

PELATIHAN SENAM IRAMA BERBAHASA INGGRIS UNTUK GURU KB DAN TK UNTUK PERKEMBANGAN BAHASA DAN MOTORIK KASAR ANAK

Farida Noor Rohmah¹⁾, Ika Fitri Wulandari²⁾, Rizky Wulandari³⁾

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta¹⁾
faridanoor88@unisayogya.ac.id¹⁾

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta²⁾
ikawulandh@unisayogya.ac.id²⁾

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta³⁾
rizkywulan.fisio@gmail.com³⁾

ABSTRAK

Anak adalah seorang siswa yang aktif. Mereka membutuhkan gerak dan rasa gembira untuk belajar. Kurang bervariasinya aktivitas siswa membuat mereka bosan sehingga aktivitasnya yang sama berulang setiap ada kegiatan. Input bahasa asing sedikit dan aktivitas penunjang perkembangan motorik yang kurang bervariasi mendukung diadakannya program pengabdian masyarakat di KB-TK Khalifah Centre. Berdasarkan pemaparan permasalahan mitra di atas, maka solusi atau upaya yang dapat dilakukan diantaranya adalah pemberian pelatihan senam irama berbahasa Inggris kepada guru-guru KB-TK Khalifah Centre yang akan menghasilkan target luaran berupa pengetahuan tentang senam irama Berbahasa Inggris. Solusi kedua adalah pembuatan video senam irama Berbahasa Inggris yang menghasilkan target luaran berupa CD yang bisa guru gunakan pada kegiatan senam yang biasanya dilakukan setiap hari jumat sehingga aktivitas senam yang dilakukan bisa bervariasi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan guru-guru KB TK Khalifah Centre tentang kosakata Bahasa Inggris dan senam irama untuk anak melalui lagu anak Berbahasa Inggris. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah demonstrasi dan praktik.

Kata kunci: Senam Irama, Bahasa Inggris, Perkembangan Bahasa, Perkembangan Motorik

ABSTRACT

Children are active learners. They need movement and joy to learn. The lack of variation in learning activity makes them bored. The teachers always repeat the same learning activity. The minimum foreign language input and less varied motor development are the background of this community service programs at KB-TK Khalifah Center. Based on the problems, the solution that was done included the training of English-language rhythmic gymnastics to KB-TK Khalifah Centre teachers that produced output targets in the form of knowledge of English-language rhythmic exercises. The second solution was making English-language rhythmic gymnastics videos that produced an output target in the form of a CD that the teacher can use on gymnastic activities which are usually carried out every Friday so that the exercise activities can be varied. The purpose of this community service was to increase the knowledge of the KB-TK Khalifah Centre teachers about English vocabulary and to add sources of rhythmic gymnastics for children through English-language children's songs. The methods in the implementation of this service were demonstration and practice.

PENDAHULUAN

Anak-anak usia PAUD/KB dan TK yaitu tiga hingga enam tahun adalah masa dimana mereka penuh energi, antusiasme dan rasa ingin tahu. Mereka tampaknya selalu bergerak terutama ketika mereka sedang melakukan sesuatu yang menarik perhatian. Selama bertahun-tahun, kemampuan kognitif mereka semakin sempurna. Kreativitas dan imajinasi muncul dalam segala hal. Bahasa khususnya kosakata pun dimungkinkan akan berkembang sangat pesat jika ada input yang sesuai untuk umur mereka.

Perkembangan kebahasaan dalam hal ini perbendaharaan kosakata dirasa penting untuk dipahami para guru anak usia TK-PAUD. Pemberian bahasa Inggris bagi anak usia dini tidak terlepas dari pendapat para ahli psikologi yang mengatakan bahwa usia sebelum memasuki pendidikan dasar merupakan masa keemasan (*golden age*) dan sekaligus merupakan masa kritis dalam tahapan kehidupan manusia yang akan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Periode paling sensitif terhadap bahasa dalam kehidupan seseorang adalah antara umur nol sampai delapan tahun. Segala macam aspek dalam berbahasa harus diperkenalkan kepada anak sebelum masa sensitif ini berakhir

Selain perkembangan bahasa, perkembangan motorik merupakan hal hal penting dilalui anak usia 3-5 tahun. Perkembangan motorik dibagi menjadi dua, yaitu motorik halus dan motorik kasar. Menurut Mansyur dkk (2009) menjelaskan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah pondasi dasar pendidikan yang diberikan kepada anak-anak usia 0-6 tahun sebagai suatu usaha untuk mengoptimalkan stimulasi sejak dini. Menurut Endah (2008) perkembangan motorik kasar yang baik, tidak hanya didukung pemenuhan status gizi, tetapi didukung juga oleh stimulasi yang diberikan. Pada anak usia dini memiliki reaksi yang kurang cepat dan koordinasi gerak yang kurang sehingga anak mengalami kendala dalam melakukan reaksi seperti melakukan suatu gerakan. Hal ini terjadi karenakurangnya optimalisasi stimulasi saraf motorik.

Pada tahap ini juga kemampuan motorik anak sedang berkembang yang di mulai dengan munculnya koordinasi yang baik, setiap gerakan sudah selaras dengan kebutuhan atau minatnya, sehingga tahap usia ini merupakan waktu yang tepat dalam optimalisasi perkembangan anak, namun ada beberapa permasalahan bahwa anak – anak cenderung kelebihan gerak atau aktifitas motorik yang lincah sehingga perlu di bimbing agar koordinasi anak semakin terarah nantinya ketika beranjak dewasa. Koordinasi diukur melalui pola gerak keterampilan mencakup kemampuan mengontrol tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan fleksibilitas.

Perkembangan sosial anak usia tersebut mulai belajar melepaskan diri dari otoritas orangtuanya. Hal ini ditunjukkan dengan kecenderungan anak untuk selalu bermain di luar rumah bergaul dengan teman sebaya. Anak mulai menyukai permainan sosial, bentuk permainan yang melibatkan banyak orang dengan saling berinteraksi. Perkembangan emosi anak sudah mulai berbentuk dan tampak sebagai bagian dari kepribadian anak. Pada tahapan ini anak mampu fokus untuk keterampilan motorik halus tangan, seperti menulis, menggambar. Kecerdasan kinestetik berupa menyepak, melempar, menangkap, balapan sepeda.

Dalam sistem koordinasi diperlukan tiga komponen agar fungsi koordinasi dapat berlangsung, yaitu : (1) reseptor, reseptor adalah bagian tubuh yang berfungsi sebagai penerima rangsangan. Bagian yang berfungsi sebagai penerima rangsangan tersebut adalah indra, (2) konduktor, konduktor adalah bagian tubuh yang berfungsi sebagai penghantar rangsangan. Bagian tersebut adalah sel-sel saraf (neuron) yang membentuk sistem saraf. Sel-sel saraf ini ada yang berfungsi membawa rangsangan ke pusat saraf ada juga yang membawa pesan dari pusat saraf, (3) efektor, efektor adalah bagian tubuh yang menanggapi rangsangan, yaitu otot dan kelenjar (baik kelenjar endokrin dan kelenjar eksokrin). sistem saraf dan indra sangat erat kaitannya dalam sistem koordinasi.

Maka dari itu diperlukan suatu pembelajaran dan stimulasi yang tepat. Salah satu stimulasi yang diberikan adalah senam irama yang didalamnya menggunakan lagu berbahasa inggris. Pemberian senam irama lagu bahasa inggris merupakan variasi latihan yang dapat dilakukan dalam proses pembelajaran efektif disamping mempermudah pembelajaran berbahasa

inggris juga dapat mencakup gerakan – gerakan yang dapat melatih koordinasi, ketepatan, keseimbangan yang lebih baik. Karena dengan memiliki koordinasi, ketepatan, keseimbangan yang baik motorik anak akan terkontrol dengan baik dan gerakan – gerakan yang dihasilkan akan selaras sehingga konsentrasi anak juga akan lebih baik (Rismayanthi,2012).

Aktivitas yang mendukung perkembangan kognitif dan motorik sebenarnya sudah banyak dilakukan di KB-TK Khalifah Centre. Pihak sekolah sudah melakukan berbagai aktivitas untuk siswa misalnya menyanyi, menggambar, mewarnai, dan berbagai kegiatan dikelas yang mendukung perkembangan kognitif serta kegiatan diluar kelas seperti bermain tangga pelangi, ayunan, senam bersama untuk mendukung perkembangan motorik anak. Akan tetapi, berbagai aktivitas tersebut dirasa kurang bervariasi dan selalu sama setiap tahun ajarannya.

Anak adalah seorang siswa yang aktif. Mereka membutuhkan gerak untuk belajar. Dalam proses belajar, bergerak dengan keterampilan, ketelitian disertai rasa gembira. Kurang bervariasinya aktivitas siswa membuat mereka bosan sehingga aktivitasnya yang sama berulang setiap ada kegiatan. Input bahasa asing sedikit dan aktivitas penunjang perkembangan motorik yang kurang bervariasi mendukung diadakannya program pengabdian masyarakat di KB-TK Khalifah Centre dengan mengadakan pelatihan senam irama Bahasa Inggris untuk perkembangan bahasa asing dan motorik anak untuk guru KB-TK Khalifah Centre.

KB-TK Khalifah Centre adalah lembaga pendidikan anak usia dini Islam terpadu yang terletak di Dusun Karanganyar, Widodomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. Lembaga ini menjadi pusat pembekalan bagi anak usia dini untuk tumbuh dan berkembang sesuai nilai nilai Islam. Sekolah ini berdiri pada tahun 2011. Sekolah ini melayani kelas reguler dan fullday dan menerima peserta didik mulai dari umur 1,5 tahun sampai 6 tahun.

Guru-guru KB-TK Khalifah Centre terdiri dari 12 orang. Latar belakang pendidikan para guru bervariasi, S1, D3, dan masih menempuh S1 bidang PG PAUD dan pendidikan. Kemampuan Bahasa Inggris para guru terbelah masih menengah kebawah karena tidak ada guru yang berlatarbelakang pendidikan Bahasa Inggris. Untuk itu, perlu dilakukan pelatihan Bahasa Inggris melalui senam irama berbahasa Inggris ini untuk diajarkan kepada peserta didik. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan guru-guru KB TK Khalifah Centre tentang kosakata Bahasa Inggris dan senam irama untuk anak melalui lagu anak berbahasa Inggris

Berdasarkan pemaparan analisis situasi dan permasalahan mitra di atas, maka solusi atau upaya yang dapat dilakukan diantaranya:

1. Pemberian pelatihan senam irama berbahasa Inggris

Merupakan kegiatan pelatihan yang diberikan kepada guru-guru KB-TK Khalifah centre berupa senam irama yang menggunakan Bahasa Inggris. Pemilihan konten senam irama Bahasa Inggris dan gerakan senam disesuaikan dengan kurikulum yang ada di KB-TK sehingga kosakata yang diberikan sesuai dengan apa yang seharusnya mereka pelajari dan sesuai dengan umurnya. Guru juga akan dibekali dengan handout yang berisi koskata beserta arti dan cara pengucapannya dan manfaat tiap gerakan untuk perkembangan motorik kasar anak.

2. Pembuatan video senam irama Bahasa Inggris

Setelah guru diberi pelatihan, solusi yang ditawarkan adalah membekali guru dengan sumber senam irama tersebut yang berbentuk video dan dikemas dalam bentuk CD. CD ini bisa guru gunakan pada kegiatan senam yang biasanya dilakukan setiap hari jumat sehingga aktivitas senam yang dilakukan bisa bervariasi.

Berikut ini adalah target dan luaran yang hendak dicapai berdasarkan jenis kegiatan yang akan dilakukan:

1. Pengetahuan tentang Senam Irama Bahasa Inggris

Mengadakan pelatihan senam irama Bahasa Inggris untuk guru. Guru dapat juga mengacu pada handout yang diberikan saat pelatihan tentang senam irama Bahasa Inggris berisi kosakata Bahasa Inggris beserta arti dan cara pengucapannya dan juga diberi arahan tentang gerakan – gerakan motorik kasar untuk menstimulasi tahap perkembangan usianya.

2. Video Senam Irama Bahasa Inggris

Video senam dikemas dalam bentuk CD. Video senam berisi gerakan-gerakan senam irama Bahasa Inggris yang dipraktikkan oleh mahasiswa program studi Fisioterapi Universitas 'Aisyiah Yogyakarta. CD video senam dapat digunakan guru sebagai sumber belajar kosakata Bahasa Inggris dan sumber pendukung perkembangan motorik kasar siswa, misalnya untuk kegiatan senam. Table 1 menggambarkan masalah dan solusi yang ditawarkan.

Tabel 1. Masalah, Solusi, dan Target Luaran

No	Masalah	Solusi	Target luaran
1	Guru kekurangan variasi aktivitas pendukung perkembangan motorik kasar.	Pemberian pelatihan senam irama berbahasa Inggris	Pengetahuan tentang senam irama Berbahasa Inggris
2	Guru kekurangan sumber belajar bahasa Inggris untuk anak.	Pembuatan video senam irama Berbahasa Inggris	CD video senam irama Berbahasa Inggris

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pelatihan senam irama Berbahasa Inggris ini dilaksanakan di KB-TK Khalifah Centre yang beralamatkan di dusun Karanganyar, Kelurahan Widodomartani, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman Yogyakarta sekitar 18 km dari kampus Univeritas 'Aisyiyah Yogyakarta. Pelaksanaan pelatihan ini diawali dengan observasi awal pada bulan September 2017. Setelah diadakan observasia awal dan diskusi dengan pihak mitra, pelaksana pengabdian kemudian membuat materi-materi untuk pelatihan. Pelatihan dilakukan dengan metode demonstrasi dan praktik. Peneliti memrikan contoh lagu dan gerakan senam irama terlebih dahulu kemudian dipraktikkan langsung oleh peserta pelatihan.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Kegiatan pelatihan dilaksanakan I hari pada tanggal 6 Juni 2018 terdiri dari dua sesi, sesi pertama pukul 09.00-12.00 dan sesi kedua pukul 12.00-15.00 WIB. Kegiatan pelatiahn diawali dengan paparan mengenai pentingnya perkembangan bahasa dan motorik anak dan senam irama Berbahasa Inggris. Selajutnya, pemateri, memberikan pelatihan senam dan kosakata Bahasa Inggris dalam Children Song yang ditawarkan, yaitu *Count to 20*, *Baby Shark*, *Head Shoulder Knees Toes*, dan *If You're Happy*. Materi dikemas dalam PPT dan handout bagi semua peserta pelatihan. Sesi selanjutnya, pemateri dan peserta tes langsung mempraktikkan bersama-sama senam irama berbahasa Inggris tersebut sekaligus dengan kosakata dan gerakannya. Berikut adalah foto-foto pelatihan:



Gambar 1. Guru-guru KB-TK Khalifah Centre mampraktikkan senam irama berbahasa Inggris.



Gambar 2. peneliti sedang memberikan contoh lagu dan gerakan senam irama berbahasa Inggris

Setelah dilakukan pelatihan, pelaksana pengabdian masyarakat membuat video senam irama Berbahasa Inggris yang dilakukan oleh mahasiswa Fisioterapi semester 5 UNISA yaitu Nabila Alparesi dan Adinda. Setelah dilakukan pengambilan gambar video, dilakukan pengeditan video oleh ahli IT yang ditunjuk oleh pelaksana pengabdian untuk kemudian dikemas dalam bentuk CD.



Gambar 3. Tampilan video senam irama

Dalam pembelajaran Bahasa Inggris untuk anak tingkat PAUD/kelompok bermain dan TK, lagu atau yang termasuk dalam media audio dianggap sebagai media yang efektif yang bisa digunakan untuk merangsang keaktifan para peserta didik. Untuk itu, pada pelatihan yang dilaksanakan kepada guru-guru PAUD dan TK, penulis juga memberikan gambaran-gambaran umum mengenai keefektifan lagu sebagai media belajar Bahasa Inggris.

.....lagu merupakan bagian yang penting dalam pembelajaran Bahasa Inggris karena lagu menjadikan para siswa lebih sensitif terhadap bunyi, dan mempelajari Bahasa Inggris tidak lain adalah mempelajari berbagai jenis bunyi yang bermakna. Lagu juga membuat kelas lebih menarik dan semarak. Saat anak menyukai lagu yang diajarkan guru, mereka akan dengan senang hati dan antusias melakukannya. Saat itulah secara tidak langsung mereka tengah mempelajari sesuatu (Sophya, 2013:8).

Para guru merasa antusias mengikuti pelatihan dan menerima pengetahuan baru tentang lagu anak berbahasa Inggris. Selama ini guru KB/TK Khalifah Centre hanya mempunyai sedikit referensi lagu anak yang berbahasa Inggris terutama yang bisa digunakan untuk lagu senam irama.

Dengan adanya senam irama berbahasa Inggris ini, guru mempunyai referensi baru untuk pengajaran koskata Bahasa Inggris anak dan senam irama anak. Keunggulan senam irama berbahasa Inggris menurut peserta pelatihan adalah:

1. Gerakannya mudah ditiru
2. Irama menggunakan lagu anak-anak berbahasa Inggris sehingga sambil senam anak-anak bisa bernyayi dan menmabha kosakata Bahasa Inggris
3. Senam ini bila dilakukan secara teratur bisa mendukung perkembangan motorik kasar pada anak.

KESIMPULAN

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah menambah pengetahuan guru BK dan TK Khalifah Centre tentang kosakata Bahasa Inggris dan menanmbah referensi dan sumber senam irama melalui lagu anak Berbahasa Inggris. Kegiatan pengabdian ini penting untuk dilakukan karena guru bisa menambah referensi lagu-lagu berbahasa Inggris, terutama yang bisa digunakan untuk senam irama untuk diajarkan kepada anak didik. Kegiatan pengabdian ini

lancar dilaksanakan dan semua peserta pelatihan antusias mempelajari dan mempraktikkan senam irama Berbahasa Inggris yang baru mereka pelajari.

Perlu dilakukan pembekalaan dan pelatihan Senam Irama Berbahasa Inggris yang berkelanjutan agar Guru PAUD dan TK, khususnya KB TK Khalifah Centre benar-benar memahami setiap gerakan dan kosakata Bahasa Inggrisnya. Untuk pengabdian selanjutnya, diperlukan adanya tambahan lagu untuk senam Irama Berbahasa Inggris agar lebih *up-to-date*.

DAFTAR PUSTAKA

- Endah, 2008. *Perkembangan Motorik-2*. Dalam <http://amore87.wordpress.com/2009/11/05/>. Diakses 13 September 2017, pukul: 21.57.
- Mansyur, Harun Rasyid & Suratno. (2009). *Asesmen Pembelajaran di Sekolah*. Jakarta: Multi Presindo.
- Rismayanthi, C. (2012). *Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar sebagai Stimulasi Motorik Anak Taman K-anak-Kanak melalui Aktivitas Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Santrock, J. W. (2010). *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 1*. Erlangga: Jakarta
- Sophya, I.,V. (2013). *Pembelajaran Bahasa Inggris melalui Lagu pada Anak Usia Dini*. Jurnal *Thufula*, Vol.1, No.1: 1-21

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas 'Aisyiyah yang telah memberi kesempatan dan kebijaksanaan bagi penulis untuk menyelesaikan penelitian.
2. Ketua Program Studi Fisioterapi dan civitas akademika Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
3. Ketua LP2M Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
4. Guru KB-TK Khalifah Centre
5. Mahasiswa Fisioterapi yang berkontribusi membantu pengabdian masyarakat ini.