ANALISIS KECERDASAN KINESTETIK ANAK USIA DINI PADA KEGIATAN SENAM IRAMA DI TAMAN KANAK-KANAK

Katarina Tri Lestari[1*], Sri Indriani Harianja[2], Akhmad Fikri Rosyadi[3]

[1,2,3]*Universitas Jambi*
E-mail : katarinalestari625@gmail.com[1], sriindrianiharianja@unja.ac.id[2], akhmadfikri.rosyadi@unja.ac.id[3]

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Pelaksanaan kegiatan senam irama serta perkembangan kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Pada Kegiatan Senam Irama di Tk Kemala Bhayangkari 29**.** Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian *case study research* (studi Kasus). Informan penelitian terdiri dari Kepala sekolah dan Guru Kelas. Guru sebagai pelaksana utama kegiatan pembelajaran dan memiliki keterlibatan langsung dalam proses pembelajaran dan interaksi dengan anak, informan selanjutnya adalah Peserta Didik yang berada di kelompok B yang menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan tahapan model Miles dan Huberman, meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan senam irama di TK Kemala Bhayangkari 29 telah berjalan dengan baik, terstruktur, dan dilaksanakan secara rutin melalui tahapan pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan. Kegiatan didukung oleh peran aktif guru, penggunaan musik, serta sarana dan prasarana yang memadai sehingga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi anak. Perkembangan kecerdasan kinestetik anak terlihat dari kemampuan menjaga keseimbangan tubuh, menunjukkan kelincahan gerak, mengoordinasikan gerakan anggota tubuh, serta mengikuti instruksi dengan baik selama kegiatan berlangsung. Selain mendukung perkembangan motorik kasar, kegiatan senam irama juga membantu meningkatkan konsentrasi, disiplin, dan kepercayaan diri anak. Dengan demikian, kegiatan senam irama dapat menjadi salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di TK Kemala Bhayangkari 29.

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

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of rhythmic gymnastics activities and the development of early childhood kinesthetic intelligence through rhythmic gymnastics activities at TK Kemala Bhayangkari 29. This study employed a descriptive qualitative approach with a case study design. The research informants consisted of the principal, classroom teachers, and Group B students. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation. Data analysis was conducted using the Miles and Huberman model, which includes data collection, data reduction, data display, and conclusion drawing/verification. Data validity was ensured through source triangulation and technique triangulation. The results showed that the implementation of rhythmic gymnastics activities at TK Kemala Bhayangkari 29 was well-organized, structured, and conducted regularly through the stages of warm-up, core movements, and cool-down. The activities were supported by the active involvement of teachers, the use of music as accompaniment, and adequate facilities and infrastructure, creating an enjoyable learning environment for children. The development of children's kinesthetic intelligence was reflected in their ability to maintain body balance, demonstrate agility, coordinate body movements, and follow instructions effectively during the activities. In addition to supporting gross motor development, rhythmic gymnastics activities also contributed to improving children's concentration, discipline, and self-confidence. Therefore, rhythmic gymnastics can be considered an effective learning strategy for developing kinesthetic intelligence in early childhood at TK Kemala Bhayangkari 29

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

PENDAHULUAN

Perkembangan anak usia dini merupakan fase yang sangat menentukan kualitas hidup mereka dimasa depan. Setiap anak melewati proses pertumbuhan secara bertahap, dimulai sejak bayi lahir dalam keadaan sepenuhnya bergantung pada orang dewasa (Talango et al., 202). Tahapan perkembangan fisik ini dapat diamati dari kemampuan sederhana seperti berguling dan merangkak, kemudian meningkat ke tahap berdiri, berjalan, hingga akhirnya mampu melakukan gerakan yang lebih kompleks seperti berlari, melompat, melempar, memanjat, atau melakukan aktivitas fisik yang membutuhkan koordinasi tubuh. Proses perkembangan ini menunjukkan bahwa kemampuan fisik anak tidak hanya tumbuh secara alami, tetapi juga menjadi fondasi penting bagi perkembangan bagi berkembangnya kecerdasan kinestetik anak.

Menurut Gardner (1983) dalam Indria (2022) menjelaskan bahwa setiap individu memiliki delapan jenis kecerdasan dalam teori *Multiple Intelligences,* kecerdasan ini berkembang secara berbeda-beda pada setiap anak, Salah satunya adalah kecerdasan kinestetik. Menurut Rahmasanti., et al (2025) Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan tubuhnya secara terampil dalam mengekspresikan ide, emosi, atau untuk menyelesaikan suatu tugas. Anak yang meiliki kecerdasan kinestetik yang baik biasanya mampu mengoordinasikan gerakan tubuh dengan seimbang, lincah, serta memiliki kontrol motorik yang baik (Afrida, 2025).

Kecerdasan ini berkaitan dengan kemampuan anak dalam menggunakan gerakan tubuh untuk mengekspresikan diri, mengontrol koordinasi motorik, serta memanfaatkan anggota tubuh dalam menyelesaikan tugas tertentu (Annisa, 2021). Perkembangan kinestetik pada anak usia dini merupakan kemampuan yang berhubungan dengan kelancaran gerakan tangan atau kemampuan motorik fisik anak usia dini (Rahmasanti et al.,2025). Kecerdasan kinestetik mencakup kemampuan mengatur dan mengendalikan gerakan berbagai bagian tubuh secara seimbang dan terarah, kemampuan bergerak cepat dan tepat dalam menyesuaikan arah atau posisi tubuh saat melakukan aktivitas fisik, kemampuan menggunakan otot tubuh untuk melakukan aktivitas seperti menarik, mendorong, mengangkat dan melompat, serta kemampuan dalam mempertahankan posisi tubuh agar tetap stabil baik saat diam maupun bergerak (Ummah, 2024).

Selain itu, kecerdasan kinestetik juga melibatkan kemampuan anak dalam mengatur gerakan tangan dan kaki secara tepat berdasarkan apa yang dilihat oleh mata (Aritonang et al., 2024). Dengan kata lain, anak yang memiliki kecerdasan kinestetik yang baik akan menunjukan kemampuan bergerak dengan terampil, lincah, serta dapat menyesuaikan diri dengan berbagai bentuk aktivitas fisik.

Namun demikian. Tidak semua anak menunjukan perkembangan kinestetik yang optimal. Beberapa anak dapat mengalami hambatan seperti kurang aktif bergerak, belum mampu menjaga keseimbangan, serta belum terkoordinasinya penggunaan tangan dan kaki secara tepat. Kondisi yang disebutkan ini menunjukan pentingnya pemberian stimulasi yang tepat sejak dini. Menurut Yusroni & Alimah (2023) ketika anak mendapatkan stimulasi yang tepat, baik melalui permainan, kegiatan fisik, maupun interaksi sosial, maka mereka tidak hanya berkembang secara jasmani, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk mengasah potensi diri secara menyeluruh. Pandangan ini juga didukung oleh Lwin dalam (Ahmar & Azzajjad, 2025) yang menjelaskan bahwa pengalaman belajar yang diberikan mada masa keemasan *(golden age)*

akan memberikan pengaruh jangka panjang terhadap keterampilan anak, baik dalam hal fisik, kognitif, maupun emosional.

Dengan kata lain, stimulasi yang diberikan pada tahap awal kehidupan anak akan menjadi dasar penting bagi tumbuhnya kepribadian, kemampuan berfikir, serta kesiapan anak menghadapi proses pembelajaran di jenjang selanjutnya. Menurut Aprilita et al., (2024) Kecerdasan kinestetik pada anak usia dini dapat distimulasi melalui berbagai metode, seperti bermain, bergerak, bernyanyi, menari, berlari, membuat janji, dan berkreasi, Latihan ini bertujuan untuk merangsang kemampuan fisik tertentu, termasuk kemampuan menggerakkan anggota tubuh, keseimbangan kelenturan, kecepatan dan kelincahan, daya tahan, dan kepekaan sentuhan.

Salah satu bentuk stimulasi yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan senam irama. Senam irama merupakan gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama sehingga melibatkan koordinasi antara gerakan tubuh, keseimbangan dan konsentrasi (Simamora et al., 2024). Pada prinsipnya senam irama bertujuan membuat tubuh bugar, lentur dan membuat hati senang (Faridah, 2024). Kebebasan gerak tubuh yang diperoleh melalui melalui tarian akan menghasilkan keseimbangan, timing, kekuatan dan koordinasi, atau dapat juga diartikan senam irama adalah senam yang gerakannya dilakukan berirama, perpaduan antara berbagai gerakan irama yang mengiringinya (Harianja et al 2023). Dalam konteks PAUD, senam irama tidak hanya bertujuan untuk membuat suasana belajar menjadi menyenangkan, tetapi juga memiliki peran besar dalam melatih motorik kasar dan kelincahan anak. Melalui kegiatan senam irama ini, anak-anak belajar menggerakan tangan dan kaki secara terkoordinasi, menjaga keseimbangan tubuh, serta menyesuaikan gerakan dengan irama musik.

Dalam pelaksanaannya yang rutin dan terarah, senam irama dapat menjadi sarana efektif dalam menstimulasi perkembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Hal ini juga dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Rosyadi et al (2024) yang menyebutkan bahwasanya Senam irama dijadikan sebagai alternatif untuk mengoptimalkan kecerdasan kinestatik. Melalui kegiatan senam irama dapat menstimulasi anak dalam kecerdasan kinestatiknya, dengan Gerakan tubuh yang terkoordinasi, kekuatan kelenturan, keseimbangan, dengan iringi irama music yang megajarkan anak tentang Kesehatan tubuh.

Kegiatan senam irama memiliki pengaruh yang sangat positif terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini, karena melibatkan gerak fisik pada anak. Melalui kegiatan ini, anak dapat bergerak bebas, menyalurkan energi, serta melatih kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh dengan cara yang menyenangkan. Sebaliknya, jika kegiatan senam irama jarang atau bahkan tidak pernah dilakukan, anak dapat mengalami hambatan dalam perkembangan kinestetiknya, Hal ini bisa terlihat dari menurunnya semangat belajar, berkurangnya konsentrasi, kurangnya aktivitas sosial emosional, serta terbatasnya kesempatan anak untuk mengasah kemampuan gerak tubuhnya.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas pentingnya kecerdasan kinestetik dalam penggunaan senam irama dalam kegiatan belajar mengajar, belum banyak peneliti yang secara khusus menganalisis bagaimana pelaksanaan kegiatan senam irama di lembaga PAUD serta bagaimana kontribusinya terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik anak secara nyata di lapangan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Lembaga TK Kemala Bhayangkari 29 yang dilaksanakan pada tanggal 5 hingga 8 Januari 2026, yang dilakukan terhadap 15 orang

anak, diketahui bahwa kegiatan senam irama di TK tersebut telah dilaksanakan secara rutin dan menjadi bagian dari program pembelajaran. Kegiatan ini biasanya dilaksanakan setiap hari dan menjadi aktifitas yang sangat dinantikan oleh kebanyakan anak. Selama pelaksanaan senam irama, seluruh anak menunjukan karakteristik yang sangat aktif secara fisik. Dari hasil pengamatan anak-anak tampak antusias dan bersemangat saat mengikuti gerakan yang dicontohkan guru.

Secara umum, sebagian besar anak sudah mampu mengikuti gerakan senam dengan baik, menyesuaikan irama dengan musik serta menunjukan koordinasi tubuh yang baik, namun tingkat kemampuan setiap anak tersebut berbeda-beda. Ada anak yang sudah mampu menjaga keseimbangan dan mengikuti irama dengan tepat, dan ada juga yang masih memerlukan arahan serta dampingan agar gerakan kaki dan tangan selaras. Karakteristik anak yang sangat aktif di TK Kemala Bhayangkari 29 ini menunjukan bahwa mereka memiliki potensi kecerdasan kinestetik yang baik. Kegiatan senam irama yang sudah rutin dilaksanakan menjadi kemungkinan besar untuk mengamati perkembangan kecerdasan kinestetik anak di TK Kemala Bhayangkari 29.

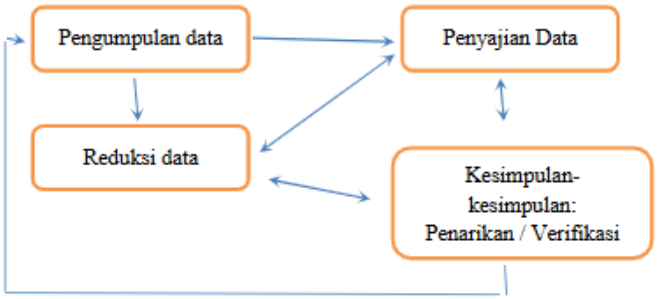
Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskribsikan bentuk pelaksanaan kegiatan senam iramadan menganalisis perkembangan Kecerdasan kinestetik anak usia dini pada kegiatan senam irama di Lembaga TK Kemala Bhayangkari 29.

METODE

Penelitian ini dilakukan di TK Kemala Bhayangkari 29 Kota Jambi. Peneliti ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *Studi kasus*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, karena pada penelitian kualitatif pemilihan sampel bersifat selektif. Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dilakukan melalui berbagai metode yang saling melengkapi dan dianalisis secara sistematis pada setiap tahapannya. Data tersebut dapat berupa hasil wawancara, observasi, dokumen, maupun temuan lain yang membantu peneliti memahami secara menyeluruh konteks dan permasalahan penelitian. Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara serta observasi terhadap kegiatan senam irama yang dilakukan peserta didik. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai dokumen, seperti kurikulum dan RPPH, serta dari referensi lain berupa buku, jurnal, maupun hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik penelitian. Informan penelitian ini ada tiga, yaitu Kepala Sekolah TK Kemala Bayangkari 29 dipilih sebagai informan kunci dalam penelitian ini, Guru dan Peserta didik yang terlibat dalam kegiatan senam irama.

Adapun prosedur penelitian kualitatif terdiri atas beberapa tahapan yang saling berhubungan, mulai dari tahap pra-lapangan, tahap pelaksanaan penelitian di lapangan, tahap analisis data, hingga tahap penyusunan laporan akhir. Tahapan-tahapan tersebut membentuk alur kerja penelitian yang membantu peneliti memperoleh data secara mendalam dan komprehensif. Penelitian ini menggunakan model analisis data interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman. Dalam model ini, kegiatan analisis dilakukan secara terus-menerus dan saling berkaitan hingga data dianggap jenuh. Terdapat tiga komponen utama dalam proses analisis yang berlangsung secara bersamaan, yaitu Reduksi Data **(***Data Reduction***),** Penyajian Data (*Data Display***),** Kesimpulan atau Verifikasi **(***Conclusion drawing/verification.*

Adapun teknik análisis data penelitian ini dapat diamati melalui alur berikut ini:



Gambar 1. Alur Analisis Data Kualitatif
(Ahmad & Muslimah, 2021)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan Kegiatan Senam Irama

Pelaksanaan kegiatan senam irama di sekolah menunjukkan adanya peran penting kebijakan sekolah dalam mendukung keteraturan dan efektivitas kegiatan. Kebijakan tersebut mencakup pengaturan jadwal, ketentuan kehadiran peserta didik, penggunaan seragam olahraga, serta pengawasan guru selama kegiatan berlangsung. Penerapan kebijakan yang terstruktur memberikan pengaruh positif terhadap kedisiplinan siswa dan kelancaran pelaksanaan senam irama sebagai bagian dari program pembinaan kesehatan jasmani di lingkungan sekolah.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kegiatan senam irama tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kebugaran fisik siswa, tetapi juga memperkuat sikap kerja sama, tanggung jawab, dan partisipasi aktif peserta didik. Dukungan pihak sekolah melalui kebijakan yang jelas menjadi faktor pendukung terciptanya suasana kegiatan yang tertib dan kondusif. Dengan demikian, kebijakan sekolah dalam pelaksanaan senam irama dapat dipandang sebagai upaya strategis dalam membangun budaya hidup sehat sekaligus menunjang proses pembelajaran yang lebih optimal.

Berdasarkan Hasil wawancara tersebut dan di dukung dengan observasi yang di lakukan oleh peneliti yaitu kegiatan senam irama berjalan dengan rutin pada hari selasa hingga kamis, dapat di simpulkan bahwa Sekolah dan guru kelas saling bekerja sama untuk memberi kebijakan yang berhasil menciptakan kegiatan menjadi lebih teratur dan berhasil meciptakan kegiatan rutin yang mendukung optimalnya stimulasi kecerdasan kinestetik



Gambar 1. Kegiatan Senam Irama

a. Tujuan Pelaksanaan

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, kegiatan senam irama bertujuan untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak serta mendukung perkembangan aspek lainnya. Selain itu, kegiatan ini membantu melatih koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, dan membiasakan anak hidup sehat melalui aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sekolah memberikan dukungan yang baik terhadap pelaksanaan senam irama melalui penyediaan sarana dan prasarana yang memadai. Salah satu bentuk dukungan tersebut adalah penggunaan Papan Interaktif Digital (PID) yang diberikan oleh Kementerian Pendidikan. PID dimanfaatkan dalam kegiatan pembelajaran yang melibatkan aktivitas gerak, seperti berlari, melompat, dan memukul objek virtual. Berdasarkan hasil observasi, penggunaan PID membuat anak lebih aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan yang berkaitan dengan pengembangan kecerdasan kinestetik.



Gambar 2. Kegiatan di Kelas dengan PID

b. Pemantauan dan evaluasi yang dilakukan pihak sekolah

Pihak sekolah melakukan pemantauan dan evaluasi untuk memastikan kegiatan senam irama berjalan dengan baik dan sesuai aturan yang telah ditetapkan. Pemantauan dilakukan oleh guru dengan melihat kehadiran anak, kedisiplinan, serta keaktifan siswa selama mengikuti kegiatan senam irama. Dengan adanya pemantauan ini, sekolah dapat mengetahui apakah kegiatan berjalan lancar dan memberikan manfaat bagi anak.Selain itu, evaluasi dilakukan untuk mengetahui kekurangan atau kendala selama kegiatan.

Melalui hasil wawancara yag telah di lakukan dan juga observasi yang telah di lakukan peneliti di mulai dari kebijakan sekolah,tujuan pelaksanaan,bentuk dukungan serta bentuk pemantaun evaluasi yang di lakukan dalam meberi penilaian terhadap kecerdasan kinestetik anak yang di mana penilaan tersebut di lakukan setiap minggu bulan dalam bentuk catatn anekdot dan juga ceklis dapat di simpulkan bahwa pihak sekolah sudah snagat mendukung adanya kegiatan ini dan sudah terealisasikan dengan baik dan anak hampir keseluruhan memiliki tingkat kecrdasan kinestetik yang cukup baik melalui penilaian yang di lakukan di setiap minggu sekali atau satu bulan sekali melalui catatan anekdot.

c. Respon Anak Mengikuti Kegiatan Senam Irama

Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar anak memberikan respons positif terhadap kegiatan senam irama. Anak terlihat antusias, aktif, dan bersemangat mengikuti gerakan yang diberikan guru, terutama karena kegiatan dilakukan di luar kelas dan diiringi musik yang menarik. Namun, masih terdapat beberapa anak yang kurang aktif karena merasa malu, kurang percaya diri, atau datang terlambat sehingga tidak mengikuti kegiatan secara penuh.

d. Kendala dan Solusi dalam Pelaksanaan Kegiatan Senam Irama

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, kendala yang sering muncul dalam pelaksanaan senam irama meliputi gangguan pada peralatan seperti mikrofon dan sound system, listrik padam, kondisi cuaca yang tidak mendukung, serta keterlambatan peserta didik datang ke sekolah. Selain itu, terdapat anak yang terlalu aktif maupun kurang percaya diri sehingga belum mengikuti gerakan sesuai instruksi guru. Untuk mengatasi kendala tersebut, guru melakukan pengecekan peralatan sebelum kegiatan dimulai, menyesuaikan pelaksanaan dengan kondisi cuaca, memberikan motivasi dan pendampingan kepada anak selama kegiatan berlangsung, serta menjalin komunikasi dengan orang tua mengenai pentingnya kehadiran anak tepat waktu. Upaya tersebut dilakukan agar kegiatan senam irama dapat berjalan secara optimal dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Perkembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Senam Irama

Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan anak menggunakan tubuhnya secara terampil untuk bergerak, mengontrol koordinasi, mengekspresikan diri, dan memecahkan masalah melalui aktivitas fisik. Konsep ini berasal dari teori *Multiple Intelligences* oleh Howard Gardner. Dalam hal ini peneletian yang penulis lakukan berfokus pada beberapa hal yaitu

1. Keseimbangan Tubuh

Keseimbangan tubuh adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh agar tetap stabil, baik saat diam maupun saat bergerak, sehingga tidak mudah jatuh atau kehilangan kontrol. Berdasarkan hasil wawancara hasil observasi peneliti di masa semester satu anak belum mampu menjaga keseimbangan tubuh seperti melakukan gerakan yang di intruksikan oleh fasiliator berdiri dengan kaki satu,berjinjit berjongkok,melompat kekanan kekiri,namun ketika di semester dua hampir seluruh anak sudah mampu melakukan aktifitas keseimbangan tubuh,anak sudah mampu berdiri dengan satu kaki,melompat kekanan kekiri,berjinjit berjongkor,serta aktifitas bermain seperti melawati titian .Upaya yang di lakukan guru juga sudah cukup maksimal dengan melakukan kegiatan senam irama secara rutin,dan di dukung aktifitas ektrakulikuler seperti berenang dan bermain di luar kelas.

2. Kelincahan Gerak

Kelincahan gerak adalah kemampuan tubuh untuk bergerak dengan cepat, tepat, dan mudah mengubah arah tanpa kehilangan keseimbangan atau kontrol tubuh. Berdasarkan Hasil wawancara dan observasi yang di lakukan oleh peneliti pada indikator kelincahan gerak anak sudah mampu melakukan gerak dengan lincah di setiap gerakan dengan lagu yang di putar di setiap harinya ,hal ini tak lepas dari upaya guru yang selalu memberikan semangat,dan juga gerakan gerakan yang mudah di tiru oleh anak.

3. Mengkoordinasikan Gerakan Tubuh

Koordinasi gerak tubuh adalah kemampuan seseorang untuk mengatur dan menghubungkan gerakan beberapa bagian tubuh (mata, tangan, kaki, dan anggota tubuh lain) agar bekerja secara selaras, tepat, dan teratur dalam melakukan suatu aktivitas. Hal ini sejalan juga dengan jawaban dari ibu airah yang menjawab pertanyaan mengenai bagaimana kemampuan kordniasi tubuh anak,saat mengikuti kegiatan senam irama dan juga bagaimana Upaya guru dalam melatih kordinasi tubuh*ya* hampir semua anak mampu mengkordinasi gerak tubuh mbak Seperti anak sudah mengerti gerakan tubuh mana yang harus di gerakin dulu contoh pas bagian rentangin tangan ya rentangin tangan dan ada gerakan lainya dan anak memamng sudah hampir semua mampu melakukanya denagn baik

4. Mengikuti Instruksi

Anak mengikuti instruksi menggambarkan kemampuan anak untuk menyimak arahan yang diberikan, memahami maksud dari perintah tersebut, kemudian melaksanakannya dengan tepat sesuai yang diminta oleh orang tua, guru, atau orang dewasa lainnya. Kemampuan ini menunjukkan bahwa anak mampu memberikan perhatian, mengolah informasi yang diterima, serta menerapkannya dalam bentuk tindakan nyata. Anak yang dapat mengikuti instruksi dengan baik umumnya lebih mudah menyesuaikan diri dalam kegiatan sehari-hari, baik di rumah maupun di sekolah, seperti membereskan barang setelah digunakan, mengikuti aturan kelas, atau menyelesaikan tugas sesuai petunjuk. Selain itu, kemampuan ini juga berperan penting dalam membentuk sikap disiplin, kemandirian, tanggung jawab, serta kemampuan sosial anak dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi mengenai upaya agar anak mengikuti intruksi guru atau fasiliator yang menjadi pemndu senam anak di ajak berkomunikasi dengan membahas tema dan menghubungkan dengan lingkungan sekitar,hari,tanggal,bulan dan tahun,lalu di lanjutkan pemanasan serta senam,upaya tersebut di lakukan dengan rutin dan berjalan dengan baik .

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di TK Kemala Bhayangkari 29, pelaksanaan kegiatan senam irama terbukti berperan penting dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Kegiatan senam irama dilaksanakan secara rutin setiap hari Selasa hingga Kamis sebelum kegiatan pembelajaran inti dimulai. Pelaksanaan yang dilakukan secara terjadwal dan berkesinambungan memberikan kesempatan kepada anak untuk memperoleh stimulasi motorik secara optimal melalui berbagai aktivitas gerak yang terstruktur.

Kegiatan senam irama tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas olahraga, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran yang mampu mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak, khususnya kecerdasan kinestetik. Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan individu dalam menggunakan tubuh untuk melakukan gerakan secara terampil, terkoordinasi, dan ekspresif. Pada anak usia dini, kecerdasan kinestetik terlihat dari kemampuan anak dalam berlari, melompat, menyeimbangkan tubuh, menirukan gerakan, serta melakukan aktivitas fisik lainnya (Prastyanti et al., 2026). Menurut Howard Gardner, Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan menggunakan gerak seluruh tubuh untuk mengekspresikan ide dan perasaannya serta keterampilan mempergunakan tangan untuk mencipta atau mengubah sesuatu. Kecerdasan ini meliputi kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, kecepatan dan keakuratan meneima rangsang, sentuhan, dan tekstur (Susetiyo & Muawanah, 2024). Oleh karena itu, pelaksanaan senam irama yang dilakukan secara rutin di TK Kemala Bhayangkari 29 menjadi salah satu bentuk stimulasi yang tepat untuk mengembangkan kecerdasan tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama dilaksanakan melalui tahapan pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan. Pelaksanaan yang terstruktur tersebut menunjukkan bahwa guru telah memperhatikan prinsip-prinsip aktivitas fisik yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Sebelum kegiatan dimulai, guru terlebih dahulu melakukan komunikasi awal dengan menyapa anak, menanyakan kabar, menyebutkan hari, tanggal, bulan, dan tahun, serta mengaitkannya dengan tema pembelajaran yang sedang berlangsung. Kegiatan tersebut tidak hanya membangun kedekatan antara guru dan anak, tetapi juga membantu meningkatkan kesiapan belajar dan konsentrasi anak sebelum mengikuti aktivitas gerak. Hal ini sejalan dengan pendapat (Tukly et al., 2025) yang menyatakan bahwa pembelajaran anak usia dini perlu dilaksanakan dalam

suasana yang menyenangkan dan melibatkan interaksi positif antara guru dan peserta didik agar proses belajar dapat berlangsung secara optimal.

Keberhasilan pelaksanaan senam irama di TK Kemala Bhayangkari 29 juga didukung oleh kebijakan sekolah yang memberikan perhatian terhadap kegiatan pengembangan fisik motorik anak. Dukungan tersebut terlihat melalui penyediaan sarana dan prasarana yang memadai, seperti lapangan sekolah, speaker, serta Papan Interaktif Digital (PID) yang dimanfaatkan sebagai media pembelajaran interaktif. Penggunaan PID terbukti efektif dalam meningkatkan minat belajar anak usia dini. PID mampu menarik perhatian anak melalui kombinasi tampilan visual, audio, dan gerak yang menarik, sehingga anak menjadi lebih fokus, antusias, dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran (Syofiyanti et al., 2025). Hasil observasi menunjukkan bahwa penggunaan media tersebut mampu meningkatkan antusiasme dan partisipasi anak selama kegiatan senam irama berlangsung. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan belajar yang mendukung dapat meningkatkan efektivitas stimulasi perkembangan anak.

Perkembangan kecerdasan kinestetik anak terlihat dari meningkatnya kemampuan keseimbangan tubuh, kelincahan gerak, koordinasi tubuh, serta kemampuan mengikuti instruksi selama kegiatan senam irama berlangsung. Pada aspek keseimbangan tubuh, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami perkembangan yang baik setelah mengikuti kegiatan secara rutin. Anak yang sebelumnya mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan berdiri dengan satu kaki, berjinjit, berjongkok, atau melompat ke berbagai arah mulai menunjukkan kemampuan yang lebih baik. Anak mampu mempertahankan posisi tubuh dengan lebih stabil dan melakukan berbagai gerakan tanpa mudah kehilangan keseimbangan. Temuan ini menunjukkan bahwa aktivitas gerak yang dilakukan secara berulang memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan kontrol tubuh anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Santrock yang menyatakan bahwa kemampuan keseimbangan berkembang melalui kematangan fisik dan latihan yang dilakukan secara berkesinambungan (Ilmi Azizah, 2023). Semakin sering anak terlibat dalam aktivitas yang melatih kontrol tubuh, semakin baik kemampuan keseimbangannya.

Selain keseimbangan, perkembangan kecerdasan kinestetik juga terlihat pada aspek kelincahan gerak. Hasil observasi menunjukkan bahwa anak mampu melakukan berbagai gerakan seperti maju, mundur, melompat ke kanan dan kiri, memutar badan, serta mengikuti perubahan tempo sesuai irama musik. Kemampuan tersebut menunjukkan bahwa anak semakin terampil dalam mengendalikan gerakan tubuh dan menyesuaikan diri terhadap perubahan gerakan yang diberikan guru. Perkembangan kelincahan ini didukung oleh pelaksanaan senam irama yang dilakukan secara rutin sehingga anak memperoleh kesempatan untuk terus berlatih dan meningkatkan kemampuan motoriknya. Semakin sering anak melakukan aktivitas gerak, semakin baik pula kemampuan tubuh dalam merespons berbagai perubahan gerakan secara cepat dan tepat.

Perkembangan kecerdasan kinestetik juga tampak pada kemampuan koordinasi gerak tubuh anak. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar anak mampu menggerakkan tangan, kaki, kepala, dan badan secara bersamaan sesuai instruksi yang diberikan guru. Anak dapat mengikuti rangkaian gerakan yang dicontohkan dengan baik serta mampu menyesuaikan gerakan tubuh dengan irama musik yang diputar. Kemampuan tersebut menunjukkan bahwa koordinasi motorik kasar anak berkembang secara optimal melalui kegiatan senam irama. Temuan ini sesuai dengan pendapat (Marta et al., 2026) yang menyatakan bahwa koordinasi gerak berkembang melalui latihan yang dilakukan secara berulang dan melibatkan berbagai anggota tubuh secara bersamaan. Dengan demikian, pelaksanaan senam irama menjadi salah satu bentuk stimulasi yang efektif dalam meningkatkan koordinasi gerak anak usia dini.

Selanjutnya, perkembangan kecerdasan kinestetik anak juga terlihat dari kemampuan mengikuti instruksi selama kegiatan berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak mampu mendengarkan, memahami, dan melaksanakan instruksi yang diberikan guru dengan baik. Anak mampu mengikuti urutan gerakan sesuai contoh yang diberikan serta menyesuaikan gerakan dengan tempo musik. Kemampuan mengikuti instruksi menunjukkan bahwa tidak hanya aspek motorik yang berkembang, tetapi juga aspek konsentrasi, perhatian, dan kemampuan menyimak anak. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Atqiya & Pratama, 2024) yang menyebutkan bahwa Kegiatan senam yang dilaksanakan secara teratur di berbagai lembaga pendidikan anak usia dini terbukti dapat mendukung perkembangan kemampuan motorik kasar anak, seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan tubuh. Selain memberikan manfaat bagi perkembangan fisik, senam juga berperan dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik, meningkatkan kebugaran dan daya tahan tubuh, serta menumbuhkan rasa percaya diri anak

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar anak memberikan respons yang positif terhadap kegiatan senam irama. Anak terlihat antusias, aktif, dan bersemangat mengikuti setiap gerakan yang diberikan guru. Kondisi tersebut terjadi karena kegiatan dilakukan dalam suasana yang menyenangkan, diiringi musik, serta memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak bebas sesuai karakteristik perkembangan mereka. Anak usia dini pada dasarnya memiliki kebutuhan yang tinggi untuk bergerak dan bereksplorasi. Oleh karena itu, kegiatan senam irama menjadi salah satu bentuk pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak usia dini.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan senam irama masih menghadapi beberapa kendala, seperti gangguan pada peralatan suara, listrik padam, kondisi cuaca yang tidak mendukung, keterlambatan peserta didik datang ke sekolah, serta adanya perbedaan karakteristik anak. Beberapa anak terlihat kurang percaya diri dan masih malu untuk mengikuti gerakan yang dicontohkan guru, sedangkan sebagian lainnya cenderung terlalu aktif sehingga sulit mengikuti instruksi secara terarah. Namun demikian, guru berupaya mengatasi berbagai kendala tersebut melalui persiapan peralatan sebelum kegiatan dimulai, pemberian motivasi kepada anak, pendampingan secara individual, serta menjalin komunikasi yang baik dengan orang tua. Upaya tersebut menunjukkan adanya komitmen sekolah dalam menjaga keberlangsungan dan efektivitas pelaksanaan kegiatan senam irama.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama yang dilaksanakan secara rutin di TK Kemala Bhayangkari 29 mampu mendukung perkembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Perkembangan tersebut terlihat dari meningkatnya kemampuan keseimbangan tubuh, kelincahan gerak, koordinasi tubuh, dan kemampuan mengikuti instruksi. Temuan ini memperkuat teori kecerdasan majemuk Howard Gardner yang menyatakan bahwa kecerdasan kinestetik dapat berkembang melalui pengalaman langsung dan aktivitas fisik yang dilakukan secara berulang (Syarifah, 2019). Dengan demikian, senam irama dapat menjadi salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam menstimulasi perkembangan fisik motorik sekaligus mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pelaksanaan kegiatan senam irama di TK Kemala Bhayangkari 29 telah berlangsung secara terstruktur dan rutin dengan tahapan pemanasan,

gerakan inti, dan pendinginan yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini. Kegiatan ini didukung oleh peran aktif guru sebagai fasilitator, penggunaan media pembelajaran yang menarik, serta tersedianya sarana dan prasarana yang memadai. Pelaksanaan senam irama yang dilakukan secara konsisten mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sehingga anak terlibat aktif dalam setiap kegiatan gerak yang diberikan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam irama berkontribusi positif terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Perkembangan tersebut terlihat dari meningkatnya kemampuan anak dalam menjaga keseimbangan tubuh, menunjukkan kelincahan gerak, mengoordinasikan gerakan anggota tubuh, serta mengikuti instruksi dengan baik. Selain mendukung perkembangan motorik kasar, kegiatan senam irama juga membantu meningkatkan konsentrasi, disiplin, dan kepercayaan diri anak. Dengan demikian, senam irama dapat menjadi salah satu strategi pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Afrida, M. S. (2025). Pengaruh Gerak Dan Lagu Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun.

Annisa, A.(2021). Pengembangan Model Pembelajaran Natural Messy Play Sebagai Optimalisasi Kecerdasan Kinestetik Anak. Jurnal OBsesi: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6 (1),410-419. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.914

Ahmad, & Muslimah. (2021). Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif. *Proceedings of National Conference on Islamic Economics and Social StudiesConference on Islamic Economics and Social Studies*, *1*(1), 173–186.

Ahmar, D. S., & Azzajjad, M. F. (2025). Pendekatan Neuroeducation dalam Meningkatkan Perkembangan Kognitif dan Sosial Anak Usia Golden Age. *2*(1), 9–20. https://doi.org/10.61798/galon.v2i1.255

Atqiya, Q., & Pratama, R. S. (2024). Pelaksanaan Kegiatan Senam Dalam Menstimulasi Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *KEGURU: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasa*, *6*(2), 11–20.
https://publikasi.stkippgri-bkl.ac.id/index.php/KGU/article/view/1187

Aprilita, P., & Surahman, B. (2024). Pengaruh Kegiatan Crazy Ball Terhadap Perkembangan Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Usia Dini. *Insan Cendekia: Jurnal Studi Islam, Sosial dan Pendidikan*, *3*(1), 1-10.

Aritonang ,Y, C., Amelianda, A., Gabriela, M., Dhara, N., Sijabat, N., Yus, A., & Khodijah Lubis, S. (2024). Evaluasi Pelaksanaan Tari Kreasi dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak di TK Negeri Pembina Lubuk Pakam. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, *3*(12), 5466–5472. https://doi.org/10.59188/jcs.v3i12.2917

Harianja, S. I., Kurnia, L., & Trimayani, R. (2023). Upaya program kampus mengajar terhadap peningkatan literasi dan numerasi peserta didik di SD Negeri 066/IX Sengeti. *Jurnal Pendidikan Dasar Flobamorata*, *4*(3), 813- 819. https://e-journal.unmuhkupang.ac.id/index.php/jpdf

Ilmi Azizah, A. N. (2023). Melatih Kemampuan Motorik Halus Dan Motorik Kasar Anak Usia Dini. In *Tahta Media*.

Indria.(2022).Multiple Intellegences. *JKPU:Jurnal Pengkajian Dan Pengembangan Umat*, *3*(1), 211–234.

Marta, I. A., Bakhtiar, S., & Syahputra, R. (2026). Hubungan Keseimbangan dengan Keterampilan Lokomotor Siswa SDN 08 Binjai Tapan. *JPO:Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, *9*(3), 1845–1854. https://doi.org/10.24036/JPDO.9.2026.0187

Prastyanti, A. D., Batuta, A., Syah, A., Sitaresmi, G. P., Utami, K., Danisti, S., & Amanati, K. A. (2026). Peran Tari Pendidikan dalam Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini. *JUPERAN: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, *05*(01), 3–8. https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/juperan/article/view/2143

Susetiyo, A., & Muawanah. (2024). Kegiatan ekstrakurikuler tari dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik siswa. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, *11*(4), 373–387. https://doi.org/10.69896/modeling.v11i4.2638

Simamora, A. N., Sigalingging, G. P., Naipospos, Y. A., Situmorang, F., & Siregar, F. S. (2024). Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Anak. *Harmoni Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *1*(3), 153-161. https://doi.org/10.62383/hardik.v1i3.443

Syarifah. (2019). KONSEP KECERDASAN MAJEMUK HOWARD GARDNER Syarifah. *Jurnal Ilmiah Sustainable*, *2*(2), 154–175. https://doi.org/10.32923/kjmp.v2i2.987

Syofiyanti, D., Marta, R. D., Franssisca, Y., Budiarti, D., & Bengkulu, D. (2025). Media Smartboard Sebagai Teknologi Interaktif dalam Meningkatkan Minat Belajar Anak Usia Dini Smartboard Media as an Interactive Technology in Improving Early Childhood ' s Interest in Learning. *ARJI: Action Research Journal Indonesia*, *7*(4), 3440–3451. https://doi.org/10.61227/arji.v7i4.637

Rahmasanti, H., Nurhasanah, C. M., & Monica, Y. B. (2025). Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Usia Dini. *MENTARI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1). https://doi.org/10.60155/mentari.v5i1.639

Rosyadi, A. F.Putri, S. M. A., Kasmiati, K., & .Putri, S. M. A. (2024). Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun di TK Dharma Wanita Simpang Sungai Duren. *Pelangi: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *6*(2), 268-280. https://doi.org/10.52266/pelangi.v6i2.1721

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.*

Talango, S. R. (2020). Konsep Perkembangan Anak Usia Dini. Early Childhood Islamic Education Journal, 1(01), 92-105.

Tukly, W. V., Nilapancuran, M. M., Matital, K. A., Kothen, S., Lesbassa, L., Agama, I., & Negeri, K. (2025). Membangun Fondasi Pendidikan Anak Usia Dini Melalui Pendekatan Pembelajaran yang Menyenangkan. *CARONG: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, *1*(4), 754–764. https://doi.org/10.62710/vp1c3790

Ummah, N. (2024). 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. *Jicn*, *1*(September), 5059–5070. https://jicnusantara.com/index.php/jicn