dalam mengkomposisikan musik mendapat nilai rata-rata keseluruhan sebesar 1,58 dengan kualifikasi nilai C (Cukup). Setelah *pretest* selesai langkah selanjutnya guru-guru diajarkan teknik mengkomposisikan musik untuk senam kreasi. Setelah

itu diberikan *postest* dengan cara yang sama yaitu meminta guru-guru untuk mengkomposisikan berdasarkan musik yang telah disediakan. Berikut adalah hasil *postest*.

**Tabel 5. Nilai *Postest* Kemampuan Mengkomposisikan Musik**

No	Nama	Indikator Kemampuan Mengkomposisikan Musik												Rata-rata	Kualifikasi			
		memilih musik yang sesuai				ketepatan memotong musik				ketepatan menyambung musik					K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	Bu Nur			v				v				v		2,66				v
2	Bu Ayuk			v				v				v		2,66				v
3	Bu Ida			v				v				v		2,33		v		
4	Bu Riska				v			v				v		3,33				v
5	Bu Hani			v				v				v		2,33		v		
6	Bu In			v				v				v		2,33		v		
7	Bu Asih			v				v				v		3				v
8	Bu Vita				v			v				v		3,66				v
9	Bu Farid			v				v				v		2,33		v		
10	Bu Fitri			v				v				v		2		v		
11	Bu Anis			v				v				v		2		v		
12	Bu Titin				v			v				v		3				v
13	Bu Khoir			v				v				v		2		v		
<b>Jumlah</b>														<b>33,63</b>				
<b>Nilai Rata-rata Keseluruhan</b>														<b>2,58</b>				
<b>Kualifikasi Keseluruhan</b>														<b>B</b>				

Berdasarkan tabel *postest* di atas, dapat diketahui bahwa total hasil nilai guru dalam mengkomposisikan musik mendapat nilai rata-rata keseluruhan sebesar 2,58 dengan kualifikasi B (Baik). Untuk melihat peningkatan nilainya maka dapat dibuat tabel perbandingan sebagai berikut;

**Tabel 6. Perbandingan Nilai *Pretest* dan *Posttest* Kemampuan Mengkomposisikan Musik**

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Nilai Rata-rata Keseluruhan	<b>1,58</b>	<b>2,58</b>
Kualifikasi Keseluruhan	<b>C</b>	<b>B</b>

Berdasarkan tabel perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* diatas dapat dilihat bahwa nilai guru mengalami peningkatan yaitu pada nilai rata-rata *pretest* sebesar 1,58 dengan kualifikasi C (Cukup) menjadi 2,58 dengan kualifikasi B (Baik). Hal ini dapat disimpulkan bahwa program pelatihan terhadap kemampuan mengkomposisikan musik senam memberikan dampak positif terhadap keterampilan guru-guru di RA Kecamatan Tegaldlimo. Dan di bawah ini merupakan dokumentasi dari kegiatan pelatihan mengkomposisikan musik;



**Gambar 2. Kegiatan Pelatihan Mengkomposisikan Musik Senam Kreasi**

### **C. Dampak Program Pelatihan Terhadap Kemampuan Menciptakan Gerakan Senam**

Tahap ketiga dalam program pelatihan ini adalah mengajarkan Guru RA di Kecamatan Tegaldlimo untuk menciptakan gerakan senam. Gerakan senam yang diciptakan beracuan pada musik yang telah di komposisikan pada tahap sebelumnya. Tahap ketiga ini dilaksanakan pada tanggal 6 Marat 2024 di RA Perwanida I Tegaldlimo. Pada tahap ini juga dilakukan *pretest* dan *posttest*. berikut adalah hasil *pretest*;

**Tabel 7. Nilai *Pretest* Kemampuan Membuat Gerakan Senam**

No	Nama	Indikator Kemampuan Membuat Gerakan Senam																Rata-rata	Kualifikasi							
		ketepatan menciptakan gerakan pemanasan				ketepatan menciptakan gerakan inti				ketepatan menciptakan gerakan pendinginan				kesesuaian gerakan dengan musik					penggunaan variasi gerakan				K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		1	2	3	4				
1	Bu Nur	v				v				v				v				v				1	v			
2	Bu Ayuk	v				v				v				v				v				1	v			
3	Bu Ida	v				v				v				v				v				1	v			
4	Bu Riska	v				v				v				v				v				1,2	v			
5	Bu Hani	v				v				v				v				v				1,4	v			
6	Bu In	v				v				v				v				v				1,2	v			
7	Bu Asih	v				v				v				v				v				1,2	v			
8	Bu Vita	v				v				v				v				v				1,4	v			
9	Bu Farid	v				v				v				v				v				1,2	v			
10	Bu Fitri	v				v				v				v				v				1,2	v			
11	Bu Anis	v				v				v				v				v				1	v			
12	Bu Titin	v				v				v				v				v				1,2	v			
13	Bu Khoir	v				v				v				v				v				1,2	v			
Jumlah																		<b>15,2</b>								
Nilai Rata-rata Keseluruhan																		<b>1,16</b>								
Kualifikasi Keseluruhan																		<b>K</b>								

Berdasarkan tabel *pretest* diatas dapat diketahui bahwa kemampuan guru dalam membuat gerakan senam mendapat nilai rata-rata keseluruhan sebesar 1,16, dengan kualifikasi nilai K (Kurang). Adapun hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 8. Nilai *Postest* Kemampuan Membuat Gerakan Senam**

No	Nama	Indikator Kemampuan Membuat Gerakan Senam																Rata-rata	Kualifikasi							
		ketepatan menciptakan gerakan pemanasan				ketepatan menciptakan gerakan inti				ketepatan menciptakan gerakan pendinginan				kesesuaian gerakan dengan musik					penggunaan variasi gerakan				K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		1	2	3	4				
1	Bu Nur		v				v				v				v				v			3			v	
2	Bu Ayuk	v					v				v				v				v			2,8			v	
3	Bu Ida		v				v				v				v				v			2,6			v	
4	Bu Riska		v				v				v				v				v			3			v	
5	Bu Hani		v				v				v				v				v			3,2			v	
6	Bu In	v					v				v				v				v			2,8			v	
7	Bu Asih			v				v				v				v				v		2,8			v	
8	Bu Vita			v				v				v				v				v		2,8			v	
9	Bu Farid		v				v				v				v				v			3			v	
10	Bu Fitri		v				v				v				v				v			2,6			v	
11	Bu Anis		v				v				v				v				v			2,6			v	
12	Bu Titin			v				v				v				v				v		3,2			v	
13	Bu Khoir	v					v				v				v				v			2,6			v	
Jumlah																		37								
Nilai Rata-rata Keseluruhan																		2,84								
Kualifikasi Keseluruhan																			B							

Berdasarkan tabel *postest* di atas, dapat diketahui bahwa hasil nilai rata-rata keseluruhan guru dalam membuat gerakan senam sebesar 2,84 dengan kategori B (Baik). Untuk melihat peningkatan nilainya maka dapat dibuat tabel perbandingan sebagai berikut;

**Tabel 9. Perbandingan Nilai *Pretest* dan *Postest* Kemampuan Membuat Gerakan Senam**

	<i>Pretest</i>	<i>Postest</i>
Nilai Rata-rata Keseluruhan	<b>1,16</b>	<b>2,84</b>
Kualifikasi Keseluruhan	<b>K</b>	<b>B</b>

Berdasarkan tabel perbandingan nilai *pretest* dan *postest* di atas dapat dilihat bahwa nilai guru dalam membuat gerakan senam mengalami peningkatan yaitu pada nilai rata-rata *pretest* sebesar 1,16 dengan kualifikasi K (Kurang)

menjadi 2,84 dengan kualifikasi B (Baik). Hal ini dapat disimpulkan bahwa program pelatihan memberikan dampak positif terhadap kemampuan Guru-guru RA di Kecamatan Tegaldlimo dalam membuat gerakan senam. Dan berikut adalah dokumentasi foto kegiatan pelatihan membuat gerakan senam kreasi untuk anak usia dini;



**Gambar 3. Kegiatan Pelatihan Membuat Gerakan Senam Kreasi**

## **SIMPULAN**

Dari keseluruhan rangkaian kegiatan pendampingan dan pelatihan kepada guru-guru RA Kecamatan Tegaldlimo dapat dilihat perkembangan yang signifikan, mulai dari tahap pemahaman konsep, pengomposisian musik, serta gerakan senam. Dari tabel hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat bahwa dalam pemahaman konsep senam, sebelum diberikan materi pada pelatihan menunjukkan hasil rata-rata nilai para guru tersebut adalah 13,08 dengan jumlah keseluruhan 170. Namun, setelah materi tentang konsep diberikan hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan terkait pemahaman para guru tentang konsep senam, yaitu 35,38 untuk nilai rata-rata dan 460 untuk jumlahnya.

Dalam mengkomposisikan musik nilai *pretest* menunjukkan jumlah 20,65 dan rata-rata 1,58. Hal tersebut disebabkan minimnya pemahaman para guru terhadap penggunaan teknologi seperti aplikasi-aplikasi dalam sosial media. Namun, setelah diberikan pelatihan terkait penggunaan *music composer* melalui gadget, pemahaman mereka meningkat menjadi 23,63 untuk jumlah dan rata-ratanya mencapai 2,58. Dari nilai tersebut dapat dilihat bahwa pendampingan dan pelatihan yang diberikan membawa dampak perubahan yang tentunya semakin memudahkan proses penciptaan musik untuk senam kreasi.

Penciptaan gerakan sebagai unsur yang tidak kalah penting juga menunjukkan nilai awal dan nilai akhir yang jauh berbeda. Jumlah meningkat dari

15,12 menjadi 37 dan rata-rata dari nilai *pretest* 1,16 menjadi 2,84. Hal yang menjadi kendala dalam proses penciptaan gerakan adalah minimnya ide dan kreatifitas. Dengan adanya pelatihan dalam menciptakan gerakan senam kreasi, semakin banyak referensi yang dapat menstimulus kemampuan para guru untuk menemukan lalu mengembangkan ide dan kreatifitas mereka. Dari ketiga langkah di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan pelatihan senam kreasi di RA Kecamatan Tegaldelimo membawa hasil dan dampak perubahan yang positif sesuai dengan tujuan diadakannya kegiatan.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, L., & Mexitalia, M. (2014). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Sugestibilitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahun Pertama. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 114486.
- Angkur, M. F. M. (2020). Peran Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Lonto Leok Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 43–46.
- Bell, R. Q., & Harper, L. V. (2020). *Child effects on adults*. Routledge.
- Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., & Shiffman, J. (2017). Early childhood development coming of age: science through the life course. *The Lancet*, 389(10064), 77–90.
- Bodrova, E., & Leong, D. (2024). *Tools of the mind: The Vygotskian approach to early childhood education*. Taylor & Francis.
- Britto, P. R., Lye, S. J., Proulx, K., Yousafzai, A. K., Matthews, S. G., Vaivada, T., Perez-Escamilla, R., Rao, N., Ip, P., & Fernald, L. C. H. (2017). Nurturing care: promoting early childhood development. *The Lancet*, 389(10064), 91–102.
- Cahyati, N., & Islami, C. C. (2022). Pelatihan Senam Pinguin bagi Guru PAUD di Kecamatan Kuningan. *Jurnal MUI : Muhammadiyah Untuk Indonesia*, 4–6. <https://doi.org/ISSN 2776-0324>
- Dinata, M., Jubaedi, A., & Surisman. (2020). Pelatihan Senam Middle Aerobik di Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. *Jurnal Sumbangsih*, 1(1), 106–113. <https://doi.org/10.23960/jsh.v1i1.17>
- Indrayana, B., & Murniati, S. (2021). Pelatihan Senam Kreasi Pada Guru Olahraga Kota Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 7, 9–18.
- Iswatiningrum, & Sutapa, P. (2022). Pengaruh Senam Si Buyung dan Senam Irama Ceria Terhadap Kemampuan Motorik Kasar. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3369–3380.



<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2373>

- Nasution, R. A. (2017). Penanamana Disiplin dan Kemandirian Anak Usia Dini dalam Metode Maria Montessori. *Jurnal Raudhah*, 5(2). <https://doi.org/10.30829/RAUDHAH.V5I2.179>
- Primayanti, I., Mariawati, M., & Wahyudi, J. (2022). Pelatihan Senam Olahraga Tradisional Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Pada Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Se-Kecamatan Masbagik Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sains Indonesia*, 4((2)), 347–350. [https://doi.org/10.29303/jpmsi.v4i\(2\).203](https://doi.org/10.29303/jpmsi.v4i(2).203)
- Puspitorini, W., & Widyaningsih, H. (2023). Pelatihan Senam Kreasi Level Intermediate Bagi Penggerak Olahraga Masyarakat Di Wilayah Kecamatan Pulogadung Jakarta Timur. *Prosiding Seminar Nasional ...*, 2023, 194–198.
- Rachmah, D. N., Zwagery, R. V., Widyawati, Munajat, R. H., & Noor, M. I. (2022). Penyuluhan ke Orangtua Mengenai Dampak dan Perilaku Bullying Pada Anak Usia Dini. *PLAKAT : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(1), 71. <https://doi.org/10.30872/plakat.v4i1.6818>
- Rohmah, F. N., Wulandari, I. F., & Wulandari, R. (2018). Pelatihan Senam Irama Berbahasa Inggris untuk Guru KB dan TK untuk Perkembangan Bahasa dan Motorik Kasar Anak. *SNIEMAS UAD*, 125–131.
- Saripudin, A. (2019). Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Equalita: Jurnal Pusat Studi Gender Dan Anak*, 1(1), 114. <https://doi.org/10.24235/equalita.v1i1.5161>
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223–228.