

Gerak Ceria Bersama: Implementasi Senam Kreasi Mahasiswa sebagai Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini di RA Al-Mujahidin Tomohon, Sulawesi Utara

Cindi Ambar Puspitasari¹, Triyana², Afafi Zakiyati³

^{1,2,3} Universitas Negeri Manado, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Cindi Ambar Puspitasari

E-mail: cindiambar@unima.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya stimulasi motorik kasar pada anak usia dini sebagai dasar perkembangan fisik yang optimal. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan senam kreasi yang dirancang secara menyenangkan, variatif, dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi senam kreasi mahasiswa sebagai stimulasi motorik kasar anak usia dini di RA Al-Mujahidin Tomohon, Sulawesi Utara. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek anak usia dini di RA Al-Mujahidin Tomohon. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan selama pelaksanaan kegiatan senam kreasi. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan proses dan dampak kegiatan terhadap perkembangan motorik kasar anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi senam kreasi mahasiswa mampu memberikan stimulasi yang positif terhadap perkembangan motorik kasar anak. Anak-anak terlihat lebih aktif, antusias, dan mampu mengikuti gerakan dengan koordinasi yang semakin baik. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan keterlibatan anak dalam pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan. Dengan demikian, senam kreasi dapat menjadi alternatif kegiatan pembelajaran yang efektif dalam mendukung optimalisasi perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Kata kunci: senam kreasi, motorik kasar, anak usia dini, stimulasi

Abstract

This study is motivated by the importance of gross motor stimulation in early childhood as a foundation for optimal physical development. One of the strategies to support this development is through creative gymnastics activities designed to be enjoyable, varied, and appropriate for early childhood characteristics. This study aims to describe the implementation of student-created creative gymnastics as a stimulation for gross motor skills in early childhood at RA Al-Mujahidin Tomohon, North Sulawesi. This research employed a descriptive qualitative approach with early childhood participants at RA Al-Mujahidin Tomohon. Data were collected through observation, documentation, and field notes during the implementation of creative gymnastics activities. The data were analyzed descriptively to describe the process and its impact on children's gross motor development. The

findings reveal that the implementation of student-created creative gymnastics positively stimulates children's gross motor development. Children became more active, enthusiastic, and increasingly able to perform movements with better coordination. In addition, the activity enhanced children's engagement in enjoyable and non-monotonous learning experiences. Therefore, creative gymnastics can serve as an effective learning alternative to support the optimization of gross motor development in early childhood.

Keywords *creative gymnastics, gross motor skills, early childhood, developmental stimulation*

PENDAHULUAN

Anak usia dini berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga memerlukan berbagai stimulasi yang sesuai untuk mendukung perkembangan seluruh aspek, termasuk perkembangan fisik motorik (Riha Adatul'aisy et al., 2023). Perkembangan motorik kasar merupakan kemampuan yang melibatkan otot-otot besar tubuh untuk melakukan berbagai gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, menyeimbangkan tubuh, dan mengoordinasikan gerak anggota badan (Darmawati & Widyasari, 2022). Kemampuan ini menjadi dasar bagi anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta mendukung perkembangan aspek lainnya seperti sosial, emosional, dan kognitif (Anggita Uli Angel Gultom et al., 2024).

Pemberian stimulasi motorik kasar dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan yang menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini, salah satunya melalui aktivitas senam (Puspitasari & Habibah, 2022). Senam tidak hanya memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak aktif, tetapi juga melatih koordinasi tubuh, keseimbangan, kelenturan, serta kemampuan mengikuti instruksi (Manurung & M, 2025). Kegiatan senam yang dikemas secara kreatif dan menarik dapat meningkatkan motivasi anak untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik sekaligus menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (Atqiya & Pratama, 2024).

Melalui mata kuliah Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini, mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG-PAUD) Universitas Negeri Manado diberikan pengalaman untuk mengembangkan senam kreasi yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak usia dini. Senam kreasi tersebut dirancang secara kolaboratif oleh mahasiswa dengan memadukan unsur gerak dasar, irama, dan permainan sehingga dapat digunakan sebagai media stimulasi perkembangan motorik kasar anak (Putri, 2023).

Berdasarkan hasil observasi awal di RA Al-Mujahidin Tomohon, kegiatan fisik yang dilakukan anak masih memerlukan variasi agar lebih menarik dan mampu meningkatkan partisipasi aktif anak dalam pembelajaran (Sumiani HSB et al., 2024). Selain itu, guru memerlukan alternatif kegiatan motorik yang mudah diterapkan dan sesuai dengan tahap perkembangan anak (Retnaningrum et al., 2021). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui program "Gerak Ceria Bersama", yaitu implementasi senam kreasi mahasiswa sebagai upaya memberikan stimulasi motorik kasar bagi anak usia dini sekaligus memperkenalkan inovasi pembelajaran gerak kepada guru dan peserta didik.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengenalkan senam kreasi hasil karya mahasiswa PG-PAUD kepada anak-anak di RA Al-Mujahidin Tomohon, meningkatkan keterlibatan anak dalam aktivitas fisik yang menyenangkan, serta memberikan alternatif kegiatan pembelajaran yang dapat dimanfaatkan oleh guru dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi sekolah mitra sekaligus menjadi wadah implementasi kompetensi mahasiswa dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 19 November 2025 di RA Al-Mujahidin Tomohon, Sulawesi Utara. Sasaran kegiatan adalah anak-anak usia 5–6 tahun serta guru yang terlibat dalam kegiatan pembelajaran di sekolah tersebut. Kegiatan ini merupakan implementasi hasil proyek mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG-PAUD) Universitas Negeri Manado pada mata kuliah Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini berupa senam kreasi yang dirancang untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode demonstrasi, praktik langsung, dan pendampingan (Fitri, 2019). Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini mahasiswa bersama dosen melakukan perancangan gerakan senam yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini (Suniza et al., 2024). Gerakan yang disusun mengintegrasikan unsur gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan iringan musik yang menarik (Wijayanti et al., 2023). Selain itu, dilakukan koordinasi dengan pihak RA Al-Mujahidin Tomohon terkait waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengenalan senam kreasi kepada guru dan peserta didik. Selanjutnya mahasiswa mendemonstrasikan gerakan senam secara bertahap agar mudah diikuti oleh anak. Anak-anak kemudian diajak mempraktikkan seluruh rangkaian gerakan secara bersama-sama dengan pendampingan mahasiswa dan guru. Pelaksanaan senam dilakukan dalam suasana yang menyenangkan untuk meningkatkan partisipasi aktif anak.

3. Tahap Pendampingan dan Evaluasi

Pada tahap ini mahasiswa dan guru melakukan pengamatan terhadap keterlibatan anak selama mengikuti kegiatan. Aspek yang diamati meliputi antusiasme anak, kemampuan mengikuti instruksi, koordinasi gerakan tubuh, serta partisipasi dalam kegiatan senam (Kuswanto & Indriani, 2025). Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung dan diskusi bersama guru mengenai manfaat serta kemungkinan penerapan senam kreasi dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari.

4. Tahap Refleksi

Tahap akhir dilakukan melalui refleksi bersama antara dosen, mahasiswa, dan guru mitra untuk mengidentifikasi kelebihan, kendala, serta peluang pengembangan kegiatan di masa mendatang. Hasil refleksi digunakan sebagai bahan perbaikan dan pengembangan program stimulasi motorik kasar berbasis senam kreasi bagi anak usia dini (Nur Fatwikiningsih & Ani Ambarwati, 2025).

Melalui tahapan tersebut, kegiatan pengabdian diharapkan mampu memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi anak, meningkatkan stimulasi perkembangan motorik kasar, serta menambah alternatif kegiatan pembelajaran fisik yang dapat diterapkan oleh guru di lingkungan PAUD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat "Gerak Ceria Bersama: Implementasi Senam Kreasi Mahasiswa sebagai Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini" telah dilaksanakan pada tanggal 19 November 2025 di RA Al-Mujahidin Tomohon, Sulawesi Utara. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa

Program Studi PG-PAUD Universitas Negeri Manado, guru RA Al-Mujahidin, serta anak-anak kelompok usia 5–6 tahun sebagai peserta utama.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengenalan senam kreasi yang telah dirancang oleh mahasiswa pada mata kuliah Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini. Senam tersebut terdiri atas rangkaian gerakan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak usia dini (Magfirah et al., 2025). Selanjutnya mahasiswa mendemonstrasikan gerakan senam dan mengajak anak-anak untuk mengikuti setiap gerakan secara bersama-sama.



Gambar 1. Pembukaan dan Pengenalan Senam Kreasi kepada Anak-anak RA Al-Mujahidin Tomohon

Selama kegiatan berlangsung, anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi. Sebagian besar peserta mampu mengikuti gerakan yang dicontohkan oleh mahasiswa dengan baik. Anak terlihat aktif bergerak, bersemangat mengikuti irama musik, serta menunjukkan kegembiraan selama kegiatan berlangsung. Selain itu, guru memberikan respons positif terhadap senam kreasi yang diperkenalkan karena dapat menjadi alternatif kegiatan pembelajaran fisik yang menarik dan mudah diterapkan di sekolah.



Gambar 2. Mahasiswa Mendemonstrasikan Gerakan Senam Kreasi



Gambar 3. Anak-anak Mengikuti Senam Kreasi secara Bersama-sama



Gambar 4. Dosen mendampingi mahasiswa Selama Kegiatan Senam



Gambar 5. Foto Bersama Tim Pengabdian, Guru, dan Peserta Didik

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, terdapat beberapa capaian yang terlihat, antara lain: (1) Meningkatnya partisipasi aktif anak dalam kegiatan gerak dan lagu; (2) Anak mampu mengikuti instruksi gerakan secara bertahap; (3) Anak menunjukkan koordinasi gerakan tubuh yang lebih baik selama mengikuti senam; (4) Guru memperoleh referensi kegiatan baru untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak; (5) Mahasiswa memperoleh pengalaman langsung dalam mengimplementasikan hasil pembelajaran di lingkungan PAUD.

Pembahasan

Kegiatan senam kreasi yang dilaksanakan pada pengabdian ini memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui aktivitas yang menyenangkan. Gerakan berjalan, berlari di tempat, melompat, mengayunkan tangan, dan menggerakkan anggota tubuh sesuai irama musik merupakan bentuk stimulasi yang dapat melatih koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot anak.

Antusiasme anak selama mengikuti kegiatan menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis gerak dan lagu memiliki daya tarik yang tinggi bagi anak usia dini. Karakteristik anak yang menyukai aktivitas bermain menjadikan senam sebagai media yang efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik sekaligus menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan. Kondisi ini sejalan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang menekankan kegiatan belajar melalui bermain dan pengalaman langsung.

Selain memberikan manfaat bagi anak, kegiatan ini juga memberikan dampak positif bagi guru dan mahasiswa. Guru memperoleh alternatif kegiatan yang dapat digunakan untuk memperkaya pembelajaran fisik motorik di kelas, sedangkan mahasiswa memperoleh pengalaman nyata dalam menerapkan pengetahuan yang diperoleh selama perkuliahan. Keterlibatan mahasiswa secara langsung di sekolah mitra juga mendukung penguatan kompetensi calon guru PAUD dalam merancang dan melaksanakan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan anak. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa implementasi senam kreasi mahasiswa dapat menjadi salah satu bentuk stimulasi motorik kasar yang efektif dan menyenangkan bagi anak usia dini. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan variasi gerakan dan tema yang lebih beragam agar dapat memberikan manfaat yang lebih optimal bagi perkembangan anak.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program Gerak Ceria Bersama: Implementasi Senam Kreasi Mahasiswa sebagai Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini di RA Al-Mujahidin Tomohon telah terlaksana dengan baik dan memperoleh respons positif dari peserta didik maupun guru. Senam kreasi yang dikembangkan oleh mahasiswa PG-PAUD Universitas Negeri Manado mampu menjadi alternatif kegiatan pembelajaran yang menyenangkan serta mendorong keterlibatan aktif anak dalam aktivitas fisik.

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa anak-anak antusias mengikuti setiap rangkaian gerakan senam dan mampu mengikuti instruksi yang diberikan. Kegiatan ini juga memberikan stimulasi terhadap kemampuan motorik kasar anak melalui gerakan yang melibatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan kontrol gerak. Selain memberikan manfaat bagi anak, kegiatan ini turut memperkaya wawasan guru mengenai variasi pembelajaran fisik motorik yang dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari di satuan PAUD.

Bagi mahasiswa, kegiatan ini menjadi sarana implementasi pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama perkuliahan ke dalam situasi nyata di lapangan. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan pengembangan variasi gerakan dan kolaborasi yang lebih luas agar dapat memberikan dampak yang lebih optimal bagi perkembangan anak usia dini dan peningkatan kualitas layanan pendidikan PAUD.)

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan Gerak Ceria Bersama: Implementasi Senam Kreasi Mahasiswa sebagai Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini di RA Al-Mujahidin Tomohon, Sulawesi Utara dapat terlaksana dengan baik.

Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada Mario Erick Wantah, S.Psi., M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG-PAUD) Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Negeri Manado yang telah memberikan dukungan dan kesempatan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada Drs. Sofyan Amu, M.Si. selaku Koordinator Mata Kuliah Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini yang telah memberikan arahan dan pendampingan selama proses perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan.

Penghargaan yang setinggi-tingginya diberikan kepada Trimurti A. Utirahman, S.Psi., M.Pd. selaku Kepala RA Al-Mujahidin Tomohon beserta seluruh guru yang telah menerima dan memfasilitasi kegiatan pengabdian ini dengan sangat baik. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada seluruh peserta didik RA Al-Mujahidin Tomohon yang telah berpartisipasi dengan penuh antusias dan semangat selama kegiatan berlangsung.

Terima kasih kepada seluruh mahasiswa Program Studi PG-PAUD Universitas Negeri Manado yang telah berkontribusi aktif dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan senam kreasi sehingga program ini dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi sekolah mitra. Semoga kerja sama yang telah terjalin dapat terus berlanjut dalam berbagai kegiatan yang mendukung peningkatan kualitas pendidikan anak usia dini di masa mendatang..

DAFTAR PUSTAKA

- Anggita Uli Angel Gultom, Desi Sri Kelengna Surbakti, Nadhilah Nazwa, Dini Syarafina, & Fajar Siddik. (2024). Pengaruh Olahraga Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar. *ALFIHRIS : Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3). <https://doi.org/10.59246/alfihris.v2i3.897>
- Atqiya, Q., & Pratama, R. S. (2024). PELAKSANAAN KEGIATAN SENAM DALAM MENSTIMULASI PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI. *KEGURU: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*.
- Darmawati, N. B., & Widayarsi, C. (2022). Permainan Tradisional Engklek dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3487>
- Fitri, A. (2019). Kegiatan Pengembangan Motorik Kasar. *Pedagogi : Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1). <https://doi.org/10.30651/pedagogi.v5i1.2517>
- Kuswanto, C. W., & Indriani, S. (2025). Pengenalan gerakan senam untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik: Studi komparatif pada anak usia dini. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 4(2). <https://doi.org/10.54284/jopi.v4i2.372>
- Magfirah, N., Ilyas, S. N., & Parwoto, P. (2025). Dampak Senam Ritmik Berbasis Pita terhadap Perkembangan Keterampilan Motorik Kasar pada Anak TK. *Jurnal Caksana : Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2). <https://doi.org/10.31326/jcpaud.v8i2.2409>

- Manurung, J. D., & M, B. A. (2025). Analisis Senam Sehat Gembira Dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Siswa SD N 098022 Partimbalan Kabupaten Simalungun. *Edukatif: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1). <https://doi.org/10.55081/edukatif.v2i1.5006>
- Nur Fatwikiningsih, & Ani Ambarwati. (2025). MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI KEGIATAN GERAK DAN LAGU DI TK SETYA BUDHI SURABAYA. *WALADI*, 3(2). <https://doi.org/10.61815/waladi.v3i2.809>
- Puspitasari, E., & Habibah, U. (2022). Pembelajaran Senam Irama Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Kelompok A. *JECER (Journal Of Early Childhood Education And Research)*, 3(2). <https://doi.org/10.19184/jecer.v3i2.36717>
- Putri, T. (2023). Pengaruh Senam Kreasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Ar-Rahman Desa Suka Menang Musi Rawas Utar. *Biogeografia*.
- Retnaningrum, W., Piaud, D., Nahdlatul, U., Al, U., & Cilacap, G. (2021). PERAN PENDIDIK MENGEMBANGKAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI DALAM PEMBELAJARAN MOTORIK. *Jurnal Warna*, 5(1).
- Riha Adatul'aisy, Ana Puspita, Ninda Abelia, Riska Apriliani, & Dwi Noviani. (2023). Perkembangan Kognitif dan Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Pembelajaran. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(4). <https://doi.org/10.47861/khirani.v1i4.631>
- Sumiani HSB, Jefryanti Syafitri, & Gusmaneli Gusmaneli. (2024). Pengembangan Variasi Mengajar. *Dewantara : Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(2). <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i2.2464>
- Suniza, Eliyah, & Yuliantini, S. (2024). IMPLEMENTASI SENAM IRAMA DALAM MENGOPTIMALKAN ASPEK PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI DI PAUD REZEKI KARTIASA TAHUN PELAJARAN 2023-2024. *Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 2(9).
- Wijayanti, T. D., Jipora, H. L., S, A. P., Benu, M. M., & Pramesthi, F. (2023). Upaya Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Anak Usia Dini Melalui Gerak dan Lagu Berbasis Permainan Digital di Sekolah Minggu GKJ Salatiga Utara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 4(3).