



**UPAYA MENGOPTIMALKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
USIA 5-6 TAHUN MELALUI SENAM IRAMA DI TK IHSANIYAH 1
KOTA TEGAL**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Oleh :

Amanda Tri Oktaviani

1601414022

PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2019

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal", telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Hari : Jumat

Tanggal : 3 Mei 2019

Mengetahui,

Ketua Jurusan PG PAUD



Ede Wahyu, M.Pd
NIP. 197904252005011001

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized loop.

Diana, S.Pd., M.Pd
NIP. 197912202006042001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal" disusun oleh

Amanda Tri Oktaviani

1601414022

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi FIP UNNES pada

Hari : Jumat

Tanggal : 24 Mei 2019

PANITIA :

Panitia Ujian Skripsi



Dr. Eddy Purwanto, M.Si
NIP. 196301211987031001

Sekretaris

Diana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197912202006042001

Penguji I

dr. Reni Pawestuti Ambari S., M.K.M.
NIP. 198806202014042001

Penguji II

Agustinus Arum Eka N., S.Pd., M.Sn
NIP. 198008282010121003

Penguji III

Diana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197912202006042001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa isi skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 24 Juli 2019



Amanda Tri Oktaviani
NIM. 1601414022

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Anak dengan kecerdasan kinestetik tinggi boleh jadi akan menjadi seorang seniman yang baik”, Julia Jasmine.

Persembahan:

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Mama dan almarhum papa tercinta, yang selalu memberikan doa serta dukungan yang tiada hentinya.
2. Kakak dan adikku tersayang yang selalu memberikan semangat.
3. Tunanganku Akhmad Samsul Arifin yang selalu menjadi tempat keluh kesah.
4. Sahabat istimewa yang senantiasa memberikan semangat dan menemani dalam setiap prosesku Veni Windi Melina, Cahya Wulaningrum serta Wahyuningsih dan Aditya.
5. Teman-teman satu bimbingan yang memberikan bantuan.
6. Teman-teman PG PAUD UNNES 2014, yang telah memberikan bantuan dan semangat bagi penulis.
7. Almamater

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayahNya serta kelancaran dan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal” dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat dalam menempuh studi Strata 1 dan untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini di Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, penulis tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan pada penulis dalam menempuh kuliah di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai RC, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan pada penulis dalam menempuh pembelajaran di Fakultas Ilmu Pendidikan.
3. Edi Waluyo, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
4. Diana, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktunya untuk membimbing, memberikan motivasi, dan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Segenap dosen Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia dini yang telah memberikan ilmu bagi penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Kepala Sekolah dan segenap guru TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di lembaga tersebut.
7. Siswa siswi kelompok usia 5-6 tahun TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal atas waktu dan bantuannya.
8. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada semua pembaca.

Semarang, 24 Mei 2019

Penulis

ABSTRAK

Oktaviani, Amanda Tri 2019 *Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal*. Skripsi. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Diana, S.Pd., M.Pd

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

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal setelah anak diberikan perlakuan (*treatment*) senam irama. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah semua anak di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal yang berjumlah 57 anak dan sampelnya 30 anak dari kelompok usia 5-6 tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *paired sampel t test*. Hasil penelitian menunjukkan, berdasarkan hasil perhitungan uji t diperoleh nilai $-t_{hitung} > -t_{tabel}$ ($-8.102 > -2.042$), dengan $sig=0.000$. Perbedaan yang signifikan dapat dilihat dari nilai $sig. (2-tailed) < 0.05$ yaitu 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal dari sebelum dan setelah diberikan perlakuan yaitu kegiatan senam irama dengan jumlah peningkatan skor 10.2.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan.....	9
D. Manfaat.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Hakikat Kecerdasan Kinestetik	11
1. Pengertian Kecerdasan	11
2. Pengertian Kecerdasan Kinestetik	12
3. Unsur-unsur Kecerdasan Kinestetik	17
4. Aspek Kecerdasan Kinestetik.....	19
5. Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik	24
6. Tujuan dan Fungsi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik.....	26
B. Hakikat Senam Irama	30
1. Sejarah Singkat Senam	30
2. Definisi Senam	31
3. Macam - Macam Senam	32

4. Pengertian Senam Irama.....	33
5. Tahap-tahap Senam Irama.....	36
6. Manfaat Senam Irama.....	36
7. Model Pembelajaran Senam Irama.....	37
C. Konsep Anak Usia Dini.....	38
1. Pengertian Anak Usia Dini.....	38
2. Karakteristik Perkembangan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun.....	38
3. Arah Pendidikan Anak Usia Dini.....	42
4. Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini.....	43
D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	45
E. Kerangka Berfikir.....	47
F. Hipotesis.....	48
BAB III METODE PENELITIAN.....	49
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	49
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	50
1. Variabel Dependen.....	50
2. Variabel independen.....	50
C. Subjek Penelitian.....	52
1. Populasi dan Sampel.....	52
D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	53
E. Metode dan Teknik Pengumpulan Data.....	53
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55
1. Validitas.....	55
2. Reliabilitas.....	56
G. Teknik Analisis Data.....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Hasil Penelitian.....	60
1. Deskripsi Objek Penelitian.....	60
B. Perkembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Melalui Senam Irama.....	63
1. Analisis deskriptif.....	63
2. Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	64

3. Uji Asumsi.....	67
C. Pembahasan	70
D. Keterbatasan Penelitian	76
BAB V PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Pencapaian Perkembangan Kelompok Usia 4-6 Tahun	39
Tabel 2.2 Karakteristik Gerakan Tubuh Anak Usia 5-6 Tahun	40
Tabel 2.3 Indikator Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun	40
Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Secara Luas	51
Tabel 3.2 Skala Pengukuran Perkembangan Kecerdasan Kinestetik Anak	54
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Skala Uji Coba Kecerdasan Kinestetik	54
Tabel 3.4 Data Uji Reliabilitas	57
Tabel 4.1 Identitas Sekolah	61
Tabel 4.2 Analisis Data Deskriptif	63
Tabel 4.3 Hasil Kategori <i>Pretest</i> Kecerdasan Kinestetik	65
Tabel 4.4 Hasil Kategori <i>Posttest</i> Kecerdasan Kinestetik	65
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	67
Tabel 4.6 Hasil Paired Sample <i>T-Test</i>	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	48
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Nama Responden Uji Validitas dan Penelitian	83
Lampiran 2. Surat Penetapan Dosen Pembimbing	85
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	86
Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian	87
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	88
Lampiran 6. Hasil Perhitungan Uji Validitas dan Reabilitas	91
Lampiran 7. Hasil Perhitungan Pretest dan Posttest	96
Lampiran 8. Hasil Perhitungan data	102
Lampiran 9. Rencana Kegiatan Harian	104
Lampiran 10. Dokumentasi	140

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan anak usia dini adalah jenjang pendidikan prasekolah yang merupakan upaya pemberian stimulasi, pengasuhan, bimbingan, dan menyediakan kegiatan pembelajaran yang ditujukan bagi anak sejak lahir sampai usia enam tahun diluar lingkungan keluarga sebelum memasuki pendidikan sekolah dasar. Seperti yang dijelaskan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 ayat 14, Pendidikan anak usia dini merupakan suatu upaya pemberian rangsangan terhadap anak sejak usia lahir sampai dengan usia enam tahun untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak agar anak memiliki kesiapan secara fisik maupun psikis untuk menerima pembelajaran di jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Hal ini diperkuat dengan Undang-Undang Dasar 1945 Pasal 31 ayat 1 diuraikan: bahwa “Tiap warga negara berhak mendapat pengajaran“. Undang-Undang diatas mengisyaratkan bahwa seluruh warga negara berhak memperoleh pendidikan sejak lahir sampai kapanpun. Pendidikan anak usia dini harus dipersiapkan secara terencana guna mengembangkan berbagai aspek perkembangan yang mencakup aspek nilai moral dan agama, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional dan seni. Keenam aspek perkembangan ini akan berkembang secara optimal apabila dalam pemberian stimulasi sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak.

Anak usia dini merupakan masa keemasan atau sering disebut *golden age*, yang mana pada masa itu terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan sekitar, anak mulai sensitif untuk menerima berbagai upaya pengembangan seluruh potensi yang ada. Mengingat masa keemasan ini tidak terjadi dua kali maka disarankan untuk mengoptimalkan perkembangan anak sedini mungkin. Perkembangan pada periode sebelumnya akan menjadi dasar bagi perkembangan di periode kehidupan berikutnya dalam tugas perkembangan anak. Berdasarkan penelitian dari Kusbiantoro (2015) dalam jurnalnya menyatakan bahwa memberikan stimulasi yang tepat dan sesuai usia akan merangsang otak anak sehingga seluruh aspek perkembangannya dapat berlangsung secara optimal.

Stimulasi sangat membantu dalam menstimulasi otak untuk mengembangkan hormon-hormon yang diperlukan dalam perkembangannya. Otak akan semakin berkembang apabila stimulasi yang diberikan semakin banyak. Para ilmuwan kognitif menyatakan bahwa otak bawaan sejak lahir jika dipadukan dengan pengalaman pada masa kanak-kanak akan menghasilkan level fungsional dasar dari setiap jenis kecerdasan (Sylwester, 1995 dalam Jasmine 2007:38). Menurut Yusuf (2012: 104) otak memiliki pengaruh yang signifikan bagi perkembangan aspek-aspek perkembangan lainnya, seperti moral, kognitif, sosial emosional, kepribadian maupun motorik. Semakin matangnya perkembangan sistem syaraf otak yang mengatur otot

memungkinkan berkembangnya keterampilan motorik anak. Berdasarkan penelitian dari Rismayanthi yang dikutip dari Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi UNY (2012), 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. Seperti yang dikemukakan Gardner (Khasanah, 2016) dalam studinya ditemukan bahwa pada hakikatnya setiap manusia memiliki delapan kecerdasan, kemudian ditambahkan dua menjadi sepuluh walaupun masih bersifat hipotesis, sepuluh jenis kecerdasan tersebut yaitu : kecerdasan linguistik, kecerdasan logika matematika, kecerdasan fisik/kinestetik, kecerdasan visual spasial, kecerdasan musikal, kecerdasan intrapersonal, kecerdasan interpersonal, kecerdasan naturalis, kecerdasan spiritual, dan yang terakhir kecerdasan eksistensial.

Menurut pendapat Amstrong (2002: 3) dalam Anggraini (2015) kecerdasan kinestetik atau kecerdasan fisik didefinisikan sebagai keterampilan seseorang dalam menggunakan seluruh bagian tubuh untuk mengekspresikan ide atau gagasan dan perasaan seperti menari, senam, menirukan gerakan, pantomim termasuk keterampilan menggunakan tangan untuk menciptakan sebuah karya. Misalnya membuat kerajinan, membuat patung dan menjahit. Cerdas kinestetik berarti belajar serta berpikir dengan tubuh.

Kecerdasan ditunjukkan dengan keterampilan tubuh dalam memahami perintah otak. Selain itu ungkapan Gardner (1993: 21-22) dalam Yuningsih (2015) yang begitu fenomenal mengenai kecerdasan kinestetik, barang siapa yang memiliki kemampuan untuk menggunakan keseluruhan tubuh mereka, atau paling tidak sebagian dari tubuh untuk memecahkan masalah adalah merupakan pengembangan dari kecerdasan kinestetik. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan dalam menggunakan seluruh anggota tubuh atas perintah otak. Seperti menggunakan tangan dalam berbagai kegiatan fisik, membuat sesuatu atau bahkan untuk memecahkan masalah. Artinya kecerdasan kinestetik merupakan koordinasi yang baik antara pikiran dengan anggota tubuh lainnya.

Selaras dengan pendapat Amstrong dalam Lestari (2015: 45) yaitu kecerdasan kinestetik anak dapat distimulasi salah satunya melalui kegiatan senam irama. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian Lestari (2015), ada hubungan yang positif dan signifikan antara senam irama dengan kemampuan melakukan gerakan yang terkoordinasi. Artinya kemampuan anak dalam mengkoordinasikan gerakan jauh lebih baik setelah diberikan kegiatan senam irama.

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. kegiatan senam irama dapat menyumbang pada pengayaan perbendaharaan gerak para pesertanya (Mahendra, 2000: 14). Senam dilakukan dalam irama musik secara teratur dan tidak terputus sehingga tercipta satu gerakan yang indah.

Yeti dan Muanivah dalam *Journal Improved Intelligence Kinesthetic Children Ages 5-6 Years through Activities of Motion And Song*, mengungkapkan :

Motion to be a very creative when combined with music that is interpreted children according to their own way. However, before the child is able to do this expressive movement, first child must master the variations of body movement. In this way, the child can recognize himself and realized the "mood" and specific feelings can be removed through expressive movements.

Penelitian di atas menjelaskan bahwa gerakan 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.

Berdasarkan hasil penelitian Widhianawati (2011), ada peningkatan yang signifikan dalam kecerdasan kinestetik anak setelah memperoleh pembelajaran gerak dan lagu. 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. Ciri aktivitas anak pada usia dini adalah pelepasan energi dalam jumlah besar dan memerlukan penyaluran melalui berbagai aktivitas fisik, baik kegiatan fisik yang berkaitan dengan motorik kasar maupun motorik halus. Selain membutuhkan stimulasi, peran biologis pun penting agar anak termotivasi dan mendapatkan sentuhan langsung dari orang yang mereka percaya. Namun untuk stimulasi yang lebih optimal mengharuskan anak mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

Pada kenyataannya, pembelajaran di Taman Kanak-kanak masih belum seimbang, hal ini ditandai dengan penguasaan materi dan metode pengajaran yang biasa, seperti penggunaan lembar kerja dan masih menggunakan metode pembelajaran *Teacher Center*. Hal ini apabila ditinjau lebih jauh, ternyata masih banyak guru dan orang tua yang lebih mengutamakan kemampuan intelektual anak. Orang tua lebih bangga bila anaknya memiliki prestasi bidang akademis dibandingkan prestasi bidang lain. Padahal fakta penelitian terbaru dalam hal psikologi pendidikan memberikan pemahaman bahwa potensi kemampuan anak terdiri dari berbagai jenis kemampuan yang bukan hanya intelektual tetapi juga kinestetik.

Hal ini juga didukung hasil observasi pada tanggal 15 Januari 2018 di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal, kondisi nyata yang ada dilapangan adalah guru cenderung mengembangkan segi kognitif dan bahasa anak. Pada proses pembelajaran guru jarang memberikan kegiatan stimulasi fisik motorik pada

anak. Tidak ada kegiatan fisik motorik sebelum kegiatan belajar mengajar, dibandingkan sekolah lain yang menerapkan kegiatan fisik sebelum pembelajaran dimulai.

Kurangnya kegiatan fisik yang diberikan guru menyebabkan kecerdasan kinestetik pada anak kelompok B masih belum berkembang secara optimal. Anak masih kesulitan dalam menggerakkan tubuh secara lentur seperti menari, senam, gerak dan lagu. Selain itu juga karena anak masih terlihat malu dan ragu dalam mengeksplorasi gerak, anak belum dapat mengkoordinasikan gerakan mata, kaki, tangan dengan baik, anak masih bingung dengan konsep arah seperti kanan-kiri. Kurang optimalnya kemampuan kinestetik anak juga terlihat pada saat anak melakukan aktivitas bermain di halaman sekolah. Mereka terlihat jarang memainkan wahana permainan yang ada di sekolah yang membutuhkan aktivitas fisik motorik seperti menjaga keseimbangan tubuh dan kekuatan kaki di papan titihan. Pada saat menendang bola anak masih belum terkoordinasi dengan baik antara mata dan kakinya sehingga sering meleset.

Permasalahan yang ada yaitu tentang kecerdasan kinestetik dalam hal keterampilan gerak anak dapat dipecahkan dengan memberikan stimulasi melalui kegiatan pembelajaran yang menarik agar anak tidak merasa bosan dan disesuaikan dengan indikator yang ingin dicapai. Kegiatan yang dapat dilakukan seperti melompat, berjalan, melambaikan tangan mengikuti musik dapat diaplikasikan melalui kegiatan senam irama, sebab senam irama menuntut anak untuk bergerak aktif dan energik.

Beberapa hal yang menghambat pembelajaran senam irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal adalah pelaksanaan senam irama hanya satu bulan sekali yaitu setiap hari sabtu di minggu kedua hal ini dikarenakan pembagian waktu dengan kegiatan lain seperti jalan-jalan di sekitar lingkungan sekolah, makan bersama, dan bersedekah kepada warga sekitar sekolah. Selain itu sarana yang digunakan untuk melakukan kegiatan senam irama tidak memadai, halaman sekolah masih kurang luas ketika pembelajaran senam irama dilaksanakan oleh seluruh siswa. Ruang gerak anak kurang karena di halaman sekolah terdapat berbagai permainan outdoor.

Anak usia dini memiliki dimensi perkembangan yang harus distimulasi atau dirangsang oleh guru sehingga anak dapat melalui tugas perkembangannya dengan baik. Oleh karna itu peran guru sangatlah penting dalam membimbing dan mengarahkan anak dengan kegiatan senam irama, guru harus memberikan contoh setiap gerakan dan anak didik diberi kesempatan untuk melakukannya. Guru tidak hanya memberikan instruksi dan anak yang melakukan, akan tetapi kegiatan tersebut dilakukan bersama-sama. Pemilihan gerakan yang bervariasi dan irama musik dan lagu yang riang gembira akan membuat anak lebih semangat dan tidak cepat bosan dalam melakukan kegiatan senam irama terutama dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

Berdasarkan kajian di atas, maka peneliti tertarik dan merumuskan untuk mengambil sebuah judul “Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan

Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal”

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka ditetapkan rumusan masalah “Apakah senam irama dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal ?”

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah senam irama dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal.”

D. MANFAAT PENELITIAN

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian tentang upaya mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun melalui senam irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal dapat memperkaya khazanah pengetahuan tentang kecerdasan kinestetik anak untuk mendidik serta memberi stimulasi agar anak dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan harapan orang tua. Diharapkan agar lebih dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik anak, bukan hanya intelektual saja.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi sekolah

Sekolah akan memiliki dan menerapkan banyak metode dalam kegiatan fisik anak, salah satunya adalah dengan kegiatan senam irama

b. Manfaat bagi guru

Sebagai dasar untuk memberikan kegiatan fisik yang tepat dan menyenangkan bagi anak usia 5-6 tahun melalui senam irama guna mengoptimalkan kecerdasan kinestetik.

c. Manfaat Bagi Anak

Sebagai wahana untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak melalui senam irama

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Kecerdasan Kinestetik

1. Pengertian Kecerdasan

Kecerdasan adalah suatu komponen penting yang harus dimiliki manusia, kecerdasan terbentuk sejak anak dalam kandungan dan terus berkembang sampai dewasa. Kecerdasan sangat ditentukan oleh otak dan dapat dipengaruhi faktor internal dan eksternal seperti genetis, kondisi fisik, asupan gizi, motivasi, kesempatan untuk belajar dan praktek, model yang baik dan bimbingan. Crider (Safaria, 2008: 43) menyatakan bahwa kecerdasan itu bagaikan listrik, mudah untuk diukur tetapi hampir mustahil untuk didefinisikan. Chaplin (1975) dalam Yusuf (2012: 106) mengartikan kecerdasan sebagai kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif. Woolfolk (1995) dalam Yusuf (2012: 106) menambahkan bahwa kecerdasan merupakan satu atau beberapa kemampuan untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan dalam rangka memecahkan masalah dan beradaptasi dengan lingkungan.

Sejalan dengan pendapat diatas Walters & Gardner (Safaria, 2008: 45), kecerdasan sebagai suatu kemampuan atau serangkaian kemampuan-kemampuan yang memungkinkan individu memecahkan masalah, atau produk sebagai konsekuensi eksistensi suatu budaya tertentu. Sedangkan dalam penelitian lain Wechsler (Safaria, 2008: 44), kecerdasan sebagai

kumpulan atau totalitas tertentu, berfikir secara rasional, serta menghadapi lingkungannya dengan efektif.

Dengan demikian yang dimaksud dengan kecerdasan dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam berpikir secara rasional untuk menghadapi dan memecahkan masalah dan menciptakan produk. Kecerdasan seseorang bersumber dari otak dan dapat diukur dengan tes kecerdasan. Semakin tinggi kecerdasan seorang individu, semakin besar peluang individu tersebut dihargai dalam masyarakat. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan individu, semakin sulit individu tersebut untuk mendapat perhatian dalam masyarakat.

2. Pengertian Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan kinestetik adalah kecerdasan yang terkait dengan gerak seluruh tubuh. Kecerdasan ini meliputi kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan keakuratan menerima rangsang, sentuh dan tekstur (Musfiroh, 2008: 50).

Menurut Gardner & Checkley dalam Yaumi (2013: 16) kecerdasan kinestetik adalah:

The capacity to use your whole body or parts of your – your hands, your finger, and your arms- to solve a problem, make something, or put on some kind of a production. The most evident examples are people in athletics or the performing arts, particularly dance or acting.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan untuk menggunakan separuh atau sebagian tubuh seperti tangan, jari, lengan untuk menyelesaikan masalah, membuat sesuatu, atau menghasilkan produk. Contoh yang tampak untuk diamati adalah aktivitas seorang olahragawan atau dalam pertunjukan menari atau berakting.

Selain itu Amstrong (2013: 6-7) menyatakan bahwa kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan ide-ide, perasaan, dan kelincahan dalam menciptakan atau mengubah sesuatu. Senada dengan pernyataan di atas, Sonawat & Gogri dalam Yaumi dan Nurdin (2013: 16) mengungkapkan bahwa kecerdasan jasmaniah-kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau menstranfomasi sesuatu. Kecerdasan ini mencakup keterampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas dan kecepatan. Kecerdasan ini juga meliputi keterampilan untuk mengontrol gerakan-gerakan tubuh dan kemampuan untuk memanipulasi objek.

Orang yang memiliki kecerdasan kinestetik memproses informasi melalui sensasi yang dirasakan pada badan mereka. Mereka tak suka diam dan ingin bergerak terus, mengerjakan sesuatu dengan tangan atau kakinya, dan berusaha menyentuh orang yang diajak bicara. (Jasmine, 2007: 25). Sujiono (2009: 188) menambahkan kecerdasan kinestetik adalah suatu

kecerdasan di mana anak mampu melakukan gerakan-gerakan yang bagus pada saat berlari, menari, membangun sesuatu, semua seni dan hasta karya.

Dari beberapa pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan kinestetik adalah kemampuan berpikir dengan menggunakan tubuhnya, yang ditunjukkan dengan ketangkasan tubuh untuk memahami perintah otak. Hal ini mengarah pada sejumlah kemampuan fisik yang lebih spesifik, seperti kemampuan koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, dan kecepatan serta kemampuan menerima rangsang. Anak yang memiliki kelebihan dalam kecerdasan kinestetik biasanya cukup aktif, hampir tidak bisa berdiam diri dan merasa bosan jika harus duduk dalam waktu yang lama. Mereka lebih menyukai pembelajaran yang melibatkan fisik, seperti olahraga, menari atau keterampilan.

Anak yang memiliki kecerdasan kinestetik tinggi menyukai kegiatan aktif di luar ruangan, dalam memahami persoalan lebih suka menggunakan metode demonstrasi atau praktik langsung, mereka berkembang dengan baik memperlihatkan ciri-ciri suka menyentuh, memegang atau bermain dengan apa yang sedang dipelajari dan melibatkan benda langsung, menyukai pengalaman belajar yang nyata, seperti *field trip*, *role play*, permainan, atau olah fisik. (Ansharullah, 2013: 116-117).

Menurut Yaumi (2013: 107-108) secara spesifik ciri atau karakteristik anak yang memiliki kecerdasan kinestetik sebagai berikut :

- a) Merasa bosan dan tidak tahan duduk disuatu tempat dalam waktu yang cukup lama

- b) Melibatkan diri pada berbagai aktivitas di luar rumah termasuk dalam melakukan berbagai jenis olahraga
- c) Sangat menyukai jenis komunikasi non verbal, seperti komunikasi dengan bahasa-bahasa isyarat.
- d) Sangat sependapat dengan pernyataan “di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat” dan merasa bahwa membuat tubuh tetap berada dalam kondisi yang fit merupakan hal yang penting untuk membangun pikiran yang jernih.
- e) Selalu melakukan aktivitas seni berekspresi dan karya seni lainnya.
- f) Senang memperlihatkan ekspresi melalui gerakan-gerakan tubuh.
- g) Lebih menyukai belajar dengan strategi *learning by doing*.

Kemampuan kinestetik telah dimiliki secara lahiriah sebelum mendapatkan latihan atau pendidikan secara khusus. Mereka cenderung banyak gerak, sulit untuk duduk tenang, dan membutuhkan kesempatan aktif lebih besar daripada anak sebayanya. Duduk tenang bagi mereka merupakan hal yang sangat menyiksa, mereka lebih senang bermain, menyentuh-meraba, menggerakkan tangan, tubuh dan mempelajari benda-benda baru.

Oxendine (2001: 8) mengungkapkan motorik kasar sebagai :

Gross motor skill are those that involve large muscles groups or move the body through space

Pernyataan tersebut menunjukkan kegiatan yang melibatkan kelompok otot besar atau menggerakkan seluruh bagian tubuh. Motorik kasar sebagai subjek kegiatan dan otot besar sebagai objek. Oleh karena itu,

keduanya memiliki keterkaitan. Sebagaimana yang dikatakan Gallahue (2002: 80), yaitu:

Movement maybe categorized as stabilizing, locomotor, or manipulative or any combination of three.

Pernyataan diatas menyatakan gerakan mungkin dapat dikategorikan sebagai kestabilan (*stability*), daya gerak (*locomotor*), pengendalian (*manipulative*) maupun kombinasi dari ketiganya. Pada kestabilan, tingkat keseimbangan seseorang sangat penting, seperti menjaga keseimbangan dalam gerakan meliukkan badan, mengayunkan anggota badan, membungkuk, berputar dll. Lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan seluruh anggota tubuh berpindah tempat seperti berjalan, berlari, dan melompat. Manipulatif adalah gerakan untuk bertindak melakukan sesuatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil seperti menendang, melempar, menangkap dan lain sebagainya.

Sumantri (2005) menjelaskan lebih lanjut bahwa :

(1) Gerak Non lokomotor, adalah suatu gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dan lain-lain. (2) Gerakan Lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau kemampuan yang digunakan untuk

memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Yang termasuk ke dalam kemampuan ini adalah gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, *hop*, berderap, *skip*, *slide*, dan sebagainya. (3) Gerak Manipulatif yaitu, gerakan yang dapat dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan objek tertentu sebagai medianya, atau kemampuan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian, tubuhnya untuk memanipulasi benda di luar dirinya.

Apa yang dikemukakan oleh Sumantri (2005) memperlihatkan bahwa aspek kemampuan gerak non lokomotor, lokomotor, dan manipulatif yang dapat dikembangkan bersama-sama dan secara sistematis akan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar seseorang sehingga dapat menggabungkan daya pikir dengan gerakan dalam menekuni suatu kemampuan.

3. Unsur-unsur Kecerdasan Kinestetik

Anak usia dini sudah terbiasa melakukan kegiatan seperti berlari, memanjat, melompat bahkan melakukan permainan sepakbola, petak umpat, *sunda manda*, dan berbagai macam permainan lainnya. Aktivitas tersebut sangat memerlukan kemampuan motorik kasar karena melibatkan otot-otot besar anak.

Menurut Armstrong (2013) kecerdasan kinestetik berpusat pada serebelum (otak kecil), basal ganglia, dan motor korteks. Basal ganglia

merupakan simpul syaraf atau pusat syaraf, yakni sejumlah massa zat abu-abu didalam subkulit otak dari belahan otak, yang sangat penting dalam koordinasi gerak-gerak, dan motor korteks merupakan motor area, yakni bagian dari kulit otak, yang kurang lebih tertutup oleh gyrus presental, dan dikenal sebagai daerah-4 Broadmann, yang bertanggung jawab terhadap pengantara bagi gerakan-gerakan otot yang sederhana dan terbatas (Chaplin, 2005).

Kinestetik atau gerak terjadi pada perubahan sikap tubuh atau bagian tubuh. Rasa sikap, rasa gerak dan rasa arah gerak berpusat di korteks sensorik lobus parietalis. Dengan kata lain, lobus parietalis mengurus gerakan, rasa sikap, rasa gerakan dan arah gerakan otot-otot seluruh badan, termasuk mengurus otot wicara (Markam&Markam, 2003).

Otak kecil mengatur koordinasi otot dan derajat kontraksi tiap gerakan aktivitas otot-otot manusia yang berjumlah 300 buah. Gangguan pada serebelum atau otak kecil akan menyebabkan gerakan menjadi tidak teratur. Sementara itu, lobus frontalis juga berfungsi sebagai pusat gerakan, meliputi kekuatan, kecepatan, dan gerakan halus (Markam&Markam, 2003).

Fisik motorik anak usia dini sangat erat hubungannya dengan kecerdasan kinestetik. Motorik berkaitan erat dengan berbagai gerakan yang dilakukan oleh manusia. Motorik adalah suatu perubahan dalam perilaku motorik yang memperlihatkan interaksi dari kematangan makhluk hidup dan lingkungannya. Unsur-unsur yang ikut menentukan perkembangan motorik

adalah syaraf, otak, dan otot. Unsur tersebut tidak berperan sendiri-sendiri melainkan saling berinteraksi dan berkaitan secara positif.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan kinestetik anak sangat bergantung pada kematangan otot anak. Selain kematangan, kerjasama antara otak, syaraf, dan otot juga sangat penting. Dimana otak sebagai pusat syaraf yang memberi perintah. Syaraf berfungsi sebagai penghubung yang menyampaikan pesan dari otak ke otot, dan otot bertugas sebagai pelaksana perintah untuk melakukan berbagai gerakan. Unsur-unsur tersebut saling berkaitan, melengkapi dan mendukung sehingga gerak tubuh dapat bekerja dengan lebih baik. Motorik tidak akan berkembang secara optimal apabila salah satu unsur tersebut mengalami gangguan.

4. Aspek Kecerdasan Kinestetik

Kemampuan motorik setiap anak berbeda-beda, salah satu aspek yang memiliki kaitan erat dengan potensi motorik seorang anak, terutama motorik kasar adalah kondisi fisik. Secara umum, aspek dari kondisi fisik meliputi daya ledak, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, reaksi, dan koordinasi (Sajoto, 2001: 5). Amstrong (2013) menambahkan bahwa komponen inti dari kecerdasan kinestetik adalah kemampuan – kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, dan kecepatan maupun kemampuan menerima rangsang (*proprioceptive*) dan hal yang berkaitan dengan sentuhan (*tactile dan haptic*). Komponen inti juga meliputi kemampuan motorik halus

(keterampilan tangan, koordinasi mata-tangan) kepekaan sentuhan, daya tahan, dan daya reflex (Amstrong, 2013).

Mutohir dan Gusril (2004: 50-51) menjelaskan bahwa ada lima aspek keterampilan motorik diantaranya:

- a. Kekuatan adalah keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu anak tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti: berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong.
- b. Koordinasi adalah keterampilan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dengan sistem syaraf. Sebagai contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila anak mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.
- c. Kecepatan adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Misal: berapa jarak yang ditempuh anak dalam melakukan lari empat detik, semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya.
- d. Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi menjadi dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk

kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

- e. Kelincahan adalah keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ke titik lain. Misalnya: bermain menjala ikan, bermain kucing dan tikus, bermain hijau hitam semakin cepat waktu yang ditempuh untuk menyentuh maupun kecepatan untuk menghindar, maka semakin tinggi kelincahannya.

Senada dengan Yuliani (2005: 292) bahwa aspek kecerdasan kinestetik, yaitu:

- a. Kemampuan koordinasi tubuh

Koordinasi tubuh didasarkan pada kemampuan menggabungkan berbagai gerakan tubuh. Kegiatan untuk menstimulasi kemampuan koordinasi tubuh adalah bersepeda dengan penghalang, menangkap bola memantul.

- b. Keseimbangan tubuh

Keseimbangan tubuh anak yang baik dapat menyebabkan kecerdasan kinestetik anak baik pula. Kegiatan untuk menstimulasi keseimbangan tubuh adalah berdiri diatas kaleng, berdiri satu kaki dan membawa kelereng.

c. Kekuatan fisik

Kekuatan fisik anak yang bagus mencerminkan kinestetik anak yang baik. Kegiatan yang disarankan untuk mengembangkan kekuatan fisik anak adalah panjat tali, meniti titian tali, bergelantung, dan jalan duduk.

d. Kelenturan tubuh

Kelenturan berkaitan dengan keluwesan dan estetika dari gerakan-gerakan terencana. Kegiatan untuk menstimulasi kelenturan gerak tubuh adalah demonstrasi gerak, menirukan gerak, dan menciptakan gerak.

e. Kecepatan dan ketangkasan gerak

Kemampuan anak tidak sama, ada yang cepat dalam bergerak begitu juga sebaliknya. Kegiatan untuk menstimulasi kecepatan dan ketangkasan gerak antara lain menari dan menangkis.

Musfiroh (2005) menambahkan bahwa aspek kecerdasan kinestetik antara lain :

a. Keseimbangan tubuh

Kemampuan ini dapat dirangsang dengan berbagai kegiatan yang didasarkan pada kemampuan tubuh untuk menyeimbangkan gaya dan rangsang.

b. Koordinasi tubuh

Kemampuan ini dapat dirangsang dengan berbagai kegiatan yang didasarkan pada kemampuan menserasikan berbagai gerakan, baik motorik kasar maupun motorik halus.

c. Keterampilan

Keterampilan sebagai kecakapan motorik halus pada anak dapat dirangsang dengan berbagai kegiatan yang menekankan kemampuan menangani benda-benda, membuat bentuk tertentu, seperti kolase, mencocok, menebalkan, meronce, dan menata benda.

d. Kekuatan fisik

Anak-anak dengan fisik kuat cenderung tidak mudah terjatuh dan lelah pada waktu melakukan aktivitas fisik.

e. Kelenturan tubuh

kelenturan dapat dirangsang melalui kegiatan yang indah, halus, dan luwes.

f. Kecepatan gerak

Inti dari aspek ini adalah latihan mematangkan gerakan sehingga dapat menguasai gerakan yang lancar, lincah, cepat. Gerakan yang cepat muncul dari individu yang cerdas dalam kinestetik.

Sedangkan menurut Hildayanti (2008: 20) beberapa hal yang menjadi masalah dalam perkembangan motorik anak yaitu ketidakmampuan mengontrol keseimbangan, reaksi kurang cepat dan koordinasi kurang baik. Kondisi fisik inilah yang akan menunjang berbagai aktivitas anak yang tentunya banyak bergerak.

Beberapa aspek diatas memiliki tujuan untuk merangsang kemampuan fisik yang spesifik, dan sebagai faktor pendorong agar kecerdasan kinestetik dapat berkembang dengan berbagai variasi dalam

mengendalikan gerak tubuh. Dengan demikian unsur-unsur yang diterapkan dalam kegiatan senam irama meliputi: keseimbangan, kekuatan, koordinasi, kelenturan, kecepatan. Unsur-unsur tersebut dibutuhkan anak pada saat melakukan kegiatan senam irama.

Menurut Sumantri (2005: 46) ada beberapa istilah dalam mempelajari perkembangan kinestetik yaitu :

- a. Pertumbuhan (*growth*) adalah proses peningkatan yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif, atau peningkatan dalam hal ukuran. Misal pada pertumbuhan fisik, disitu ada peningkatan ukuran tinggi badan atau berat badan.
- b. Perkembangan (*development*) adalah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh kearah keadaan yang semakin terorganisasi yaitu organ-organ tubuh semakin bisa dikendalikan sesuai dengan kemauan, dan terspesialisasi yaitu organ-organ tubuh semakin bisa berfungsi dengan fungsinya masing-masing.
- c. Kematangan (*naturation*) adalah kemajuan yang bersifat kualitatif dalam perkembangan biologis.
- d. Penuaan (*aging*) adalah merupakan proses penurunan kualitas organik karena bertambahnya usia.

5. Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik

Berikut beberapa cara untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak menurut Kusmayadi (2011: 51-52) :

- a. Bergabung dengan regu olahraga
- b. Berlatih berenang atau senam
- c. Belajar seni ilmu bela diri, seperti karate atau silat
- d. Belajar keterampilan, seperti mengukir, menenun, membuat dll
- e. Melakukan hobi yang mudah dilakukan, seperti berkebun dan memasak
- f. Mengikuti latihan olahraga, seperti basket, bulu tangkis, sepak bola atau futsal
- g. Pantomim
- h. Kembangkan koordinasi mata dengan tangan
- i. Bergabung kelompok drama
- j. Pelajari keterampilan yang membutuhkan sentuhan halus maupun kelincahan tangan misalnya memainkan alat musik

Sedangkan Sujiono dalam Khadijah (2015: 122) mengungkapkan bahwa adapun cara menstimulasi kecerdasan fisik pada anak antara lain:

- a. Menari, anak-anak pada dasarnya menyukai musik dan tari. Untuk mengasah kecerdasan fisik ini kita dapat mengajaknya untuk menari bersama. Karena menari menuntut keseimbangan, keselarasan gerak tubuh, kekuatan dan kelenturan otot.
- b. Latihan keterampilan fisik, berbagai latihan fisik dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik anak, tentunya latihan tersebut disesuaikan dengan usia anak.

Sedangkan menurut Santrock (2007) strategi yang digunakan untuk mengajarkan keahlian kinestetik pada anak yaitu:

- a. Beri anak-anak kesempatan untuk beraktivitas fisik dan ajak mereka berpartisipasi
- b. Sediakan ruangan dimana anak-anak bisa bermain. Apabila tidak memungkinkan, ajak anak ke taman
- c. Ajak anak melihat pertandingan misalnya olahraga dan balet
- d. Ajak anak-anak berpartisipasi dalam aktivitas tari.

Dengan demikian beberapa aktivitas fisik diatas memiliki tujuan untuk menstimulus kemampuan fisik yang lebih spesifik, dan kecerdasan kinestetik anak dapat berkembang dengan berbagai variasi dalam mengendalikan gerak tubuh.

6. Tujuan dan Fungsi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik

Tujuan dan fungsi dalam pengembangan keterampilan kinestetik adalah upaya untuk meningkatkan penguasaan keterampilan dalam menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kemampuan motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu mengerjakan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu.

Menurut Sumantri (2005: 9) tujuan program pengembangan fisik motorik/kecerdasan kinestetik anak usia dini adalah sebagai pengembangan keterampilan motorik kasar dan motorik halus :

- a. Tujuan pengembangan keterampilan motorik kasar

- 1) Mampu meningkatkan keterampilan gerak
 - 2) Mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani
 - 3) Mampu menanamkan sikap percaya diri
 - 4) Mampu bekerjasama
 - 5) Mampu berperilaku disiplin, jujur, dan sportif
- b. Tujuan mengembangkan keterampilan motorik halus
- 1) Mampu memfungsikan otot-otot kecil seperti gerakan jari tangan
 - 2) Mampu mengkoordinasikan kecepatan tangan dengan mata
 - 3) Mampu mengendalikan emosi

Sedangkan menurut Sujana (2008: 170-174) tujuan kecerdasan kinestetik sebagai berikut:

- a. Meningkatkan kemampuan psikomotorik

Kemampuan psikomotorik adalah kemampuan seseorang mengkoordinasikan otak dengan bagian-bagian tubuh lain secara sinkron untuk mencapai tujuan fisik. Peningkatan keterampilan gerak merupakan dasar yang penting untuk membangun kemampuan psikomotor dalam diri anak.

- b. Meningkatkan kemampuan sosial

Aktivitas fisik memberikan kesempatan lebih banyak kepada anak untuk bermain dengan teman-temannya. Anak dengan kecerdasan kinestetik tinggi akan dapat mengungkapkan diri anak dengan baik dan

meningkatkan keterampilan komunikasi ketika berinteraksi dengan orang lain.

c. Membangun rasa percaya diri

Dalam kegiatan bermain, anak-anak pasti pernah menemui suatu kegagalan tetapi mereka akan merasa terdorong untuk terus berusaha sampai menguasai kemampuan fisik yang lebih baik. Ketika anak berhasil, rasa percaya diri anak meningkat. Seorang anak akan lebih yakin berpartisipasi dalam aktivitas kelompok apabila mereka merasa secara fisik sama dengan anak-anak lain.

d. Dapat menyehatkan tubuh

Anak yang senang olahraga akan terlihat lebih sehat dari anak yang malas olahraga. Anak yang gemar olahraga akan terhindar dari penyakit seperti makan berlebihan yang menyebabkan kegemukan.

e. Meletakkan Fondasi Bagi Gaya Hidup *Sporty*

Mendorong kecerdasan tubuh melalui aktivitas fisik akan memotivasi anak cinta terhadap gaya hidup aktif.

Fungsi model program pengembangan keterampilan motorik anak usia dini, menurut Sumantri (2005: 10) yaitu :

a. Fungsi model program pengembangan keterampilan motorik kasar

- 1) Sebagai alat pemacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan kesehatan untuk anak usia dini

- 2) Sebagai alat untuk membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak usia dini
 - 3) Sebagai alat melatih keterampilan dan ketangkasan gerak juga daya pikir anak usia dini
 - 4) Sebagai alat untuk meningkatkan perkembangan emosional
 - 5) Sebagai alat untuk meningkatkan perkembangan sosial
 - 6) Sebagai alat untuk menumbuhkan perasaan senang dan memahami manfaat kesehatan pribadi.
- b. Fungsi model program pengembangan keterampilan motorik halus
- 1) Sebagai alat untuk mengembangkan keterampilan gerak kedua tangan
 - 2) Sebagai alat untuk mengembangkan koordinasi kecepatan tangan dengan gerakan mata
 - 3) Sebagai alat untuk melatih penguasaan emosi

Menurut Mudjito (2007: 2) tujuan dan fungsi pengembangan fisik motorik anak usia dini adalah :

- a. Tujuan pengembangan fisik motorik untuk anak usia dini adalah untuk memperkenalkan dan melatih gerakan kasar dan halus, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan tubuh dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani yang sehat, kuat dan terampil.
- b. Fungsi pengembangan fisik motorik adalah sebagai berikut :
 - 1) Melatih kelenturan dan koordinasi otot jari dan tangan

- 2) Memacu pertumbuhan dan pengembangan fisik motorik, rohani dan kesehatan anak
- 3) Membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak
- 4) Melatih keterampilan/ketangkasan gerak dan berpikir anak
- 5) Meningkatkan perkembangan emosional anak
- 6) Meningkatkan perkembangan sosial anak
- 7) Menumbuhkan perasaan menyayangi dan memahami manfaat kesehatan pribadi

Dari penjelasan di atas mengenai tujuan dan fungsi pengembangan fisik motorik dapat disimpulkan bahwa pengembangan fisik motorik anak usia dini sangat erat hubungannya dengan kecerdasan kinestetik. Oleh karena itu sangat penting dilakukan untuk melatih keterampilan dan ketangkasan, menstimulasi, mengelola, mengkoordinasi fungsi otot-otot dalam tubuh serta menanamkan rasa percaya diri dan pengendalian emosi pada anak, sehingga anak akan memiliki kekuatan fisik dan mental yang kuat untuk menjadi anak yang tangguh dan berkualitas.

B. Hakikat Senam Irama

1. Sejarah Singkat Senam

Senam sudah ada dari zaman dahulu, tetapi gerakan yang digunakan masih sangat sederhana dan disesuaikan pada masa itu. Senam (*gymnastic*) berasal dari bahasa Yunani yang artinya telanjang. Menurut Sholeh (1992: 2) pada zaman kuno, senam dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang, hal ini bermaksud agar gerakan dapat dilakukan tanpa ada gangguan sehingga

menjadi sempurna. Pada tahun 1776, Johan Christian Friederich Gustmus mencoba mengembangkan gerakan senam. Akhirnya beliau menciptakan senam secara sistematis dan berurutan. Beliau diakui dunia internasional sebagai Bapak Olahraga Senam (Arisandy, 2008: 1).

Sedangkan di Indonesia senam mulai tumbuh menjelang pesta olahraga *Ganefo (Games of the New Emerging Forces)* di Jakarta pada 10-22 November 1963. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang melibatkan gerakan tubuh dan membutuhkan kekuatan, kecepatan, serta keserasian gerakan. Penilaian senam dilihat pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dari setiap anggota tubuh. Senam adalah olahraga yang dapat dilakukan oleh siapa pun, dari anak kecil sampai orang tua. Senam juga dapat dilakukan dimanapun, seperti di rumah, di sekolah, di tempat fitnes, atau gym (Ahmad, 2007: 1).

2. Definisi Senam

Menurut Mahendra (2000: 7), senam dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga yang merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris yaitu *gymnastics*. Sedangkan Hidayat (1970), menyatakan bahwa senam ialah latihan tubuh yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis dan dilakukan secara sadar dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis.

Werner (1994) mengatakan senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai atau pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol

tubuh. Lebih lanjut Fotiadou, dkk (2009: 2105) mengemukakan bahwa *“Rhythmic gymnastics is a complicated sport, which demands dexterity and movement coordination”* yang berarti senam irama adalah olahraga yang rumit, dimana seseorang diminta untuk melakukan suatu keterampilan gerak yang terkoordinasi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa senam adalah salah satu cabang olahraga dengan alat atau tanpa alat dengan gerakan yang luas guna membangun atau membentuk otot-otot tubuh dan meningkatkan kesehatan jasmani.

3. Macam – Macam Senam

FIG (*Federation Internasionale de Gimnastique*) dalam Mahendra (2002: 12) membagi senam menjadi 6 macam, yaitu :

a. Senam Artistik (*Artistic Gymnastics*)

Senam artistik diartikan sebagai senam yang menggabungkan aspek tumbling dan akrobatik untuk mendapatkan efek-efek artistik dari gerakan-gerakan yang dilakukan.

b. Senam Ritmik Sportif (*Sportif Rhythmic Gymnastics*)

Senam ritmik sportif adalah senam yang dikembangkan dari senam irama sehingga dapat diperbandingkan. Komposisi gerak yang diantarkan melalui tuntunan irama musik dalam menghasilkan gerak-gerak tubuh dan alat artistik, menjadi ciri senam ritmik sportif ini.

c. Senam Akrobatik (*Acrobatic Gymnastics*)

Senam akrobatik adalah senam yang mengandalkan akrobatik dan tumbling, sehingga latihannya banyak mengandung salto dan putarannya harus mendarat ditempat-tempat yang sulit.

d. Senam Aerobik Sport (*Sports Aerobic*)

Senam aerobik sport merupakan pengembangan dari senam aerobik. Agar pantas diperbandingkan, latihan-latihan senam aerobik yang berupa tarian atau kalistenik tertentu digabung dengan gerakan-gerakan akrobatik yang sulit.

e. Senam Trampolin (*Trampolinning Gymnastic*)

Senam trampolin adalah pengembangan dari satu bentuk latihan yang dilakukan di atas trampolin.

f. Senam umum (*General Gymnastics*)

Senam umum adalah sejenis senam diluar kelima jenis senam di atas. Dengan demikian senam-senam seperti senam irama, aerobik, senam pagi, SKJ, senam wanita termasuk kedalam senam umum.

4. Pengertian Senam Irama

Menurut Cholik dan Lutan dalam Suharjana (2010: 29), senam irama merupakan sebuah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerakannya. Senam irama memiliki suatu hubungan dengan bidang seni yaitu seni musik dan seni tari. Lebih lanjut Syarifuddin dan Muhadi dikutip Suharjana (2010: 29), perkembangan senam irama itu mulai

timbul bersamaan dengan adanya perubahan di dalam bidang seni panggung, seni musik, seni tari.

Senam irama adalah suatu rangkaian gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama, tidak terputus sehingga tercipta satu gerakan yang indah. Gerakan ini dapat dilakukan dengan alat maupun tanpa alat. Tekanan yang harus diberikan dalam senam irama tanpa alat adalah irama, kelenturan tubuh, dan gerak yang berkelanjutan (Sumarjo, 2010). Tri (2010: 41) menambahkan bahwa senam irama sering disebut dengan senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Dimana senam ini bisa menggunakan alat maupun tanpa alat. Alat yang digunakan untuk senam irama ini antara lain gada, simpai, tongkat, bola, pita, topi dan lain-lain.

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa senam irama atau yang disebut juga senam ritmik merupakan salah satu jenis gerakan senam yang menggunakan irama musik yang gerakannya berkelanjutan. Dibedakan menjadi dua yaitu senam irama menggunakan alat dan senam irama tanpa alat. Pada senam irama kita perlu menguasai teknik gerakan agar mencapai gerakan yang serasi dan bermanfaat bagi jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan senam yaitu membentuk keindahan tubuh, kebugaran dan kekuatan.

Ada tiga hal yang harus ditekankan pada senam irama, yaitu :

a. Irama

Dalam kegiatan senam irama, hal yang paling utama adalah mengenal dan merasakan irama dalam lagu – lagu yang digunakan sebagai musik pengiring. Ketika anak sudah dapat merasakan irama dalam sebuah lagu, maka dengan sendirinya anak tersebut akan menggerakkan badan mengikuti irama. Akan lebih mudah menggunakan lagu yang sudah dikenal atau sering didengar oleh anak.

b. Kelentukan tubuh (*flexibilitas*)

Kelentukan tubuh adalah kemampuan seseorang dalam menggerakkan sendi-sendi maupun otot pada sudut tertentu yang dinamis, fleksibel dan elastis seperti dengan mudahnya melipat tubuh maupun anggota badan dalam meliuk, merentang, menekuk, membungkuk yang akan diperoleh dalam waktu yang lama dengan latihan.

c. Kontinuitas gerakan

Kontinuitas berupa rangkaian gerak yang tidak terputus. Rangkaian gerak ini diperoleh dari gerak-gerak senam yang sudah disusun dalam bentuk rangkaian yang siap ditampilkan.

Ada tiga unsur yang sangat penting dalam kegiatan senam irama seperti irama, kelentukan tubuh dan kontinuitas gerakan. Berdasarkan penjelasan di atas maka dengan menekankan tiga hal tersebut diharapkan hasil atau manfaat senam irama dapat tercapai.

5. Tahap – Tahap Senam Irama

Adapun tahapan dalam senam irama terbagi menjadi tiga bagian, yaitu dimulai dari pemanasan, inti dan diakhiri dengan pendinginan. (Depdiknas, 2008: 60)

a. Tahap Pemanasan (*warming up*)

Gerakan pemanasan merupakan gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan sebelum melakukan gerakan inti. Gerakan pemanasan dalam senam irama ini bertujuan untuk menyiapkan kondisi tubuh secara fisiologis maupun psikologis, menyiapkan sistem pernapasan, peredaran darah, otot dan persendian.

b. Tahap Inti (*core*)

Secara umum gerakan ini dalam senam irama adalah berbagai aktivitas yang dilakukan dalam pembelajaran motorik kasar untuk melatih kekuatan, kelenturan, kelincahan serta koordinasi otot - otot yang bergerak.

c. Tahap Pendinginan (*cooling down*)

Setelah melakukan gerakan inti dari senam irama, dilanjutkan dengan gerakan penenangan atau sering disebut dengan pendinginan. Gerakan ini dilakukan untuk menetralkan metabolisme tubuh, dan mengatur pernapasan agar tubuh kembali rileks.

6. Manfaat Senam Irama

Manfaat senam irama bagi anak usia dini menurut Mahendra (2010: 12) yaitu kegiatan utama yang paling bermanfaat untuk

mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (*motor ability*). Lewat berbagai kegiatannya, anak yang terlibat dalam senam irama akan berkembang daya tahan ototnya, kekuatannya, powernya, kelentukannya, kelincahan, serta keseimbangannya. Sumarjo (2010: 75) anak-anak akan memperoleh ketrampilan dalam fisik maupun sosial serta mengalami peningkatan dalam yang dilakukan dengan cara yang benar dan teratur dalam jangka waktu yang cukup memungkinkan untuk, menciptakan suasana menyenangkan selama pelajaran dan peningkatan keadaan emosional, dapat menciptakan sebuah rangsangan optimal untuk sistem syaraf yang bermanfaat bagi proses pendidikan, merangsang anak untuk bergerak, mendorong keadaan relaksasi dan ketenangan, memfasilitasi kinerja ritmis gerakan, memudahkan internalisasi kemampuan motorik dan kemampuan khusus untuk senam irama, memberikan kontribusi untuk pengembangan memori dan perhatian distributif.

7. Model Pembelajaran Senam Irama

Senam irama ini adalah hasil modifikasi peneliti untuk anak-anak yang berada ditingkat Taman Kanak-kanak. Model kegiatan senam irama ini menggunakan model demonstrasi terlebih dahulu, peneliti memberikan contoh gerakan senam kepada anak mulai dari gerakan pemanasan, gerakan inti dan gerakan pendinginan. Setiap gerakan terdiri dari 1 x 8 hitungan dan 2 x 8 hitungan. Senam irama ini berdurasi 10 menit menggunakan beberapa lagu yang dirangkai menjadi satu seperti 4 sehat 5 sempurna, disini senang disana senang, katanya, dan lagu bintang kejora.

Keunggulan dari senam irama ini adalah menggunakan lagu anak-anak dan gerakan mudah ditiru oleh anak, ada keunggulan pasti ada kelemahan seperti gerakan yang terlalu banyak sehingga anak sedikit kesulitan untuk menghafal setiap gerakan pada senam irama tersebut.

C. Konsep Anak Usia Dini

1. Pengertian Anak Usia Dini

Anak usia dini adalah individu yang mengalami proses perkembangan yang sangat pesat dan sangat berpengaruh bagi kehidupan selanjutnya, anak memiliki dunianya tersendiri dan karakter yang berbeda jauh dari dunia dan karakter orang dewasa. Anak usia lahir sampai enam tahun disebut anak usia dini. Usia ini merupakan masa keemasan atau sering disebut dengan *golden age*, pada masa ini seluruh aspek perkembangan anak mulai berkembang.

National Association for the Education of Young Children (NAEYC) menjelaskan bahwa kategori anak usia dini adalah sejak usia lahir sampai usia delapan tahun. Sedangkan menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 pasal 28 ayat 1, yang termasuk anak usia dini adalah anak yang masuk pada rentang usia 0-6 tahun.

2. Karakteristik Perkembangan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun

Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan yang berhubungan dengan gerakan tubuh termasuk gerakan motorik. Kemampuan motorik kasar tiap anak berbeda, walaupun demikian penelitian yang dilakukan oleh para ahli psikologi memperlihatkan bahwa pada usia-usia tertentu seorang

anak sudah dapat melakukan gerakan motorik kasar yang hampir sama dapat dilakukan oleh anak seusianya.

Setiap tahapan usia anak terdapat kompetensi yang harus dicapai pada masing-masing aspek perkembangan sebagai petunjuk untuk menilai kenormalan perkembangan anak. Berikut ini karakteristik perkembangan motorik kasar anak usia 4-6 tahun yang berkaitan dengan penelitian ini sesuai dengan Tingkat Pencapaian Perkembangan menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 adalah sebagai berikut :

Tabel 2.1 Tingkat Pencapaian Perkembangan Kelompok Usia 4-6 Tahun

Lingkup Perkembangan	Usia 4-5 Tahun	Usia 6 Tahun
Fisik (Motorik Kasar)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang dan sebagainya 2. Melakukan gerakan menggelayut (bergelayut) 3. Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi 4. Melempar sesuatu secara terarah 5. Menangkap sesuatu secara tepat 6. Melakukan gerakan antisipasi 7. Menendang sesuatu secara terarah 8. Memanfaatkan alat permainan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan gerakan tubuh secara koordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan 2. Melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam 3. Melakukan permainan fisik dengan aturan 4. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri 5. Melakukan kegiatan kebersihan diri

Sedangkan Einon (2005: 5) merincikan karakteristik gerakan tubuh anak usia 5-6 tahun sebagai berikut:

Tabel 2.2 Karakteristik Gerakan Tubuh Anak Usia 5-6 Tahun

Lingkup Perkembangan	Usia 5-6 Tahun
Fisik (Motorik Kasar)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anak mulai dapat menghindari dan langkah larinya bertambah. 2. Dapat berlari kencang, memulai, dan berhenti sesuka hati saat berlari. 3. Dapat melompat 10 kali atau lebih. 4. Dapat melompat-lompat kecil, dan pada umur 6 tahun bisa melompat loncat dengan bola di kakinya. 5. Dapat melompat sambil menjangkau sesuatu dengan lengannya setinggi 5-7,5 cm. 6. Dapat berjalan maju sejauh 3,3 m di atas balok selebar 7,5 cm dan mundur sejauh 2,4 m. 7. Dapat memanjat tangga tali atau tiang, dia mungkin berusaha untuk naik pohon. 8. Mampu melompat sejauh 38-45 cm, berlari sambil melompat sejauh 70-88 cm, dan berlari melompati halangan sejauh 23 cm

Sedangkan menurut Yus (2011) indikator kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun sebagai berikut :

Tabel 2.3 Indikator Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun

Lingkup Perkembangan	Usia 5-6 Tahun
Fisik (Motorik Kasar)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bergerak sesuai instruksi 2. Melempar bola ke arah yang ditetapkan 3. Menangkap dan melempar bola dengan cepat 4. Gerakan berpindah dengan zig-zag 5. Loncat jarak 1 meter 6. Lompat setinggi 40 Cm 7. Melompat untuk menjangkau benda ke atas atau ke depan 8. Menyepak (<i>kicking</i>) bola ke arah yang ditentukan 9. Berlari dengan seimbang dan dapat berhenti secara tiba-tiba.

Indikator-indikator tersebut dapat digunakan secara fleksibel sesuai dengan kebutuhan dan tingkat perkembangan kemampuan motorik kasar anak yang berbeda-beda. Pemberian materi pembelajaran harus disesuaikan dengan kebutuhan anak, yaitu berdasarkan pola gerak dasar yang telah disebutkan diatas. Pola gerak dasar adalah bentuk gerakan-gerakan sederhana yang biasa dibagi ke dalam tiga bentuk gerak dasar, yaitu gerak lokomotor, gerak non lokomotor dan gerak manipulatif. Dimana gerak lokomotor adalah gerakan yang meliputi perubahan tempat dan tubuh individu ke tempat lain seperti berjalan, berlari, dan melompat. Kestabilan (*stability*) atau gerak non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan dengan meminimalisasi atau tanpa bergerak dari tempatnya atau landasan. Dalam gerak lokomotor tingkat keseimbangan seseorang sangat penting karena kestabilan berhubungan dengan kegiatan menjaga dan mempertahankan keseimbangan dalam gerakan, seperti meliukkan badan, berputar, berpaling, dan membungkuk. Manipulatif (memainkan) adalah gerakan memanipulasi motorik dengan melibatkan kekuatan memberi dan menerima benda seperti menggenggam, mengangkat, melempar, dan menangkap.

Seluruh aspek gerak dasar mulai dari lokomotor, non lokomotor dan manipulatif harus dikembangkan secara seimbang. Ketiga jenis gerakan tersebut dapat digabungkan sehingga membentuk rangkaian gerakan. Pada anak-anak usia prasekolah mengalami kemajuan yang luar biasa dalam perkembangan motorik kasar, seperti berlari dan melompat yang melibatkan penggunaan otot besar.

Menurut Rusli Lutan (2001: 21) bahwa kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga dan aktivitas jasmani yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pernyataan bahwa gerak dasar dapat diterapkan dalam aktivitas-aktivitas tersebut menampilkan bahwa banyak aktivitas fisik yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran pendidikan jasmani.

Karakteristik kemampuan motorik kasar anak dan indikator-indikator yang disampaikan di atas menjadi acuan peneliti dalam membuat daftar dan tabel penilaian.

3. Arah Pendidikan Anak Usia Dini

Menurut Maimunah (2012), Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitik beratkan pada peletakan dasar ke beberapa arah berikut ini :

- a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik (koordinasi motorik halus dan kasar)
- b. Kecerdasan (daya pikir, daya cipta, kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual)
- c. Sosioemosional (sikap, perilaku, agama) bahasa dan komunikasi yang disesuaikan dengan keunikan dan tahap-tahap perkembangan yang dilalui oleh anak usia dini.

4. Tujuan Pendidikan Anak Usia Dini

Menurut Maimunah (2012), ada dua tujuan diselenggarakannya pendidikan anak usia dini, yaitu sebagai berikut :

- a. Membentuk anak Indonesia yang berkualitas, yaitu anak yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat perkembangannya, sehingga memiliki kesiapan yang optimal di dalam memasuki pendidikan dasar serta mengarungi kehidupan di masa dewasa.
- b. Membantu menyiapkan anak mencapai kesiapan belajar (akademik) di sekolah.

Sedangkan menurut Formen (2012) tujuan pendidikan anak usia dini terbagi menjadi 2 yaitu :

- a. Tujuan Umum
 - 1) Membantu meletakkan dasar ke arah perkembangan sikap pengetahuan, keterampilan, dan daya cipta yang diperlukan anak.
 - 2) Menyiapkan anak untuk memasuki pendidikan dasar.
- b. Tujuan Khusus
 - 1) Mampu mengelola gerakan dan keterampilan tubuh, termasuk gerakan-gerakan yang mengontrol gerakan tubuh, gerakan halus, dan gerakan kasar.
 - 2) Memperoleh pengetahuan tentang pemeliharaan tubuh, kesehatan, dan kebugaran tubuh.
 - 3) Mampu berpikir secara kritis, memberi alasan, memecahkan masalah, dan menemukan hubungan sebab akibat.
 - 4) Mampu memanfaatkan indera penglihatan dan dapat memvisualisasikan sesuatu obyek, termasuk mampu menciptakan imajinasi mental internal dan gambar-gambar.

- 5) Mampu mengembangkan konsep diri dan sikap positif terhadap belajar, kontrol diri, dan rasa memiliki.
- 6) Mampu mengembangkan keingintahuan tentang dunia, kepercayaan sebagai anak diri, kreativitas dan inisiatif pribadi.
- 7) Mampu memahami keadaan diri manusia secara internal, refleksi diri, berpikir meta-kognitif, dan menyadari adanya kenyataan-kenyataan spiritual, moral, dan kepercayaan agama.
- 8) Mampu mengenal peranan masyarakat, kehidupan sosial, dan respek terhadap keragaman sosial dan budaya.
- 9) Mampu menggunakan bahasa untuk dapat berkomunikasi secara efektif yang bermanfaat dalam proses belajar dan berpikir.
- 10) Mampu menghargai dan mengintegrasikan nilai-nilai moral dan agama.
- 11) Mampu mengenal pola-pola bunyi dalam suatu lingkungan yang bermakna, memiliki sensitivitas terhadap irama, serta mengapresiasi seni, kemanusiaan dan ilmu pengetahuan.

Dilihat dari banyaknya fungsi positif pendidikan anak usia dini diatas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan anak usia dini sangat penting untuk membantu perkembangan anak baik dalam aspek kognitif, afektif maupun keterampilan-keterampilan motorik. Keterampilan-keterampilan ini akan berpengaruh pada tumbuh kembang anak difase berikutnya.

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Adapun penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian Nisnayeni (Jurnal Pesona PAUD Volume 1. No.1. Tahun 2012), terlihat terjadinya peningkatan yang signifikan terhadap anak dalam motorik kasarnya yaitu kemampuan anak berlari, kemampuan anak dalam melompat, kemampuan anak mengayun tangan, dan kemampuan anak dalam melakukan senam irama.
2. Penelitian dari Cerika Rismayanthi (Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi UNY Tahun 2012), menjelaskan bahwa perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak, melalui bermain terjadi stimulasi pertumbuhan otot-ototnya ketika anak melompat, melempar, atau berlari.
3. Penelitian dari Dewi Nawang Sasi (Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia Edisi Khusus, No.1. Tahun 2011). Menunjukkan bahwa melalui senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar yang meliputi berjalan, berlari, melompat, memutar dan membungkuk, dan kognitif yang meliputi memecahkan masalah sederhana dalam kehidupan sehari-hari, mengenal konsep bilangan, mengenal pola, mengenal konsep ruang dan mengenal ukuran secara bertahap setiap siklusnya.
4. Penelitian dari Nidhi Rizkya (Jurnal Mahasiswa Unesa Vol 2 No.5 Tahun 2014) menyatakan bahwa memberikan stimulasi melalui kegiatan fisik yang diiringi musik dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan

motorik kasar anak yang dikombinasikan dengan ayunan tangan maupun kaki baik menggunakan alat maupun tanpa menggunakan alat.

5. Penelitian Erika Nur Aini (2014) dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan keterampilan gerak tubuh pada anak kelompok A TK Al-Huda Kerten Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015. Keterampilan gerak tubuh yang dapat ditingkatkan meliputi menirukan gerakan binatang, melakukan gerakan menggantung (bergelayut). Hal tersebut terlihat dari observasi sebelum diberikan tindakan, terdapat 10 anak atau 45,45% yang keterampilan gerakanya baik. Pada siklus I, mencapai 54,54% atau 12 anak, pada siklus II meningkat 77,27% atau 17 anak.
6. Arni Yuliansih (2015) menyatakan bahwa ada pengaruh senam irama terhadap kemampuan motorik anak usia 5 tahun. Kemampuan motorik yang meliputi berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar, menangkap serta menjaga keseimbangan.
7. Joanne Hui_Tzu (*Journal of Research in Childhood Education Volume 19, Issue 1*), mengungkapkan :

The purpose of this study was to investigate the effects of a creative movement program on gross motor skills of preschool children. Results of this study showed that students participating in the creative movement program in gross motor skills scored significantly higher than those in the control group.

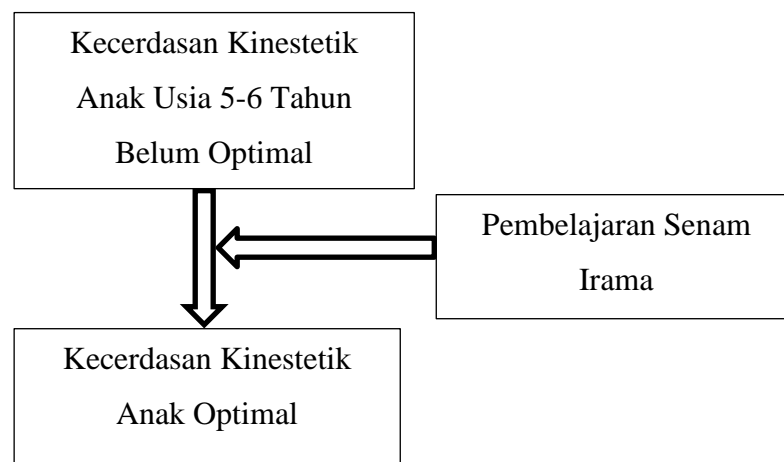
Tujuan dari penelitian di atas adalah untuk mengetahui pengaruh dari program gerak terhadap keterampilan motorik kasar anak prasekolah. Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti program gerak mencapai keterampilan motorik kasar yang tinggi.

E. Kerangka Berpikir

Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggerakkan anggota tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau mentransformasi sesuatu. Kecerdasan ini mencakup keterampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas dan kecepatan.

Kecerdasan ini sangat melekat pada dunia anak yaitu bergerak dan tidak suka diam. Senam irama memiliki keterkaitan dengan kecerdasan kinestetik, sebab senam irama merupakan salah satu kegiatan yang digunakan untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik karena dengan senam irama anak dapat menggerakkan tubuhnya dengan leluasa mengikuti alunan musik.

Setelah mengkaji teori dari beberapa sumber, maka dapat digambarkan kerangka pikir sebagai berikut: Kegiatan senam irama sangat berperan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada indikator keseimbangan, koordinasi, kelincahan dan kelenturan pada siswa kelompok B.



F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan (Sugiyono, 2012: 96). Sedangkan menurut Arikunto (2010:111) hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Berdasarkan landasan teori diatas, maka dapat dibuat rumusan hipotesis yaitu :

1. H_0 : senam irama tidak dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun.
2. H_a : senam irama dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Upaya Mengoptimalkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama di TK Ihsaniyah 1 Kota Tegal” dapat disimpulkan bahwa senam irama dapat mengoptimalkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun karena terdapat peningkatan kecerdasan kinestetik anak antara sebelum dan setelah melakukan kegiatan senam irama.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Alangkah baiknya kegiatan senam irama dalam upaya meningkatkan kecerdasan kinestetik atau keterampilan gerak anak usia 5-6 tahun ini terus dilaksanakan sebelum guru melakukan kegiatan belajar mengajar.

2. Bagi peneliti lain

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menindaklanjuti penelitian ini dengan memperbaiki kegiatan yang akan digunakan saat penelitian, seperti menggunakan metode lain yang lebih menarik atau lebih bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. (2007). *Senam*. PT. Indahjaya Adipratama.
- Aini, E. (2014). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Tubuh Melalui Kegiatan Senam Irama Pada Anak Kelompok A Tk Al-Huda Kerten Surakarta*. Jurnal Universitas Sebelas Maret.
- Amstrong, T. (2013). *Kecerdasan Multiple*: Jakarta.
- Anggraini, D. Dwi. (2015). *Peningkatan kecerdasan kinestetik melalui kegiatan bermain sirkuit dengan bola*, Jurnal PG PAUD Trunojoyo, vol 2 no 1 hal 66-75.
- Arikunto, S. (2010). *Penelitian Tindakan*. Yogyakarta : Aditya Media.
- Arisandy, D. (2008). *Olahraga Senam*. Jakarta : Ganeca Exact.
- Depdiknas. (2008). *Pengembangan Gerak Dasar Peserta Didik Kelas 1 dan 2 Sekolah Dasar (Usia 6-8 Tahun)*. Jakarta : Bagian Proyek Peningkatan Kesegaran Jasmani dan Rohani.
- Einon, D. (2005). *Permainan Cerdas Untuk Anak Usia 2-6 Tahun*. Jakarta : Erlangga for kids.
- Formen, A. (2012). *Silabus Dasar-Dasar PAUD*. Semarang : Unnes.
- Fotiadou, E. G., Konstantina, H. N., Maria, P. S., Vasilios, K. T., Athanasios, K. M., Nickoletta, A. A. (2009). *The Effect Of A Rhythmic Gymnastics Program On The Dynamic Balance Ability Of Individuals With Intellectual Disability*. Journal of Strength and Conditioning Research, 23 (7). 2105. available: <http://search.proquest.com> (Diperoleh 18 Juni 2019).
- Hidayat, Imam. (1970). *Buku Penuntun Pelajaran Praktek Senam*. S To Bandung.
- Hui-Tzu, J. (2004). A Study on Gross Motor Skill of Preschool Children. *Journal of Research in Childhood Education 2004, Volume 19, Issue 1*. Available: <http://www.grossmotorjournal/issue/taiwan/> (diakses pada 25 April 2018).
- Jasmine, J. (2007). *Metode Mengajar Multiple Intelligences*. Bandung : Nuansa.
- Khasanah, I. (2016). *Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Melalui Tari Tradisional Angguk di TK Melati II Glagah*. Jurnal Anak Usia Dini. edisi 3, No 293: 2-9.

- Kusbiantoro, D. (2015). *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah di Taman Kanak-kanak ABA 1 Lamongan*, vol 7 no 1.
- Lestari, A, A. (2015). *Hubungan Antara Latihan Senam Irama Dengan Kemampuan Gerakan Terorganisasi Anak Usia Dini*. Jurnal Mahasiswa Universitas Lampung.
- Mahendra, A. (2000). *Senam*. Jakarta : Depdikbud.
- Maimunah. (2012). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta : Diva Press.
- Mudjito. (2007). *Pengertian Motorik Halus Anak*. Bandung : Bumi Aksara.
- Musfiroh, Tadkiroatun. 2008. *Cerdas Melalui Bermain*. Yogyakarta : Gramedia.
- Mutohir dan Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta :Depdiknas.
- Nisnayeni. (2012). *Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak melalui Senam Irama di Taman Kanak-Kanak Bina Ummat Pesisir Selatan*. Jurnal Pesona PAUD. Volume 1, No.1. Available: <http://pesonapaud.jurnal.ac.id/1/> (diakses pada 25 April 2018).
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009. (2010). *Standar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta.
- Republik Indonesia, Undang-undang Dasar 1945 Pasal 31 Ayat 1.
- Rismayanthi, C. (2012). *Pengembangan Keterampilan Gerak dasar sebagai stimulasi motorik anak TK melalui aktivitas jasmani*, Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi, UNY. available : <http://jurnal.pjkr.ac.id/uny/> (diakses pada 25 April 2018).
- Rizky, N. (2014). *Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Anak Kelompok B di TK Al-Fitroh*. Jurnal Mahasiswa Unesa. Vol 2, No.5.
- Rusli, Lutan 2001. *Olahraga dan Etika Fair Play*. Jakarta : Depdiknas. Direktorat Pemberdayaan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Olahraga. Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sasi, D. (2011). *Jurnal Penelitian Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar dan Kognitif anak Melalui Senam Irama Penelitian Tindakan Kelas di Taman Kanak-kanak Riyadush Sholihin Margahayu Kota Bandung Indonesia*.

- Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia. Edisi Khusus. No.I. Available; <http://senam.irma.ac.id/upi/I> (diakses pada 25 April 2018).
- Safaria, T. (2008). *Successful Intelligence (Cara Mudah Menumbuhkembangkan Kecerdasan Sukses Anak Anda)*. Arti Bumi Intaran: Yogyakarta.
- Santrock, J, W. (2007). *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 1* : Erlangga.
- Sholeh, M. (1992). *Olahraga Pilihan Senam* : Depdikbud.
- Sudjana. (2001). *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito.
- Sujana, C. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sujiono, N, Y. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta.
- Suharjana, dkk. (2010). *Pembelajaran Penjas yang Menarik dan Menggembirakan Melalui Model Bermain Berdasarkan KTSP bagi Guru Penjasorkes SD*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta : Dinas Pendidikan.
- Sumarjo, (2010). *Pendidikan Jasmani*, Terjemahan buku Julia Jasmine,M.A., Profesional's Guide : *Teaching with Multiple Intellegences* (Teacher Created Materials, Inc.,2001). Penerjemah Purwanto , Bandung : Penerbit Nuansa 2016 hal 38. *Olahraga, dan Kesehatan*. Surabaya: JP Book.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1 ayat 14, Buku Dasar-dasar PAUD, Ali Formen 2012 UNNES.
- Werner, J. (1994). Dimensions That Make A Difference: *Examining The Impact Of In-Role And Extra-Role Behaviors On Supervisory Ratings*. Journal Of Applied Psychology, 79, pp.98-107.
- Widhianawati, N. 2011. *Pengaruh Pembelajaran Gerak Dan Lagu Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik AUD*. Studi eksperimen kuasai Pada anak kelompok bermain Mandiri SKB: Sumedang.
- Winarsih, S. 2013. *Upaya Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Bermain Kucing dan Tikus Pada Siswa Kelompok B di TK Model Sleman Yogyakarta*. Jurnal UNY.

- Yaumi, M, dan Nurdin I. (2013). *Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Jamak (Multiple Intellegences)*. Jakarta: Kencana prenadamedia Group.
- Yaumi, Muhammad, dkk, (2013). *Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Jamak (Multiple Intellegences)*, Jakarta: Kencana.
- Yetti, E, dan Muanivah, H. *Improved Intelligence Kinesthetic Children Ages 5-6 Years through Activities of Motion And Song*. Jurnal UNJ.
- Yuliani, S. (2005) *Menu Pembelajaran Anak Usia Dini*. Jakarta : Ctra Pendidikan.
- Yuliansih, A. (2015). *Pengaruh Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Anak Usia 5 Tahun*. Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Yuningsih, R. (2015) *Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Pembelajaran Gerak Dasar Tari Minang*. Jurnal Anak Usia Dini.
- Yus, A. (2011). *Model Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta : Kencana.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Pemaia Rosdakarya.