

## PEMBERDAYAAN KADER TENTANG PEMBERIAN STIMULASI PADA ANAK (GAME LOMPAT TALI BERIRAMA DAN SENAM IRAMA) DI DESA TONDOMULYO KEC JAKENAN KAB PATI

Nopri Padma Nudesti<sup>1\*</sup>, Retno Wulan<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

E-mail: nopri@stikesbup.ac.id

**Abstrak:** *Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, khususnya pada masa golden age (0–5 tahun), merupakan fase kritis yang membutuhkan stimulasi optimal. Di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati, hasil survei menunjukkan sebagian besar kader belum memahami metode stimulasi perkembangan anak, khususnya melalui game lompat tali berirama dan senam irama. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan stimulasi perkembangan anak. Metode kegiatan meliputi ceramah, diskusi, curah pendapat, pelatihan, dan pendampingan. Pelaksanaan dilakukan dalam dua pertemuan, diikuti 15 kader, disertai evaluasi pre-test dan post-test serta pendampingan selama lima minggu. Hasil pre-test menunjukkan nilai pengetahuan kader berada pada rentang 40–60, sedangkan post-test meningkat menjadi 70–100. Seluruh kader (100%) mampu memahami dan mempraktikkan stimulasi melalui game lompat tali berirama dan senam irama setelah pendampingan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader dalam menstimulasi perkembangan anak, serta direkomendasikan untuk dilanjutkan menjadi program rutin pada kelas balita di Desa Tondomulyo.*

**Kata Kunci:** *Stimulasi Perkembangan Anak, Game Lompat Tali Berirama, Senam Irama, Kader, Pengabdian Masyarakat*

### Pendahuluan

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini merupakan periode yang sangat penting, terutama pada masa golden age (0–5 tahun) yang dikenal sebagai fase kritis dalam pembentukan kemampuan dasar, karakter, dan kecerdasan anak. Pada tahap ini, anak mengalami percepatan perkembangan motorik, bahasa, sosial, emosional, serta kemampuan kognitif. Optimalisasi perkembangan tersebut hanya dapat dicapai apabila anak mendapatkan stimulasi yang tepat, terarah, dan sesuai dengan usia perkembangannya.

Data WHO (2018) menunjukkan bahwa permasalahan pertumbuhan dan perkembangan anak masih cukup tinggi secara global, termasuk stunting, gizi buruk, serta gangguan perkembangan. Di Indonesia sendiri, prevalensi penyimpangan perkembangan pada anak usia di bawah lima tahun tercatat mencapai 7,51%. Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak tidak hanya berasal dari kondisi biologis dan nutrisi, namun juga sangat bergantung pada pemberian stimulasi dini yang berkualitas dan berkesinambungan.

Salah satu bentuk stimulasi yang efektif untuk perkembangan motorik kasar adalah melalui aktivitas fisik seperti game lompat tali berirama dan senam irama. Kegiatan lompat tali membantu melatih kekuatan otot, keseimbangan, dan koordinasi tubuh anak, sedangkan senam irama terbukti dapat meningkatkan kelentukan, keluwesan, serta kemampuan motorik secara keseluruhan. Aktivitas-aktivitas tersebut juga memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar melalui gerak, ritme, dan interaksi sosial.

Di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati, kegiatan posyandu dan kelas balita telah berjalan, namun stimulasi perkembangan anak belum dilaksanakan secara optimal. Hasil survei awal terhadap 15 kader menunjukkan bahwa sebagian kader belum memahami cara memberikan stimulasi perkembangan melalui game lompat tali berirama dan senam irama. Selain itu, pendampingan dari tenaga kesehatan mengenai stimulasi tumbuh kembang belum berjalan secara efektif.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya pemberdayaan kader melalui edukasi dan pelatihan mengenai stimulasi perkembangan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan kader dalam memberikan stimulasi perkembangan melalui permainan dan senam yang sesuai dengan tahapan usia anak. Diharapkan kegiatan ini mampu menjadi program berkelanjutan dan mendukung optimalisasi tumbuh kembang anak di Desa Tondomulyo.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati dengan menggunakan pendekatan partisipatif, yaitu melibatkan kader secara aktif dalam seluruh proses kegiatan. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap survei meliputi identifikasi kebutuhan mitra, wawancara dengan bidan desa, pengumpulan data jumlah kader dan ibu balita, serta proses perizinan kepada kepala desa. Informasi awal tersebut digunakan untuk merumuskan masalah dan menentukan bentuk intervensi yang sesuai.

Metode kegiatan terdiri dari ceramah, curah pendapat, tanya jawab, diskusi, pelatihan, serta pendampingan. Tahap pelaksanaan dibagi menjadi dua pertemuan utama. Pada pertemuan pertama, kader diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai stimulasi perkembangan anak. Selanjutnya dilakukan penyuluhan melalui pemaparan materi mengenai konsep stimulasi, manfaat, jenis stimulasi, serta cara pemberian stimulasi sesuai usia. Kegiatan berlangsung secara interaktif menggunakan metode diskusi dan tanya jawab.

Pertemuan kedua difokuskan pada pelatihan praktik stimulasi perkembangan anak melalui game lompat tali berirama dan senam irama. Pada sesi ini kader dilatih secara langsung mengenai langkah-langkah permainan, gerakan senam, serta teknik pendampingan anak. Setelah pelatihan, dilakukan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan kader.

Tahap berikutnya adalah pendampingan yang dilakukan selama lima minggu, satu kali setiap minggu. Pendampingan dilakukan dengan observasi langsung untuk memastikan kader mampu menerapkan stimulasi sesuai standar dan prosedur yang telah diberikan. Pada tahap ini

setiap kader mendapat kesempatan mempraktikkan stimulasi kepada anak, sementara tim pengabdian melakukan evaluasi dan memberikan umpan balik.

Evaluasi kegiatan dilakukan pada aspek input, proses, dan output. Evaluasi input meliputi kesiapan peserta, sarana prasarana, serta instrumen evaluasi. Evaluasi proses dilakukan selama kegiatan berlangsung, mencakup keterlibatan kader, ketepatan metode, dan kelancaran aktivitas. Evaluasi output dinilai melalui hasil post-test sebagai indikator peningkatan pengetahuan kader mengenai stimulasi perkembangan anak.

Keseluruhan metode ini dirancang untuk memastikan kader memperoleh pemahaman konseptual sekaligus keterampilan praktis dalam memberikan stimulasi perkembangan melalui game lompat tali berirama dan senam irama serta mampu melanjutkan kegiatan secara mandiri dalam program kelas balita di desa tersebut.

## Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemberdayaan kader dalam pemberian stimulasi perkembangan anak melalui game lompat tali berirama dan senam irama dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan dan diikuti oleh 15 kader Desa Tondomulyo. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan lancar dan mendapat dukungan penuh dari pihak desa serta tenaga kesehatan setempat.

Pada pertemuan pertama, kegiatan dimulai dengan diskusi dan pengisian pre-test untuk mengukur pengetahuan awal kader mengenai konsep stimulasi perkembangan anak. Hasil pre-test menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kader masih rendah hingga sedang, dengan nilai berada pada rentang 40–60. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa sebagian kader belum memahami macam-macam stimulasi, manfaat stimulasi, serta cara memberikan stimulasi yang sesuai usia perkembangan anak. Setelah itu, dilakukan penyuluhan melalui ceramah, curah pendapat, tanya jawab, dan diskusi mengenai stimulasi perkembangan anak, sehingga kader memperoleh pengetahuan dasar yang lebih komprehensif.

Pada pertemuan kedua, kegiatan difokuskan pada pelatihan praktik stimulasi perkembangan melalui game lompat tali berirama dan senam irama. Seluruh kader mengikuti pelatihan dengan antusias, mengikuti demonstrasi gerakan, serta mempraktikkan kembali secara langsung. Setelah pelatihan selesai, kader diberikan post-test untuk melihat peningkatan pemahaman. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan nilai berada pada rentang 70–100. Perubahan skor ini menggambarkan peningkatan pemahaman kader terhadap materi stimulasi perkembangan anak.

Selain dua pertemuan inti, kegiatan dilanjutkan dengan pendampingan selama lima minggu, masing-masing satu kali setiap minggu. Pada tahap pendampingan, kader didampingi secara langsung untuk mempraktikkan pemberian stimulasi kepada anak melalui permainan dan gerakan senam. Hasil observasi menunjukkan bahwa seluruh kader (15 orang atau 100%) berhasil mempraktikkan stimulasi dengan benar sesuai standar, mulai dari tahapan persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Pendampingan juga membantu kader memperbaiki teknik gerakan dan meningkatkan kepercayaan diri saat mendampingi anak.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader secara optimal. Peningkatan skor pre-test dan post-test, serta keberhasilan pendampingan, menunjukkan bahwa metode edukasi, pelatihan, dan praktik langsung sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan stimulasi perkembangan anak.

## **Diskusi**

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader secara signifikan setelah diberikan penyuluhan, pelatihan, dan pendampingan mengenai stimulasi perkembangan anak melalui game lompat tali berirama dan senam irama. Temuan ini menguatkan bahwa pemberian edukasi dan praktik langsung merupakan pendekatan efektif dalam meningkatkan kapasitas kader sebagai ujung tombak pelaksanaan program tumbuh kembang anak di masyarakat.

Peningkatan nilai pre-test dan post-test yang awalnya berada pada rentang 40–60 menjadi 70–100 mengindikasikan bahwa materi penyuluhan yang diberikan mudah dipahami dan relevan dengan kebutuhan kader. Kondisi ini juga menunjukkan bahwa sebelum intervensi, pemahaman kader mengenai konsep stimulasi, manfaat, dan cara pemberian stimulasi perkembangan anak masih terbatas. Faktor ini dapat memengaruhi kualitas stimulasi yang diberikan kepada anak balita di lingkungan posyandu maupun kelas balita. Setelah intervensi, kader mampu memahami dengan lebih baik cara memberikan stimulasi sesuai usia anak, baik melalui permainan fisik maupun aktivitas berirama.

Pelatihan yang diberikan terkait game lompat tali berirama dan senam irama juga menunjukkan dampak positif terhadap keterampilan praktik kader. Aktivitas lompat tali berirama melibatkan komponen motorik kasar seperti kekuatan otot kaki, keseimbangan, kelincahan, serta koordinasi gerakan. Sementara itu, senam irama melatih kelenturan, fleksibilitas, keseimbangan, dan kontinuitas gerak sesuai irama musik. Kedua jenis stimulasi ini bersifat menyenangkan bagi anak sehingga mudah diterapkan di lingkungan posyandu maupun kelas balita.

Temuan kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa senam irama memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Gerakan berirama memberikan pengalaman sensorik dan kinestetik yang memperkaya kemampuan gerak anak serta membantu proses pematangan fungsi neuromuskular. Demikian pula, permainan lompat tali terbukti mampu mengoptimalkan kekuatan, kecepatan, dan ketepatan gerak anak. Hasil ini diperkuat oleh penelitian yang menyatakan bahwa aktivitas lompat tali mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar terutama pada aspek melompat, keseimbangan, dan koordinasi tubuh.

Pendampingan yang dilakukan selama lima minggu menunjukkan efektivitas metode coaching dan mentoring dalam memastikan kompetensi kader. Seluruh kader (100%) berhasil mempraktikkan stimulasi secara benar setelah pendampingan, yang menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga memastikan terjadinya perubahan perilaku dalam praktik lapangan. Pendekatan pendampingan berkala memberikan

kesempatan bagi kader untuk memperbaiki kesalahan, meningkatkan kepercayaan diri, serta menguatkan pemahaman melalui praktik berulang.

Meskipun kegiatan berjalan lancar, terdapat tantangan yang dialami oleh kader, khususnya dalam menghafal rangkaian gerakan senam irama karena durasi gerakan yang cukup panjang. Namun tantangan ini dapat diatasi melalui strategi follow up berupa akses video demonstrasi gerakan sehingga kader dapat berlatih secara mandiri di rumah. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan media pembelajaran berkelanjutan sangat penting untuk menjaga keberlanjutan program.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif dalam peningkatan kemampuan kader dalam menstimulasi perkembangan anak. Dengan penguasaan keterampilan ini, kader diharapkan mampu menjadi agen perubahan dalam upaya pemantauan tumbuh kembang dan pencegahan keterlambatan perkembangan di tingkat desa, serta memberikan kontribusi berkelanjutan bagi optimalisasi perkembangan anak usia dini.

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemberdayaan kader dalam pemberian stimulasi perkembangan anak melalui game lompat tali berirama dan senam irama di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati berlangsung dengan baik dan mencapai tujuan yang diharapkan. Pemberian edukasi, pelatihan, serta pendampingan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan kader dari nilai pre-test 40–60 menjadi 70–100 pada post-test, yang menandakan peningkatan pemahaman yang signifikan mengenai konsep stimulasi perkembangan anak. Pelatihan praktik melalui demonstrasi gerakan juga berhasil meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan stimulasi motorik kasar, baik melalui permainan lompat tali berirama maupun senam irama. Seluruh kader (100%) mampu mempraktikkan stimulasi secara benar setelah mendapatkan pendampingan selama lima minggu.

Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap kesiapan kader sebagai pelaksana program tumbuh kembang di tingkat desa. Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader, diharapkan stimulasi perkembangan anak dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kegiatan posyandu maupun kelas balita, sehingga mampu mendukung optimalisasi tumbuh kembang anak usia dini di Desa Tondomulyo.

## **Pengakuan/Acknowledgements**

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, kesehatan, dan kemudahan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat serta penyusunan laporan ini dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, serta kerja sama selama proses perencanaan hingga pelaksanaan.

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Ketua Yayasan Pratini

Soedarsono dan Ketua STIKES Bakti Utama Pati yang telah memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Tondomulyo beserta jajaran perangkat desa yang telah memberikan izin, fasilitas, dan dukungan dalam penyelenggaraan kegiatan.

Apresiasi yang sebesar-besarnya disampaikan kepada bidan desa, kader posyandu, serta seluruh peserta yang terlibat aktif dalam kegiatan pelatihan dan pendampingan. Komitmen dan antusiasme para kader menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa yang turut membantu pelaksanaan kegiatan dan dokumentasi.

Tidak lupa, penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun telah memberikan kontribusi baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terselenggara dengan baik.

Semoga seluruh dukungan yang diberikan menjadi amal kebaikan dan memberikan manfaat bagi peningkatan kualitas pelayanan tumbuh kembang anak di Desa Tondomulyo, Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati.

## Daftar Referensi

- Aminati. (2013). Pijat dan senam untuk bayi & balita. Yogyakarta: Brilliant Books.
- Anggraini, F. (2016). Peranan senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Antologi UPI*, 4(2).
- Decaprio, R. (2013). Aplikasi teori pembelajaran motorik di sekolah. Yogyakarta: Diva Press.
- Firdaus, A., dkk. (2018). Upaya meningkatkan motorik kasar melalui senam ritmik. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1).
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan fisik motorik anak usia dini. *Jurnal Golden Age*.
- Husna, A., & Hadi, B. (2018). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 4–5 tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Nudesti, N. P., & Wulan, R. (2024). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik pada anak usia 4–5 tahun di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 396–402.
- Rizkya, N., dkk. (2014). Pengaruh senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak kelompok B di TK Al-Fitroh. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Saputri, G. R., dkk. (2020). Frekuensi latihan senam irama dan perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Soetjiningsih. (2014). Tumbuh kembang anak (Edisi 2). Jakarta: EGC.

- Sudarmilah, E. (2016). Perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Olahraga dan Pembelajaran Motorik*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Ulfah, A. A. (2021). Analisis penerapan senam irama dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1884–1852.
- Yuliansih. (2015). Pengaruh senam irama terhadap kemampuan motorik anak usia 5 tahun. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Yuniarti. (2015). Perkembangan motorik pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Wahyu, Y., Ali, M., & Yuniari, D. (2019). Peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan lompat tali pada anak usia dini. *Jurnal Pendidikan PAUD*.