

## Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik AUD di Kelas Melalui Kegiatan Senam Irama

Zahrati Mansoer<sup>1\*</sup>, Annisya Mulia<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

<sup>2</sup>Pendidikan Anak Usia Dini, Kuttab Ababil, Indonesia

\*zahratimansoer@stkipkusumanegara.ac.id

dinmly9@gmail.com

### Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan anak TK kelompok A usia 4-5 tahun dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan senam irama dengan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilakukan di TK Kuttab Ababil. Teknik analisis data menggunakan observasi dan pemberian tes. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa kecerdasan kinestetik anak dapat ditingkatkan dengan kegiatan senam irama. hal ini dibuktikan kecerdasan kinestetik anak yang meningkat dari siklus I sampai dengan siklus II, dengan presentase rata-rata kecerdasan kinestetik pada siklus I sebesar 49,54% dan meningkat pada siklus II menjadi 89,60%.

Kata kunci: Anak Usia Dini, Kecerdasan Kinestetik, Seni Irama

Dikirim: 07 Juli 2025

Direvisi: 09 Juli 2025

Diterima: 12 Juli 2025

### Identitas Artikel:

Mansoer, Zahrati, Mulia, Annisya (2025). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik AUD di Kelas Melalui Kegiatan Senam Irama. *Jurnal Cerlang Pendidikan Anak Usia Dini (JCPAUD)*, 2(2), 01-06.

## PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pendidikan anak usia dini dapat dilakukan melalui jalur pendidikan formal, nonformal, maupun informal misalnya TK, KB, TPA, PAUD dan lembaga lain yang sederajat.

Program pendidikan anak usia dini diharapkan dapat memfasilitasi perkembangan anak secara optimal. Pertumbuhan fisik pada setiap anak tidak selalu sama dan beberapa anak yang mengalami pertumbuhan secara cepat, tetapi ada yang mengalami keterlambatan. Anak juga mengalami perubahan fisik secara proporsional, anak mengalami perubahan fisik menuju proporsi yang serasi. Perubahan proporsi tubuh mempunyai irama pertumbuhan sendiri, seiring dengan perkembangan fisik yang beranjak matang. Salah satu aspek yang perlu dikembangkan yaitu aspek fisik motorik. Perkembangan fisik berkaitan erat dengan motorik, perkembangan motorik kasar tersebut mulai berjalan dahulu sebelum motorik halus berkembang. Perkembangan motorik anak sudah terkoordinasi dengan baik, Setiap gerakannya sudah selaras dengan kebutuhan dan minatnya, masa ini ditandai dengan kelebihan aktivitas. Anak cenderung menunjukkan

gerakan-gerakan motorik yang cukup gesit dan lincah, oleh karena itu masa ini merupakan masa yang ideal untuk belajar menggambar, melukis, berenang, dan senam. Perkembangan motorik kasar pada anak usia dini yang meliputi, a) berdiri di atas satu kaki selama 10 detik, b) berjalan lurus pada satu garis lurus, c) berjalan mundur, d) melompat ke depan 10 kali, e) melompat ke belakang sekali, f) menangkap bola yang dilemparkan dengan 2 tangan kurang lebih sejauh 2 meter. Coughlin (Sumantri, 2005: 104-105).

Dampak langsung ketidakmampuan anak dalam melakukan kegiatan fisik motorik, khususnya motorik kasar akan menimbulkan kurang percaya diri, koordinasi gerak yang tidak sempurna, obesitas, dan kurang konsentrasi. Hal ini bertentangan dengan program pengembangan keterampilan motorik. Berdasarkan observasi awal di TK Kuttab Ababil. Perkembangan motorik kasar kelompok A di TK Kuttab Ababil belum mampu melakukan kolaborasi tangan dan kaki, mengekspresikan gerakan dengan irama bervariasi, melompat ke depan, berjalan maju pada satu garis lurus, dan melompat dengan satu kaki, pada kegiatan melompat dengan satu kaki anak belum bisa menjaga kekuatan kaki, keterampilan melompat kedepan, dan kolaborasi gerak tangan masih mengalami kesulitan, kebanyakan anak belum menekukkan lutut secara maksimal pada saat melompat, dalam mengkolaborasikan gerakan kaki dan tangan anak mengalami kesulitan.

Kecerdasan kinestetik merupakan potensi menggabungkan fisik dan pikiran sehingga memperoleh gerakan terbaik, apabila sumber gerakan terbaik didapatkan melalui penggabungan fisik dan pikiran, maka anak akan terlatih dengan baik, apa saja yang dilakukan seseorang akan tercapai lebih optimal (Irwansyah, 2015). Di lingkungan anak, gerakan yang maksimal akan mudah didapatkan sejak anak usia dini, karena fisik usia dini masih dalam proses bertumbuh kembang, perkembangan otaknya pun berjalan dengan cepat. Dengan hal ini anak akan dapat mengkombinasikan imajinasi dan gerakan tubuhnya sehingga mencapai gerakan secara maksimal. Anak juga bisa melakukan aksi yang optimal dan melebihi kecepatan orang yang lebih tua (Suyadi, 2014).

Kondisi hasil pencapaian kinestetik siswa di TK Kuttab Ababil diperoleh data sebagai berikut: Anak dengan hasil kecerdasan kinestetik yang belum muncul adalah 6 orang, anak yang mulai muncul ada 4 orang, sedangkan anak yang berkembang sesuai harapan ada 3 orang, dan anak yang berkembang sangat baik mencapai 3 orang. Hasil pengamatan secara spesifik dalam kegiatan penunjang kinestetik disebabkan oleh beberapa hal antara lain: 1) guru hanya mencontohkan gerakan monoton; 2) teknik yang di gunakan tidak tepat; 3) sarana prasarana yang kurang; 4) metode yang digunakan guru hanya terbatas pada gerakan sederhana dan monoton; 5) guru tidak menggunakan alat peraga/musik yang ceria. Bertolak dari permasalahan di atas, maka kami mencoba berupaya untuk mencari solusi dengan menganalisis permasalahan penerapan kegiatan senam irama untuk meningkatkan aspek kecerdasan kinestetik AUD di kelas.

### **Hakikat Kecerdasan Kinestetik**

Kecerdasan kinestetik adalah suatu kecerdasan di mana saat menggunakannya kita mampu melakukan gerakan-gerakan yang bagus, berlari, menari, membangun sesuatu, semua seni dan hasta karya. Banyak orang yang berbakat secara fisik dan “terampil menggunakan tangan” tidak menyadari bahwa mereka menunjukkan bentuk kecerdasan yang tinggi. Kecerdasan yang sama nilainya dengan kecerdasan

yang lain. (Yuliani Nurani Sujiono, 2009). Menjadi cerdas berarti meletakkan fondasi pada keseluruhan pertumbuhan dan kesejahteraan masing-masing individu. Hal ini juga membantu anak dalam mencapai kemampuan fisiknya sampai potensi maksimalnya. Seorang anak dengan kemampuan ini menikmati berbagai bentuk aktivitas fisik, dan cepat menyerap keterampilan baru. Ketika dihadapkan dengan suatu tugas fisik yang baru seperti hiking atau manjat, anak yang memiliki kecerdasan fisik kemungkinan besar menikmati tantangan itu dan merasa yakin bahwa dia akan mampu melakukan tugas itu.

Kecerdasan kinestetik identik dengan kemampuan seseorang dalam mengembangkan gerak sehingga mempunyai nilai performan yang begitu indah dan berbeda dari yang lainnya. (Tadkiroatun Musfiroh, 2012). Anak mulai dapat menggunakan kecerdasan kinestetik dengan baik pada saat tersebut sudah dapat bergerak sendirinya. Hal ini dapat dilihat dengan baik yaitu pada saat anak mulai dengan berjalan sendiri dan dapat mengondisikan dirinya sendiri sesuai dengan porsinya. Anak yang mempunyai kecerdasan ini menandakan sudah matangnya anak dalam mengambil suatu tindakan. Kematangan tindakan ini bergantung pada keterampilan otot dan saraf yang dimilikinya.

Kecerdasan kinestetik ialah seseorang yang lebih cenderung senang bergerak dan menyentuh dan memiliki kontrol pada gerakan, keseimbangan, ketangkasan, keanggunan dalam bergerak. (M. Yazid Busthomi, 2012). Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan dalam menggunakan keseluruhan potensi tubuh untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaan.

### **Hakikat Senam**

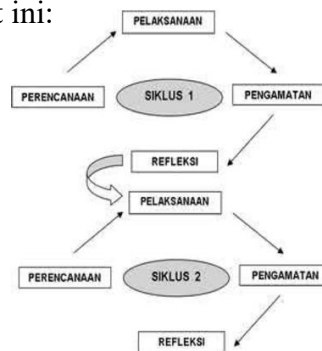
Senam adalah merupakan suatu olahraga yang mempunyai ruang lingkup tersendiri, mempunyai dimain atau daerah batas-batas lingkup tersendiri dan mempunyai kaedah-kaedah tersendiri yang pada hakikatnya semua cabang olahraga memerlukan gerakan-gerakan senam. Gerakan-gerakan senam ini dilakukan dengan maksud-maksud tertentu dan biasanya dipergunakan pada gerakan-gerakan pemanasan. Ini berarti senam merupakan bagian dari kegiatan olahraga. (Diktad Senam Ritmik, ).

Senam adalah latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Senam sangat penting untuk pembentukan kelenturan tubuh, yang menjadi arti penting bagi kelangsungan hidup manusia. Senam ada berbagai macam, diantaranya senam lantai, senam hamil, senam aerobik, senam pramuka, Senam Kesegaran Jasmani (SKJ), dan lain-lain. Biasanya di PAUD, guru-guru mengajarkan senam- senam yang mudah dicerna oleh anak, seperti SKJ dan senam pramuka. Namun ketika beranjak remaja, banyak orang melakukan senam aerobik, ataupun senam lain termasuk meditasi untuk menenangkan diri. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga. (Danar Santi, 2009).

## METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang dilakukan adalah dengan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Classroom Action Research* yang berarti penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu objek penelitian. Tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan senam irama pada anak kelompok A TK Kuttab Ababil.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sehingga hasil belajar siswa meningkat (Moleong, 2015; Arikunto, Suharsimi dan Suharjono Supriadi, 2011). Model yang digunakan dalam penelitian adalah PTK model Kemmis dan Mc Taggart yang terdiri dari empat komponen yaitu: 1) Perencanaan (*planning*), 2) Pelaksanaan (*acting*), 3) Pengamatan (*observing*), 4) Refleksi (*reflecting*). Adapun prosedur model penelitian tindakan kelas yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart adalah sebagaimana terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Tahapan Penelitian Tindakan Kelas model Kemmis dan Mc Taggart

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini menggunakan teknik analisis kualitatif. Analisis data kualitatif digunakan untuk menentukan peningkatan proses belajar, khususnya berbagai tindakan yang dilakukan. Analisis data kualitatif memanfaatkan persentase yang merupakan langkah awal dari keseluruhan proses analisis. Analisis kualitatif harus dinyatakan dalam sebuah predikat yang menunjuk pada kenyataan, keadaan, dan ukuran kualitas, seperti kurang sekali, kurang, cukup baik, dan sangat baik. Menyebutkan bahwa ada tiga tahap dalam menganalisis data kualitatif, diantaranya yaitu: reduksi data, mendeskripsi data dan penarikan kesimpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama proses belajar berlangsung dengan menggunakan metode pembiasaan. Peneliti dibantu oleh guru yaitu Ibu Yusnita sebagai mitra kolaborasi untuk mengamati seluruh aktivitas atau kegiatan guru didalam kelas dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan oleh peneliti.

Pada dasarnya anak-anak kelompok A TK Kuttab Ababil memiliki kemampuan gerak yang baik. Hal ini terlihat ketika anak bermain, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Anak dengan riang gembira berlari keluar masuk kelas, bermain di perosotan dan menaiki jaring laba-laba dan ada beberapa anak yang hanya duduk

berdiam diri di depan kelas. Dalam hal mengkombinasikan gerakan tangan dan kaki secara bersamaan, anak-anak kelompok A TK Kuttab Ababil Masih mengalami kesulitan. Hal ini terlihat ketika anak-anak berbaris di depan kelas sambil menyanyikan lagu. Di sini terlihat bahwa anak masih mengalami kesulitan mengkombinasikan tangan dan kaki. Ketika guru memberikan contoh gerakan berjalan di tempat sambil bertepuk tangan, masih ada anak yang hanya berjalan di tempat namun bertepuk tangan yang tidak sesuai dengan irama dan ada anak yang hanya berdiam diri.

### Siklus I

Berdasarkan hasil observasi guru tentang kecerdasan kinestetik AUD, peneliti mengamati aktivitas anak dengan menggunakan lembar observasi yang telah dipersiapkan. Dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada siklus I dengan dua kali pertemuan diketahui bahwa tindakan yang dilakukan peneliti belum optimal. terlihat total seluruh kenaikan sebesar 10,5% sebanyak 4 siswa memiliki fokus yang baik di kelas dengan jumlah dalam pratindakan, peneliti menemukan bahwa dari 20 anak ada 10 anak yang belum tuntas dengan rincian MB sebanyak 10 anak, BSH sebanyak 3 anak, BSB sebanyak 7 anak. Persentasi pratindakan yaitu 10,01%. Sedangkan pada siklus I ditemukan peningkatan dengan rincian dari 20 anak ada pengurangan terhadap jumlah anak yang belum tuntas dari 10 anak menjadi 6 anak. Maka terjadilah peningkatan sekitar 4,7%.

Secara keseluruhan pada persentasi awal 19,1 yang belum tuntas pada siklus I mengalami peningkatan sebesar 39,5%. Selisihnya sebesar 1,3%, menunjukkan jumlah persentasi kenaikan yang disebabkan oleh siklus I.

### Siklus II

Berdasarkan hasil refleksi pada siklus II, peneliti Menyusun perencanaan tindakan Tindakan siklus II. Pada siklus II, Tindakan metode senam ceria Kembali diberikan kepada anak usia dini 4-5 tahun dalam proses pembelajarannya. Peneliti dan guru berkolaborasi membuat RPPH yang lebih sistematis dan detail berperan Bersama sebagai pengamat dan penilai bagi anak yang menjalankan kegiatan pada siklus 2 ini. Terlihat total seluruh kenaikan sebesar 70,3% perilaku moral anak usia dini 4-5 tahun sebanyak 3 orang dari rata-rata kelas 89,3% meningkatkan kecerdasan kinestetik dengan metode senam irama terbukti berhasil dengan total keberhasilan 70,3% menjadi 89,60%.

Tabel 1. Hasil Keseluruhan Siklus

Siklus	Jumlah Siswa	MB	BSH	BSB	Presentase
Pratindakan	20	10	3	7	10,01%
Siklus I	20	6	6	8	49,54%
Siklus II	20	2	10	8	89,60%
Total seluruh presentasi kenaikan					70,3%

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di kelompok A TK Kuttab Ababil yang telah di uraikan pada hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Cara yang dilakukan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak berhasil baik dengan menggunakan gerak lagu senam, 2) Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan kinestetik anak dapat ditingkatkan dengan kegiatan senam anak dari peningkatan kecerdasan kinestetik anak sebelumnya mulai dari siklus I sampai

dengan siklus II, dengan presentase rata-rata siklus I mencapai 49,54% dan siklus II meningkat menjadi 89,60%.

## REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi dan Suharjono Supriadi (2011). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Busthomi, Yazid. 2012. *Panduan Lengkap PAUD*. Jakarta: Citra Publishing. Diktad Senam Ritmik, Metode Praktis Belajar Senam Erobik. Unimed. [download.portalgaruda.org/article.php](http://download.portalgaruda.org/article.php)
- Danar Santi, (2009), *Pendidikan Anak Usia Dini Antara Teori Dan Praktik*, Jakarta: PT Indeks, h. 41-42.
- Diktad Senam Ritmik, Metode Praktis Belajar Senam Erobik, Medan: Unimed, h. 1.
- M. Yazid Busthomi, (2012), *Panduan Lengkap PAUD*, Jakarta: Citra Publishing, h. 45.
- Menteri Pendidikan Nasional. 2009. *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 58 tentang standar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional RI.
- Moleong. (2005). *Metode Penelitian Tindakan Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tadkiroatun Musfiroh, (2012), *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, Tangerang Selatan: Universitas Terbuka
- Yuliani Nurani Sujiono, (2009), *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, Jakarta: PT Indeks, h. 188.