

PENGARUH DANCE MOVEMENT THERAPY DAN TARI KELINCIKU TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-5 TAHUN

Nailatul Fadillah¹, Yufitriana Amir², Reni Zulfitri³

¹²³Universitas Riau, Email:

nailatul.fadillah0086@student.unri.ac.id

Abstract

Background: Motor development of preschool age children plays an important role in the health and development of children, and is the basis for good physical activity. This study aims to determine the effect of dance movement therapy intervention and rabbit dance intervention on gross motor development of children aged 4-5 years. **Methods:** The design used in this study is a quasi experiment with a sample of 34 respondents with purposive sampling technique. This study uses the Denver Developmental Screening Test (DDST) sheet. **Result:** The results of the univariate test showed that most of the respondents were 5 years old with a percentage of 25 people (73.5%), and the majority of respondents were male with a percentage of 22 people (64.7%). alternative Wilcoxon can be seen that the p value $(0.025) < (0.05)$ in group 1 of the Dance Movement Therapy has an effect on the motor development of children aged 4-5 years. In group 2 with p value $(0.002) < (0.05)$ the rabbit dance intervention affected the gross motor development of children aged 4-5 years. Alternative test results Mann Whitney $(0.089) > (0.05)$ means that there is no significant difference between posttest group 1 and posttest group 2. **Conclusion:** based on observation result rabbit dance intervention are more effective than using Dance

Movement Therapy intervention. The results of this study are expected to improve gross motor development of children aged 4-5 years.

Keywords: *DDST, dance, motor development*

Abstrak

Perkembangan motorik anak usia prasekolah memegang peranan penting dalam kesehatan dan perkembangan anak serta merupakan dasar untuk melakukan kegiatan fisik yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi *Dance Movement Therapy* dan intervensi tari kelinciku terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *quasy experiment* dengan sampel berjumlah 34 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan lembar *Denver Developmental Screening Test* (DDST). Hasil penelitian pada uji univariat didapatkan sebagian besar responden penelitian berumur 5 tahun dengan persentase 25 orang (73,5%) , dan mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 22 orang (64,7%). Hasil uji alternatif *Wilcoxon* dapat dilihat bahwa *p value* $(0,025) < (0,05)$ pada kelompok 1 intervensi *Dance Movement Therapy* berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak usia 4-5 tahun. Pada kelompok 2 dengan *p value* $(0,002) < (0,05)$ intervensi tari kelinciku berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Hasil Uji alternatif *Man Whitney p value* $(0,089) < (0,05)$ artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara posttest kelompok 1 dan posttest kelompok 2. Hasil pengamatan menunjukkan intervensi tari kelinciku lebih efektif

dari intervensi *Dance Movement Therapy*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

Kata Kunci: DDST, Tari, Motorik Kasar

PENDAHULUAN

Enam tahun pertama masa kanak-kanak dikhususkan untuk belajar dan mempraktekkan keterampilan motorik dasar dengan cara mengeksplorasi dan melatih keterampilan lokomotor, keterampilan objek, dan keterampilan mengontrol postur tubuh. Sebelum kebijakan pembelajaran tatap muka yang saat ini mulai diberlakukan, Indonesia sudah menerapkan pembelajaran dalam jaringan (*online*) selama 2 tahun pada masa pandemi Covid-19. Proses pembelajaran dan pusat kegiatan anak prasekolah yang biasa dilakukan di PAUD dialihkan menjadi pembelajaran yang hanya dilakukan di rumah. Hal ini tentu akan berdampak pada aspek perkembangan motorik kasar anak, karena pada masa pandemi ini anak lebih

banyak menghabiskan waktu mereka melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat contohnya duduk diam di depan komputer, televisi, bahkan layar *handphone* dan juga kurangnya lingkungan bermain yang dapat memberikan stimulasi terhadap perkembangan motorik kasar anak (Apriloka, 2020).

Anak-anak yang berusia sekitar 4 tahun mereka telah mulai menguasai bagaimana cara orang dewasa berjalan dan sudah dapat berlari-lari, berhenti bahkan berputar membalik arah dan pada anak usia 5 tahun, anak akan semakin menyukai kegiatan berpetualang, pandai memanjat dengan tangkas, berlari dan mahir melompat (Soetjningsih, 2012). Kecakapan seorang anak dalam menggerakkan dan menyeimbangkan tubuh anak seperti gerakan

merayap, merangkak, berguling, berdiri, duduk, melompat, berjalan, berlari, dan bermacam-macam aktivitas menendang serta aktivitas lempar tangkap yang akan sangat berpengaruh terhadap otot-otot besar anak. Perkembangan anak yang tidak diperhatikan dengan baik maka akan berdampak tidak baik bagi anak. Bila hal ini terjadi terus menerus, maka perkembangan fisik-motorik anak tidak berkembang dengan baik. Padahal perkembangan fisik-motorik di usia 4-5 tahun adalah tolak ukur untuk perkembangan anak selanjutnya (Aghnaita, 2017). Masa kanak-kanak merupakan masa yang kritis bagi perkembangan motorik dan merupakan waktu yang sempurna untuk mengajarkan anak perihal aneka macam keterampilan motorik salah satunya dengan

melakukan gerak tari (Sari, 2018).

Dance Movement Therapy merupakan suatu psikoterapeutik yang menggunakan gerakan sebagai integrasi fisik serta emosional yang bersifat menyeluruh (Junaidin, 2017). *Dance Movement Therapy* adalah latihan fisik yang bersifat rekreasional, sarana komunikasi lisan serta non-lisan, sarana ekspresi diri menggunakan gerakan, interaksi sosial, dan pelepas ketegangan (Lais, 2012). Tari kelinciku merupakan tarian yang bertema imitatif yaitu jenis tari yang menirukan gerakan kelinci yang aktif bergerak. Tari kelinciku memiliki kelebihan gerakan yang menampilkan kegiatan kelinci yang gemar bermain yang sangat disukai oleh anak-anak. Gerakan tari kelinciku meliputi gerakan yang mudah diikuti oleh anak seperti gerakan tangan

memutar kedalam dan keluar, melompat, geol-geol (pantat ke kanan dan ke kiri), serta bercakak pinggang (Tantri, 2022).

Berdasarkan fenomena diatas bahwa pentingnya memberikan stimulus terhadap perkembangan motorik anak usia 4-5 tahun pada masa pandemi Covid-19 ini serta masih banyaknya terdeteksi masalah pada perkembangan motorik, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *Dance Movement Therapy* dan tari kelinciku terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 Tahun.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experiment*, melalui pendekatan *pretest and posttest nonequivalent control group* dimana terdapat 2 kelompok yang akan

diberikan *pretest* sebelum kelompok diberikan perlakuan, lalu diberikan intervensi sesuai dengan rencana yang telah disusun oleh peneliti, dan setelah kedua kelompok diberi perlakuan kedua kelompok diberikan *posttest* untuk mengetahui efek perlakuan (Dharma, 2015).

Dalam rancangan ini, kelompok 1 diberi intervensi *Dance Movement Therapy* sedangkan kelompok 2 diberikan intervensi tari kelinciku. Pada kedua kelompok diawali dengan pengukuran sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*), dan pengukuran setelah diberikan perlakuan (*post-test*).

Penelitian dilakukan pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Ibu Teladan Kecamatan Tampan. Alasan yang melatarbelakangi tempat penelitian tersebut dikarenakan PAUD Ibu Teladan merupakan

salah satu PAUD dengan jumlah murid terbanyak yaitu 55 orang anak dibandingkan dengan PAUD lain yang hanya berjumlah 15-20 orang anak.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Alat pengumpulan data pada penelitian ini adalah lembar DDST II. Uji yang digunakan uji alternatif Wilcoxon dan uji Man Whitney.

HASIL PENELITIAN

Hasil sebelum dan setelah diberikan intervensi *Dance Movement Therapy* pada kelompok 1. Berdasarkan hasil uji alternatif *Wilcoxon* didapatkan *p value* $(0,025) < (0,05)$ pada kelompok 1 sehingga H_0 dalam penelitian ini ditolak. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada perbedaan

yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan intervensi *Dance Movement Therapy* pada kelompok 1.

Selain itu median *pretest* pada kelompok 1 didapatkan nilai 1 dan median *posttest* dengan nilai 1,29 hal ini menunjukkan adanya peningkatan pada nilai median pada kelompok 1 dengan *p value* $(0,025) < (0,05)$ terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai median sebelum dan setelah diberikan intervensi *Dance Movement Therapy* terhadap anak usia 4-5 tahun pada kelompok 1.

Pada kelompok 2 didapatkan hasil uji alternatif *Wilcoxon* dengan *p value* $(0,002) < (0,05)$ artinya H_0 pada penelitian ini ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian intervensi tari kelinciku pada

kelompok 2. Terdapat peningkatan pada median setelah diberikan intervensi yaitu 1,59 dengan p value $(0,002) < (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara median sebelum dan setelah diberikan intervensi tari kelinciku terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun pada kelompok 2.

Tabel 1
Perbandingan
Perkembangan Motorik Kasar Kelompok 1 Dan 2 Setelah Diberikan Intervensi.

Kelompok	N	P value
Kelompok 1	17	0,089
Kelompok 2	17	

Pada tabel 1 terdapat hasil perbandingan nilai posttest kelompok 1 dan kelompok 2. Uji alternatif *Man Whitney* diatas didapatkan hasil p value $(0,089) > (0,05)$ sehingga H_0 gagal

ditolak, dan dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara *posttest* kelompok 1 dan *posttest* kelompok 2.

PEMBAHASAN

A. Pengaruh *Dance Movement Therapy* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 34 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, pada kelompok 1 diberikan intervensi *Dance Movement Therapy* kepada 17 responden. Intervensi *Dance Movement Therapy* berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama memberikan intervensi sebanyak 6 pertemuan

didapatkan responden dapat dengan mudah mengikuti rangkaian tahap *Dance Movement Therapy* yang memiliki tempo yang lambat dan gerakan-gerakan sederhana. Kemampuan responden dalam mengikuti dan mengingat gerakan merupakan salah satu kemampuan yang optimal pada anak usia 4-5 tahun. Menurut Rukmini (2020) kemampuan kognitif pada anak usia 4-5 tahun berada pada tahap *remembering*/mengingat yang optimal.

Gerakan *Dance Movement Therapy* memiliki perbedaan jika dibandingkan dengan gerakan tari lain, yang terdiri dari gerakan sederhana yang banyak melibatkan anggota gerak atas seperti gerakan mengangkat tangan, mengayunkan

tangan, merentangkan tangan dan gerakan bebas dimana anak bebas mengeksplorasi dan mengekspresikan perasaan melalui gerakan. Selama pemberian intervensi anak tidak memiliki kesulitan yang berarti ketika melakukan setiap gerakan, anak mampu mengikuti gerakan dengan mudah. Sebanyak 5 responden menunjukkan perkembangan motorik kasar pada pertemuan ke-5. Hasil akhir *posttest* menunjukkan 5 responden memiliki perkembangan motorik kasar normal, menurut pengamatan peneliti hal ini dipengaruhi oleh gerakan *Dance Movement Therapy* yang lebih banyak melibatkan anggota gerak atas sehingga kegiatan motorik pada kaki tidak banyak terlibat yang mana

pergerakan kaki menjadi komponen penting dalam lembar penilaian DDST II.

B. Pengaruh Tari Kelinciku Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun

Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama memberikan intervensi sebanyak 6 pertemuan didapatkan responden dapat mengikuti setiap gerakan pada tari kelinciku. Tari kelinciku memiliki tempo yang cepat dan gerakan yang melibatkan pergerakan seluruh tubuh seperti melompat, berputar, gerakan tangan, dan gerakan pinggul. Selama pemberian intervensi anak memiliki kesulitan untuk mengiringi tempo gerakan yang cepat sehingga anak kelelahan dan mengeluh tidak dapat

menirukan gerakan dengan baik. Akan tetapi, anak terlihat senang dan bersemangat selama mengikuti kegiatan, anak merasa tertarik dengan gerakan yang menggambarkan aktifitas kelinci serta iringan musik yang ceria membuat anak bersemangat mengikuti gerakan.

Kemampuan anak dalam mengikuti gerakan erat kaitannya dengan kemampuan kognitif anak yang berkembang pesat pada saat anak berusia 4-5 tahun, anak berada pada tahap optimal *remembering*/mengingat (Rukmini, 2021). Sebanyak 6 responden menunjukkan perkembangan motorik kasar pada pertemuan ke-5 dan 4 responden menunjukkan perkembangan motorik kasar pada

pertemuan ke-6. Hasil akhir *posttest* menunjukkan 10 responden yang memiliki perkembangan motorik kasar normal, menurut pengamatan peneliti hal ini dipengaruhi oleh gerakan tari kelinciku yang melibatkan pergerakan seluruh tubuh seperti gerakan tangan, gerakan pinggul, berputar, dan melompat yang mana pergerakan kaki menjadi komponen penting dalam lembar penilaian DDST II.

C. Perbandingan

Pengaruh Pemberian Intervensi *Dance Movement Therapy* Pada Kelompok 1 Dengan Pemberian Intervensi Tari Kelinciku Pada Kelompok 2 Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun

Dari hasil uji *Mann Whitney* didapatkan *p value* (0,089) > (0,05) yang dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna antara *posttest* kelompok 1 dan kelompok 2. Sehingga pemberian intervensi *Dance Movement Therapy* tidak memiliki pengaruh yang berbeda dengan tari kelinciku terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahmah (2018) bahwa gerak tari kreasi yang bertema imitatif atau tari yang menirukan gerakan asli dari awal hingga akhir, mampu memberikan pengaruh pada perkembangan motorik kasar anak. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Rosita (2021) bahwa *Dance Movement Therapy* akan memberikan semakin besar pengaruh pada perkembangan anak hanya jika diberikan secara sering dan terus menerus. Intervensi *Dance Movement Therapy* dan tari kelinciku keduanya memberikan manfaat dan memberikan pengaruh terhadap peningkatan perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

SIMPULAN

Menurut peneliti pemberian intervensi tari kelinciku memiliki gerakan yang banyak berfokus pada pergerakan seluruh tubuh dan pergerakan ekstermitas bawah seperti gerakan melompat, gerakan berputar, dan gerakan jalan ditempat. Hal ini berdampak pada

kemampuan anak dalam menjaga keseimbangan. Tari kelinciku memiliki kelebihan yang terdapat pada musik yang riang gembira serta bertemakan kelinci yang membuat anak tertarik mengikuti gerakan, namun gerakan tari kelinciku yang melibatkan pergerakan seluruh tubuh dan memiliki tempo yang cepat membuat anak kesulitan untuk mengiringi dan mengikuti gerakan.

Sedangkan pada intervensi *Dance Movement Therapy* memiliki kelebihan pada gerakan yang sederhana dan tempo yang pelan sehingga anak usia 4-5 tahun mudah mengikuti gerakan, akan tetapi gerakan hanya banyak melibatkan anggota gerak atas sehingga pergerakan kaki tidak banyak terlibat. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti terhadap kelompok 1 dan kelompok 2 peneliti

menyimpulkan bahwa tari kelinciku lebih memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghnaita. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (kajian konsep perkembangan anak). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*.3(2) : 16. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Apriloka, D. V. (2020). Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Ditinjau Dari Jenis Kelamin. (*JAPRA*) *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal*, 3(1) <http://dx.doi.org/10.15575/japra.v3i1.8106>
- Dharma, K. (2015). *Metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta timur : CV. Trans Info Media.
- Junaidin, Ns. (2017). Pengaruh Dance Movement Therapy Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia yang Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Pela Wilayah Kerja Puskesmas Monta Kabupaten Bima 2017. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*. 1(2): 206. <http://dx.doi.org/10.36312/jisip.v1i2.345>
- Lais, D. (2012). Efektivitas Dance/Movement Therapy Terhadap Penurunan tingkat Stres Mahasiswa Matrikulasi Penerimaan Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Kedokteran Sumatera Utara 2012 Berdasarkan *Hassles Assessment Scale For Student in College*. Skripsi.

- Diterbitkan.
Diperoleh 14
februari 2022 dari
[https://repository.u
su.ac.id](https://repository.u
su.ac.id)
- Rukmini, R. (2021).
Bermain Kartu flash
Dan Kemampuan
kognitif anak usia 4-
6 tahun di *Wilayah*
manukan loka
tandes Surabaya.
*Adi Husada Nursing
Journal*, 6(2), 122.
[https://doi.org/10.3
7036/ahnj.v6i2.181](https://doi.org/10.3
7036/ahnj.v6i2.181)
- Rositasari, E. (2021).
Efektivitas basic
Dance Movement
Therapy dengan
Tuntas Motorik
Kasar Anak
Preschool di Paud
Kabupaten
Magelang. Skripsi.
Diterbitkan.
Magelang:
Universitas
Muhammadiyah
Magelang. Diperoleh
14 februari 2022
dari
[https://eprintslib.u
mmgl.ac.id/2655/](https://eprintslib.u
mmgl.ac.id/2655/)
- Sari, A.
(2018). Mengembang
kan Kemampuan
Motorik Kasar
Melalui Kegiatan
Pembelajaran Seni
Tari Pada Anak
Kelompok Bermain
PAUD LAB School
Universitas
Nusantara PGRI
Kediri. *Seling*, 4(1), 1-
12.
[https://doi.org/10.2
9062/seling.v4i1.15
1](https://doi.org/10.2
9062/seling.v4i1.15
1)
- Soetjiningsih,
(2012). *Perkembanga
n Anak Sejak
Pembuahan Sampai
Dengan Kanak-
kanak Akhir*.
Jakarta: prenada
- Tantri, A. A. (2022).
Meningkatkan
Kreativitas Siswa
pada Pembelajaran
Seni Tari Melalui
Tari Kelinci di
Sekolah Dasar.
*Journal Of
Elementary School
Education*. 1(2), 122.