



Pengenalan gerakan senam untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik: Studi komparatif pada anak usia dini

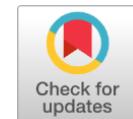
Introduction to gymnastics movements to improve kinesthetic intelligence: A comparative study of early childhood

Cahniyo Wijaya Kuswanto^{1*}, Silvi Indriani²

¹ Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia, email: cahniyo.wijaya@radenintan.ac.id

² Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia, email: silviindriani2018@gmail.com

*Koresponden penulis



Info Artikel

Diajukan: 21 Maret 2024

Diterima: 19 Maret 2025

Diterbitkan: 31 Maret 2025

Keyword:

Kinesthetic intelligence; gymnastics; children.

Kata Kunci:

Kecerdasan kinestetik, senam, anak usia dini.

Abstract

This study focuses on the importance of kinesthetic intelligence, which involves the ability to use body movements effectively, playing an important role in children's learning and interaction with their environment. This study aims to evaluate the effect of gymnastics on children's kinesthetic intelligence at Harniatur Arrazzaq Kindergarten in Bandar Lampung, by comparing the experimental class that participated in gymnastics activities with the control class that performed ordinary activities. Using a Quasi-Experimental method with a posttest-only control Design, samples were taken from classes B1 and B2, involving 47 children over a period of 3 weeks. The data were analyzed using SPSS version 26, including validity, reliability, normality, homogeneity, and hypothesis tests. The results showed a significant difference between the two groups, with the experimental class showing a greater increase in kinesthetic intelligence. This confirms that gymnastics has a significant impact on the development of kinesthetic intelligence, supporting existing theories about the benefits of physical play. Additionally, the findings underscore the importance of positive support and stimulation from the environment, particularly from parents and educators, in promoting optimal child development. In conclusion, gymnastics is an effective method for enhancing kinesthetic intelligence in early childhood, with the active involvement of parents and teachers being crucial to the success of this development.

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada pentingnya kecerdasan kinestetik, yang melibatkan kemampuan untuk menggunakan gerakan tubuh secara efektif, berperan penting dalam pembelajaran dan interaksi anak dengan lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh senam terhadap kecerdasan kinestetik anak di Taman Kanak-Kanak Harniatur Arrazzaq Bandar Lampung, dengan membandingkan kelas eksperimen yang mengikuti kegiatan senam dengan kelas kontrol yang melakukan aktivitas luar biasa. Menggunakan metode Quasi Eksperimental dengan Posttest Only Control Design, sampel diambil dari kelas B1 dan B2, melibatkan 47 anak selama 3 minggu. Data dianalisis menggunakan SPSS versi 26, mencakup uji validitas, reliabilitas, normalitas, homogenitas, dan uji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok, dengan kelas eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih besar dalam kecerdasan kinestetik. Ini menegaskan bahwa senam secara signifikan mempengaruhi pengembangan kecerdasan kinestetik, mendukung teori yang ada tentang



Is licensed under a

Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

manfaat permainan fisik. Selain itu, temuan menunjukkan pentingnya dukungan dan stimulasi positif dari lingkungan, khususnya dari orang tua dan pendidik, untuk memaksimalkan perkembangan anak. Simpulannya, senam adalah metode efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini, dengan keterlibatan aktif dari orang tua dan guru menjadi kunci kesuksesan pengembangan ini.

PENDAHULUAN

Kecerdasan kinestetik anak perlu dikaji, karena membantu memahami bagaimana anak-anak menggunakan gerakan tubuh untuk berinteraksi dan belajar dari lingkungan sekitar (Kumala et al., 2022; Mukti et al., 2020). Penelitian ini memberikan wawasan tentang pendekatan pembelajaran yang lebih efektif, meningkatkan keterampilan motorik, serta memfasilitasi pengembangan yang lain. Memahami kecerdasan kinestetik dapat membantu pendidik dan orang tua dalam merancang kegiatan yang mendukung pertumbuhan holistik anak, termasuk aspek fisik, sehingga meningkatkan potensi belajar dan kesejahteraan anak secara keseluruhan (Hasbullah & Nurhasanah, 2024).

Anak-anak yang memiliki kecerdasan kinestetik menunjukkan kemampuan unik dalam menggabungkan pikiran dan aksi fisik untuk menciptakan gerakan yang terkoordinasi dengan baik (V & Vijayalaxmi, 2018). Menurut Gardner, jenis kecerdasan ini terlihat melalui berbagai kemampuan yang mereka perlihatkan, terutama dalam penggunaan gerakan tubuh mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas yang membutuhkan keahlian khusus atau keterampilan tertentu (Gardner, 1989). Mereka mahir dalam memanipulasi objek, mengintegrasikan gerakan halus tangan dan jari, serta memanfaatkan kemampuan motorik tubuh lainnya untuk menjaga keseimbangan dan menghasilkan gerakan yang gesit. Anak-anak ini juga cakap dalam berkomunikasi melalui gerakan tubuh, menunjukkan keahlian dalam berbagai aktivitas fisik seperti bersepeda dan menari, dan cepat menguasai kegiatan yang memerlukan koordinasi gerak (Mashkoor & Hameed, 2022). Anak-anak dapat meniru gerakan orang lain dengan akurat dan mengatur tubuh mereka untuk bergerak dengan tujuan yang jelas, contohnya bergerak cepat, melompat, atau melakukan putaran, seringkali mereka menyesuaikan gerakannya dengan ritme musik yang diputar (Kuswanto & Pratiwi, 2020; Oktariyana, 2019).

Kecerdasan kinestetik tidak hanya menonjol, tapi juga sangat esensial bagi anak-anak di usia dini untuk mendukung aktivitas harian mereka. Ketika kecerdasan kinestetik tidak berkembang dengan optimal, anak dapat menghadapi berbagai kesulitan, termasuk menjaga keseimbangan, mengalami tantangan dalam koordinasi gerakan, kesulitan dalam tugas sederhana seperti mengikat tali sepatu, kekurangan kekuatan otot, dan keterlambatan dalam memberikan respons (Musfiroh, 2017; Suhadi et al., 2020). Pengembangan kecerdasan kinestetik dari usia dini sangat berharga karena membantu membentuk karakteristik pribadi dan meningkatkan keterampilan fisik yang penting dalam proses pembelajaran (Haywood, 2020). Gardner dalam Rohmah menekankan bahwa dengan bertambahnya usia, kecerdasan kinestetik berpotensi mengembangkan setiap aspek tubuh anak (Rohmah & Jauhari, 2020). Salah satu metode efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik adalah melalui latihan senam (Brocherie et al., 2014; Michelaki & Bournelli, 2016).

Aktivitas senam merupakan serangkaian gerakan yang dirancang untuk menyenangkan hati sambil meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak-anak dengan melatih aspek-aspek seperti fleksibilitas, keseimbangan, kekuatan, dan kecepatan (Özer & Soslu, 2019). Fungsi utama dari senam adalah sebagai alat untuk memperkenalkan gerakan-gerakan dasar, yang pada gilirannya memberikan kegembiraan dan kepuasan ketika bergerak (Lambert, 2020). Manfaat dari senam untuk anak-anak sangatlah luas, termasuk peningkatan dalam kecerdasan kinestetik, pengembangan kemampuan motorik, serta dampak positif terhadap kesehatan fisik dan mental mereka. Dengan berpartisipasi dalam senam, anak-anak mendapat kesempatan untuk belajar tentang koordinasi dan fleksibilitas, serta meningkatkan kekuatan dan postur tubuh, yang membantu mereka menjadi lebih efisien dalam kegiatan sehari-hari. Senam juga memicu perkembangan otak, mempertajam konsentrasi, serta meningkatkan kemampuan belajar dan ingatan (Andrieieva et al., 2021; Ward & Scott, 2020). Secara sosial, senam mendorong kerjasama tim, kepatuhan terhadap instruksi, dan pembentukan kepercayaan diri dan kemandirian. Aktivitas ini juga memiliki peran krusial dalam mencegah

obesitas anak dengan mempertahankan berat badan ideal melalui kegiatan fisik yang menggembirakan (Kiuchukov et al., 2019). Lebih jauh, senam menawarkan ruang bagi anak-anak untuk mengekspresikan diri dan meredakan stres, memberikan mereka kesempatan untuk menikmati sambil mempelajari keterampilan baru yang mendukung pertumbuhan fisik dan emosional mereka (González-Valero et al., 2020).

Sebuah penelitian awal di sebuah sekolah di Bandar Lampung mengidentifikasi masalah terkait dengan kecerdasan kinestetik. Melalui pengamatan dan wawancara dengan guru serta orang tua, terungkap bahwa sejumlah besar anak-anak usia dini belum mengembangkan kecerdasan kinestetik mereka secara penuh. Hal ini dapat dilihat dari kesulitan yang mereka alami saat melakukan gerakan fisik dasar, seperti lompatan, lari, atau bahkan menjaga keseimbangan yang sederhana. Penyebab utama dari masalah ini termasuk kurangnya partisipasi dalam aktivitas fisik yang terorganisir dan kekurangan fasilitas bermain yang aman. Selain itu, keterbatasan dalam interaksi sosial juga berdampak, mengingat pentingnya bermain bersama dalam pengembangan kecerdasan kinestetik. Meskipun beberapa peneliti telah meneliti tentang kecerdasan kinestetik, terutama dalam konteks anak sekolah dasar melalui aktivitas senam (Hasibuan et al., 2020; Irwansyah, 2018; Michelaki & Bournelli, 2016; Prasetyo et al., 2023; Wardani et al., 2022), Penelitian ini mengungkap bahwa senam memberikan peningkatan kecerdasan kinestetik pada siswa SD, dengan analisis data menunjukkan distribusi normal dan peningkatan signifikan nilai posttest. Namun masih sedikit studi yang berfokus pada anak usia dini. Kegiatan yang monoton seringkali membuat anak merasa bosan, sehingga penting bagi guru untuk dapat menciptakan aktivitas yang menarik dan menyenangkan untuk merangsang perkembangan kecerdasan kinestetik. Sedangkan data scopus menunjukkan dengan kata kunci "kinesthetic intelligence" "child" hanya satu yang mucul dalam pecarian yang di teliti oleh Sahin dkk dari jurnal Turkish Online Journal of Educational Technology yang jurnal ini pun sudah discontinued pada tahun 2017 (<https://www.scopus.com/sourceid/19500156802>). Artinya penelitian

ini secara gab analisis masih layak untuk diteliti karena belum banyak yang meneliti tentang senam untuk peningkatan kecerdasan kinestetik dalam data scopus.

Penelitian ini berkontribusi pada pemahaman lebih dalam mengenai pentingnya kecerdasan kinestetik dalam pengembangan anak, khususnya melalui aktivitas senam. Dengan menyoroti kebutuhan anak-anak yang memiliki kecerdasan kinestetik yang belum teroptimalkan, penelitian ini mengusulkan bahwa kegiatan senam dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan keterampilan kinestetik anak. Ini memperluas pengetahuan tentang bagaimana aktivitas fisik terstruktur, seperti senam, tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik anak tetapi juga aspek sosial-emosional mereka. Melalui pendekatan permainan dalam senam, penelitian ini juga menawarkan strategi baru untuk mengatasi kejemuhan dalam pembelajaran dan membantu anak-anak menikmati proses belajar sambil bergerak. Dengan demikian, penelitian ini menambahkan ke literatur yang ada dengan mengidentifikasi senam sebagai alat pembelajaran yang penting untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak, yang dapat diterapkan oleh pendidik dan praktisi dalam merancang program pembelajaran yang efektif dan menyenangkan.

Untuk itu tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi bagaimana senam mempengaruhi kecerdasan kinestetik anak usia dini melalui studi komparatif. Selain itu juga menentukan aspek kecerdasan kinestetik yang paling diuntungkan dari senam dan menghasilkan rekomendasi praktis untuk pendidikan dan pengembangan anak usia dini.

METODE

Merujuk pada Sugiyono pada tahun 2017, pendekatan yang diambil dalam studi ini adalah kuantitatif ([Creswell, 2020](#)), dengan menggunakan metode Quasi Eksperimental yang didesain sebagai *Posttest Only Control Design*. Sampel yang terpilih untuk penelitian ini berjumlah 47 anak dari kelas B1 dan B2, yang dibagi menjadi kelas eksperimen dan kelas kontrol di TK Harniatun Arrazzaq. Studi ini berlangsung selama tiga minggu, memanfaatkan purposive sampling sebagai teknik

pemilihan sampel dan mengumpulkan data melalui kuesioner, observasi, serta dokumentasi. Untuk analisis data, penelitian ini menerapkan uji validitas yang bertujuan untuk memastikan pengukuran sesuai dengan yang seharusnya diukur.

Setelah mengumpulkan data, analisis dilakukan menggunakan rumus Korelasi *Product Moment*, yang dikerjakan melalui perangkat lunak SPSS versi 26 untuk Windows, dan termasuk uji keandalan. Untuk menentukan normalitas data dalam analisis premis, digunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dengan batas normalitas yang ditetapkan pada nilai $\geq 0,05$, menunjukkan bahwa data memiliki distribusi normal. Selanjutnya, untuk mengukur homogenitas antara kedua sampel (Kelas B1 dan B2), digunakan uji statistik Levene. Sedangkan untuk Analisis Uji Hipotesis, digunakan Rumus Uji-t atau independent-samples t-test, dengan kriteria signifikansi yang ditetapkan pada $< 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam studi ini, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang dirancang berdasarkan indikator-indikator kecerdasan kinestetik. Tujuannya adalah untuk menguji pengaruh aktivitas senam terhadap pengembangan kecerdasan kinestetik pada anak-anak di TK Harniatun Arrazzaq, Bandar Lampung.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

N	Valid	Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
		14	20	6	0
Mean		75,71	48,85		
Std. Error of mean		0,737	0,979		
Median		75,00	47,50		
Mode		74 ^a	47		
Std. Deviation		2,758	4,380		
Variance		7,604	19,187		
Range		8	13		
Minimum		72	43		
Maximum		80	56		
Sum		1060	977		

Berdasarkan analisis data untuk kelas eksperimen dan kontrol (Tabel 1), ditemukan bahwa nilai rata-rata untuk kelas eksperimen adalah 75,71, sementara

untuk kelas kontrol adalah 48,85. Perbedaan nilai rata-rata antara kedua kelas ini adalah 26,86, menunjukkan perbedaan yang signifikan. Selain itu, nilai median, atau nilai yang berada di tengah data setelah diurutkan, untuk kelas eksperimen adalah 75, sedangkan untuk kelas kontrol adalah 47,50, dengan perbedaan 27,5, yang juga menandakan perbedaan signifikan. Untuk modus, atau nilai yang paling sering muncul, kelas eksperimen mencatatkan 74 berbanding 47 pada kelas kontrol, dengan selisih 27, menegaskan lagi perbedaan yang signifikan. Sementara itu, perhitungan standar deviasi, yang menunjukkan sebaran data, mencatat angka 2,758 untuk kelas eksperimen dan 4,380 untuk kelas kontrol, dengan selisih 1,622, yang menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelas tersebut.

Dari analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa kelas eksperimen, yang menerapkan aktivitas senam, menunjukkan performa lebih baik dibandingkan dengan kelas kontrol yang menggunakan metode pembelajaran standar melalui kegiatan luar ruangan. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata kelas eksperimen yang mencapai kategori kompeten, sedangkan kelas kontrol berada pada kategori cukup kompeten. Lanjut ke tahap berikutnya, yakni melakukan uji normalitas data. Metode yang digunakan untuk uji normalitas ini adalah Uji Liliefors dengan dukungan perangkat lunak SPSS versi 26 untuk Windows. Tujuan uji ini adalah untuk menentukan distribusi normalitas data. Kriteria penentuan berdasarkan perbandingan nilai signifikansi pada tabel Kolmogorov-Smirnov dengan level signifikansi sebesar 0,05. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka data dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, data tidak dianggap berdistribusi normal.

Dari hasil uji normalitas pada *posttest* kecerdasan kinestetik antara kelas eksperimen dan kelas kontrol, ditemukan bahwa kedua kelompok memiliki distribusi data yang normal ([Tabel 2](#)). Hal ini ditunjukkan melalui nilai signifikansi yang diperoleh, dimana kelas eksperimen mencatatkan nilai signifikansi sebesar 0,200, yang lebih besar atau sama dengan 0,05, dan kelas kontrol dengan nilai signifikansi 0,101, juga lebih besar atau sama dengan 0,05. Ini menandakan bahwa kedua set data tersebut memenuhi kriteria distribusi normal. Kemudian, analisis

homogenitas kecerdasan kinestetik antara kelas eksperimen dan kelas kontrol dilakukan menggunakan Uji Statistik *Levene*, dengan pendukung perangkat lunak SPSS versi 26 untuk Windows. Tujuan dari uji ini adalah untuk menentukan apakah kedua kelompok sampel tersebut memiliki distribusi data yang homogen. Sebuah data dianggap homogen, artinya memiliki variansi yang serupa, apabila nilai signifikansinya lebih dari atau sama dengan 0,05 ($\geq 0,05$).

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Kelas	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kelas Eksperimen	0.174	14	0.200*	0.886	14	0.071
Kelas Kontrol	0.177	20	0.101	0.908	20	0.057

*. This is a lower bound of the true significance

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

	Levene Statistic	Df1	Df2	Sig.
Based on Mean	4,940	1	32	0,033
Based on Median	2,737	1	32	0,108
Based on Median and with adjusted df	2,737	1	27,931	0,109
Based on trimmed mean	4,769	1	32	0,036

Dari analisis homogenitas dengan Uji Statistik *Levene* (Tabel 3), didapatkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,033, yang salah ditulis sebagai lebih besar dari 0,05. Seharusnya, nilai ini menunjukkan data yang homogen apabila nilai signifikansi lebih besar atau sama dengan 0,05. Namun, pernyataan ini perlu diperbaiki karena nilai signifikansi 0,033 sebenarnya menunjukkan bahwa data tidak homogen berdasarkan kriteria yang benar. Selanjutnya, untuk menguji hipotesis tentang pengaruh senam terhadap kecerdasan kinestetik, dilakukan penggunaan uji t-tes sampel independen dengan program SPSS versi 26. Pengujian hipotesis ini bertujuan untuk menentukan apakah ada pengaruh signifikan senam terhadap kecerdasan kinestetik anak, dengan melihat nilai signifikansi dari hasil analisis SPSS sebagai kriteria penentuan adanya perbedaan signifikan.

Tabel 4. Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means			95% Confidence Interval of the Difference		
	f	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std Error Difference	Lower	Upper
Equal Varience Assumed	4,94	0,03	20,26	32	0,00	26,86	1,33	24,16	29,57
Equal Varience not Assumed			21,92	31,74	0,00	26,86	1,23	24,37	29,36

Hasil dari uji t-tes sampel independen (Tabel 4) menunjukkan bahwa nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,00, yang berarti lebih rendah dari ambang batas 0,05. Ini mengindikasikan penolakan hipotesis nol (H_0) dan penerimaan hipotesis alternatif (H_a), memastikan adanya dampak yang signifikan dari aktivitas senam terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik anak-anak di TK Harniatun Arrazzaq di Bandar Lampung.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh variabel terpilih pada kecerdasan kinestetik anak. Sesuai dengan pendapat Michelaki & Bournelli (2016), aktivitas seperti permainan, tarian, dan olahraga dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik, dengan senam menjadi salah satu aktivitas olahraga yang efektif. Hal ini diperkuat oleh temuan dari Trajkovic yang menyatakan bahwa penerapan senam secara signifikan meningkatkan semua dimensi kecerdasan kinestetik yang diuji, termasuk fleksibilitas, keseimbangan, dan agilitas (Trajkovic, 2017).

Menurut Acesta, beberapa faktor mempengaruhi kecerdasan kinestetik anak, termasuk faktor internal seperti genetika dan kecerdasan, serta faktor eksternal seperti pengasuhan, stimulasi lingkungan, dan asupan gizi (Acesta, 2019). Observasi terhadap aktivitas anak bisa menjadi salah satu metode subjektif untuk menilai asupan gizi mereka, dengan anak yang aktif dan lincah biasanya memiliki

asupan gizi yang baik. Faktor penting lainnya adalah stimulasi lingkungan, yang tidak hanya relevan untuk lingkungan sekolah tetapi juga untuk lingkungan rumah (Lubis, 2020).

Temuan di lapangan, bahwa anak-anak menunjukkan antusiasme dan kegembiraan yang tinggi dalam partisipasi mereka dalam aktivitas senam. Mereka menunjukkan semangat dan ketekunan dalam menghadapi tantangan yang muncul selama kegiatan. Tujuan utama dari aktivitas senam termasuk peningkatan kesehatan fisik, kekuatan, keterampilan, kegembiraan, keberanian, dan lainnya (Raharjdo et al., 2021). Kegiatan senam secara langsung meningkatkan kegembiraan dan ketekunan, sebagaimana dibuktikan oleh anak-anak kelompok B1 TK Harniatun Arrazzaq Bandar Lampung. Selain peningkatan dalam kecerdasan kinestetik, aspek sosial emosional seperti kegembiraan, ketekunan, keberanian, dan kepercayaan diri juga diperkuat melalui kegiatan senam.

Temuan lainnya yaitu keluarga terutama orang tua yang masih menunggu anak - anaknya di area sekolah kurang memberikan stimulasi yang berperan penting bagi anak dalam memotivasi anak agar semangat dan antusias dalam melakukan kegiatan senam ini. Selanjutnya stimulasi lingkungan/ rangsangan lingkungan yang menyebabkan kecerdasan kinestetik pada anak kurang optimal dapat diatasi dengan guru dan orang tua yang bekerja sama untuk mendukung anak yang antusias dan mau berpartisipasi aktif dalam belajar. Orang tua harus memberikan tanggapan yang baik setelah anak melakukan kegiatan senam, bukan hanya guru yang memberikan tanggapan kepada anak. Penjelasan ini sesuai dengan teori bahwa orang tua harus aktif daripada pasif dalam menanggapi aktivitas anaknya. Orang tua diperlukan sikap positif disini untuk memperkuat semangat anak agar lebih baik dalam melakukan kegiatan senam tersebut guna meningkatkan kecerdasan kinestetik anak (Pietono, 2021).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari kegiatan senam terhadap peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak-anak di

Taman Kanak-Kanak Harniatun Arrazzaq Bandar Lampung. Hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam kemampuan kecerdasan kinestetik antara kelas eksperimen, yang mengikuti kegiatan senam, dengan kelas kontrol, yang melakukan aktivitas luar ruangan biasa. Ini dibuktikan melalui perbedaan nilai rata-rata, median, dan modus yang signifikan antara kedua kelompok serta uji statistik yang menunjukkan distribusi normal dan homogenitas data, memperkuat kesimpulan bahwa senam berkontribusi positif terhadap pengembangan kecerdasan kinestetik anak.

Penelitian ini juga mendukung teori bahwa kecerdasan kinestetik dapat ditingkatkan melalui permainan, tari, dan olahraga, khususnya senam, yang menunjukkan perbaikan dalam kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Faktor internal dan eksternal, seperti genetik, pengasuhan, stimulasi lingkungan, dan nutrisi, berperan dalam pengembangan kecerdasan kinestetik, namun kegiatan senam secara spesifik memberikan manfaat langsung berupa peningkatan kesehatan tubuh, kekuatan, keterampilan, kegembiraan jiwa, keberanian, dan aspek sosial emosional lainnya. Keterlibatan dan dukungan dari lingkungan, khususnya dari orang tua dan guru, diperlukan untuk memotivasi dan meningkatkan semangat anak dalam berpartisipasi dalam kegiatan senam. Temuan menunjukkan bahwa stimulasi positif dari lingkungan sekitar anak sangat penting untuk mengoptimalkan perkembangan kecerdasan kinestetik. Kesimpulannya, senam merupakan aktivitas yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini, dengan dukungan dan partisipasi aktif dari orang tua dan pendidik sebagai faktor kunci untuk kesuksesan pengembangan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya ucapkan untuk Taman Kanak-Kanak Harniatun Arrazzaq Bandar Lampung yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian ini. Serta seluruh pihak yang terlibat.

REFERENSI

- Acesta, A. (2019). *Kecerdasan Kinestetik dan Interpersonal Serta Pengembangannya*. Media Sahabat Cendikia. <https://books.google.co.id/books?id=gbKeDwAAQBAJ>
- Andrieieva, O., Kashuba, V., Yarmak, O., Cheverda, A., Dobrodub, E., & Zakharina, A. (2021). Efficiency of children's fitness training program with elements of sport dances in improving balance, strength and posture. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(5), 2872–2879. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.s5382>
- Brocherie, F., Girard, O., Forchino, F., Al Haddad, H., Dos Santos, G. A., & Millet, G. P. (2014). Relationships between anthropometric measures and athletic performance, with special reference to repeated-sprint ability, in the Qatar national soccer team. *Journal of Sports Sciences*, 32(13), 1243–1254. <https://doi.org/10.1080/02640414.2013.862840>
- Creswell, J. W. (2020). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research, global edition*. Pearson Education. <https://books.google.co.id/books?id=Mb-GEAAAQBAJ>
- Gardner, H. (1989). Theory of Multiple Intelligences. *Educational Implications of the Theory of Multiple Intelligences*, 18(8), 4–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.3102/0013189X018008004>
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., & Puertas-Molero, P. (2020). Motivation, Self-Concept and Discipline in Young Adolescents Who Practice Rhythmic Gymnastics. An Intervention. *Children*, 7(9), 135. <https://doi.org/10.3390/children7090135>
- Hasbullah, H., & Nurhasanah, N. (2024). Peran Orang Tua dan Pendidik dalam Melejitkan Potensi Anak. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 3(1), 55–71. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i1.110>
- Hasibuan, N. R. F., Fauzi, T., & Novianti, R. (2020). Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Kelompok B. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 118–123. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i2.33564>
- Haywood, K. M. (2020). Kinesthetic Development. In *The Encyclopedia of Child and Adolescent Development* (pp. 1–9). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119171492.wecad028>
- Irwansyah, D. (2018). Analisis Kecerdasan Kinestetik, Interpersonal dan Intrapersonal dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 1(1), 48–51. <https://doi.org/10.34007/jehss.v1i1.7>
- Kiuchukov, I., Yanev, I., Petrov, L., Kolimechkov, S., Alexandrova, A., Zaykova, D., & Stoimenov, E. (2019). Impact of Gymnastics Training on the Health-Related Physical Fitness of Young Female and Male Artistic Gymnasts. *Science of Gymnastics Journal*, 11(2), 175–187. <https://doi.org/10.52165/sgj.11.2.175-187>
- Kumala, H. S. E., Rahmania, N. U., & Purnama, S. (2022). Implementasi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Senam Irama di

- TK Islam Al Madina Sampangan Semarang. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 9(1), 22–29. <https://doi.org/10.21107/pgpauldtrunojoyo.v9i1.13178>
- Kuswanto, C. W., & Pratiwi, D. D. (2020). Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini Berbasis Tematik. *AL-ATHFAL : JURNAL PENDIDIKAN ANAK*, 6(1), 55–68. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2020.61-05>
- Lambert, K. (2020). Re-conceptualizing embodied pedagogies in physical education by creating pre-text vignettes to trigger pleasure 'in' movement. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(2), 154–173. <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1700496>
- Lubis, Z. (2020). Hubungan antara Kecerdasan Kinestetik dengan Meniru Kegiatan Shalat Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Raudhah*, Vol.8(No.2), 58–67.
- Mashkoor, N. B., & Hameed, N. H. (2022). Effect of physical-kinesthetic intelligence exercises on developing motor abilities and basic skills of basketball in female students. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 11. <https://doi.org/10.6018/sportk.514981>
- Michelaki, E., & Bournelli, P. (2016). The Development of Bodily - Kinesthetic Intelligence through Creative Dance for Preschool Students. *Journal of Educational and Social Research*, 6(3), 23–32. <https://doi.org/10.5901/jesr.2016.v6n3p23>
- Mukti, T. S., Utami, M. A. P., & Puspitasari, F. F. (2020). Sekolah Alam: Evaluasi Program Sekolah Dalam Menumbuhkan Kecerdasan Naturalistik Dan Kinestetik Pada Pendidikan Anak Usia Dini. *INSANIA : Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 25(1), 123–132. <https://doi.org/10.24090/insania.v25i1.3542>
- Musfiroh, T. (2017). *Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Kecerdasan Majemuk*. Universitas Terbuka.
- Oktariyana. (2019). *Pembelajaran Gerak Senam Berirama Berbasis Multimedia*. Gre Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=uIW9DwAAQBAJ>
- Özer, Ö., & Soslu, R. (2019). Comparison of the Static Balance, Strength and Flexibility Characteristics of the University Students Who Taken Artistic Gymnastic Lesson. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 229–233. <https://doi.org/10.15314/tsed.573516>
- Pietono, Y. D. (2021). *Anakku Bisa Brilliant: Sukses Belajar Menuju Brilliant*. Bumi Aksara. https://books.google.co.id/books?id=voc_EAAAQBAJ
- Prasetyo, P. A., Acesta, A., Damayanti, D., & Nugraha, F. F. (2023). Implementasi senam ceria dalam pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada Siswa Sekolah Dasar. *COLLASE (Creative of Learning Students Elementary Education)*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.22460/collase.v1i1.15408>
- Raharjdo, B., Rozie, F., & Hidayati, P. (2021). *Optimalisasi Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini: Melalui Strategi Pembelajaran Gerak dan Lagu*. AMERTA MEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=imJzEAAAQBAJ>

- Rohmah, A. A., & Jauhari. (2020). Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Pembelajaran Multiple Intelligences. *PRESCHOOL: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 32–41. <https://doi.org/10.35719/preschool.v1i1.9>
- Suhadi, S., Soegiyanto, S., Rahman, H. A., & Sulaiman, S. (2020). Evaluation of The Bodily-Kinesthetic Intelligence Model in Physical Education Teaching in Indonesia Primary School. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 39(2), 471–479. <https://doi.org/10.21831/cp.v39i2.29542>
- Trajkovic, N. (2017). Impact of Gymnastic Program on Health-Related Fitness in Adolescent Pupils. *Science of Gymnastics Journal*, Vol.8(No.2), 157–166.
- V, A., & Vijayalaxmi, A. H. M. (2018). Imparting Curriculum with Bodily Kinesthetic Intelligence to Foster Active Learning Among the Elementary School Children. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development*, 2(3), 1232–1237. <https://doi.org/10.31142/ijtsrd11297>
- Ward, G., & Scott, D. (2020). Lived experiences of undergraduate physical education students studying gymnastics and dance education. *Sport, Education and Society*, 25(2), 213–229. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1571485>
- Wardani, E. A., Alim, M. L., & Nurmalina. (2022). Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Games Ball di Kelompok Bermain. *Journal On Teacher Education*, 3(2), 14–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jote.v3i2.3347>