



## **SKRIPSI**

**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK MELALUI SENAM CERIA  
PADA KELOMPOK B KELAS BADAR RAUDHATUL ATHFAL RABBI  
RADHIYYA KECAMATAN CURUP**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Pada Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam  
Jabatan PAUD FKIP Universitas Bengkulu**

**OLEH**

**NAMA : SUMIATI AW**

**NPM : A11111184**

**PROGRAM SARJANA (S-1)  
KEPENDIDIKAN BAGI GURU DALAM JABATAN (PSKGJ)  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS BENGKULU  
2014**

## ABSTRAK

SUMIATI AW : MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK MELALUI SENAM CERIA PADA KELOMPOK B KELAS BADAR RAUDHATUL ATHFALRABBI RADHIYYA KECAMATAN CURUP. **Skripsi. Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan, Universitas Bengkulu.**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan senam ceria dalam upaya meningkatkan kecerdasan kinestetik pada kelompok B kelas Badar Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya tahun ajaran 2013-2014. Sesuai dengan pembahasan dan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*classroom Action Research*) yaitu yang mengkominasikan prosedur penelitian dengan tindakan substansik, suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin linguini, atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang sedang terjadi, sambil terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan. Dalam hal ini penelitian dilakukan ketika proses pembelajaran yang berlangsung dalam penelitian ini subyek penelitian adalah siswa kelompok b kelas Badar di Raudhatul athfal Rabbi radhiyya kecamatan Curup. Jumlah anak dikelas ini adalah 20 orang yang semuanya anak laki-laki. Dalam penelitian ini dibutuhkan suatu alat ukur yang akan membantu peneliti dalam mengumpulkan data mengenai peningkatan kecerdasan kinestetik melalui gerakan senam ceria. Untuk itu maka peneliti membuat pedoman wawancara dan kisi-kisi instrumen yang akan diturunkan menjadi sebuah daftar *checklist*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan menerapkan metode senam ceria dapat membantu meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak, karena dengan metode senam ceria terdapat pembelajaran tentang dapat menggerakkan badan dengan lentur, mengikuti gerakan sesuai irama musik, kemampuan mengekspresikan diri, senam mengikuti contoh, menciptaka suasana yang menyenangkan bagi anak, melatih anak dalam terampil melakukan gerakan yang menggunakan motorik pada anak. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan nilai persentase serta rata-rata pada siklus pertama baru mencapai 54% dan pada siklus kedua meningkat menjadi 83%. Hal ini membuktikan bahwa dengan senam ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

Kata kunci : kecerdasan kinestetik, senam ceria

## ABSTRACT

**SUMIATI AW** : Improving Kinesthetic Intelligence Through Cheerful GymAt B Group Badar Class Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Curup Rejang Lebong Regency. Skripsi. **Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan, Bengkulu University.**

The Purpose of this research is to describe the application of Cheerful Gym as an effort to improve Kinesthetic IntelligenceB Group Badar Class Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya at the year 2013-2014. As the problem and the purpose of this research, so this research used Classroom Action Research which combine research procedures and substantive action. In this case the research led in learning teaching activity. The subject of this research were 20 students B Group Badar Classat Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya kecamatan Curup. The instrument of this research was measured such as checklist for interview and field note. The Data was Analysed by kualitative approach. Based on the result of this research Cheerful Gymcan increase Kinesthetic Intelligence At B Group Badar Class, because this Cheerful Gym used music to practice and students enjoy it. Based on the result the average for increase Kinesthetic Intelligence in the first cycle was 54% and in the second cycle became 83%. So the conclision of this research is hal ini membuktikan bahwa dengan senam ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak. Kinesthetic Intelligence can be increased Through Cheerful GymAt B Group Badar Class Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Curup

Key words: Kinesthetic Intelligence, Cheerful Gym

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

- ❖ Orang yang bodoh mengatakan apa yang ia ketahui, tetapi orang bijaksana mengetahui apa yang ia katakan.
- ❖ Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (urusan dunia) maka bersungguh-sungguhlah dalam beribadah) (Al Insyirat 6-7)

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur hamba panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberikan taufik serta hidayahnya, engkaulah yang maha pengasih dan maha penyayang, atas izin-Mu skripsi ini kupersembahkan kepada:

- Kepada ibunda tercinta yang selalu mendukung dan membantuku dalam do'a.
- Kepada suamiku Darmaji' yang telah memberikan motifasi, dorongan dan semangat sehingga skripsi ini dapat dapat terselesaikan dengan baik
- Kepada anak-anakku yang tercinta dan tersayang Hilwa, Salwa, salma yang telah memberi motifasi kepada ummi.
- Dosen-dosen yang telah membekali ilmu pengetahuan dalam proses pembuatan skripsi ini.
- Teman-teman di Ra Rabbi radhiyya, terima kasih atas bantuannya
- Sahabat-sahabatku seperjuangan yang senantiasa menemani
- Dan Almamaterku UNIB Bengkulu.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Melalui Senam Ceria Pada Kelompok B Kelas Badar Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Kecamatan Curup tahun ajaran 2013-2014.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak, tanpa bantuan mereka skripsi ini tidak terwujud. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu
2. Ketua Jurusan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu
3. Ketua program sarjana kependidikan bagi guru dalam jabatan (PSKGJ) Universitas Bengkulu.
4. DR. I wayan Dharmayana, M. Psi selaku dosen pembimbing pertama yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan bimbingan selama pembuatan skripsi ini.
5. Drs. Delrefi D, M. Pd selaku pembimbing kedua yang telah memberikan arahan selama pembuatan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Wachidi, M. Pd dan Dra. Yuli desmi, M. Ag sebagai tim penguji yang telah banyak memberikan masukan serta saran kepada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Elva novianty, S. Pd, SH, M. Pd yang telah banyak membantu pembuatan skripsi ini.
8. Alamamaterku tempat aku bernaung menjalankan pendidikan
9. Drs. Marsenani selaku pengelola PSKGJ Curup
10. Kepala sekolah dan seluruh dewan guru RA Rabbi radhiyya kecamatan Curup yang telah memberikan bantuan dalam melaksanakan penelitian.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi masih jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan saran, kemampuan dan pengalaman. Mengingat hal ini, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Kemudian harapan penulis semoga penyusunan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan terhadap masalah yang dibahas dalam skripsi ini. Akhirnya dengan segala kekurangan dan keterbatasan penulis, mudah-mudahan karya sederhana ini menjadi tambahan ilmu bagi semua pihak.

Curup, Juni 2014

penulis

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Dari Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan (program PSKGJ) Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu, seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain, telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai norma, kaedah, dan etika penulisan ilmiah

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan karya saya sendiri, atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Bengkulu, Juni 2014

Sumiati AW

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
ABSRAC .....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
LEMBAR PERNYATAAN .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	2
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Perumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Kegunaan Hasil Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	<b>7</b>
A. Kajian teori .....	7
1. Pengertian kecerdasan kinestetik .....	22
2. Pengertian senam ceria .....	37
B. Acuan teori rancangan alternatif intervensi tindakan yang dipilih ...	37
C. Hasil Penelitian yang relevan .....	37
D. Kerangka Berfikir .....	38
E. Hepotesis Penelitian .....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	<b>39</b>
A. Jenis penelitian .....	42
B. Tempat dan waktu penelitian .....	42
C. Subjek / Partisipan dalam penelitian .....	43
D. Prosedur penelitian .....	46
E. Instrumen pengumpulan data .....	47
F. Tehnik pengumpulan Data .....	48
G. Tehnik Analisis Data .....	49
H. Indikator keberhasilan .....	49



**BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN**

A. Hasil Penelitian .....	50
B. Pembahasan.....	63

**BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

A. Kesimpulan .....	65
B. Rekomendasi .....	65

<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>67</b>
-----------------------	-----------

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Pembagian Siklus Penelitian Tindakan Kelas .....	42
Tabel 1.2 Instrumen Pengumpulan Data Senam Ceria .....	47
Tabel 1.3 Kecerdasan Kinestetik .....	47
Tabel 2.1 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	52
Tabel 2.2 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	53
Tabel 2.3 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	54
Tabel 2.4 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	55
Tabel 2.5 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	59
Tabel 2.6 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	60
Tabel 2.7 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	61
Tabel 2.8 Hasil Observasi Aktivitas Anak Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik .....	62
Tabel 2.9 Rekapitulasi Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Senam Ceria .....	63

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Keterangan Melakukan Penelitian**
- Lampiran 2. Surat Pernyataan Sebagai Teman Sejawat**
- Lampiran 3. Jadwal Penelitian Tindakan Kelas**
- Lampiran 4. Daftar Anak Kelompok B Kelas Badar**
- Lampiran 5. Rencana Kegiatan Harian**
- Lampiran 6. Rencana Kegiatan Harian**
- Lampiran 7. Lembar Observasi Aktivitas Anak**
- Lampiran 8. Lembar Observasi Guru**
- Lampiran Foto-Foto Kegiatan Anak**
- Daftar Riwayat Hidup**

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan anak usia dini adalah suatu pendidikan yang ditujukan kepada anak usia dini guna merangsang setiap perkembangan dan pertumbuhan jasmani dan rohani. Dalam pendidikan anak usia dini terdapat aspek-aspek yang harus dikembangkan dan ditanamkan dalam diri anak, diantaranya aspek kognitif, bahasa, nilai agama (Undang-undang No. 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional)

Pendidikan anak usia dini diharapkan juga membantu dalam mengembangkan potensi-potensi yang ada pada diri anak. Oleh karena itu, pengembangan seluruh potensi anak usia dini harus dimulai sejak dini agar pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Perkembangan anak adalah segala perubahan yang terjadi pada anak yang meliputi seluruh perubahan, baik perubahan fisik, perkembangan kognitif, emosi, maupun perkembangan psikososial yang terjadi pada anak usia dini. Perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak. Motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak. Disamping itu, perkembangan motorik bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan yang cukup untuk melakukan aktifitas fisik dan gerakan yang melibatkan seluruh anggota tubuh. Kecerdasan Kinestetik juga berhubungan

dengan perkembangan motorik anak. Karena Keserdasan kinestetik adalah kecerdasan yang berhubungan dengan anggota tubuh

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti temukan terhadap anak-anak di Kelas Badar RA Rabbi Radhiyya Kecamatan Curup ditemukan beberapa permasalahan yang terlihat yaitu gerakan-gerakan anak belum teratur saat senam, anak masih canggung dalam bergerak, selain itu masih ada anak-anak yang senam bebas tidak mengikuti gerakan musik, bergerak menurut kemauannya sendiri, tidak terarah. Padahal seharusnya gerakan mereka indah dan cantik serta sesuai dengan panduan musik sehingga benar dapat mengasah kecerdasan kinestetiknya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengangkat judul penelitian ini yaitu **Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik melalui senam ceria pada Kelompok B Kelas Badar Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Kecamatan Curup.**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang ada di Kelompok B Kelas Badar Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya sebagai berikut:

1. Bagaimanakah perkembangan kecerdasan kinestetik anak diKelompok B Kelas Badar RA Rabbi Radhiyya Curup?

2. Apa saja faktor-faktor apa yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan kinestetik anak?
3. Bagaimanakah cara guru mengajarkan kecerdasan kinestetik anak?
4. Bagaimanakah model senam yang diajarkan guru kepada anak?
5. Apakah ada hubungan antara kecerdasan kinestetik anak dengan senam ceria?
6. Apakah senam ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak?
7. Bagaimana cara guru melatih senam ceria sehingga dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak?

### **C. Pembatasan masalah**

Fokus pembatasan pada penelitian tindakan kelas ini adalah:

1. Kecerdasan kinestetik pada anak usia dini Pada Kelompok B Kelas Badardi RA. Rabbi Radhiya. Adapun alasan peneliti mengambil kecerdasan kinestetik anak ini adalah karena pada saat senam masih ada beberapa anak yang malu-malu atau tidak percaya diri untuk menggerakkan tubuhnya dalam kegiatan senam.
2. Senam Ceria. Adapun alasan peneliti adalah kurang bervariasinya gerakan senam yang diajarkan guru kepada anak padahal anak sangat suka dengan gerakan-gerakan senam yang mampu membuat mereka tertawa dan senang melakukannya.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penerapan senam ceria untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada kelompok B kelas Badardi Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Kecamatan Curup?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mendeskripsikan penerapan senam ceria dalam upaya meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini di Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya di Kecamatan Curup

#### **F. kegunaan hasil Penelitian**

Manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi pengembangan ilmu keguruan dan pendidikan, khususnya dalam meningkatkan mutu pendidikan Anak Usia Dini.

## 2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

### **A. Bagi anak**

- 1) Dapat membantuanak didik dalam memahami perasaan dan pikiran orang lain yang ditampilkan di dalam tingkah laku masing-masing.
- 2) Membantu anak didik agar bersedia berbagi dan bertanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat.

### **B. Bagi guru**

- 1) Menambah wawasan guru mengenai senam ceria yang dapat digunakan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak
- 2) Meningkatkan pemahaman guru tentang pentingnya pengembangan kecerdasan kinestetik anak sejak dini melalui penerapan senam ceria
- 3) Memberikan pengalaman bagi guru dalam merancang metode gerak senam ceria.

### **C. Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada lembaga penyelenggara pendidikan pada umumnya dan untuk Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya pada khususnya dalam rangka meningkatkan kecerdasan kinestetik anak dan meningkatkan proses pembelajaran.



#### **D. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti efektifitas peningkatan keterampilan sosial anak usia dini melalui metode bermain peran secara lebih mendalam. Senam ceria dianggap mampu untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik karena didalam senam ceria terdapat gerakan-gerakan motorik kasar pada anak.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

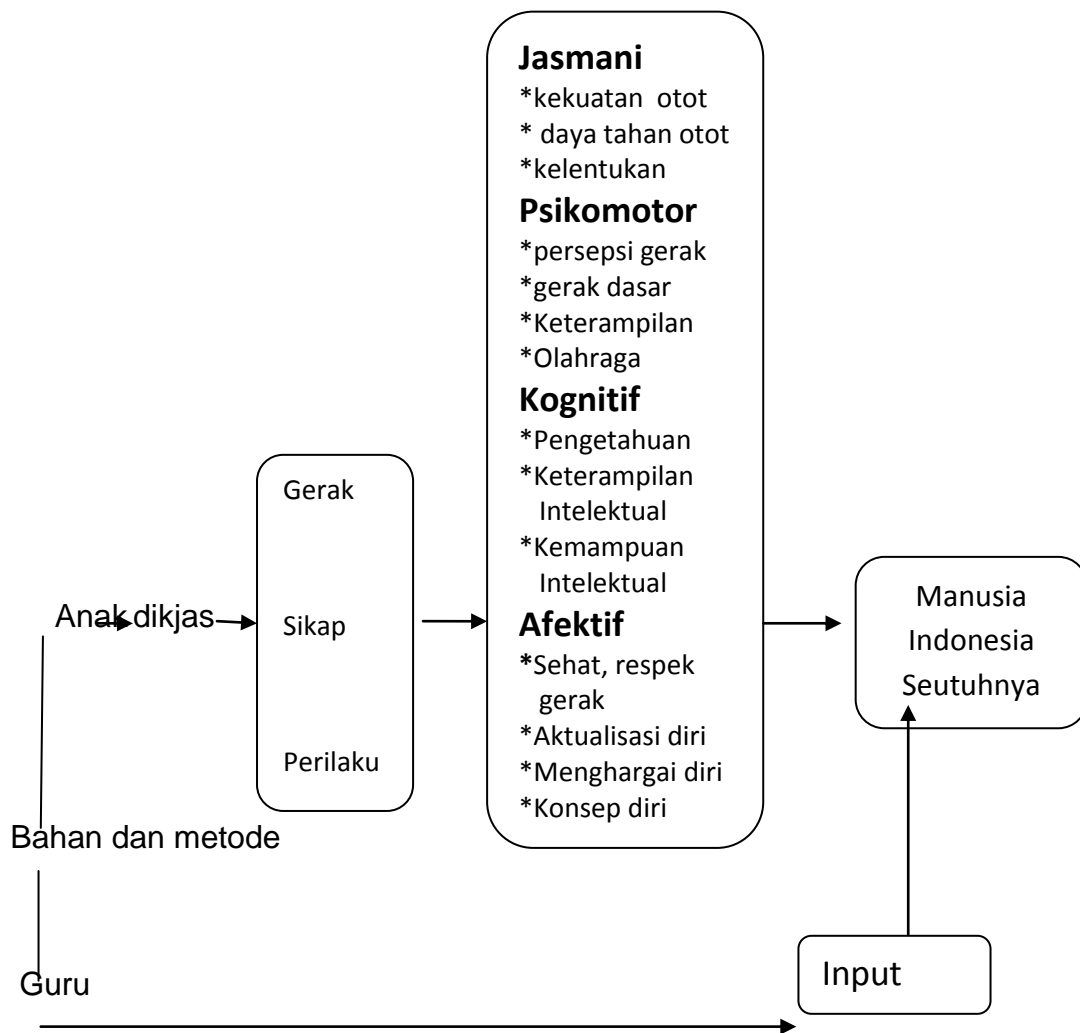
### **A. Kajian Teori**

#### **1. Pengertian Kecerdasan kinestetik**

##### **a. Fungsi Pendidikan Jasmani bagi Anak Usia Dini**

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan usia yang cemerlang, efektif untuk menanamkan nilai-nilai kebaikan dan pembiasaan yang akan mengoptimalkan tumbuh kembangnya hingga kelak ia akan menjadi manusia yang berguna bagi agama, bangsa dan negaranya. Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan dengan memberi rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Salah satu pendidikan yang dibutuhkan bagi anak usia dini adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani sendiri merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, sehingga dapat disimpulkan bahwa obyek dasar teori pendidikan jasmani adalah gerak manusia.



Gambar 1. Model Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa:

- Pendidikan jasmani dapat disebutkan sebagai teori yang berdiri sendiri dan dapat didukung oleh ilmu lain
- Obyek teori pendidikan ialah gerak manusia
- Tujuan pendidikan jasmani membentuk manusia Indonesia seutuhnya.

Kegiatan jasmani di TK, merupakan pengembangan potensi fisik/motorik dan pengembangan seni. Tujuan pendidikan jasmani, Aspek afektif dan kognitif anak, didasarkan oleh rasa senang disaat bermain, mereka akan bergerak, bersikap dan berperilaku secara spontan, alami dan asli sehingga guru harus mampu menilai aktivitas peserta didiknya. Sikap merupakan salah satu gejala afektif yang mudah diketahui dari perilaku seseorang. Sedangkan pengembangan rasa ber-Tuhanpun dapat dilakukan dengan beberapa cara diantaranya: 1. Menciptakan suasana yang mengagungkan Tuhan, 2. Mencermati peristiwa dan gejala yang terjadi, 3, memberi koreksi, bimbingan sanjungan, hukuman dan pengarahan. Aktivitas ini sekaligus juga dapat mengembangkan kemampuan kognitif (intelektual) anak. Karena gerakan anak usia TK lebih terkendali dan terorganisasi dengan pola-pola seperti menegakkan tubuh dalam posisi berdiri, tangan dapat terjungkai dengan santai serta mampu melangkah dengan menggerakkan tungkai dan kaki. Pola-pola tersebut memungkinkan anak untuk memberikan respon dalam berbagai situasi yang mereka hadapi.

Saat ini ketrampilan motorik kasar dan halus sangat pesat perkembangannya. Karena pada umumnya anak usia TK sangat aktif. Mereka memiliki penguasaan terhadap tubuhnya dan sangat menyukai kegiatan yang dilakukan sendiri. Karena otot-otot besar lebih berkembang dari pada kontrol terhadap tangan dan kaki, sehingga mereka belum bisa melakukan kegiatan

yang rumit. Karena masa kecil sering disebut sebagai saat ideal untuk mempelajari keterampilan motorik dengan alasan :

1. tubuh anak lebih lentur ketimbang tubuh orang dewasa sehingga anak lebih mudah menguasai keterampilan motorik.
2. Anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru dipelajarinya, sehingga anak akan mempelajari keterampilan baru dengan lebih mudah.
3. Secara keseluruhan anak lebih berani mencoba pada saat kecil ketimbang setelah besar. Oleh karena itu mereka berani mencoba sesuatu yang baru, sehingga menimbulkan motivasi yang diperlukan untuk belajar.
4. Anak –anak menyukai pengulangan, sehingga mereka bersedia mengulangi tindakan hingga otot terlatih untuk melakukannya secara efektif.
5. Anak memiliki waktu yang lebih banyak untuk mempelajari keterampilan motorik.

Pada masa ini anak sudah memiliki keterampilan dan kemampuan walupun belum sempurna. Usia anak pada masa ini merupakan fase fundamental yang akan menentukan kehidupannya dimasa datang. Untuk itu, kita harus memahami perkembangan anak usia dini khususnya perkembangan fisik dan motorik.

Ketika anak mencapai tahapan usia TK ( 3-6 tahun), terdapat ciri yang sangat berbeda dengan usia bayi, perbedaanya terletak pada penampilan,

proporsi tubuh, berat dan panjang badan serta ketrampilan yang dimiliki. Kalau kita perhatikan, pada anak usia TK telah tampak otot-otot tubuh yang berkembang sehingga memungkinkan mereka melakukan berbagai jenis ketrampilan. Dengan bertambahnya usia perbandingan antara bagian tubuh berubah. Selain itu, letak gravitasi masih berada bagian bawah tubuh sehingga keseimbangan ada pada tungkai bagian bawah.

Anak usia dini sering disebut sebagai saat ideal untuk mempelajari ketrampilan motorik dengan alasan :

- a. Tubuh anak lebih lentur ketimbang tubuh orang dewasa sehingga anak lebih mudah menguasai ketrampilan motorik.
- b. Anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru dipelajarinya, sehingga anak akan mempelajari keterampilan baru dengan lebih mudah.
- c. Secara keseluruhan anak lebih berani mencoba pada saat kecil ketimbang setelah besar. Oleh karena itu mereka berani mencoba sesuatu yang baru, sehingga menimbulkan motivasi yang diperlukan untuk belajar.
- d. Anak-anak menyukai pengulangan, sehingga mereka bersedia mengulangi tindakan hingga otot terlatih untuk melakukannya secara efektif.
- e. Anak memiliki waktu yang lebih banyak untuk mempelajari keterampilan motorik.

Guru harus mengajarkan perkembangan fisik dan motorik kepada anak-anak pada segala usia dan mulai anak sudah bisa mencontoh gerakan-gerakan orang dewasa disekitarnya. Perubahan terjadi secara teratur dalam arah yang relatif dapat diprediksi. Misalnya sebelum seorang anak dapat berjalan, pertama-tama anak belajar mengangkat kepalanya, kemudian duduk tegak, merangkak, berdiri dengan bantuan dan kemudian berdiri tanpa bantuan. Demikian pula dalam belajar menulis, anak-anak belajar membuat tulisan dalam bentuk tulisan cakar ayam atau coretan-coretan. Tulisan cakar ayam merupakan dasar untuk membentuk huruf, kemudian konsonan tunggal yang menggambarkan seluruh kata, kemudian kombinasi huruf yang mengarah pada ejaan, dan akhirnya menjadi huruf-huruf yang setandar.

Kegiatan yang bersifat fisik pada pembelajaran AUD, mempunyai banyak ragam yang dapat dikembangkan sesuai dengan kondisi lapangan serta kompetensi pendidik, dan pada umumnya latihan fisik reguler memberi manfaat, namun pelatihan fisik dengan intensitas, durasi, jenis, dan frekuensi yang tidak tepat dapat menyebabkan terjadinya cedera pada anak-anak yang sedang mengalami pertumbuhan. Prinsip utama dalam pelatihan fisik pada anak adalah merangsang semua sistem organ dengan pelatihan multilateral yang meliputi pelatihan-pelatihan aerobik, anaerobik, kekuatan, power, ketahanan dan keterampilan teknik, yang dilaksanakan secara terpadu dan bertahap dalam segala aspeknya: intensitas, durasi, maupun frekwensinya.

Sebagaimana prinsip pembelajaran anak adalah bermain sambil belajar. Kegiatan fisik dapat dilaksanakan dengan prinsip *Fun and Enjoy*, atau gembira dan santai, dengan prinsip-prinsip pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan anak, misalnya dilaksanakan sebelum pembelajaran, dimasukkan dalam program semester/tahunan ataupun kegiatan insidental dengan perencanaan pelaksanaan yang baik.

Budaya hidup sehat dengan olaharaga tentunya harus menjadi sebuah life style ataupun gaya hidup bagi setiap individu dalam segala usia tidak terkecuali usia dini. Untuk menerapkan budayahidup sehat dengan berolahraga tentunya harus dimulai dari keluarga khususnya orang tua dengan mengajak anak sedini mungkin untuk berolahraga sehingga anak nantinya akan terbiasa melakukan aktivitas jasmani yang dilakukan oleh orang tuanya, karena apabila anak mempunyai gerak yang cukup tentunya perkembangan motoriknya akan menjadi baik dan terhindar dari obesitas dan segala macam penyakit. Pada saat sekarang ini terlihat bahwa partisipasi anak usia dini dalam bidang olahraga semakin besar ini terbukti telah banyak dibukanya club-club olahraga atau sekolah-sekolah sepak bola bagi anak sekolah dasar. dalam institusi pendidikan pun semakin diperhatikan sarana dan prasarana kompetisi olahraga, bahkan sampai dengan kompetisi olahraga usia dini tingkat nasional, keterlibatan atlit-atlit usia dini ini juga tidak terlepas dari keterlibatan orang dewasa sebagai pelatih, Pembina maupun orang tua atlet oleh karena itu



pelatihan olahraga usia dini harus dilakukan secara terus menerus dan terprogram agar dapat terciptanya atlet-atlet usia dini yang potensial, olahraga juga mempunyai peran yang sangat penting bagi anak usia dini khususnya bagi tumbuh dan kembang anak agar menjadi optimal baik dari segi fisik, mental dan emosionalnya.

#### **b. Kecerdasan Kinestetik pada anak**

Aktifitas olahraga bagi anak usia dini merupakan hal yang sangat berperan penting dalam tumbuh kembang nya secara jasmani. Aktivitas fisik yang tepat akan memacu tumbuh kembang anak secara optimal tapi itu bukan berarti anak harus melakukan senam jasmani setiap hari seperti halnya orang dewasa, olahraga bagi anak terutama anak balita tidak harus dalam bentuk gerakan terstruktur, seperti senam jasmani, barai gym, atau bulutangkis. Kegiatan seperti bersepeda, bermain lompat tali dan berlari-larian itu sudah merupakan latihan jasmani bagi anak dan mendukung anak untuk mengeksplorasi gerak agar menjadi lebih baik. Hal ini merangsang perkembangan kecerdasan kinestetik anak.

Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan menyelaraskan pikiran dengan badan sehingga apa yang dikatakan oleh pikiran akan tertuang dalam bentuk gerakan-gerakan badan yang indah, kreatif dan mempunyai makna. (Faruq muhyi, 2007:3).

Seperti kita ketahui bahwa sesungguhnya aktivitas seorang anak sudah dimulai jauh sebelum anak dapat melihat cahaya setiap hari dan tidak akan pernah berhenti. Sejak dalam kandungan, anak berputar, menendang, jungkir balik dan menghisap jari. Ketika baru dilahirkan, dia mengangkat kepalanya, melihat sekelilingnya, menendangkan kakinya, dan menggoyang-goyang tangannya. Semua gerakan pertama anak sangat sederhana dan menggambarkan jenis suatu aktivitas secara keseluruhan dengan sedikit kesadaran kontrol. Hal ini merupakan aktivitas motorik awal dibawah kontrol *subcortex* tetapi pada bulan keempat dalam kehidupannya mereka mulai melakukan yang lebih disengaja yang diperintah oleh *cortex* (otak), (Aisyah dkk, 2007:4). Setelah tumbuh berkembang mereka memerlukan aktivitas gerakan motorik.

Aktivitas gerakan motorik didefinisikan sebagai perintah pada kemahiran pada keterampilan motorik yang memperlihatkan kemajuan dalam kemampuan untuk menggerakkan secara sengaja dan tepat. Keterampilan anak berlangsung dari yang sederhana menuju yang lebih kompleks. Misalnya: anak mengangkat benda relatif yang lebih besar (besar menurut dirinya) dengan seluruh lengannya; kemudian anak berhasil menggunakan gerakan menjepit dengan ibu jari dan telunjuknya untuk mengangkat benda yang sangat kecil (sering anak langsung memasukkannya kedalam mulutnya). Setelah anak dapat mengontrol setiap gerakan secara terpisah pada lengan dan telapak tangannya, tungkai dan

kakinya, anak akan dapat menggunakan semua gerakan ini untuk berjalankemampuan untuk berjalan dan ketelitian dalam mencengkeram merupakan dua dari kemampuan motorik manusia yang nyata dan tidak tampak saat bayi baru lahir.

Berikut ini disampaikan beberapa keterampilan motorik anak usia 3-4 tahun:

- a. Berjalan sendiri dengan baik.
- b. berlari ditempat.
- c. Melompat dengan satu kaki.
- d. memanjat.
- e. Naik turun tangga tanpa berpegangan.
- f. Merangkak dan merayap lurus kedepan.
- g. Senam mengikuti contoh.
- h. Melempar bola.
- i. Mengekspresikan motorik tari dengan irama sederhana.
- j. Membuat jembatan dengan 4-7 balok.
- k. Meremas kertas.
- l. Menggambar lingkaran dan garis silang.
- m. Belajar memakai / membuka pakaian dan sepatu.
- n. Menggambar orang dengan kepala dan badan

Motorik merupakan terjemahan dari kata motor yang artinya dasar mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak (*movement*) adalah

suatu aktivitas yang didasari oleh proses motorik. Proses motorik ini melibatkan sebuah sistem pada gerakan yang terkoordinasi yang (otak, saraf, otot dan rangka) dengan proses mental yang sangat kompleks, yang disebut sebagai proses cipta gerak. Keempat unsur tersebut tidak bisa bekerja secara sendiri-sendiri, tetapi selalu terkoordinasi. Apabila salah satu unsure mengalami gangguan, gerak yang dilakukan oleh anak secara sadar dipengaruhi oleh stimulus dari lingkungannya (informasi verbal atau lisan, gambar dan alat lainnya) yang dapat direspon oleh anak (Depdiknas, 2008:6).

Kemampuan motorik dapat berkembang secara alami tanpa dilatih karena adanya pengaruh pertumbuhan dan kematangan anak. Agar kemampuan motorik anak TK/RA terlatih dibutuhkan pemahaman tentang kesadaran motorik meliputi: panca indera, keseimbangan, ruang, tubuh, waktu dan arah dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. Kesadaran motorik yang berhubungan dengan pancaindera merupakan alat yang digunakan untuk mengenali lingkungan sekeliling anak TK sehingga anak dapat berinteraksi
- b. Kesadaran motorik yang berhubungan dengan keseimbangan adalah kemampuan menjaga berat badan
- c. Kesadaran motorik yang berhubungan dengan ruang merupakan kemampuan memahami ruang eksternal atau sekitar anak TK dan

mengfungsikan motorik melalui ruang tersebut, seperti lingkaran, segitiga, dan segi empat

- d. Kesadaran motorik yang berhubungan dengan tubuh merupakan kemampuan untuk mengetahui dan memahami nam dan fungsi macam-macam bagian tubuh yang melekat pada diri anak TK, seperti kaki,tangan, mata dan telinga
- e. Kesadaran motorik yang berhubungan dengan waktu merupakan kemampuan menduga waktu kedatangan didasarkan pada ciri kecepatan jalannya benda, berat dan jarak benda. Dengan kata lain, waktu merupakan kemampuan individu mengantisipasi suatu benda yang datang kepadanya.
- f. Perubahan keterampilan motorik anak karena factor kematangan jelas tidak dapat dinyatakan sebagai hasil belajar atau latihan. Pemberi latihan yang sistematis dan terprogram secara baik memerlukan pengembangan kemampuan motorik dalam hal ini motorik halus yang menjadi upaya kongkret dalam memfasilitasi peningkatan keterampilan motorik halus anak secara optimal.

Keterampilan motorik sangat berhubungan dengan Kecerdasan Kinestetik. Model Peningkatan Kecerdasan Kinetetik Anak Usia Dini Melalui Olah Raga Permainan merupakan suatu model cara meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini (AUD) melalui olah raga

permainan. Model ini sebagai acuan bagi tenaga pendidik dalam melaksanakan aktivitas peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini melalui olah raga permainan. Langkah–langkah yang dilaksanakan oleh tenaga pendidik dalam peningkatan kecerdasan kinestetik (AUD) adalah:

- a. Memilih permainan sesuai dengan tema yang dipilih,
- b. Mempersiapkan bahan, alat dan sarana yang digunakan sesuai dengan jenis permainan
- c. Menetapkan langkah-langkah pelaksanaan kegiatan yaitu : 1) Tenaga pendidik PAUD menyampaikan tujuan kegiatan olah raga permainan kepada anak usia dini, 2) Meminta anak untuk memilih olah raga permainan yang tersedia baik individu, berpasangan dan beregu, 3) tenaga pendidik menggali pengalaman anak mengenai permainan yang dipilih untuk menghubungkan kegiatan yang akan dilaksanakan, 4) menjelaskan cara-cara melaksanakan kegiatan olahraga permainan, 5) menjelaskan peraturan permainan dan 6) anak didik melaksanakan kegiatan sesuai dengan peraturan yang disepakati.

**c. Ciri-ciri anak memiliki Kecerdasan Kinestetik**

Kecerdasan Kinestetik adalah kecerdasan yang berhubungan dengan anggota tubuh. Ciri-ciri anak dengan potensi kecerdasan ini:

- a. Menggunakan sebagian/seluruh anggota tubuhnya secara aktif untuk mengatakan keinginannya, mengetahui sesuatu untuk berkomunikasi

- b. Lebih cepat menerima informasi jika mereka terlibat dalam kegiatan
- c. Untuk kecerdasan kinestetik sentuhan, jari-jarinya memiliki kemampuan dalam melipat, menggunting, membuat benda-benda kecil (misalnya clay), merajut, melukis/menggambar dengan objek detail, melakukan permainan seperti merakit sesuatu yang ukurannya kecil. Cenderung ingin menyentuh segala sesuatu yang menarik perhatiannya. Dalam bermain musik, ia cenderung memilih alat musik yang dominan menggunakan jari.
- d. Untuk kecerdasan kinestetik gerak badan, ciri-cirinya mereka senang bergerak dan tidak bisa diam dalam satu posisi untuk waktu yang lama, energinya banyak seolah tidak pernah lelah.

Berikut ini Stimulasi untuk potensi anak dengan kecerdasan kinestetik

- a. Beri ia kesempatan untuk menyentuh atau bergerak dengan pengarahannya
- b. Jika ingin menyampaikan sesuatu, gunakan gerakan yang menarik agar anak akan cepat menangkap apa yang dimaksud
- c. Guru yang mengajar juga diharapkan dapat menggunakan gerakan-gerakan sehingga pelajaran menjadi menarik bagi anak-anak kinestetik
- d. Dilibatkan dalam berbagai macam kegiatan, misalnya mencuci mobil bersama, memasak bersama, pergi ke pasar, berolahraga, membersihkan rumah, ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang membutuhkan gerakan

- e. Olah raga dan permainan akrobat atau sulap juga sangat menarik bagi anak-anak kinestetik
- f. Sediakan cukup banyak buku-buku tentang kerajinan tangan hasta karya, kreativitas dan penciptaan tentang olah raga, dll
- g. Contoh karier yang memanfaatkan kecerdasan kinestetik antara lain atlet, penari, tukang kayu/las, ahli bedah, dokter gigi, guru olah raga, koreografer, pekerja konstruksi, mekanik, dll

Dalam penelitian ini penulis memilih kelas Badar yang usia anaknya antara 4 sampai 5 tahun. Adapun ciri perkembangan anak usia 4-5 tahun adalah:

- a. Pertambahan berat dan tinggi badan makin pesat
- b. Otot lengan dan kaki lebih kuat
- c. Kemampuan koordinasi konsentrasi semakin berkembang
- d. Mulai dapat menyelesaikan suatu pekerjaan
- e. Masih sangat aktif
- f. Pola makan dan tidur lebih teratur
- g. Ingin menguasai
- h. Makin suka menyerang
- i. Senang bermain bersama teman, tetapi diri sendiri masih menjadi fokus
- j. Bicara sudah sangat jelas dan mampu menyusun kalimat yang lebih kompleks
- k. Mampu bercerita



- l. Suka menggunakan kata-kata yang baru didengarnya
- m. Suka lamban dan menunda-nunda pekerjaan
- n. Banyak bertanya
- o. Ingin mandiri
- p. Mulai mampu memecahkan masalah dalam bergaul dengan lebih baik
- q. Lebih suka bermain dengan sesama jenis
- r. Memahami kaitan antara aturan dan perilaku
- s. Dapat menginterpretasi, memprediksi, dan mempengaruhi reaksi emosi orang lain.

## **2. Pengertian Senam Ceria**

### **a. Pengertian Senam**

Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *Gymnastics* atau Belanda *Gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani *gymnos* yang berarti telanjang. Menurut Hidayat (1995:2) kata *gymnastiek* tersebut dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal tersebut bisa terjadi karena pada masa itu teknologi belum mampu membuat badan yang bersifat lentur mengikuti gerak pemakainya.

Dalam bahasa Yunani *gymnastics* diturunkan dari kata *gymnazien*, yang artinya berlatih atau melatih diri. Tujuan latihan pada waktu untuk meningkatkan keindahan dan kecantikan, kekuatan, serta efisiensi gerak. Pada jaman itu pula berkembang menjadi senam medis, massage dan kebugaran. Pada jaman Romawi sejenis kegiatan senam juga dilakukan tujuannya untuk mendukung kegiatan fisik khususnya untuk militer. Kegiatan senam pada saat itu untuk meningkatkan kekuatan, keberanian, sebagai pejuang yang tangguh.

Menurut Hidayat (1995:1) senam didefinisikan sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual. Penelitian lain dikemukakan oleh Werner dalam Hidayat (1995:2) yang menyebutkan bahwa senam adalah bentuk latihan tubuh pada lantai dan pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh.

Maksudnya adalah jika suatu kegiatan fisik mengandung salah satu atau gabungan dari ketiga unsur di atas, kegiatan itu bisa dikelompokkan sebagai senam. *Calisthenic* berasal dari bahasa Yunani (*Greka*), yaitu *Calos* artinya indah dan *Stenos* artinya kekuatan. Dengan kata lain *calisthenic* bisa diartikan memperindah tubuh melalui latihan kekuatan.

Maksud kalimat di atas adalah suatu latihan tubuh (baik memakai alat atau tanpa alat) untuk meningkatkan keindahan tubuh. Tumbling adalah gerakan yang cepat dan *eksplosif* dan merupakan gerak pada umumnya dirangkaikan pada satu garis lurus. Sedangkan akrobatik diartikan sebagai ketrampilan yang pada umumnya menonjolkan fleksibilitas dan keseimbangan.

#### b. Ragam gerakan dasar

Gerakan adalah sesuatu yang berkesinambungan yang mengalir dari suatu gerak tertentu ke gerak lainnya. Gerakan juga merupakan suatu kesatuan yang mempunyai alur yang indah yang meliputi gerakan seluruh tubuh, gerakan beberapa bagian tubuh atau yang berkaitan dengan orang ataupun obyek lainnya.

Aspek kualitatif dari gerakan yang ditampilkan oleh anak, menurut Laban tergantung pada usaha, yaitu bagaimana seseorang mengkombinasikan penggunaan berbagai unsur / faktor tersebut ( waktu, beban, ruang dan alur ). Oleh karena itu, ide atau tema gerakan sangatlah esensial, artinya didalam mengajarkan gerakan pada anak, seorang memunculkan ( mempunyai ide atau gagasan) berupa gerakan apa saja yang akan dimunculkan dan bagaimana caranya misalkan atarian, senam

atau melalui berbagai permainan yang disesuaikan dengan karakteristik anak didik.

Gerakan-gerakan dasar atau keterampilan motorik kasar tersebut harus dilatihkan pada anak TK sampai mereka benar-benar menguasai. Untuk mencapai tujuan tersebut guru tidak dapat menyuruh anak melakukan sendiri tanpa diberi contoh lebih dahulu. Artinya anak tidak bisa hanya diberi komando/ instruksi saja sedang guru tidak berbuat apa-apa. Ketiga gerakan dasar perlu digabungkan ketika anak-anak mulai aktif bermain. Anak-anak diberi kesempatan mengembangkan gerakan-gerakan motoriknya agar anak-anak mampu mengenal dirinya sendiri, timbul kepercayaan dirinya dan merasa diterima dilingkungannya.

Prinsip-prinsip pelaksanaan kegiatan fisik motorik di TK meliputi :

- a. Kegiatan dalam bentuk permainan
- b. Menciptakan suasana gembira dan menyenangkan
- c. Gerakannya bervariasi
- d. Dilakukan tiap hari, baik secara formal maupun diselipkan diantara kegiatan yang direncanakan
- e. Berencana dan bertahap
- f. Diatur sesuai dengan kebutuhan anak untuk bermain dan bergerak

Disamping prinsip pelaksanaan tersebut diatas agar tujuan pembelajaran tercapai perlu juga didukung dengan sarana dan prasarana

yang memadai, situasi lingkungan belajar yang aman dan menyenangkan, tenaga guru yang memiliki kemampuan/ kompetensi membimbing anak usia dini dan peran serta orang tua dan masyarakat.

Berdasarkan keterampilan koordinansi motorik kasar tersebut diatas, maka anak usia TK sudah dapat melakukan berbagai aktivitas sebagai berikut :

- a. Mengendarai sepeda roda dua dan roda tiga
- b. Berlalri dan berhenti, berlari dengan sempurna
- c. Menaiki dan memanjat tangga gimnastik
- d. Melompat dan meloncat
- e. Berdiri dengan satu kaki ( keseimbangan)
- f. Dapat mengikuti irama musik
- g. Dapat menendang bola, melempar bola, dst

Pengembangan gerak dasar adalah proses di mana anak memperoleh gerak dasar yang senantiasa berkembang berdasarkan:

1. Proses pengembangan syaraf dan otot yang juga dipengaruhi oleh keturunan
2. Akibat dari pengalaman gerak sebelumnya
3. Pengalaman gerak saat ini
4. Gerak yang digambarkan dalam kaitan dengan pola gerak tertentu.

Pola gerak dasar adalah bentuk gerakan-gerakan sederhana yang bisa dibagi ke dalam 3 bentuk gerak sebagai berikut:

1. Gerak lokomotor (gerakan berpindah tempat) di mana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat, misal jalan, lari, dan loncat
2. Gerak non-lokomotor (gerakan tidak berpindah tempat) di mana sebagian anggota tubuh tertentu saja yang digerakkan namun tidak berpindah tempat, misalnya mendorong, menarik, menekur, memutar (Sujiono dkk:5.3)

Ragam gerak dasar lainnya adalah:

1. **Berbaring**. Anak-anak TK perlu diperkenalkan dengan ragam sikap berbaring, adapun variasi gerakannya dapat berupa berbaring telentang, berbaring telungkup, berbaring miring ke kanan/kiri.
2. **Berjalan**, adalah suatu dilakukan gerakan melangkah ke segala arah yang tidak mengenal usia, namun gerakan yang tidak diperhatikan pada masa usia dini dikhawatirkan akan terjadi kalainan dalam berjalan dikemudian hari, oleh karenanya aktivitas ini perlu disosialisasikan sejak kecil dengan cara bermain, baik dalam kelompok besar maupun dalam kelompok kecil. Pada pertumbuhan gerak selanjutnya terjadi perubahan proporsi bagian-bagian tubuh dimana kaki dan tangan semakin seimbang, yang akan memungkinkan anak melakukan gerakan yang lebih terampil

dan gesit dan lambat laun anak akan mampu melakukan gerak berjalan dengan lebih lancer dan bergerak lebih cepat.

Berjalan dapat diartikan sebagai perpindahan berat badan dari satu kaki ke kaki yang lain dengan salah satu kaki tetap kontak dengan tempat bertumpunya sepanjang kegiatan itu berlangsung. Masing-masing tungkai akan bergerak bergantian antara fase bertumpu dan fase mengayun. Tumit akan menyentuh lantai terlebih dahulu pada saat tungkai belakang mendorong, perpindahan berat badan ke tungkai depan. Badan dicondongkan ke depan setelah kaki depan menyentuh lantai.

Perkembangan kemampuan gerak berjalan berhubungan dengan peningkatan kekuatan kaki, keseimbangan dan koordinasi bagian tubuh yang mendukung mekanisme keseimbangan. Kekuatan kaki diperlukan untuk mendukung beban berat tubuh, dan keseimbangan diperlukan untuk menjaga agar tubuh tidak roboh, untuk menjaga keseimbangan pada saat memindahkan titik berat badan ke kaki depan yang malangkah, maka koordinasi antara kaki dengan anggota tubuh bagian atas, terutama tangan sangat diperlukan. Kesemua aspek tersebut sangat menunjang kemampuan anak dalam melakukan berbagai variasi gerakan berjalan.

Menurut Sumantri (2007:73) pola perkembangan penguasaan berjalan adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan gerakan berjalan yang mula-mula tertatih-tatih dan kurang terkontrol menjadi semakin lancar dan terkontrol dengan baik
2. Irama gerakan yang cepat seperti terhuyung-huyung, berkembang menjadi bisa dilakukan sesuai dengan irama yang dikendalikan, dengan kata lain bisa melakukan dengan irama lambat dan juga cepat
3. Bentuk gerakan kaki mula-mula menapak dengan telapak kaki dengan tumit dan titik tumpuk bergeser ke arah telapak kaki bagian depan, kedua kaki melangkah tidak mengangkang dan bisa mendekati garis lurus, sudut kedua telapak kaki menyempit
4. Ayunan langkah menjadi semakin otomatis yaitu bahwa di dalam melangkah tidak terlalu menyita perhatian pada gerakan langkah yang sedang dilakukan.

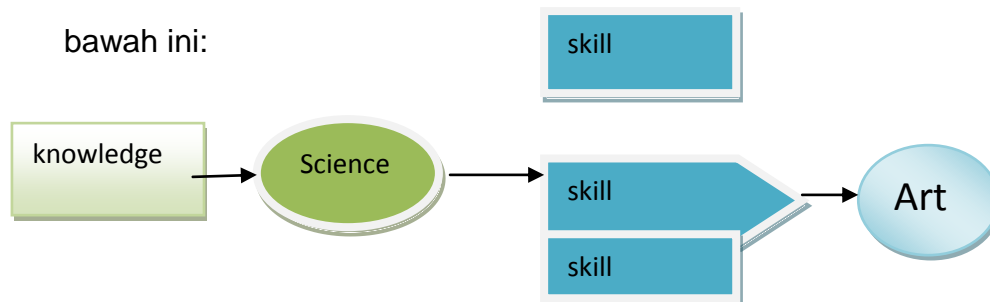
Perkembangan kemampuan gerak berjalan dengan peningkatan kekuatan kaki, keseimbangan, dan koordinasi bagian-bagian tubuh yang mendukung mekanisme keseimbangan. Kekuatan kaki diperlukan untuk mendukung beban gerak tubuh, keseimbangan diperlukan untuk menjaga tubuh tidak roboh. Untuk menjaga keseimbangan pada saat memindahkan titik berat badan ke kaki depan yang melangkah, koordinasi antar kaki dengan



c. Pengertian Senam Ceria

Seni merupakan hasil cipta karya manusia yang kemudian dikembangkan dan didukung dengan beberapa latihan sehingga menjadi bagian dari profesionalisme yang akhirnya menyatu dalam kehidupannya. Namun gerak dan irama juga merupakan ilmu (science) karena disusun secara sistematis, terarah dan berguna bagi kepentingan diri seseorang dan masyarakat yang menggeluti secara mendalam isi yang terkandung dalam gerak dan irama. Gerak sebagai seni (art) disebabkan karena ilmu yang terkandung dalam gerak irama, antara lain pola-gerak manusia atau body movement salah satu isi dari gerak irama yang perlu dipelajari merupakan bentuk gabungan antara alur gerak dan simfoni irama dari tubuh, sebagai kemampuan yang telah dibawa sejak lahir.

Untuk memperjelas uraian di atas, dapat dilihat dalam gambar di bawah ini:



Gambar 2. Alur gerak dan irama sebagai *science* kearah seni (*art*)<sup>1</sup>

---

Kita menyadari bahwa ilmu itu kita peroleh dari perjalanan yang panjang, yang kemudian tersimpan dalam memori benak kita dan akhirnya menjadi sebuah **“alat” untuk memandang dan memahami hal-hal yang baru diperolehnya dalam menghadapi kehidupan.** Ini dikatakan kwoledge (pengetahuan dasar) seseorang untuk mempelajari berbagai ilmu atau pengetahuan lain (science). Ilmu gerak dan irama memerlukan latihan-latihan khusus agar dapat menjadi bentuk tersendiri dalam “benak- pikiran” seorang guru dan menjadi wahana bagi dirinya saat merancang program pembelajaran yang dapat menjembatani kebutuhan setiap peserta didiknya.

Dapat pula dikatakan bahwa ilmu gerak irama ini juga dapat dipakai sebagai wahana bagi guru kelas dalam upaya menjembatani kesulitan-kesulitan peserta didik dan penguasaan materi pembelajaran melalui kegiatan-kegiatan kreatif berkaitan dengan pola gerak dan olah tubuh secara alami. Oleh karena ilmu gerak dan irama merupakan:

- a. Alat bagi perkembangan fisik dan gerak peserta didik yang mempunyai kesulitan gerak, emosi atau daya nalar
- b. Alat yang dapat dipakai sebagai “pelicin” saat pembelajaran mengalami “jalan buntu”
- c. Ilmu gerak irama meyajikan berbagai bentuk kegiatan yang dapat “menyatu “ secara sistematis dalam seluruh kegiatan pembelajaran.

d. Merupakan alat belajar yang mampu mengembangkan potensi kemampuan, membebaskan kesulitan peserta didik, mengabstraksikan serta membentuk pengalaman-pengalaman baru atau wawasan diri yang bersifat positif setiap peserta didik.

Sedangkan alasan utama gerak-irama digunakan sebagai wahana salah satu pendekatan pembelajaran di sekolah, adalah berdasarkan tujuan utama munculnya gerak-irama, bahwa ilmu ini dapat mengupayakan mengembangkan potensi dirinya secara bulat dan utuh dengan alasan:

- a. Gerak-irama sudah dilakukan sejak anak dilahirkan
- b. Gerak-irama merupakan media interaksi social (disesuaikan dengan usia)
- c. Gerakan berirama dapat dimunculkan karena faktor-faktor emosi pribadi seseorang
- d. Gerakan-gerakan berirama akan dapat terjadi oleh faktor-faktor interaksi sosial
- e. Gerak-irama melalui perkembangan sesuai kurun waktu yang dimiliki oleh seseorang sangat diperlukan bagi perkembangan daya nalar atau intelektual.

Suara berirama yang digunakan untuk merangsang keinginan anak agar mau bergerak, harus berkualitas baik dan sesuai dengan gerakan

anak yang kita inginkan. Sebagian besar keberhasilan program gerakan berirama tergantung pada efektivitas suara dalam menarik minat dan membuat anak senang. Sumber-sumber suara yang dapat digunakan sebagai latar bunyi gerakan berirama adalah sebagai berikut:

1. Drum untuk tarian. Drum yang sudah ada akan menghasilkan suara berbeda jika menggunakan alat pukul yang berbeda. Drum sangat efektif dalam menghasilkan suara yang berbeda juga. Drum sangat efektif untuk membuat anak mau bergerak. Katakan saja: “ anak-anak...drum ini akan mengatakan sesuatu kepada kalian dan kalian harus mengikutinya”. Selanjutnya kita dapat memukul drum dengan irama tertentu dimulai dari irama yang paling sederhana, sementara anak-anak kita minta mengikuti irama, misalnya dengan hentakan kaki, tepuktangan, anggukan kepala, dsb.

2. Tape recorder atau cd player.

Kita dapat menggunakan tape recorder bisa atau cd player untuk memutar kaset atau CD yang berisi music maupun perintah ataupun aba-aba, dan guru harus memberi contoh terlebih dahulu gerakan-gerakan yang harus dilakukan oleh anak.

3. Gitar, alat musik dengan cara dipetik. Alat ini sudah terbiasa didengar dan dilihat oleh peserta didik

4. Band. Alat musik yang mempunyai suara yang lengkap yang kepemilikan alat ini masih sulit, karena disamping harganya mahal alat musik ini lebih sesuai untuk dimainkan oleh anak usia remaja dan dewasa

5. Lagu, puisi dan bentuk vocal lain

Anak-anak dapat mengekspresikan dirinya pada sebuah puisi yang dibacakan dengan berirama di luar kepala. Demikian juga dengan lagu yang dilantunkan sendiri oleh anak-anak yang berisi syair tentang suatu perbuatan, misalnya mencangkul, menanam padi, dsb.

Senam Ceria juga menggunakan music. Irama atau ritme berasal dari bahasa belanda yang mengandung arti gerak musik yang berjalan secara teratur sehingga musik tersebut enak di dengar dan dirasakan. Setiap lagu mempunyai irama, cepat, lambat dan sedang.

Dalam Penelitian ini digunakan Senam ceria tipe senam ritmik sportif. Adapun salah satu Lirik Lagu Senam Sehat Ceria Anak Indonesia adalah :

*HEY HEY!! 2x*

*HEY HEY!!*

*UUUU AAAAA!!!*

*UUUU AAAAA!!!*

*Bangun pagi-pagi kawanku.....Bangunkan badanmu berolahraga.*

*Ayunkan tanganmu kawanku. Juga kakimu mengikuti irama.*

*Ayun tangan ke kiri, ayun lagi ke kanan.*

*Langkah kakimu, maju. Sekarang mundur kembali.....*

*Bangun pagi-pagi kawanku.....Bangunkan badanmu berolahraga.*

*Ayunkan tanganmu kawanku. Juga kakimu mengikuti irama.*

*Bangun pagi-pagi kawanku.....Bangunkan badanmu berolahraga.*

*Ayunkan tanganmu kawanku. Juga kakimu mengikuti irama.*

*Ayun tangan ke kiri, ayun lagi ke kanan.*

*Langkah kakimu, maju. Sekarang mundur kembali.....*

*Bangun pagi-pagi kawanku.....Bangunkan badanmu berolahraga.*

*Bangun pagi-pagi kawanku.....Berolahraga badan sehat selalu*

*HEY HEY!! 2x*

*HEY HEY!!*

*UUUU AAAAA!!!*

*UUUU AAAAA!!!2x*

*Aku punya sepeda baru, hadiah dari ayah dan ibu*

*Tiap sore berputar-putar, bersama-sama.*

Sumber: <http://putripamulani.blogspot.com/> diunduh Maret 2014

Gerakan fisik anak seperti berpindah tempat satu ketempat yang lain, dapat menangkap dan memainkan suatu objek serta bermain-main dengan teman sebaya adalah kesempatan melakukan aktivitas yang sangat menentukan perkembangan pola gerak selanjutnya.

Gerakan-gerakan dasar merupakan gerak pengulangan yang dilakukan terus-menerus dari kebiasaan serta menjadikannya sebagai dasar dari pengalaman dan lingkungan mereka. Pengembangan gerak

dasar adalah merupakan suatu proses untuk memperoleh gerak yang senantiasa berkembang berdasarkan:

1. Proses pengembangan syaraf dan otot yang juga dipengaruhi oleh keturunan;
2. Akibat dari pengalaman gerak sebelumnya;
3. Pengalaman gerak saat ini;
4. Gerak yang digambarkan dalam kaitannya dengan pola gerak tertentu.

Pada anak usia TK, perkembangan gerak yang terjadi adalah berupa peningkatan kualitas pola gerak yang telah dikuasai pada masa bayi, serta peningkatan variasi berbagai macam pola gerak dasar. Kemampuan berjalan dan memegang akan semakin baik dan dapat dilakukan dengan berbagai macam variasi gerakan.

Peningkatan kemampuan gerak terjadi seiring dengan meningkatnya kemampuan koordinasi mata, tangan dan kaki, dan akan lebih optimal apabila anak memiliki kesempatan cukup besar untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk-bentuk gerakan yang melibatkan keseluruhan bagian anggota-anggota tubuh itu. Sebelum usia sekolah dasar, anak sudah dapat mengendalikan gerakan yang kasar yang dirangsang oleh gerakan senam ceria.

## **B. Acuan Teori Rancangan Alternatif Intervensi Tindakan Yang Dipilih**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode PTK yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru bersama dengan orang lain (kolaborasi) dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu dalam upaya perbaikan terhadap kegiatan belajar mengajar dikelas berdasarkan permasalahan yang di temui di dalam kelas.

## **C. Hasil penelitian yang relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Yusvarita dengan mengambil judul meningkatkan kecerdasan kinestetik anak melalui tari ke sawah di taman kanak-kanak toyibah talawi menunjukkan peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini

## **D. Kerangka berfikir**

Dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik melalui senam ceria diperlukan langkah-langkah dalam mengajarkan pada anak, pertama-tama guru mengajak anak baris di halaman sambil mempersiapkan kaset/CD senam ceria, dalam mengajarkan senam ceria satu guru berdiri di depan anak yang baris, agar kecerdasan kinestetik dapat maksimal dilaksanakan guru pertama-tama memberi contoh gerakan senam pada anak setelah itu anak dapat menggerakkan badan dengan bebas dan lentur, anak diarahkan agar senam sesuai dengan irama musik yang di dengar, dan diharapkan anak mampu mengekspresikan dirinya.



### **E. Hipotesis penelitian**

Diharapkan penelitian ini adanya peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak dengan diterapkannya metode senam ceria.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

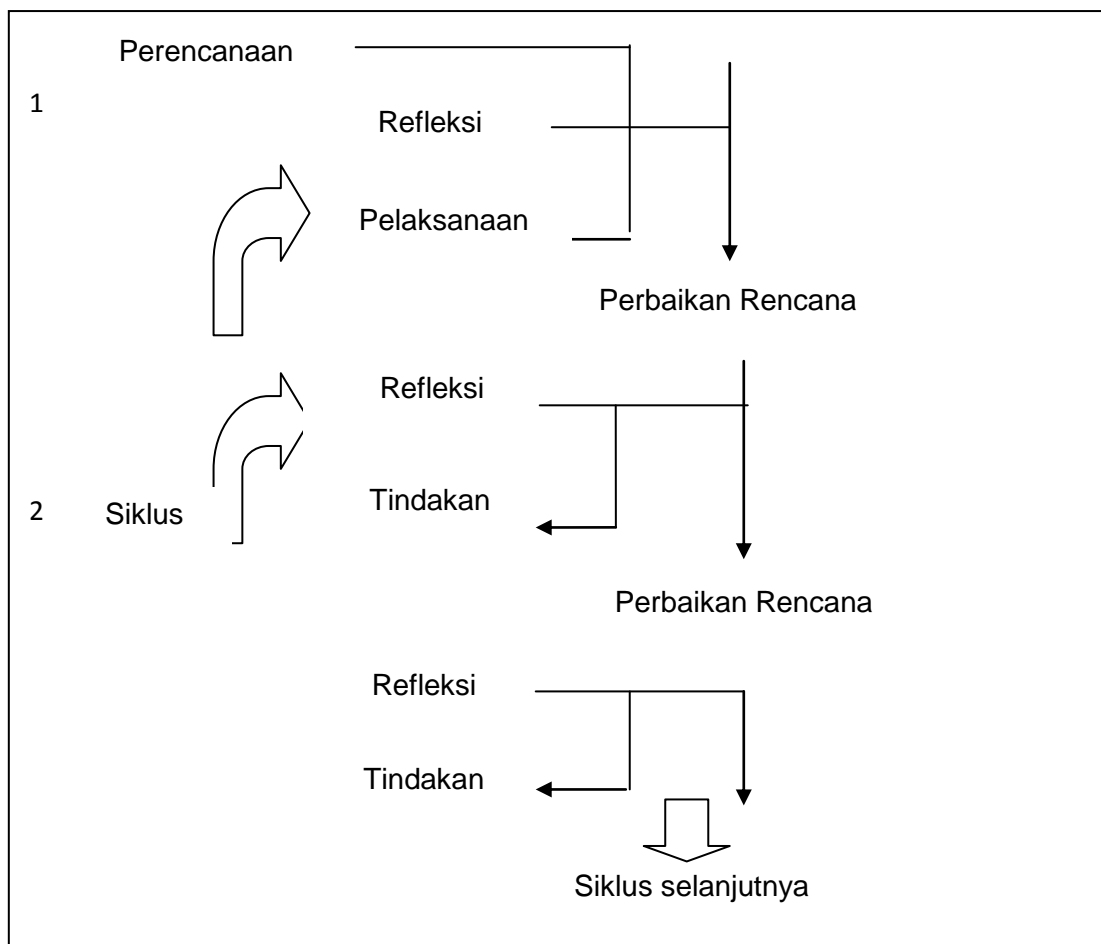
Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (*Action Research Classroom*), menurut Hopkins dalam Wiriatmadja (2005:11) metode Penelitian Tindakan Kelas yaitu: Penelitian yang mengkombinasikan prosedur penelitian dengan tindakan substansitif, suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin inkuiri, atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang sedang terjadi, sambil terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan.

Metode Penelitian Tindakan Kelas (*Action Research Classroom*) yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Collaborative Action Research*. Sebagaimana Arikunto (2006: 17) menyatakan bahwa dalam penelitian kolaborasi, pihak yang melakukan tindakan adalah guru itu sendiri, sedangkan yang diminta melakukan pengamatan terhadap berlangsungnya proses tindakan adalah peneliti, bukan guru yang sedang melakukan tindakan. Kolaborasi juga dapat dilakukan oleh dua orang guru, yang dengan cara bergantian mengamati. Ketika sedang mengajar, dia adalah seorang guru, ketika sedang mengamati, dia adalah seorang peneliti. Metode ini digunakan berdasarkan pada munculnya suatu permasalahan yang dirasakan oleh guru di kelas Badarm mengenai kurangnya kemampuan kinestetik anak yang ditunjukkan dengan perilaku anak yang terlihat tidak sempurna dalam melakukan senam

ceria. Ada beberapa anak yang mengalami kesulitan melakukan gerakan dan beberapa anak yang lainnya kelihatankaku dalam melakukan senam ceria.

Oleh karena itu, untuk memecahkan permasalahan yang sedang terjadi, peneliti dan guru akan berkolaborasi dengan sesama guru sentra menerapkan senam ceria yang dianggap tepat untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini

Adapun siklus tindakan yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1. Alur PTK Model Kurt Lewin

Model Kurt Lewin terdiri dari empat tahap yaitu : Perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.

1. Perencanaan

Dalam tahapan perencanaan ini ada beberapa kegiatan yang akan dilakukan menyusun Rencana pembelajaran atau Rencana Kegiatan Harian (RKH) yang dibuat guru mengidentifikasi pembiasaan perilaku yang akan dimunculkan melalui proses belajar hari itu.

2. Pelaksanaan tindakan,

Dalam melaksanakan tindakan penelitian ini melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan apa yang telah disiapkan dalam perencanaan.

3. Pengamatan(observasi)

Pada tahap ini dilakukan observasi pada saat proses pembelajaran, dan semua hal yang terjadi pada saat proses pembelajaran ditulis dalam bentuk catatan lapangan.

4. Melakukan Refleksi.

Refleksi dilakukan berdasarkan analisis hasil observasi dan catatan lapangan, dan dilakukan diskusi dengan teman sejawat untuk mengetahui mana yang belum tercapai pada siklus ini, selanjutnya dapat direkomendasikan pada penelitian selanjutnya.

Pelaksanaan tindakan dimulai dengan mempersiapkan rencana pembelajaran dan skenario tindakan termasuk bahan pelajaran dan tugas-

tugas, menyiapkan alat pendukung/sarana lain yang diperlukan, mempersiapkan cara merekam dan menganalisis data, serta melakukan simulasi pelaksanaan jika diperlukan.

## B. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian Tindakan kelas ini dilaksanakan di kelompok B kelas BadarRaudhatul Athfal Rabbi Radhiyya kecamatan Curup, pada bulan April sampai Juni tahun ajaran 20013/2014

Tabel 1.1  
Pembagian siklus PTK  
Kelompok B kelas Badar RA Rabbi Radhiyya

Siklus ke	Tema/Sub tema	Minggu	Tanggal Pelaksanaan
1	Air, udara dan api/ manfaat air, Udara, Api	10	7 April 2014 14 April 2014 21 April 2014
2	Air, Udara, Api/ Adab menggunakan air	11	4 Mei 2014 11 Mei 2014 17 Mei 2013

## C. Subyek / Partisipan Dalam Penelitian

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian tindakan kelas, sehingga hasil dari penelitian ini hanya dapat berlaku dalam kelas yang disajikan. Menurut Arikunto (2006:19) "penelitian tindakan kelas ini mempunyai pengertian kegiatan mengamati sesuatu dengan metode dengan menunjukkan suatu gerakan

kegiatan yang sengaja dilakukan dan yang dikenakan tindakan ini adalah suatu kelas, dan kelas disini adalah suatu kelompok peserta didik yang belajar”.

Dalam penelitian ini subyek penelitian adalah siswa kelompok B kelas Badar di Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya kecamatan Curup. Jumlah anak di kelas ini adalah **20 orang** yang semuanya anak putra. Peneliti mengambil kelas ini sebagai sampel karena masih ada anak belum bisa melakukan gerakan secara teratur dengan baik .

#### **D. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian tindakan kelas ini dilakukan persiklus, dimana siklus akan diberhentikan apabila kecerdasan kinestetik anak meningkat, prosedur siklus akan dijelaskan sebagai berikut:

##### **1. Tahap perencanaan**

Dalam tahapan perencanaan ini ada beberapa kegiatan yang akan dilakukan menyusun Rencana pembelajaran pembelajaran atau Rencana Kegiatan Harian (RKH) yang dibuat guru mengidentifikasi pembiasaan perilaku yang akan dimunculkan melalui proses belajar hari itu. Guru melakukan perencanaan tertulis yang meliputi penyusunan rencana kegiatan harian (RKH), mengadakan penilaian dan evaluasi.

##### **2. Tahap pelaksanaan**

Dalam melaksanakan tindakan penelitian ini melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan apa yang telah disiapkan dalam perencanaan semua yang sudah disusun dalam RKH. Yaitu sebagai berikut:

a. Pembukaan

- 1) Baris di halaman, ikrar santri
- 2) Do`a

b. Kegiatan awal:

- 1) masuk kelas, mengucapkan salam
- 2) tanya jawab berhubungan dengan tema
- 3) menyanyi lagu anak-anak

c. kegiatan inti

- 1) menjelaskan tugas-tugas yang akan dikerjakan hari itu
- 2) Anak melaksanakan tugas sesuai petunjuk guru

d. Istirahat / makan

- 1) bermain didalam / luar kelas dengan pengawasan guru
- 2) Cuci tangan, berdo`a dan makan

e. Kegiatan akhir

- 1) Evaluasi kegiatan hari ini
- 2) Pesan guru, dan informasi kegiatan esok hari
- 3) Berdo`a, salam, dan pulang

### 3. Tahap Observasi dan Evaluasi

Guru selain memberikan pembelajaran juga melakukan observasi dan evaluasi, observasi dilakukan untuk mengamati segala aktivitas atau tingkah laku anak selama anak di kelas. Pada tahap ini dilakukan observasi pada saat proses pembelajaran, dan semua hal yang terjadi pada saat proses pembelajaran ditulis dalam bentuk catatan lapangan (*Field Note*).

Selain observasi guru juga harus melakukan evaluasi untuk mengetahui ketercapaian tujuan pembelajaran, sebagai dasar untuk memberikan nilai atau tingkat keberhasilan belajar anak, sebagai alat untuk mendiagnosis atau memprediksi kesulitan belajar anak, juga sebagai umpan balik bagi guru untuk mengembangkan dan memperbaiki program pembelajaran.

### 4. Tahap Refleksi

Guru melakukan refleksi dengan melihat hasil evaluasi. Jika pada siklus I masih terdapat kekurangan maka dilakukan perbaikan pada siklus II. Selain itu guru juga harus melakukan modifikasi Rencana perbaikan untuk meningkatkan pembelajaran yang akan datang. Berdasarkan pengamatan dan evaluasi akan ditentukan solusi pemecahan yaitu untuk meningkatkan pembelajaran.



Refleksi dilakukan berdasarkan analisis hasil observasi dan catatan lapangan, dan dilakukan diskusi dengan teman sejawat untuk mengetahui mana yang belum tercapai pada siklus ini, selanjutnya dapat direkomendasikan pada penelitian selanjutnya.

Pelaksanaan tindakan dimulai dengan mempersiapkan rencana pembelajaran dan skenario tindakan termasuk bahan pelajaran dan tugas-tugas, menyiapkan alat pendukung/sarana lain yang diperlukan, mempersiapkan cara merekam dan menganalisis data, serta melakukan simulasi pelaksanaan jika diperlukan.

Peneliti akan melakukan analisis secara mendalam mengenai hasil pelaksanaan tindakan untuk kemudian dibuat kesimpulan mengenai peningkatan kecerdasan kinestetik melalui gerakan senam ceria di Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya.

#### **E. Instrumen-Instrumen Pengumpulan data**

Instrumen dalam penelitian ini adalah peneliti itu sendiri (Sugiono, 2007: 222). Peneliti akan menjadi alat dalam melakukan penelitian ini sehingga peneliti juga harus memahami materi yang akan diteliti yaitu peningkatan kecerdasan kinestetik melalui gerakan senam ceria.

Dalam penelitian ini dibutuhkan suatu alat ukur yang akan membantu peneliti dalam mengumpulkan data mengenai peningkatan kecerdasan

kinestetik melalui gerakan senam ceria. Untuk itu maka peneliti membuat pedoman wawancara dan kisi-kisi instrumen yang akan diturunkan menjadi sebuah daftar ceklis. Secara lebih jelas akan diuraikan dibawah ini:

Tabel 1.2  
Instrumen pengumpulan data Senam Ceria

No	Aspek yang ingin dicapai
1	Peranan gerakan senam ceria terhadap kecerdasan kinestetik anak.
2	Dampak gerakan senam ceria ini terhadap guru yang mengajarkan pada anak.
3	Peningkatan kecerdasan kinestetik setelah diterapkan penggunaan senam ceria
4	Kesulitan yang dihadapi pada senam ceria untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik ini.
5	Kelebihan yang diperoleh dari penerapan gerakan senam ceria untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada

Tabel 1.3  
Kecerdasan kinestetik

No	Aspek kecerdasan kinestetik
1	Dapat menggerakkan badan dengan lentur
2	Mengikuti gerakan sesuai irama musik
3	Kemampuan mengekspresikan diri
4	Senam mengikuti contoh

## F. Tehnik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik pengumpulan data dengan

## G. Tehnik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif karena dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan berbagai data yang ditulis dalam bentuk deskripsi atau laporan yang berupa kata-kata dari berbagai kejadian-kejadian yang terjadi selama penelitian berlangsung. Penelitian kualitatif mempunyai tujuan untuk menggambarkan dan mengungkapkan serta menggambarkan dan menjelaskan suatu masalah yang terjadi. Ungkapan di atas sesuai dengan pernyataan Syaodah (2007: 60)

“...bahwa penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok.”

Teknik analisis data yang akan digunakan adalah deskriptif kualitatif, dalam Sugiono (2007: 246) ada tiga tahap menganalisis data yaitu: data reduction (reduksi data), data display (penyajian data), dan conclusion drawing (penarikan kesimpulan).

Rumus presentase yang digunakan adalah:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

F = nilai yang dicapai anak

N = Jumlah anak keseluruhan

100% = Bilangan konstanta

## **H. Indikator keberhasilan**

Kegiatan penelitian ini dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik melalui gerakan senam ceria jika persentase klasikal anak mencapai minimal 80% anak mencapai kategori baik.