

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak usia dini menurut *Nasional Assosiation in Education for Young Children (NAEYC)* adalah anak yang berada pada usia sejak lahir hingga umur delapan tahun. Anak usia dini mempunyai potensi genetik sejak lahir yang perlu dikembangkan melalui pemberian beberapa stimulus disetiap aktivitas. Menurut (Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003) tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan anak usia dini (PAUD) bertujuan untuk membina, memupuk, dan mengembangkan seluruh potensi anak secara optimal agar mereka dapat mengembangkan perilaku dan kemampuan dasar sesuai dengan tahapan perkembangan. Stimulasi harus diberikan sejak dini karena anak-anak sangat peka terhadap berbagai pengaruh yang memengaruhi perkembangan mereka. Karena kepekaan ini, anak-anak dapat menerima dan berkembang lebih baik jika pertumbuhan anak-anak dapat distimulasi dengan baik oleh guru.

Guru memiliki peran penting dalam memberikan stimulasi fisik, karena dapat membantu perkembangan otot besar dan kecil anak. Perkembangan fisik anak termasuk dalam kategori kecerdasan kinestetik karena berkaitan dengan kemampuan anak untuk mengontrol dan menggunakan gerakan tubuh mereka (Ngewa, 2020). Tujuan pengembangan kecerdasan kinestetik anak yaitu memberi pelatihan pada gerak halus dan kasar anak dan mengkoordinasi gerak tubuh supaya seimbang, dan mengembangkan keterampilan tubuh (Fauzi, dkk., 2021). Salah satu upaya untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini adalah dengan senam ceria, yaitu aktivitas fisik yang menyenangkan dan dirancang untuk mengembangkan koordinasi, keseimbangan, serta fleksibilitas tubuh anak.

Senam adalah salah satu jenis olahraga di mana gerakan difokuskan pada kecepatan, kekuatan, dan keselarasan fisik. Seperti yang dinyatakan oleh Kinanti, senam dimaksudkan untuk memberikan hiburan sekaligus merelaksasi fisik dan mental. Dalam kenyataannya, senam membutuhkan gerakan tubuh tertentu yang dikombinasikan dengan inovasi dan irama untuk membantu otak dan pikiran menjadi lebih rileks dan lebih siap untuk menjalani kegiatan sehari-hari (Kinanti, 2019). Seperti yang dinyatakan oleh Syarifuddin (dalam Hayyu, dkk., 2023), senam

irama, juga disebut senam ceria, adalah kumpulan gerakan senam yang menggabungkan berbagai gaya gerakan dengan musik. Ini menunjukkan bahwa ritme tertentu mengiringi setiap gerakan, yang menghasilkan harmoni antara gerakan dan irama yang selaras dan tepat.

Kegiatan senam irama tentunya membutuhkan tempat yang luas, bahan dan peralatan yang diperlukan untuk berlangsungnya kegiatan senam irama supaya kegiatan dapat berjalan secara maksimal (Nusir & Malini, 2020). Oleh karena itu, guru harus bisa sekreatif mungkin untuk menciptakan gerakan-gerakan senam dengan berbagai variasi yang disukai anak (Sahera, dkk., 2021).

Berdasarkan hasil pengamatan di RA Al-Kautsar Panyileukan mengenai kecerdasan kinestetik anak dengan deskripsi, diantaranya anak belum berkembang menggerakkan anggota tubuhnya, anak masih kesulitan meniru gerakan guru, kurang terlibat dalam kegiatan fisik. Hal tersebut diasumsikan karena anak lebih sering beraktivitas di dalam kelas dari pada di luar kelas dan kegiatan fisik yang dipraktikkan oleh guru belum optimal sehingga anak sulit dalam meniru gerakan yang dicontohkan oleh guru.

Berdasarkan Permendikdasmen Nomor 10 Tahun 2025 tentang Standar Kompetensi Lulusan Pendidikan Anak Usia Dini, capaian perkembangan fisik-kinestetik anak usia 5–6 tahun diharapkan sudah terlihat melalui kemampuan anak dalam mengendalikan dan mengoordinasikan gerakan tubuhnya secara terarah. Anak pada tahap ini diharapkan mampu melakukan berbagai keterampilan fisik seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menjaga keseimbangan tubuh. Selain itu, anak juga diharapkan mampu mengikuti gerakan berirama atau menirukan gerakan sederhana yang dicontohkan guru, serta menunjukkan keberanian dalam mencoba aktivitas fisik yang lebih bervariasi. Capaian perkembangan tersebut menunjukkan bahwa stimulasi melalui kegiatan yang menyenangkan seperti senam ceria sangat relevan digunakan untuk mendukung perkembangan kinestetik anak sesuai dengan standar pencapaian perkembangan yang terbaru.

Berdasarkan pembahasan di atas, penulis mengambil judul penelitian yang menyangkut “Upaya Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Senam Ceria di Kelompok B RA Al-Kautsar Panyileukan Bandung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis merumuskan masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung sebelum diterapkan senam ceria?
2. Bagaimana penerapan senam ceria untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung pada setiap siklus?
3. Bagaimana peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung setelah diterapkan senam ceria pada seluruh siklus?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini diarahkan untuk mengetahui:

1. Kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung sebelum diterapkan senam ceria.
2. Proses penerapan senam ceria untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung pada setiap siklus.
3. Peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini kelompok B di RA Al-Kautsar setelah diterapkan senam ceria pada seluruh siklus.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Manfaat penelitian terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penciptaan ide-ide terkait pembelajaran kinestetik penelitian ini dapat memperluas penelitian teoritis tentang pendekatan pembelajaran berbasis aktivitas

fisik, khususnya pada anak usia dini, sehingga kita lebih memahami bagaimana senam mempengaruhi kecerdasan kinestetik. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut yang mengkaji lebih dalam hubungan antara perkembangan fisik dan senam ceria.

Diharapkan penelitian ini berkontribusi dalam dunia pendidikan anak usia dini, menambah wawasan para ahli pendidikan memperoleh wawasan dan pemahaman tentang pentingnya senam ceria sebagai metode untuk mengoptimalkan perkembangan kinestetik anak usia dini.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Salah satu metode pembelajaran yang inovatif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini (AUD) adalah program senam ceria, yang mendukung kualitas pendidikan yang lebih holistik. Sekolah menjadi lebih dinamis dan mendukung perkembangan kinestetik anak dengan kegiatan yang menyenangkan.

b. Bagi Guru

Program senam ceria dapat membantu guru menjadi lebih kreatif dan inovatif dalam mengajar. Melalui kegiatan yang menyenangkan seperti ini, guru dapat membangun hubungan yang lebih baik dan positif dengan anak mereka, dan mereka dapat membuat proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan menarik bagi anak mereka, sehingga meningkatkan keinginan mereka untuk belajar.

c. Bagi Peserta Didik

Sebagai bagian dari perkembangan kinestetik, senam yang menyenangkan memberi anak kesempatan untuk mengekspresikan perasaan dan kreativitas mereka melalui gerakan tubuh, yang juga merupakan bagian dari perkembangan kinestetik. Selain itu, senam membuat anak lebih peka terhadap perubahan posisi tubuh dan gerakan yang mereka lakukan.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana senam ceria dapat secara efektif meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini.

Penelitian ini memberikan data yang dapat digunakan untuk memulai pengembangan tambahan untuk intervensi pembelajaran berbasis kinestetik. Ini juga dapat digunakan untuk mengukur seberapa efektif metode pembelajaran inovatif lainnya.

E. Kerangka Berpikir

Kemampuan untuk menggabungkan tubuh dan pikiran untuk menghasilkan gerakan terbaik dikenal sebagai kecerdasan kinestetik. Menurut Irwansyah (2015) gerakan yang paling efektif berasal dari integrasi fisik dan pikiran. Anak-anak akan menerima pendidikan yang optimal, dan segala sesuatu yang dilakukan akan mencapai tingkat optimal. Pada usia dini gerakan terbaik dapat dicapai dengan mudah di lingkungan anak-anak karena tubuh dan otak mereka berkembang pesat. Akibatnya, anak-anak dapat mencapai gerakan yang sempurna dengan memadukan gerakan tubuh dan imajinasi mereka.

Anak-anak dengan kecerdasan kinestetik menunjukkan koordinasi tubuh yang sangat baik. Mereka terlihat luwes, cekatan, dan seimbang dalam gerakan mereka. Tugas-tugas perkembangan motorik halus seperti menggunting, melipat, menjahit, menempel, merajut, menyambung, mengecat, dan menulis mereka lakukan dengan cepat. Mereka memiliki kemampuan artistik untuk menari dan menggerakkan tubuh mereka dengan luwes dan lentur. Dengan keterampilan gerak kinestetik yang mencakup gerakan otot-otot halus, bukan hanya kemampuan motorik kasar, anak-anak dapat mengatur gerakannya saat melakukan aktivitas seperti menulis, menempel, merajut, menggambar, melukis, dan lain-lain.

Menurut Erlangga (dalam Nurdaningsih, 2018) senam irama ceria atau yang biasa disebut senam ceria merupakan senam yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau rasa keindahan, dan juga untuk membina serta meningkatkan seni gerak. Pada prinsipnya, sistem senam ceria sama dengan sistem senam yang lainnya, tetapi ditambah dengan irama atau tekanan yang harus ada pada senam irama ceria, yaitu meliputi kesesuaian irama, kelenturan tubuh dan kontitas tubuh. Kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini melalui senam ceria.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan suatu tindakan pembelajaran yang menyenangkan, terencana, dan dapat menstimulasi perkembangan kinestetik anak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan senam ceria, yaitu bentuk senam irama yang dipadukan dengan musik dan variasi gerakan sederhana. Senam ceria mampu membantu anak mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelenturan, serta keterampilan tubuh secara menyeluruh.

Dengan menerapkan senam ceria melalui siklus penelitian tindakan kelas (perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi), diharapkan terjadi peningkatan kecerdasan kinestetik anak. Anak akan lebih aktif bergerak, mampu menirukan gerakan dengan tepat, serta menunjukkan keberanian dalam mencoba variasi aktivitas fisik. Dengan demikian, penerapan senam ceria diyakini menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini secara bertahap pada setiap siklus tindakan.

Musfiroh (2010) mengatakan bahwa kemampuan yang muncul pada indikator kecerdasan kinestetik anak usia dini adalah sebagai berikut:

1. Anak terlihat aktif, terus bergerak, jarang tampak diam sekalipun sedang tidak enak badan.
2. Anak memiliki kekuatan otot yang tampak menonjol dari anak sebayanya, berani berayun, memanjat papan panjatan, melompat dengan kuat dan mendarat dengan tepat.
3. Anak suka menyentuh nyentuh benda yang baru dilihatnya.
4. Anak terlibat dalam kegiatan fisik
5. Anak unggul dalam kompetisi aktifitas fisik atau olah raga di lingkungan PAUD
6. Anak pandai menirukan gerakan-gerakan orang lain
7. Anak menikmati kegiatan bermain tanah atau pasir, melukis dengan jari, kegiatan menanam, mengecat
8. Anak relatif luwes saat berbicara karena menggunakan gerakan tubuh sebagai pendukung, menggerakkan tangan saat berbicara, serta terlihat luwes saat menari.

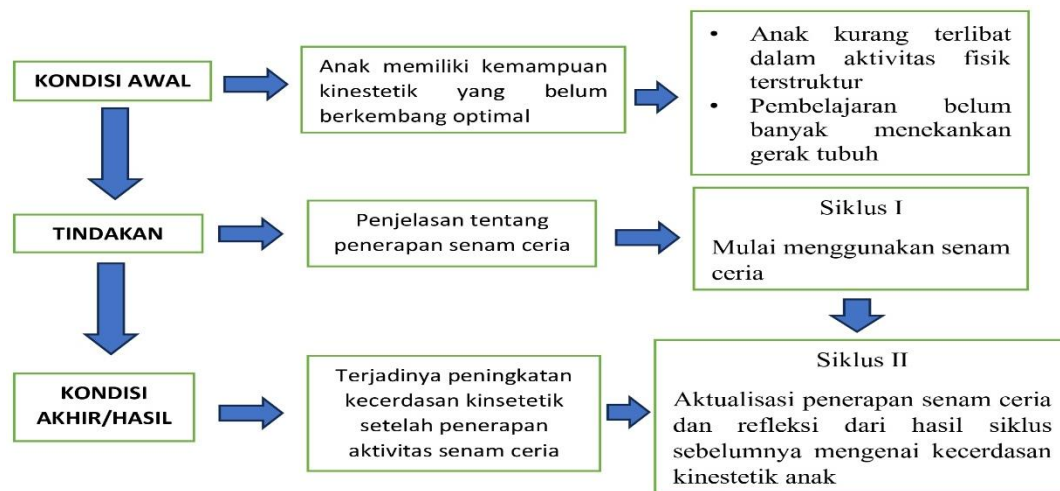
9. Anak memiliki keseimbangan yang bagus dari teman sebayanya.
10. Anak memiliki ketahanan fisik yang baik, kuat berdiri satu kaki lebih lama dibandingkan teman sebayanya.

Dapat disimpulkan bahwa anak yang cerdas dalam gerak kinestetik terlihat menonjol dalam kemampuan fisik (terlihat lebih kuat, lebih lincah) daripada anak-anak seusianya, mereka cenderung suka bergerak, tidak bisa duduk lama-lama, mengetuk-ngetuk sesuatu, suka meniru gerak atau tingkah laku orang lain yang menarik perhatiannya dan terlihat luwes saat menari.

Menurut Nuryanti dkk. (2015), senam ceria merupakan sarana penting untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak yang ditunjukkan melalui kemampuan bergerak, berirama, seimbang, luwes, serta ekspresif dalam aktivitas fisik, dengan indikator yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Anak mampu melakukan gerakan lokomotor (berjalan, berlari, melompat, meloncat).
2. Anak mampu melakukan gerakan non-lokomotor (menekuk, memutar, menyeimbangkan tubuh).
3. Anak mampu melakukan gerakan manipulatif sederhana (menggerakkan tangan dan kaki sesuai irama).
4. Anak mampu mengkoordinasikan gerakan tubuh dengan musik.
5. Anak mampu menirukan gerakan yang dicontohkan guru.
6. Anak menunjukkan keluwesan gerakan.
7. Anak mampu melakukan gerakan secara teratur dan berkesinambungan.
8. Anak mampu mengendalikan tubuh agar tidak kehilangan keseimbangan.
9. Anak mampu menunjukkan antusiasme dan semangat saat bergerak.
10. Anak mampu melakukan gerakan dengan ekspresi gembira/ceria.

Dalam penelitian ini, peneliti bermaksud untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik dengan senam ceria di kelompok B RA Al-Kautsar dan dijelaskan kerangka berpikir dengan skema sebagai berikut:



Gambar 1. 1

Skema Kerangka Berpikir

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan penjelasan fenomena tertentu yang bersifat sementara dengan tujuan untuk mempermudah pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan. Untuk itu, peneliti tidak hanya mengumpulkan fakta-fakta yang bertebaran, tetapi lebih jauh lagi peneliti harus dapat menggeneralisasi dan menghubungkan fakta-fakta yang ada menjadi sebuah kesatuan yang utuh dan bermakna. Hipotesis ini berperan sebagai landasan awal dalam proses penelitian, hal ini membantu peneliti untuk merumuskan pertanyaan yang jelas dan fokus (Asep, 2018).

Berdasarkan keterangan yang telah diuraikan di atas maka hipotesis penelitian ini adalah “Penerapan senam ceria diduga dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di Kelompok B RA Al-Kautsar Kecamatan Panyileukan Kota Bandung”.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya dapat digunakan sebagai referensi untuk mendalami sekaligus memperkuat materi dan membahas penelitian. Berikut adalah temuan dari penelitian sebelumnya:

1. Penelitian oleh Sobariah dan Fifiet Dwi Tresna Santana (2019) IKIP Siliwangi melakukan penelitian di RA Al Hasan Cimahi dengan judul “Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Melalui Media Tari

Mapag Layung”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Melalui Tari Mapag Layung, kecerdasan kinestetik anak di RA Al Hasan Cimahi mengalami peningkatan yang signifikan, seperti pada saat guru memberikan teknik pada anak. Anakanak terlihat lebih aktif dan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan sebelumnya yang dilakukan di sekolah. Disamping itu anak telah menunjukkan Tari Mapag Layung khususnya dengan sikap-sikap yang positif, seperti mampu melakukan teknik dengan lentur dan tepat. Pada umumnya kemampuan yang terdapat dalam indikator penggunaan kegiatan Tari Mapag Layung sebagai media pembelajaran, semuanya dapat tercapai seperti yang diharapkan, sehingga kecerdasan kinestetik anak di RA Al Hasan Cimahi dengan menerapkan Tari Mapag Layung mengalami peningkatan. Persamaan peneliti penulis dengan peneliti di atas yaitu meneliti kecerdasan kinestetik. Adapun perbedaannya peneliti di atas melalui media tari mapag layung sedangkan peneliti penulis melalui senam ceria.

2. Penelitian oleh Yayang Ratnasari Barus (2022) IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung dengan judul “Implementasi Kegiatan Olah Tubuh Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Usia 4-5 Tahun di PAUD Ceria SKB Kota Pangkalpinang”. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa implementasi kegiatan olah tubuh dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Ceria SKB Kota Pangkalpinang yaitu dengan tahap perencanaan,tahap pelaksanaan yaitu kegiatan olah tubuh, seperti melompat, meloncat, melempar bola, menyusun 3-4 font puzzle, cak lingking, gerakan berdiri dan membungkuk, *bowling*, permainan ketangkasan hulahup dan tahap evaluasi. Sedangkan hasil implementasi kegiatan olah tubuh dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia 4-5 tahun yaitu 4 anak Berkembang Sesuai Harapan, anak dinyatakan dalam indikator mulai konsisten dalam kegiatan belajar dan mendapat bintang 3 skornya 70-79. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian penulis yaitu meningkatkan kecerdasan kinestetik. Adapun perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian penulis yaitu

penelitian di atas melalui kegiatan olah tubuh sedangkan penelitian penulis melalui senam ceria.

3. Penelitian oleh Arshy Prodyanatasari (2024) dari Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri berjudul “*Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Senam Ceria*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam ceria yang dilaksanakan selama tiga minggu dengan intensitas tiga kali per minggu dan durasi 20 menit/sesi memberikan dampak yang signifikan terhadap kemampuan fisik siswa. Berdasarkan hasil monitoring dan evaluasi, lebih dari 80% siswa menunjukkan peningkatan kekuatan otot, keseimbangan, stabilitas, serta gerakan yang lebih terkoordinasi. Selain itu, sekitar 75% siswa merasakan tubuh lebih bugar, tidak mudah sakit, dan lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Bahkan, 70% siswa mengalami kualitas tidur yang lebih baik sehingga saat bangun tubuh lebih segar dan fokus ketika belajar. Dengan demikian, senam ceria terbukti berpengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar sekaligus kesehatan fisik siswa. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan senam ceria. Perbedaannya adalah penelitian Prodyanatasari (2024) dilakukan pada siswa sekolah dasar dengan indikator motorik kasar, sedangkan penelitian penulis dilakukan pada anak usia dini di RA Al-Kautsar dengan fokus pada peningkatan kecerdasan kinestetik.