

## ANALISIS PENERAPAN SENAM IRAMA BERBASIS KEARIFAN LOKAL

**Nurmalinda Zari<sup>1</sup>, Fitria Rizka<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Institut Agama Islam (IAI) Nusantara Batang Hari

*email:* [Malindazari.nur@upi.edu](mailto:Malindazari.nur@upi.edu)

**Abstract:** This study aims to find out how to apply rhythmic gymnastics based on local wisdom to children in TK A PAUD Al Mizan II Ampelu Village. The research method used is a qualitative research described descriptively involving 20 students and teachers as a learning model. Data collection techniques used are observation, interview and documentation techniques. While the analysis technique includes data collection, data reduction, data presentation which is carried out in descriptive form. The results showed that the application of rhythmic gymnastics based on local wisdom to children in PAUD Al-Mizan could be done well, then there was progress in children becoming more focused in learning gymnastics and being able to follow gymnastics activities well. From the results of the research that has been done, it can be concluded that the application of rhythmic gymnastics based on local wisdom in early childhood can be implemented in accordance with the PAUD curriculum and is proven to improve skills of early childhood in PAUD Al Mizan, Ampelu Village.

**Keywords:** *rhythmic gymnastic; local wisdom; early childhood education*

**Abstrak:** This study aims to find out how to apply rhythmic gymnastics based on local wisdom to children in TK A PAUD Al Mizan II Ampelu Village. The research method used is a qualitative research described descriptively involving 20 students and teachers as a learning model. Data collection techniques used are observation, interview and documentation techniques. While the analysis technique includes data collection, data reduction, data presentation which is carried out in descriptive form. The results showed that the application of rhythmic gymnastics based on local wisdom to children in PAUD Al-Mizan could be done well, then there was progress in children becoming more focused in learning gymnastics and being able to follow gymnastics activities well. From the results of the research that has been done, it can be concluded that the application of rhythmic gymnastics based on local wisdom in early childhood can be implemented in accordance with the PAUD curriculum and is proven to improve skills of early childhood in PAUD Al Mizan, Ampelu Village.

**Kata kunci:** *senam irama; kearifan lokal; pendidikan anak usia dini*

---

Diterima: 5 Oktober 2022

Disetujui: 15 November 2022

Dipublikasi: 29 Desember 2022

---



© 2022 FKIP Universitas Terbuka

This is an open access under the CC-BY license

## PENDAHULUAN

Usia dini anak adalah usia keemasan (*the golden age*) merupakan masa anak mulai peka atau sensitif untuk menerima berbagai rangsangan. Masa peka pada masing-masing anak berbeda, seiring dengan laju pertumbuhan dan perkembangan anak secara individual. Masa peka adalah masa terjadinya kematangan fungsi fisik dan psikis yang siap merespons stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Masa ini juga merupakan masa dasar untuk mengembangkan kemampuan kognitif, motorik, bahasa, sosio-emosional, agama dan moral yang di stimulus dari pengaruh lingkungan budaya sekitar yang berbasis kearifan lokal.

Pendidik dalam melakukan pembelajaran diupayakan untuk memanfaatkan nilai-nilai kearifan lokal sebagai sumber pembelajaran untuk peserta didik. Nilai-nilai kearifan lokal yang ada di daerah sekitar sekolah dan peserta didik diintegrasikan dalam pembelajaran. Menurut Poespowardojo dalam bukunya Rahyono (2009), *local wisdom* (kearifan lokal) memiliki ketahanan terhadap unsur-unsur yang datang dari luar dan mampu berkembang untuk masa-masa mendatang. Kepribadian suatu masyarakat ditentukan oleh kekuatan dan kemampuan *local wisdom* dalam menghadapi kekuatan dari luar. Jika local genius hilang atau musnah, maka kepribadian bangsa pun memudar. Faktor-faktor yang menjadikan pembelajaran kearifan lokal adalah sebagai berikut: 1). Kearifan lokal merupakan pembentuk identitas yang inheren sejak lahir, 2). Kearifan lokal bukan sebuah keasingan bagi pemiliknya, 3) Keterlibatan emosional masyarakat dalam penghayatan kearifan lokal kuat, 4) Pemelajaran kearifan lokal tidak memerlukan pemaksaan, 5) Kearifan lokal mampu menumbuhkan harga diri dan percaya diri, 6) Kearifan lokal mampu meningkatkan martabat Bangsa dan Negara.

Berdasarkan hal tersebut, kearifan lokal memiliki arti dan makna dari 2 kata yaitu kearifan (*wisdom*) dan lokal (*local*). *Local* berarti setempat dan *wisdom* sama dengan kebijaksanaan. Dengan kata lain maka local wisdom dapat dipahami sebagai gagasan-gagasan, nilai-nilai, pandangan-pandangan setempat (*local*) yang bersifat bijaksana, penuh kearifan, bernilai baik, yang tertanam dan diikuti oleh anggota masyarakatnya. Hal ini dikarenakan pendidikan yang berbasis kearifan lokal adalah pendidikan yang mengajarkan pada peserta didik untuk selalu dekat dengan situasi konkret yang mereka hadapi sehari-hari. Model pendidikan berbasis kearifan lokal merupakan sebuah contoh pendidikan yang mempunyai relevansi tinggi bagi kecakapan pengembangan hidup, dengan berpijak pada pemberdayaan keterampilan serta potensi lokal pada tiap-tiap daerah. Kearifan lokal milik kita sangat banyak dan beraneka ragam karena Indonesia terdiri atas bermacam-macam suku bangsa, berbicara dalam aneka bahasa daerah, serta menjalankan ritual adat istiadat yang berbeda-beda pula. Kearifan lokal banyak dijumpai pada setiap aspek pembelajaran di sekolah. hal ini salah satunya pada sekolah tingkat Pendidikan Anak Usia Dini, menerapkan pembelajaran senam irama, untuk meningkatkan keterampilan anak.

Menurut Toho Cholik dan Rusli Lutan yang dikutip oleh Suharjana (2010), senam irama merupakan sebuah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerakannya. Senam irama sangat erat hubungannya dengan bidang seni yaitu seni musik dan seni tari. Sedangkan menurut Sumarjo, senam irama adalah suatu rangkaian gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. tidak terputus sehingga tercipta satu gerakan yang indah. Gerakan ini dapat

dilakukan dengan alat maupun tanpa alat. Tekanan yang harus diberikan dalam senam irama tanpa alat adalah irama, kelenturan tubuh, dan gerak yang berkelanjutan (kontinyu). Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. (Suharjana, 2010)

Penerapan senam irama pada anak usia dini berbasis kearifan lokal dapat memberikan sumbangan pengembangan pembelajaran di PAUD meskipun aktivitas ritmik hanya merupakan sebagian dari metode pengembangan fisik anak. Penerapan senam irama pada anak usia dini dapat diintegrasikan dengan hampir semua kegiatan dalam kurikulum PAUD. Aktivitas-aktivitas dalam kelas, seperti pengembangan kognitif, bahasa, sosial dan emosional serta nilai-nilai agama dan moral yang berbasis kearifan lokal dapat dipadukan dengan aktivitas gerak berirama. Siswa dapat memahami bahwa aktivitas gerak sangat penting bagi anak-anak, baik sebagai independen maupun sebagai bagian integral dari pembelajaran paud. Gerak akan memberi kesempatan yang mendasar pada pertumbuhan anak, dalam hal memajukan serta mengintensifkan berbagai kompetensi termasuk adanya daya cipta dalam gerak, dan dapat menciptakan gerakan-gerakan yang mendorong kemajuan dalam pembelajaran PAUD. Melalui penerapan senam irama berbasis kearifan lokal pada PAUD Al Mizan mampu memahami gerak dasar anak dalam merespon atau menanggapi lingkungan seperti warna, bunyi, ruang, gerak, irama, dan budaya yang ada didaerahnya yang nantinya diharapkan dapat mengembangkan potensi anak secara optimal. Meskipun pada awalnya anak-anak tidak dituntut untuk melakukan gerakan sesuai dengan contoh tetapi dengan pendampingan dan bimbingan yang terus menerus tidak menutup kemungkinan pada akhirnya dapat mengikuti semua gerakan dikarenakan seringnya anak melakukan gerakan dengan berulang-ulang sehingga terbiasa

Penerapan senam irama pada anak berbasis kearifan lokal di lembaga PAUD setidaknya dapat menerapkan langsung dari konsep dan keterampilan anak usia dini berbasis kearifan lokal, yang meliputi; konsep perkembangan dan pengembangan senam irama, faktor-faktor yang mempengaruhi senam irama berbasis kearifan lokal, model pengembangan kearifan lokal, metode pembelajaran yang mendukung pengembangan senam irama berbasis kearifan lokal, identifikasi/analisis sarana-prasarana pengembangan senam irama, dan penilaian senam irama berbasis kearifan lokal di lembaga PAUD dengan teliti, kritis, kreatif, disertai kepercayaan diri yang tinggi terhadap hasil karya sendiri.

## **METODE**

Metode Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif yaitu pendekatan penelitian tanpa menggunakan angka tetapi dengan pemaparan secara deskriptif yaitu berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi di saat sekarang, dimana penelitian ini memotret peristiwa dan kejadian yang terjadi menjadi fokus perhatiannya untuk kemudian di jabarkan sebagaimana adanya. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data yang dilakukan dalam bentuk deskriptif. Berdasarkan hal tersebut

penelitian ini memaparkan secara deskriptif mengenai penerapan senam irama berbasis kearifan lokal pada PAUD Al Mizan Desa Ampelu.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

PAUD Al Mizan merupakan lembaga pendidikan Kelompok Bermain yang berdiri pada tanggal 01 Juli 2009. PAUD Al-Mizan yang beralamat di Desa Ampelu Kecamatan Muara Tembesi saat ini mempunyai 20 murid kelompok A dan 16 Murid Kelompok B dan 2 ruang kelas sebagai sarana pembelajarannya. Pelaksanaan pembelajaran juga didukung dengan sarana dan prasarana APE yang cukup lengkap. Terlihat di depan gedung terdapat APE pendukung perkembangan anak seperti perosotan, ayunan, jungkat jungkit, titian, dan APE lainnya. Jika dilihat dari sarana dan prasarana yang ada, proses pembelajaran pengembangan motorik di sekolah ini sudah baik. Selain itu sekolah juga melakukan kegiatan senam irama setiap hari Rabu dan Sabtu. Selama proses Observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, kegiatan senam irama yang dilakukan di lembaga PAUD Al-Mizan menggunakan musik dan tape dengan menggunakan senam kreasi yang bernuansa musik daerah Jambi. Hal ini memberikan senam irama di PAUD Al-Mizan yang berbasis kearifan lokal daerah Jambi. Hal ini dikuatkan oleh pendapat kearifan lokal dari Fajarini yang menyatakan kearifan lokal adalah pandangan hidup dan ilmu pengetahuan serta berbagai strategi kehidupan yang berwujud aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat lokal dalam menjawab berbagai masalah dalam pemenuhan kebutuhan mereka. (Fajarini, 2014).

Dalam pelaksanaannya, Prinsip pelaksanaan pembelajaran gerakan senam diantaranya yaitu:

Tabel 1. Prinsip Pembelajaran Gerakan Senam

Prinsip Pembelajaran Senam	Gerakan Pemanasan	Pemanasan yang efektif sangat penting di dalam belajar gerak. Aktivitas pemanasan dilakukan untuk meningkatkan kelentukan maupun persendian dalam menghadapi pembelajaran senam nantinya.
	Gerakan Inti	Pada senam juga dilakukan dengan gembira dan dengan bimbingan guru.
	Gerakan Pendinginan	Pendinginan dilakukan dengan cara mengurangi intensitas kegiatan secara bertahap dan diakhiri dengan penguluran ringan untuk memperbaiki pemulihan jantung, otot, serta jaringan lain setelah melakukan aktivitas yang cukup berat

Tabel 2. Gerakan senam irama

Gerakan Senam Irama		
Gerakan Keseimbangan	Gerakan Ayunan	Gerakan Koordinasi Tangan Dan Kaki
a. Berdiri dengan sikap tegak; b. Tangan kiri dan kanan di pinggang; c. Untuk gerakan kepala, gerakkan kepala ke kiri dan kanan, ke atas dan ke bawah serta gerakan kepala memutar dari bawah keatas; d. Gerakkan bahu kiri dan kanan kearah depan sambil melangkahakan satu kaki kedepan, gerakkan kembali bahu kearah belakang sambil melangkahakan kaki ke arah belakang kembali sesuai irama ketukan musik; e. Jalan ditempat dan gerakkan kedua tangan dengan gerakan melambai ke kiri dan kanan; f. Sambil bertepuk tangan ayunkan kaki kanan dan kiri ke arah yang berlawanan secara bergantian; g. Gerakan kaki dan lompatan kecil kearah kiri dan kanan sambil bertepuk tangan; h. Telapak tangan direntangkan kearah bawah seperti bermain pesawat dan gerakan tubuh berputar penuh; i. Pada gerakan pendinginan lakukan gerakan dengan mencondongkan badan kesamping dan satu tangan keatas, kaki ditekuk dan tangan satunya menahan tubuh dengan berpegangan pada paha; j. Gerakan terakhir lakukan seperti pada gerakan awal yaitu berdiri tegak, gerakkan kepala ke kanan dan kiri kembali sesuai dengan irama musik dan terakhir satukan tangan dibawah dagu pertanda senam telah berakhir.		

Dari wawancara yang peneliti lakukan dengan guru pembimbing Ibu Leni Lestari (20 Agustus 2022), pelaksanaan senam irama sudah menjadi rutinitas sekolah sejak lama, hal ini menandakan bahwa pengembangan motorik anak sudah menjadi pembiasaan dalam sekolah. Menurut pendidik kelompok A PAUD Al Mizan, anak sangat senang dengan kegiatan senam irama berbasis kearifan lokal ini, karena anak dapat berinteraksi dengan anak lain sambil mengikuti gerakan- gerakan senam, melompat, bergerak ke kiri dan kanan dengan gembira sambil bernyanyi dan mengikuti musik daerah Jambi.

Observasi dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat. Observasi dilakukan untuk melihat secara langsung bagaimana senam irama berbasis kearifan lokal ini diterapkan di PAUD Al-Mizan. Peneliti mengobservasi keterampilan anak dalam setiap gerakan senam dan mencatat kemampuan anak apakah anak belum berkembang (BK), mulai berkembang (MB), berkembang sesuai harapan (BSH) atau berkembang sangat baik (BSB). Pelaksanaan observasi penerapan senam irama berbasis kearifan lokal di PAUD al-Mizan tampak pada gambar berikut:



Gambar 1. Penerapan senam Irama di PAUD Al Mizan

Dalam pelaksanaannya, tentu saja terdapat kendala yang muncul. Dari hasil observasi dan wawancara sebelum, selama dan sesudah penelitian, peneliti menemukan beberapa kendala dalam pelaksanaan senam irama di PAUD Al-Mizan, kendala-kendala tersebut antara lain:

- a. Masih terdapat anak yang asik bermain sendiri dan tidak mengikuti gerakan yang dicontohkan guru.
- b. Ada anak yang asik bermain tetapi juga mengganggu teman lain pada saat pelaksanaan pembelajaran senam.
- c. Anak melakukan gerakan senam dengan gerakan asal-asalan atau anak malas menggerakkan bagian tubuhnya.

Dari kendala-kendala tersebut, peneliti berdiskusi dengan pendidik untuk mencari dan memberikan masukan terhadap solusi kendala dari pembelajaran senam irama berbasis kearifan lokal. Setelah memahami kendala dan mencoba melakukan perbaikan terhadap kendala, kegiatan senam anak menunjukkan peningkatan yang baik pada kegiatan senam berikutnya. Hal ini terlihat dari kegiatan observasi peneliti kepada Ibu Windi pada 25 Agustus 2022 dengan senam irama berbasis kearifan lokal secara keseluruhan pada proses kegiatan dibawah ini.



Gambar 2. Kemampuan Anak meningkat setelah dilakukan pendampingan dan bimbingan oleh guru

Peningkatan mulai tampak ketika guru lebih fokus melakukan pendampingan terhadap anak yang tidak mengikuti gerakan yang dicontohkan dan mengingatkan anak terus menerus untuk tidak mengganggu teman lain pada saat kegiatan senam. Peningkatan ini hasil dari kerjasama peneliti dan guru dalam melakukan tindakan dan tidak henti-hentinya menyemangati anak untuk melakukan kegiatan dengan gembira sehingga anak melakukan gerakan dengan senang tanpa tekanan.

Dari hasil tersebut temuan yang telah diuraikan di atas tampak bahwa kreativitas guru pada pembelajaran senam berbasis kearifan lokal sangat dituntut untuk menciptakan pembelajaran yang kreatif dan inovatif. Dalam kegiatan senam irama ini anak tampak bersemangat dan ceria dalam mengikuti proses kegiatan. Anak-anak bersemangat ikut bernyanyi dan melakukan gerakan senam dengan musik daerah Jambi. Kondisi ini sesuai dengan teori Herbert Spencer yang menyatakan bahwa anak usia dini memiliki energi bermain yang sangat besar, apabila energi ini tidak mereka keluarkan, maka anak akan menjadi sedih, lesu, tidak bersemangat dan seakan-akan selalu merasa letih. Namun sebaliknya mereka akan merasa ceria, lebih bersemangat dan tidak mengenal letih ketika mereka telah mengeluarkan energinya.

Pada senam gerak dan lagu anak yang bernuansa daerah Jambi akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik sejauh guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk dapat mengekspresikan dirinya secara individual, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak dengan bergerak dan bernyanyi sesuai irama musik daerah Jambi yang bernuansa kearifan lokal daerah setempat. Melihat hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan senam irama berbasis kearifan lokal pada anak PAUD Al-Mizan sesuai dengan teori-teori yang telah dipelajari dan dimaknai sesuai kearifan lokal budaya daerah Jambi dapat dijadikan referensi dalam melatih kemampuan motorik anak dan senam irama berbasis kearifan lokal menjadi salah satu yang dapat dijadikan sarana dalam kegiatan tersebut. Karena terlihat bahwa kegiatan senam irama bernuansa kearifan dapat memberikan pembelajaran yang bermakna pada kelompok A PAUD Al-Mizan Desa Ampelu.

## **SIMPULAN**

Penelitian analisis senam irama berbasis kearifan lokal di PAUD Al-Mizan Desa Ampelu menunjukkan hasil yang cukup memuaskan. Kegiatan senam irama berbasis kearifan lokal dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan anak usia dini yang berbasis kearifan lokal budaya daerah Jambi. Hal ini tampak dari hasil penelitian yang telah dilakukan dimana pada observasi, wawancara dan dokumentasi kegiatan senam irama berbasis kearifan lokal kepada anak dapat meningkat baik dalam gerakan keseimbangan, gerakan ayunan maupun gerakan koordinasi tangan dan kaki dapat dilakukan dengan baik. Walaupun terdapat kendala dalam pelaksanaannya, namun dengan bimbingan dan pendampingan yang terus menerus, anak lebih terfokus pada kegiatan senam dan dapat melakukan gerakan sesuai dengan yang dicontohkan guru. Dari temuan tersebut dapat dikatakan bahwa pembelajaran senam irama berbasis kearifan lokal dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode pembelajaran yang dapat menciptakan peningkatan kemampuan, keahlian, keterampilan dan juga memberikan

suasana pembelajaran yang menyenangkan. Pembelajaran senam irama berbasis kearifan lokal juga dapat diterapkan untuk anak mencintai kebudayaan daerah Jambi, melalui musik dari senam irama tersebut yang berbasis kearifan lokal. Melalui pembelajaran senam gerak dan lagu anak dilatih untuk dapat mengasah keterampilannya, kepercayaan diri dalam bergerak, kreatifitas, mencintai kebudayaan dan bersemangat dalam proses pembelajaran.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Fajarini, U. (2014). *Peranan kearifan lokal dalam pendidikan karakter*. SOSIO-DIDAKTIKA: Social Science Education Journal, 1(2).
- Rahyono. (2009) *Kearifan Budaya Dalam Kata*. Jakarta: Wedatama Widya Sastra.
- Suharjana. F. (2010) *Aktifitas Ritmik dalam Pendidikan Jasmani* (Yogyakarta: Universitas Negeri Jogjakarta), Jurnal Penjaskes, Volume 7 No.1, hal. 3