



Analisis Metode Senam Irama Untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Pada KB Al – Hidayah Plus Mojosari Kabupaten Mojokerto

Analysis of Rhythmic Gymnastics Methods for Developing Early Childhood Kinesthetic Intelligence in KB Al – Hidayah Plus Mojosari, Mojokerto Regency

Mudawamah^{1*}, Nahdiyatul Ummah²

^{1,2}PIAUD, Tarbiyah, Universitas Pesantren KH Abdul Chalim

Email : Mudawamah.md@gmail.com^{*1}, nahdiyatulummah9@gmail.com²

Article Info

Article history :

Received : 27-07-2024

Revised : 01-08-2024

Accepted : 04-08-2024

Published: 07-08-2024

Abstract

This research analyzes the effectiveness of the rhythmic gymnastics method in developing kinesthetic intelligence in early childhood at KB Al-Hidayah Plus Mojosari, Mojokerto Regency. The research focus includes the process of implementing rhythmic gymnastics learning, increasing kinesthetic intelligence after implementing rhythmic gymnastics, and the benefits of rhythmic gymnastics in developing kinesthetic intelligence in early childhood. The research method uses a qualitative approach with case studies, as well as data collection techniques through observation, interviews and documentation studies. The research results show that the process of implementing rhythmic gymnastics at KB Al-Hidayah Plus Mojosari involves designing sessions that are appropriate to the child's age and the stages of warm-up, core movements and cool-down. In addition, there was a significant increase in children's movement abilities after implementing rhythmic gymnastics learning, with the development of motor skills, coordination, balance, and the ability to follow the rhythm of movements and music. The benefits of rhythmic exercise include physical aspects with increased strength, flexibility and balance, as well as mental benefits such as creative thinking and problem solving abilities. Group interaction during exercise sessions also helps build social skills such as communication, cooperation and empathy. Overall, rhythmic gymnastics is proven to be an effective learning method in developing kinesthetic intelligence in early childhood, not only physically but also mentally and socially, in accordance with the views of experts and national guidelines in education.

Keywords: *Rhythmic Gymnastics Method, Kinesthetic Intelligence, Early Childhood*

Abstrak

Penelitian ini menganalisis efektivitas metode senam irama dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari, Kabupaten Mojokerto. Fokus penelitian mencakup proses penerapan pembelajaran senam irama, peningkatan kecerdasan kinestetik setelah penerapan senam irama, dan manfaat senam irama dalam pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus, serta teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses penerapan senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari melibatkan perancangan sesi yang sesuai dengan usia anak dan tahapan



pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan. Selain itu, terjadi peningkatan signifikan dalam kemampuan gerak anak-anak setelah penerapan pembelajaran senam irama, dengan perkembangan keterampilan motorik, koordinasi, keseimbangan, dan kemampuan mengikuti ritme gerakan dan irama musik. Manfaat senam irama meliputi aspek fisik dengan peningkatan kekuatan, kelenturan, dan keseimbangan, serta manfaat mental seperti kemampuan berpikir kreatif dan pemecahan masalah. Interaksi dalam kelompok selama sesi senam juga membantu membangun keterampilan sosial seperti komunikasi, kerjasama, dan empati. Secara keseluruhan, senam irama terbukti sebagai metode pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini, tidak hanya secara fisik tetapi juga mental dan sosial, sesuai dengan pandangan para ahli dan pedoman nasional dalam pendidikan

Kata Kunci : Metode Senam Irama, Kecerdasan Kinestetik, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Menurut UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa PAUD Bab 1 pasal 1 Ayat 14 adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan 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. Dalam sistem pendidikan nasional dijelaskan pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan Anak Usia Dini adalah jenjang pendidikan sebelum jenjang pendidikan dasar yang merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan rohani dan jasmani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, yang diselenggarakan pada jalur formal, nonformal, dan informal (Tanu, 2019).

Adapun ruang lingkup perkembangan anak usia dini meliputi perkembangan nilai agama dan moral, sosial emosional, bahasa, kognitif, dan fisik motorik. Melalui pendidikan anak usia dini, kemampuan fisik, kognitif, bahasa, seni, sosial emosional, disiplin diri, nilai-nilai agama, konsep diri, dan kemandirian dapat dikembangkan. Pendidikan anak usia dini pada dasarnya meliputi seluruh upaya dan tindakan yang dilakukan oleh pendidik dan orang tua dalam proses perawatan, pengasuhan, dan pendidikan pada anak dengan menciptakan aura dan lingkungan dimana anak dapat mengeksplorasi pengalaman belajar yang diperolehnya dengan cara mengamati, meniru, bereksperimen yang berlangsung secara berulang-ulang dan melibatkan seluruh potensi dan kecerdasan anak.

Pendidikan Anak Usia Dini disajikan dalam bentuk permainan sambil belajar yang difokuskan pada perkembangan aspek-aspek anak usia dini. Yang mana Aspek-aspek yang harus ditumbuhkan pada anak usia dini adalah Nilai Agama dan Moral, Fisik-Motorik, Kognitif, Bahasa, Sosial-Emosional, dan Seni (Susanto, 2021). Menurut Yusuf, otak memiliki pengaruh yang



signifikan bagi perkembangan aspek-aspek perkembangan lainnya, seperti moral, kognitif, sosial emosional, kepribadian maupun motorik (Kamelia, 2019). Semakin matangnya perkembangan sistem syaraf otak yang mengatur otot memungkinkan berkembangnya keterampilan motorik anak. Organ otak sangat berpengaruh, terhadap perkembangan motorik, ketika anak melompat, melempar, dan berlari terjadi stimulasi pertumbuhan otot-ototnya. Perkembangan motorik kasar anak dengan kecerdasan jamak (Multiple Intelligence) memiliki keterkaitan yang cukup relevan yaitu pada aspek kecerdasan kinestetik.

Kecerdasan sangat diperlukan bagi setiap anak karena kecerdasan dapat membantu seseorang dalam menghadapi berbagai permasalahan yang muncul. Perkembangan kecerdasan anak akan lebih baik jika dilakukan sejak usia dini dengan memberikan stimulus melalui panca indra yang dimilikinya. Kecerdasan juga merupakan cara berfikir seseorang yang dapat dijadikan modal belajar. Menurut Gardner, setiap anak dilahirkan dengan memiliki kecerdasan jamak dan masing-masing anak memiliki kecerdasan yang berbeda-beda. teori yang pertama di tulis di buku *Frames of mind: The Theori of Multiple Intellegences*, menyatakan bahwa setiap orang mempunyai jenis kecerdasan yang berbeda - beda dengan tingkat yang berbedabeda. Kecerdasan multiple adalah suatu yang bisa di kembangkan sejak dini, usia dini yang mana usia yang tepat untuk merangsang kecerdaan multiple anak. Ada delapan kecerdasan di dalam kecerdasan multiple yaitu kecerdasan verbal-linguistik (berbahasa), kecerdasan logika matematika (angka dan logika), kecerdasan musikal (cerdas musik), kecerdasan visual spasial (gambar), kecerdasan interpersonal (cerdas mengenali potensi dan kelemahan diri sendiri), kecerdasan intrapersonal (cerdas sosial), kecerdasan natural (cerdas berhubungan dengan alam), dan kecerdasan kinestetik (Maemunah, 2010). Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggabungkan antara fisik dan pikiran sehingga menghasilkan gerakan yang sempurna. jika gerak sempurna yang bersumber dari gabungan antara pikiran dan fisik tersebut terlatih dengan baik, apapun yang dikerjakan orang tersebut akan berhasil dengan baik bahkan sempurna.

Dalam konteks anak-anak, gerak sempurna tersebut lebih mudah dibentuk atau dilatih semenjak ia masih berusia dini karena pada usia ini fisik sedang mengalami pertumbuhan yang baik, disamping perkembangan otaknya yang sedang pesat pesatnya. Kondisi ini sangat memungkinkan anak usia dini memadukan pikiran dan gerakan tubuhnya sehingga menghasilkan gerak-elastis yang sangat sempurna. Bahkan, mereka dapat melakukan gerakan-gerakan akrobat dengan sangat baik lebih cepat dari orang dewasa (Suyadi, 2014).

Perkembangan kinestetik anak mempunyai manfaat bagi perkembangan anak yang lain, yaitu bagi perkembangan fisiologis anak, perkembangan social emosional anak, dan perkembangan kognitifnya. Pentingnya perkembangan kinestetik bagi perkembangan fisiologisnya yaitu dengan bergerak atau berolahraga akan menjaga anak agar tidak mendapat masalah dengan jantungnya, dan juga dapat menstimulasi semua proses fisiologis anak seperti peningkatan sirkulasi darah dan pernafasannya. Adapun pentingnya perkembangan kinestetik bagi perkembangan sosial emosionalnya yaitu dengan kemampuan kinestetik yang baik maka anak akan mempunyai rasa percaya diri yang besar, dan lingkungan teman-temannya juga akan menerimakanak tersebut,



sehingga anak akan mudah bersosial dengan temannya dengan rasa kepercayaan diri yang besar yang di milikinya.

Menurut Lwin menegaskan bahwa dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik bagi individu, khususnya siswa, bahwasanya kecerdasan kinestetik menjadikan anak memiliki kemampuan anak psikomotor yang baik. Yang mana nantinya kemampuan inilah yang akan merujuk kepada kemampuan untuk mengkordinasikan bagian-bagian tubuh seseorang dengan otak supaya berfungsi secara sinergis dan padu mencapai tujuan tertentu dalam berkerja (Acesta, 2019). Kecerdasan kinestetik pada anak usia dini dapat di stimulasi dengan kegiatan yang sederhana dan di sukai oleh anak. Salah satu di antaranya dengan kegiatan senam irama. Melalui senam irama anak akan mengingat sebuah irama disertai dengan gerakan. Terkadang anak lupa dengan iramanya tapi ingat dengan gerakannya. Anak belajar untuk mengingat gerakan dengan katakata tertentu dan belajar membuat gerakan sesuai irama. Anakanak pada dasarnya sudah memiliki potensi untuk memiliki kecerdasan kinestetik, seperti ketika seorang anak mendapatkan barang yang diinginkan maka dia akan menari-nari.

Senam irama atau senam ritmik merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Senam irama menuntut anak untuk bergerak aktif dan energik sehingga mereka akan banyak belajar dari kegiatan senam irama, belajar bagaimana cara mengatur keseimbangan tubuh, menggerakkan anggota tubuh dan mengatur kelenturan tubuh. Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan, gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dan seluruh bagian tubuh. Menurut Peter H. Werner, senam adalah latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh (Yuningsih, 2019).

Senam merupakan salah satu kegiatan yang dapat merangsang perkembangan kecerdasan anak usia dini. Senam irama adalah olahraga yang diharapkan dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik, Senam dengan diiringi musik dan lagu menjadikan kecerdasan musik anak pun turut terbina. Melalui kegiatan senam irama diharapkan kecerdasan kinestetik anak dapat berkembang pula. Gerakan senam akan lebih kreatif ketika dikombinasikan dengan musik. Namun sebelum anak bisa melakukan gerakan ekspresif, pertama anak harus bisa variasi gerakan badan. Dengan cara ini, anak akan dapat menyadari bahwa mood dan perasaan tertentu dapat dihilangkan melalui gerakan ekspresif. Artinya gerak dan lagu dapat merangsang dan meningkatkan kecerdasan kinestetik, jadi kecerdasan ini dapat distimulus melalui kegiatan olahraga yang menggunakan musik misalnya senam irama. Seluruh kecerdasan yang dimiliki anak harus distimulasi atau dirangsang oleh guru sehingga anak dapat berkembang dengan optimal. Salah satu kecerdasan anak yang perlu diperhatikan oleh guru adalah kecerdasan kinestetik karena ini berhubungan dengan fisik.

Berdasarkan Observasi yang dilakukan penulis di KB AL-Hidayah Plus Mojosari, bahwasanya sekolah ini menerima peserta didik yang berkebutuhan khusus (ABK). yang mana setiap pendidikan memperhatikan prinsip kebuthan individual yang semestinya setiap pribadi anak



memiliki kemampuan dan kebutuhan khusus dan berbeda beda. oleh karna itu pendidikan harus mengusahakan untuk menyesuaikan dengan kondisi anak. Disisni Peneliti melihat khususnya pada sebagian anak berkebutuhan khusus (ABK) yang belum berkembang pada kecerdasan kinestetiknya, di KB AL- Hidayah Plus ini guru cenderung mengembangkan segi kognitif dan Bahasa anak saja dan dalam proses pelajaran guru juga jarang memberikan kegiatan stimulasi fisik motorik sebelum kegiatan mengajar. kurangnya kegiatan fisik yang di berikan guru menyebabkan kecerdasan kinestetik anak tidak berkembang dengan optimal hal itu dapat dilihat dari semangat anak untuk belajar yang kurang dan gerak tubuh anak yang tidak sempurna. Salah satu penyebabnya adalah lingkungan belajar yang kurang mendukung, kurangnya kasih sayang, kepedulian dan keterkaitan seorang guru dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak, anak terlihat tidak suka belajar dengan secara langsung, artinya anak hanya duduk, diam, dan mendengarkan pelajaran yang disampaikan guru. selebihnya konsentrasi anak tidak fokus, tidak lincah, sehingga anak merasakan cepat bosan, cepat lelah, Sehingga tidak meningkatnya rasa ingin tahu anak.

Semestinya Pembelajaran dengan melibatkan anak dapat membantu meningkatkan kecerdasan kinestetik anak. Berkaitan dengan hal tersebut, maka penulis mencoba memberikan strategi pembelajaran dan kegiatan yang belum ada di kelasnya, yaitu dengan kegiatan senam. Senam disini disesuaikan dengan kebutuhan dan perkembangan anak usia dini yang mana kedepannya akan membuat anak untuk tertarik dengan kegiatan ini, Penulis memilih senam “Banana Caca dan Senam Ikan” karena dengan senam ini salah satu kegiatan yang aktivitasnya merupakan aktivitas gerak fisik, diharapkan dengan adanya kegiatan senam ini kemampuan Kecerdasan Kinestetik anak pada kelompok di KB Al-Hidayah dapat meningkat.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara mendalam yang bertujuan untuk mengetahui proses penerapan pembelajaran senam irama dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari. Kemudian untuk mengetahui peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari setelah di terapkannya pembelajaran senam irama. Serta untuk mengetahui manfaat senam irama dalam mengembangkan kecerdasan Kinestetik anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari. Sehingga Penelitian ini di harapkan dapat memberikan wawasan dan informasi secara teori mengenai senam irama untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang dapat dikategorikan sebagai penelitian lapangan, menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Berdasarkan pokok permasalahan tentang Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Senam Irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari, penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif dengan pendekatan kualitatif deskriptif, bertujuan memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara holistik dan deskriptif. Penelitian ini bersifat kolaboratif, bekerja sama dengan guru kelas yang berperan sebagai instruktur selama proses pembelajaran, sementara peneliti berperan sebagai observer.



Peneliti merupakan tenaga pendidik di TK tersebut, namun bukan sebagai guru kelas melainkan sebagai guru pembelajaran dengan intensitas pertemuan satu kali seminggu. Dalam hal ini, guru kelas mengetahui perkembangan setiap anak lebih baik karena frekuensi pertemuan yang lebih sering. Kolaborasi dengan guru kelas diharapkan menghasilkan tindakan yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini melalui pembelajaran senam irama. Penelitian kualitatif bertujuan memahami fenomena yang dialami subyek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan secara holistik, kemudian dideskripsikan dalam bentuk kata-kata dan bahasa dalam konteks alami. Pendekatan kualitatif, seperti studi kasus, mengumpulkan data mendetail tentang aktivitas, program, proses, atau kejadian terkait objek yang diteliti, dengan fokus pada studi kehidupan sehari-hari anak-anak dalam konteks kecerdasan kinestetik, terutama melalui kegiatan senam irama di KB Al-Hidayah PLUS Mojosari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam tahap hasil dan pembahasan, penulis akan menggali lebih dalam terhadap data yang telah berhasil diperoleh dari lapangan tentang analisis metode senam irama untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini pada kb al – hidayah plus mojosari kabupaten mojosari, antara lain sebagai berikut:

1. Proses Penerapan Pembelajaran Senam Irama Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Di KB Al-Hidayah Plus Mojosari.

Dalam konteks pendidikan anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari, senam irama telah diterapkan sebagai metode pembelajaran yang holistik. Kepala Sekolah, Hj. Irfana Nurul Laili, menyatakan bahwa senam irama adalah cara yang seru untuk mengajarkan anak-anak bergerak dengan ritme musik, sambil juga meningkatkan kemampuan sosial dan berpikir mereka. Guru Findah Lestari menjelaskan bahwa senam irama efektif mengembangkan koordinasi motorik dan kesadaran tubuh melalui gerakan yang disesuaikan dengan irama musik. Proses penerapan dimulai dengan merancang sesi-sesi sesuai usia anak, melibatkan semua anak dalam gerakan sesuai perkembangan, termasuk tahapan pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan.

Pandangan Fathurrahman mengenai tahap-tahap senam irama memiliki kaitan erat dalam menggambarkan pentingnya tahapan-tahapan dalam pembelajaran senam irama yaitu:

a. Tahap Pemanasan (*Warming Up*)

Gerakan pemanasan bertujuan untuk mempersiapkan kondisi tubuh secara fisiologis dan psikologis sebelum melakukan gerakan inti. Gerakan pemanasan melibatkan berbagai gerakan tubuh untuk mempersiapkan sistem pernafasan, peredaran darah, otot, dan persendian. Ini merupakan tahap pendahuluan yang penting.

b. Tahap Inti (*Core*)

Tahap ini melibatkan gerakan yang lebih aktif dan melatih bagian-bagian tubuh tertentu dengan pengulangan yang cukup. Gerakan inti harus terencana dan disusun dengan alur yang tepat, mulai dari bagian atas tubuh ke bagian bawah atau dari bagian kepala, bahu, lengan,



hingga pinggang dan gerakan gabungan. Tujuannya adalah melatih kekuatan, kelentukan, kelenturan, kelincahan, serta koordinasi otot-otot yang bergerak.

c. Tahap Pendinginan (*Cooling Down*)

Setelah gerakan inti, tahap pendinginan dilakukan untuk menurunkan frekuensi denyut nadi dan mengembalikan tubuh ke keadaan normal. Gerakan-gerakan dalam tahap ini harus dilakukan secara bertahap, dari gerakan cepat ke lambat, berat ke ringan. Pendinginan bertujuan untuk melenturkan otot, menenangkan tubuh, dan mengatur pernafasan agar tubuh kembali rileks (Rohman, 2018).

Kaitan antara pendapat Guru Findah Lestari dan pandangan Fathurrahman terletak pada fokus dan manfaat tahapan-tahapan senam irama. Guru Findah mengutamakan penyesuaian gerakan dengan irama musik untuk mengembangkan koordinasi dan kesadaran tubuh. Fathurrahman memaparkan bahwa tahapan pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan merupakan dasar-dasar yang penting dalam melatih otot dan persiapan tubuh. Keduanya sejalan dalam menggarisbawahi pentingnya merancang gerakan yang terstruktur untuk mencapai tujuan pembelajaran senam irama yang efektif.

Pandangan Agung Tri Haryanta tentang senam sebagai cabang olahraga yang memadukan gerakan fisik teratur, kecepatan, dan keserasian mendukung metode senam irama (Haryanta and Sujatmiko, 2018). Sedangkan pandangan Restu Yuningsih juga menekankan pentingnya musik dalam memotivasi gerakan fisik (Yuningsih, 2019). dalam hal ini, senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari memiliki kesesuaian dengan pandangan ahli karena menggabungkan gerakan fisik dengan irama musik. Tahap-tahap penting dalam senam irama, seperti pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan, mengikuti pandangan Agung Tri Haryanta tentang keserasian gerakan. Pandangan Restu Yuningsih mengenai pengaruh musik dalam meningkatkan semangat dan kesenangan dalam gerakan juga terlihat dalam pembelajaran senam irama yang menggunakan lagu-lagu.

Pendekatan holistik dalam pembelajaran yang diutarakan oleh Hj. Irfana Nurul Laili sejalan dengan pandangan Restu Yuningsih dan Agung Tri Haryanta. Hal ini menunjukkan bahwa senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari bukan hanya tentang gerakan fisik, tetapi juga pengembangan sosial dan mental anak-anak.

Dengan menerapkan tahap-tahap penerapan yang terstruktur, KB Al-Hidayah Plus Mojosari memastikan pengalaman belajar yang seimbang dan mendalam bagi anak-anak. Hal ini sesuai dengan pandangan ahli tentang perlunya keserasian gerakan dan pengaruh musik dalam pembelajaran senam. Keseluruhan, metode pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari sesuai dengan pandangan ahli dalam pengembangan keterampilan fisik, mental, dan sosial anak-anak.

2. Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Di KB Al-Hidayah Plus Mojosari Setelah Di Terapkannya Pembelajaran Senam Irama

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dalam pengembangan berbagai aspek kecerdasan. Salah satu dimensi kecerdasan yang memiliki peranan penting adalah kecerdasan



kinestetik, di mana anak-anak dapat mengaktifkan kemampuan mereka dalam mengontrol dan menggunakan tubuh dengan akurat. KB Al-Hidayah Plus Mojosari telah mengambil langkah maju dengan mengintegrasikan pembelajaran senam irama sebagai bagian dari strategi untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anakanak. Metode senam irama dipilih karena memiliki daya tarik yang kuat, memadukan gerakan fisik dengan ritme musik, serta memberikan peluang untuk interaksi sosial di antara anak-anak.

a. Peningkatan Kemampuan Gerak

Penerapan pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari telah membawa dampak positif pada peningkatan kemampuan gerak anak-anak. Guru Findah Lestari mencatat bahwa melalui senam irama, anak-anak mampu mengatasi kesulitan awal dalam mengikuti gerakan yang membutuhkan koordinasi dan keseimbangan. Ini mengindikasikan bahwa senam irama telah membantu mengembangkan keterampilan gerak secara positif, mengajarkan mereka untuk mengikuti gerakan dengan lebih baik, melakukan perubahan posisi tubuh dengan lancar, dan mempertahankan keseimbangan.

b. Peningkatan Kesadaran Tubuh

Implementasi pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari juga memberikan dampak positif pada peningkatan kesadaran tubuh anak-anak. Melalui kombinasi gerakan terstruktur dan ritme musik, anak-anak dapat lebih peka terhadap gerakan tubuh mereka. Dampak ini diakui oleh Ibu Izzun, seorang guru, yang menjelaskan bahwa anak-anak merasakan gerakan tubuh secara lebih intens, yang pada gilirannya meningkatkan kesadaran mereka terhadap posisi, perubahan posisi, dan pergerakan tubuh.

c. Peningkatan Keterampilan Sosial

Selain peningkatan fisik, pembelajaran senam irama juga memberikan manfaat dalam pengembangan keterampilan sosial anak-anak. Guru Dita dan Ibu Izzun mencatat bahwa anak-anak menjadi lebih percaya diri dalam mengendalikan tubuh mereka dan belajar berinteraksi secara positif dengan teman-teman dalam kelompok. Keterampilan sosial seperti komunikasi, kerjasama, dan empati berkembang melalui interaksi yang terjadi selama sesi senam irama.

Pentingnya pengembangan kecerdasan kinestetik di masa-masa awal ini dapat dihubungkan dengan pandangan Howard Gardner, yang mengajukan teori tentang berbagai bentuk kecerdasan yang beragam pada setiap individu. Salah satu bentuk kecerdasan yang diakui oleh Gardner adalah kecerdasan kinestetik, yang memungkinkan seseorang untuk memanfaatkan tubuhnya dalam berbagai gerakan serta mengenali sensasi dan koordinasi fisik dengan baik (Yulianty, 2010).

Pendekatan inovatif KB Al-Hidayah Plus Mojosari dalam mengintegrasikan senam irama menggambarkan pemahaman tentang pentingnya pengembangan keterampilan fisik dan koordinasi sejak usia dini. Proses pembelajaran yang dirancang dengan merujuk pada indikator Permendiknas No. 58 tahun 2009, seperti mengekspresikan gerakan sesuai irama musik, meniru gerakan hewan atau tanaman, melompat, berlari, dan bergerak bebas dengan irama musik,



memberikan pedoman yang jelas tentang bagaimana anak-anak usia 5-6 tahun dapat mengekspresikan kecerdasan kinestetik mereka.

Penerapan metode senam irama juga berkolaborasi dengan pandangan Khadijah, di mana tujuan pengembangan ini adalah memastikan bahwa anak-anak memiliki koordinasi yang baik antara keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan otot-otot tubuh mereka (Khadijah, 2015). Oleh karena itu, senam irama bukan hanya sekadar gerakan fisik, tetapi juga merangkul aspek-aspek yang lebih luas, seperti sensasi tubuh dan pengenalan tekstur melalui gerakan yang disesuaikan dengan irama musik. Kecerdasan kinestetik menurut Amstrong sejalan dengan hasil paparan data mengenai penerapan pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari. Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan tubuh dalam berbagai gerakan dan aktivitas fisik, termasuk berlari, menari, dan bekerja dengan tangan (Acesta, 2019). Dalam konteks KB Al-Hidayah Plus Mojosari, senam irama menjadi sarana yang memungkinkan anak-anak usia dini mengasah keterampilan kinestetik mereka hal tersebut juga menyoroti elemen-elemen penting dari kecerdasan kinestetik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan akurasi. Paparan data mengenai wawancara dengan para guru di KB Al-Hidayah Plus Mojosari menunjukkan bahwa pembelajaran senam irama membantu meningkatkan aspek-aspek tersebut pada anak-anak usia dini.

Secara keseluruhan, pendekatan KB Al-Hidayah Plus Mojosari dengan mengintegrasikan pembelajaran senam irama telah membawa kontribusi positif dalam peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Penerapan pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari secara konsisten memberikan hasil positif. Pendekatan ini menggambarkan bagaimana senam irama, dengan fokus pada penggabungan gerakan dan musik serta interaksi sosial, dapat menjadi metode yang efektif dan menarik dalam memperkaya perkembangan anak-anak usia dini.

3. Manfaat Senam Irama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Di KB Al-Hidayah Plus Mojosari

Dari hasil kegiatan observasi selama sekitar 1 bulan, pelaksanaan kegiatan senam yang diadakan dua kali seminggu ternyata membawa perubahan positif pada anak-anak. Meskipun tidak semua anak langsung menyukai kegiatan ini, seiring berjalannya waktu mereka mulai menyesuaikan diri dan berpartisipasi.

Beberapa anak menunjukkan semangat yang besar ketika diajak berpartisipasi dalam senam. Namun, ada juga anak-anak yang memerlukan pendekatan khusus dalam mengikuti arahan guru. Meskipun perlu waktu yang lama, terdapat perkembangan yang positif pada anak-anak tersebut. Salah satu anak kinestetik tampaknya sangat suka pada lagu senam, dan meskipun dia belum sepenuhnya mengikuti gerakan fisiknya, dia sudah bisa menirukan lagu dengan baik.

Meskipun banyak anak yang berpartisipasi dalam senam, perhatian khusus tetap diberikan pada anak kinestetik yang cenderung terfokus pada dunianya sendiri. Dalam perkembangannya, dia mulai menunjukkan minat pada lagu senam dan bahkan dia diajak untuk memilih jenis senam yang dia sukai sebelum kegiatan dimulai. Dia memilih lagu "Banana Cacha" dan



meskipun dia belum bisa sepenuhnya mengikuti gerakan dengan sempurna, namun ini merupakan langkah positif dalam perkembangannya.

Proses ini memerlukan kesabaran dan waktu yang cukup lama, namun telah berhasil membangkitkan minat anak dalam berpartisipasi dan meningkatkan keterampilan sosial serta interaksinya dengan orang lain. Sebelumnya anak ini kurang fokus dalam mengikuti arahan, tetapi melalui kegiatan senam ini, dia mulai menunjukkan perkembangan yang positif dalam hal tersebut. Hasil paparan data dan wawancara menunjukkan bahwa penerapan senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari memberikan manfaat yang signifikan dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Manfaat ini merangkum aspek fisik, mental, dan sosial, yang secara kolektif berperan dalam membentuk perkembangan holistik anak-anak.

a. Manfaat Fisik

Penerapan pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari secara signifikan telah meningkatkan berbagai aspek fisik pada anak-anak. Mereka mengalami peningkatan daya tahan otot, kekuatan, kelentukan, serta keterampilan koordinasi dan keseimbangan. Seperti yang diungkapkan oleh Hj. Irfana Nurul Laili dan ibu Findah, gerakan-gerakan dalam senam irama memberikan latihan yang menyeluruh pada kemampuan motorik anak-anak. Dalam konteks ini, senam irama dapat dihubungkan dengan pandangan Howard Gardner mengenai kecerdasan kinestetik, di mana anak-anak dapat memanfaatkan anggota tubuh mereka untuk melakukan berbagai gerakan dengan akurat (Yulianty, 2010). Hal ini sesuai dengan Pandangan Khadijah tentang pentingnya koordinasi antara keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan otot-otot tubuh anak-anak terkonfirmasi melalui manfaat fisik yang diobservasi dalam senam irama (Khadijah, 2015).

b. Manfaat Mental dan Sosial

Selanjutnya, dalam aspek mental, senam irama memiliki peran dalam merangsang kemampuan berpikir kreatif anak-anak. Melalui variasi gerakan dan tantangan gerak yang dihadirkan dalam senam irama, anak-anak belajar memecahkan masalah secara kreatif. Hal ini sejalan dengan pandangan Fathurrahman tentang tahap-tahap senam irama yang mencakup pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan, yang dapat membantu mengembangkan berbagai kemampuan mental anak-anak (Rohman, 2018).

Aspek sosial juga terlihat dalam manfaat senam irama. Interaksi dalam kelompok selama sesi senam irama membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial seperti komunikasi, kerjasama, dan empati. Mereka belajar untuk berinteraksi dengan teman sekelas, mendukung satu sama lain, dan merayakan pencapaian bersama. Hal ini sejalan dengan pandangan Permendiknas No. 58 tahun 2009, yang mengidentifikasi indikator-indikator kecerdasan kinestetik pada anak usia dini yang melibatkan berbagai aktivitas bergerak bersama (Permendiknas No. 58 tahun 2009 tentang Standar PAUD).

Secara keseluruhan, senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari membuktikan bahwa metode ini memiliki manfaat yang luas dan holistik dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Dari aspek fisik, mental, hingga sosial, anak-anak mengalami



perkembangan yang seimbang dan terintegrasi. Ini memberikan dukungan yang kuat bagi pendekatan pendidikan yang komprehensif dan inovatif di lembaga ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas, sehingga dapat diketahui kesimpulan dari penelitian ini yaitu proses penerapan pembelajaran senam irama di KB Al-Hidayah Plus Mojosari dimulai dengan merancang sesi-sesi yang sesuai dengan usia anak dan tahapan pemanasan, gerakan inti, serta pendinginan, yang membantu mempersiapkan fisik dan psikologi anak-anak sebelum melakukan gerakan-gerakan terstruktur. Setelah diterapkannya pembelajaran senam irama, terlihat peningkatan signifikan dalam kemampuan gerak anak-anak, termasuk perkembangan keterampilan motorik seperti koordinasi, keseimbangan, dan kelentukan. Anak-anak semakin terampil dalam mengikuti gerak-gerakan terstruktur, menunjukkan kemajuan dalam memahami ritme gerakan dan irama musik. Senam irama memberikan manfaat luas dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di KB AlHidayah Plus Mojosari, termasuk manfaat fisik seperti peningkatan kekuatan, kelentukan, koordinasi, dan keseimbangan, serta manfaat mental seperti merangsang kemampuan berpikir kreatif dan pemecahan masalah.

Aspek sosial juga terbantu dengan interaksi dalam kelompok selama sesi senam, yang membangun keterampilan komunikasi, kerjasama, dan empati. Dengan demikian, senam irama terbukti sebagai metode pembelajaran efektif dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di KB Al-Hidayah Plus Mojosari, memberikan dampak positif pada keterampilan fisik, perkembangan mental, dan sosial anak-anak. Merujuk pada pandangan para ahli dan pedoman nasional, integrasi senam irama dalam pendidikan diakui memberikan pendekatan holistik yang mendukung perkembangan keseluruhan anak-anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang turut andil mendukung kelancaran penyusunan artikel ini. Tak lupa penulis sampaikan terima kasih banyak kepada Ibu Dosen Nahdhiyatul Ummah, M.Pd.I sebagai dosen pembimbing pembuatan artikel ini hingga selesai. Semoga nantinya artikel ini bisa bermanfaat bagi semua pembaca dan menambah wawasan tentang Analisis Metode Senam Irama Untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Pada Kb Al – Hidayah Plus Mojosari Kabupaten Mojokerto. Saya ucapkan terima kasih juga kepada lembaga Kb Al – Hidayah Plus Mojosari Kabupaten Mojokerto yang sudah bekerjasama atas penelitian ini untuk kelengkapan data dalam artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Acesta, Arrofa. 2019. Kecerdasan Kinestetik Dan Interpersonal Serta Pengembangannya. Media sahabat cendekia
- Haryanta, Agung Tri, and Eko Sujatmiko. 2018a. Kamus Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. Surakarta: Aksara Sinergi Media.



- Haryanta, Agung Tri, and Eko Sujatmiko. 2018b. *Kamus Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*. Surakarta : Aksara Sinergi Media.
- Indragiri, A. 2010. *Kecerdasan Optimal (Cara Ampuh Memaksimalkan Kecerdasan Anak)*. Jogjakarta: Starbooks.
- Kamelia, Nur. 2019. “Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak) Stppa Tercapai Di Ra Harapan Bangsa Maguwoharjo Condong Catur Yogyakarta.” *KINDERGARTEN: Journal of Islamic Early Childhood Education* 2(2):112.
- Khadijah. 2015. *Media Pembelajaran Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Maemunah, Hasan. 2010. *PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini)*. Jogjakarta: DIVA Pres.
- Purwadi, Arum Sari. 2012. “Permainan Tradisional Egrang Bathok Kelapa Sebagai Potensi Lokal Untuk Kecerdasan Kinestetik Anak.” *Jurnal Pesona Paud* 1(5):4.
- Rohman, Moh. Fathur. 2018. *Pendidikan Olahraga Dan Rekreasi Paket C Setara SMA/MA: Semangat Irama Kehidupan, (Direktorat Pembinaan Pendidikan Keaksaraan Dan Kesetaraan-Ditjen Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat-Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan*.
- Susanto, Ahmad. 2021. *Pendidikan Anak Usia Dini: Konsep Dan Teori*. Bumi Aksara.
- Suyadi. 2014. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Tanu, I. Ketut. 2019. “Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini Agar Dapat Tumbuh Dan Berkembang Sebagai Generasi Bangsa Harapan Di Masa Depan.” *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar* 2(2):19–29.
- Widhianawati, Nana. 2011. “Pengaruh Pembelajaran Gerak Dan Lagu Dalam Meningkatkan Kecerdasan Musikal Dan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini.” *Jurnal : Upi Education, Edisi Khusus* 2:223.
- Yetti, Elindra, and Indah Juniasih. 2016. “Implementasi Model Pembelajaran Tari Pendidikan Untuk Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Metode Pembelajaran Aktif (Pengembangan Model Di Taman KanakKanak Labschool Jakarta Pada Kelompok B).” *Jurnal Pendidikan Usia Dini* 10:389.
- Yulianty, Rani. 2010. *Permainan Yang Meningkatkan Kecerdasan Anak*. Jakarta: Laskar Askara.
- Yuningsih, Restu. 2019a. “Pengaruh Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Di TK Kurnia Illahi Kabupaten Tanah Datar.” *Jurnal Tumbuh Kembang* 6(1):2.
- Yuningsih, Restu. 2019b. “Pengaruh Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Di TK Kurnia Illahi Kabupaten Tanah Datar.” *Jurnal Tumbuh Kembang* 6(1):4.