



**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
MELALUI SENAM SEHAT CERDAS CERIA DI KELOMPOK B
PAUD DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA
KABUPATEN BENGKULU SELATAN**

SKRIPSI

OLEH

**MITY HARMITATI
NPM. A11111025**

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN
BAGI GURU DALAM JABATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU
2014**



**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
MELALUI SENAM SEHAT CERDAS CERIA DI KELOMPOK B
PAUD DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA
KABUPATEN BENGKULU SELATAN**

SKRIPSI

OLEH

**MITY HARMITATI
NPM. A11111025**

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

**PROGRAM SARJANA KEPENDIDIKAN
BAGI GURU DALAM JABATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BENGKULU
2014**

**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
MELALUI SENAM SEHAT CERDAS CERIA DI KELOMPOK B
PAUD DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA
KABUPATEN BENGKULU SELATAN**

SKRIPSI

OLEH

**MITY HARMITATI
NPM. A11111025**

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH :

Pembimbing I



**Wembrayanli, S.Pd, M.Sn.
NIP.196112051991031008**

Dekan FKIP UNIB



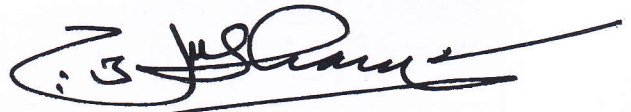
**Prof. Dr. Rambat Nur Sasongko, M.Pd.
NIP. 196112071986011001**

Pembimbing II



**Dr. Hadiwinarto, M.Psi.
NIP.195809131984031003**

**Ketua Program SKGJ
FKIP UNIB**



**Dr. I Wayan Dharmayana, M.Psi.
NIP.196101211986011002**

**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
MELALUI SENAM SEHAT CERDAS CERIA DI KELOMPOK B
PAUD DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA
KABUPATEN BENGKULU SELATAN
SKRIPSI**

OLEH

MITY HARMITATI

NPM. A1/111025

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH :

Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Program Sarjana (S1)
Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan FKIP Universitas Bengkulu
Ujian Dilaksanakan Pada :

Hari : Rabu
Tanggal : 22 Januari 2014
Pukul : 08.00 WIB s/d selesai
Tempat : SMA N. 1 Manna Bengkulu Selatan

Pembimbing I

Pembimbing II

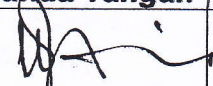
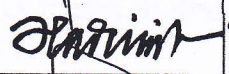
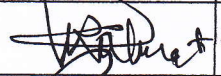


Wembrayarli, S.Pd, M.Sn.
NIP.196112051991031008



Dr. Hadiwinarto, M.Psi.
NIP.195809131984031003

Skripsi ini diperiksa dan disetujui oleh Tim Penguji

Penguji	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
Penguji I	Wembrayarli, S.Pd, M.Sn.		06/2014 102
Penguji II	Dr. Hadiwinarto, M.Psi.		06/2014 102
Penguji III	Drs. Rokhmat Basuki, M.Hum		06/2014 102
Penguji IV	Drs. Riskan, M.Kes		06/2014 102

MITY HARMITATI. NPM.A1/111025. Program Sarjana Kependidikan Bagi Guru Dalam Jabatan Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu

**MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK
MELALUI SENAM SEHAT CERDAS CERIA DI KELOMPOK B
PAUD DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA
KABUPATEN BENGKULU SELATAN**

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan senam sehat cerdas ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak di PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan PTK kolaboratif artinya peneliti atau guru bersama-sama melakukan pembelajaran guna memperbaiki mutu atau hasil belajar. Subjek dalam penelitian ini adalah anak didik Kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan yang berjumlah 15 orang yang terdiri dari 7 orang anak laki-laki dan 8 orang anak perempuan. Hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa senam sehat cerdas ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak di kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan. Hal ini sesuai dengan adanya perubahan dari siklus pertama ke siklus kedua. Kemampuan menggerakkan anggota tubuh pada siklus I mencapai 20% meningkat 73,33% pada siklus II. Kemampuan mengatur keseimbangan tubuh pada siklus I mencapai 13,33% meningkat 86,67% pada siklus II. Kemampuan mengatur kelenturan tubuh pada siklus I mencapai 26,67% meningkat 80,00% pada siklus II. Kemampuan menjaga kesehatan tubuh pada siklus I mencapai 26,67% meningkat 86,67% pada siklus II.

Kata Kunci : Kecerdasan Kinestetik, senam sehat

**MITY HARMITATI. NPM.A1/111025.Education Scholar For Teacher in
Function Tender Years Child Educations Program. Teachership and
Education Faculty. Bengkulu University**

**IMPROVING CHILD INTELLIGENCE KINESTHETIC GYMNASTICS
HEALTH THROUGH INTELLIGENT CHEERFUL IN GROUP B PAUD
DAHLIA DESA KABAN JATI KECAMATAN ULU MANNA KABUPATEN
BENGKULU SELATAN**

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the intelligent cheerful healthy exercise can improve the intelligence of children in early childhood kinesthetic Dahlia Teak Village Kaban District of Ulu Manna South Bengkulu . The approach in this study uses a collaborative TOD means researcher or teacher jointly to improve the quality of teaching or learning outcomes . Subjects in this study were Group B protege ECD Teak Dahlia Village Kaban District of Ulu Manna South Bengkulu , amounting to 15 people consisting of 7 boys and 8 girls . hasi research it can be concluded that the bright cheerful healthy exercise can improve kinesthetic children in group B ECD Teak Dahlia Village Kaban District of Ulu Manna South Bengkulu . This is consistent with the change from the first cycle to the second cycle .

Keywords : Kinesthetic Intelligence , gymnastics healthy

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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 SKGJ) 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, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian skripsi ini bukan hasil 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, Januari 2014

Materai 6000

MITY HARMITATI
NPM. A1/111025

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Manusia yang paling beruntung adalah manusia yang pada hari ini lebih baik dari pada hari kemarin. serta sebaik baiknya manusia adalah yang paling bermanfaat terhadap saudaranya (al-Hadist).

Melakukan sesuatu pekerjaan jangan karena untuk mengharapkan penghargaan tetapi karena wujud pengabdian.

PERSEMBAHAN

Skrripsi ini kupersembahkan untuk :

- ⌘ Suamiku tercinta, yang senantiasa selalu mendukung keberhasilan ku.....
- ⌘ Anakku yang tersayang, yang selalu mendo'akan dan mengharapkan keberhasilan ku.....
- ⌘ Kedua orang tuaku dan mertuaku yang telah memberikan kasih sayangnya kepadaku.....
- ⌘ Seluruh sanak saudara yang mendukung perjuanganku.....
- ⌘ Teman-teman seperjuangku..
- ⌘ Almamaterku

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala berkat rahmat-Nya maka penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Melalui Senam Sehat Cerdas Ceria Di Kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan”*.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk memenuhi kelulusan program sarjana kependidikan guru dalam jabatan S1 Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Bengkulu. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak dibantu oleh beberapa pihak untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr.Rambat Nur Sasongko, M.Pd., selaku Dekan FKIP UNIB yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh perkuliahan di Program SKGJ FKIP UNIB.
2. Bapak Dr. I Wayan Dharmayana, M.Psi., selaku Ketua Program SKGJ FKIP UNIB.
3. Bapak Drs. Wembyarli, S.Pd, M.Sn., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan kritikan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Hadiwinarto, M.Psi., selaku Pembimbing II yang telah membimbing dalam pembuatan skripsi ini.

5. Bapak/Ibu pengelola Program SKGJ FKIP UNIB S1 PAUD yang telah membantu dan mengelola kelangsungan proses belajar mengajar.
6. Bapak /Ibu Dosen Program SKGJ FKIP UNIB S1 PAUD yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang berguna bagi penulis.

Akhirnya penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan mutu pendidikan anak usia dini.

Bengkulu, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	vii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Area dan Fokus Penelitian.....	4
C. Pembatasan Fokus Penelitian.....	5
D. Perumusan Masalah Penelitian	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kecerdasan Kinestetik.....	7
B. Senam sehat cerdas ceria	10
C. Acuan Teori Rancangan atau Disain Intervensi	
Tindakan yang Dipilih	10
D. Bahasan Hasil Penelitian yang Relevan.....	12
E. Pengembangan konseptual perencanaan Tindakan	12

BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Jenis Penelitian	14
	B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	15
	C. Subjek Penelitian.....	17
	D. Prosedur Penelitian	17
	E. Instrumen Pengumpulan Data	18
	F. Teknik Pengumpulan Data	19
	G. Teknik Analisa Data	19
	H. Indikator Keberhasilan.....	20
 BAB IV	 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil Penelitian	21
	B. Pembahasan.....	28
 BAB V	 KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
	A. Kesimpulan	31
	B. Rekomendasi	32
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	16
Tabel 4.1. Tingkat kecerdasan kinestetik anak melalui kegiatan senam sehat cerdas ceria pada Siklus I	23
Tabel 4.2. Persentase Tingkat Keberhasilan Siklus I.....	24
Tabel 4.3. Tingkat kecerdasan kinestetik anak melalui kegiatan senam sehat cerdas ceria pada Siklus II	26
Tabel 4.4. Persentase Tingkat Keberhasilan Siklus II.....	27

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan penelitian Tindakan kelas	15

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Daftar Nama Anak.....	34
Lampiran 2. RKH	35
Lampiran 3. Lembar Observasi Anak.....	36
Lampiran 4. Lembar Observasi Guru.....	66
Lampiran 5. Surat keterangan teman sejawat	68
Lampiran 6. Surat Keterangan Melakukan Penelitian	69
Lampiran 7. Photo Penelitian	70
Lampiran 8. Riwayat Hidup.....	73

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak prasekolah berada pada masa lima tahun pertama yang disebut *The Golden Years* merupakan masa emas perkembangan anak. Anak pada usia tersebut mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk perkembangan fisik-motoriknya. Perkembangan fisik merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Berkaitan dengan perkembangan fisik, Kuhlen dan Thompson (Hurlock, 1956 dalam Yusuf, 2006: 101) mengemukakan bahwa: Perkembangan fisik individu meliputi empat aspek, yaitu (1) sistem syaraf, yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi; (2) otot-otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik; (3) kelenjar endokrin, yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru, seperti pada usia remaja berkembang perasaan senang untuk aktif dalam suatu kegiatan, yang sebagian anggotanya terdiri atas lawan jenis; dan (4) struktur fisik/tubuh, yang meliputi tinggi, berat dan proporsi.

Berkenaan dengan pertumbuhan fisik, anak usia TK masih perlu aktif melakukan berbagai aktivitas, hal ini sangat diperlukan baik bagi pengembangan otot-otot kecil maupun otot-otot besar. Pertumbuhan fisik anak diharapkan dapat terjadi secara optimal karena secara langsung

maupun tidak langsung akan mempengaruhi perilaku anak sehari-harinya. Secara langsung, pertumbuhan fisik anak akan menentukan keterampilannya dalam bergerak.

Sementara itu, secara tidak langsung, pertumbuhan dan perkembangan kemampuan fisik atau motorik anak akan mempengaruhi cara anak memandang dirinya sendiri dan orang lain. Ini semua akan tercermin dari pola penyesuaian diri anak secara umum, misalnya saja anak yang kurang terampil menendang bola akan cepat menyadari bahwa dirinya tidak dapat mengikuti permainan sepak bola, seperti yang dilakukan teman sebayanya. Hal itu menyebabkan anak menarik diri dari lingkungan teman-temannya. Lebih lanjut, Samsudin (2005: 5) mengungkapkan bahwa aktivitas atau kondisi bergerak pada anak TK sangat tinggi (dominan) berdasarkan hasil pengamatan 70-80% anak TK melakukan gerak pada proses belajarnya. Para ahli mengungkapkan bahwa setiap anak usia 2 tahun atau lebih harus melakukan kegiatan fisik tingkat menengah-sulit selama 60 menit setiap harinya. (<http://www.kidshealth.org/Kids and Exercise/Januari/2008:23>).

Namun pada zaman modern dengan berbagai bentuk kemajuan teknologi seperti sekarang ini, kebanyakan anak memilih untuk lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain dengan cara menikmati fasilitas yang telah tersedia, dibandingkan untuk melakukan aktivitas bermain yang harus menggerakkan otot.

Kegiatan fisik dengan menggunakan olah tubuh dimaksudkan agar peserta didik mempunyai perkembangan gerak tubuh yang selaras dan harmonis sehingga yang bersangkutan kelak mempunyai kemampuan perkembangan gerak yang baik. Penanaman motorik atau gerak yang benar dan pengembangan yang optimal merupakan salah satu tugas dan fungsi utama pendidikan pada taman kanak-kanak. Sebab pendidikan pada tingkat taman kanak-kanak merupakan diagnosa secara dini dan berkala terhadap kemampuan gerak dasar yang optimal pada usianya yang kontribusinya atau memaksimalkan kemampuan untuk mendapatkan kesenangan melalui gerak, dan anak akan mendapatkan kualitas gerak yang berkelanjutan dari gerak dasar yang benar menuju kepada gerak khusus yang dibutuhkannya.

Sebagai solusi dalam menyelesaikan permasalahan yang telah diutarakan di atas adalah melalui penyelenggaraan pengembangan fisik yang menyenangkan dan nyaman bagi anak, seperti yang diungkapkan oleh Solehuddin (2000: 52) “rasa aman secara psikologis merupakan suatu persyaratan untuk dapat membuat anak mau dan mampu mengekspresikan dirinya secara optimal”. Melalui kegiatan senam irama, anak akan dapat terlibat langsung dalam pengalaman belajar yang bermakna melalui aktivitas fisik, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Seyogyanya guru di taman kanak-kanak lebih kreatif dalam memberikan pelajaran jasmani baik

dalam pemberian metode yang tepat yaitu dengan cara memperhatikan prinsip dan aspek-aspek perkembangan fisik anak usia TK, serta harus dapat menyajikan kegiatan jasmani dengan baik yaitu memberikan contoh gerakan yang baik.

Namun kenyataan di lapangan pada PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan masih banyak anak yang malas untuk menggerakkan badannya. Anak tersebut terkesan lamban dalam segala hal. Sehingga akan sangat ketinggalan baik dalam permainan maupun dalam pembelajaran dibanding dengan teman-temannya. Oleh sebab itulah penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Melalui Senam sehat cerdas ceria di Kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan”.

B. Identifikasi Area dan Fokus Penelitian

Adapun identifikasi area pada penelitian ini yaitu dengan pengembangan metode pembelajaran dengan menggunakan berbagai media. Secara garis besar penelitian ini merupakan proses pembelajaran sehingga ditemukan strategi yang baik dalam mencapai hasil. Fokus pada penelitian ini yaitu terarah pada kemampuan kinestetik anak yaitu melatih gerak tubuh dengan senam sehat cerdas ceria.

C. Pembatasan Fokus Penelitian

Agar penelitian ini lebih terarah maka peneliti membatasi fokus penelitian ini yaitu hanya terfokus pada senam sehat cerdas ceria yang dikaitkan dengan meningkatnya kecerdasan kinestetik anak di PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan.

D. Perumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah senam sehat cerdas ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak di PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan senam sehat cerdas ceria dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak di PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Anak
 - a. Dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.
 - b. Dapat memotivasi anak untuk berolahraga.
 - c. Dapat membantu anak memperkaya gerakan tubuh.

2. Guru

- a. Dapat membantu guru dalam menghadapi masalah kecerdasan kinestetik anak.
- b. Dapat menjadi salah satu alternatif acuan dalam praktik mengajar sehari-hari.
- c. Diharapkan dapat menjadi motivasi guru untuk lebih memperhatikan kecerdasan kinestetik anak.

3. Sekolah

- a. Diharapkan dapat menjadi acuan untuk pengembangan pembelajaran.
- b. Diharapkan dapat menjadi masukan dalam penyelesaian masalah kecerdasan kinestetik anak.
- c. Dapat menjadi faktor pendukung untuk lebih meningkatkan mutu sekolah.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kecerdasan Kinestetik

1. Pengertian Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan kinestetik adalah kecerdasan yang berhubungan dengan anggota tubuh. Kecerdasan ini merupakan keahlian menggunakan seluruh tubuh untuk menyampaikan ide dan perasaan, dan keterampilan menggunakan tangan untuk menciptakan atau mengubah suatu bentuk.

2. Jenis-jenis Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan ini meliputi kemampuan fisik yang khusus, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, dan kecepatan maupun kemampuan menerima rangsangan panca indera. Kemampuan yang terkait dengan kecerdasan kinestetik jasmani adalah (Sujiono, 2008:24):

- a. Kemampuan menggerakkan anggota tubuh.
- b. Kemampuan mengatur keseimbangan tubuh.
- c. Kemampuan mengatur kelenturan tubuh.
- d. Kemampuan menjaga kesehatan tubuh.

3. Permainan Untuk Peningkatan Kecerdasan Kinestetik

Beberapa bentuk permainan yang digunakan untuk mengembangkan kemampuan kecerdasan kinestetik-jasmani adalah:

a. Permainan Olah Raga

Jalan, lari, berenang, main bola, senam, merupakan contoh permainan yang dapat mengembangkan kemampuan fisik atau olah tubuh anak. Orang tua dan pendidik dapat mengajak anak melakukan permainan olah raga secara rutin hari minggu atau hari-hari tertentu. Olah raga tidak hanya akan melatih kecerdasan kinestetik anak, melainkan juga bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keseimbangan tubuh anak.

b. Gerak dan Lagu atau Menari

Permainan gerak dan lagu atau menari, bermanfaat bagi anak untuk mengembangkan kelenturan tubuh anak. Untuk anak usia dini bermain ini dapat dilakukan dengan gerakan-gerakan yang sederhana dengan tidak meninggalkan unsur gerak dan seninya.

Ciri-ciri anak yang memilikipotensi kecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut :

- 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.

Agar anak dapat memiliki kecerdasan kinestetik maka stimulasi untuk potensi anak dengan kecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut (Suyanto, 2005:33):

- a) Beri ia kesempatan untuk menyentuh atau bergerak dengan pengarahan
- 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, ikut dalam membersihkan rumah, ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang membutuhkan gerakan.

- e) Olah raga dan permainan akrobat atau sulap juga sangat menarik bagi anak-anak.
- f) Sediakan cukup banyak buku-buku tentang kerajinan tangan hasta karya, kreativitas dan penciptaan tentang olah raga, dan lain-lain.

B. Senam Sehat Cerdas Ceria

1. Pengertian Senam Sehat Cerdas Ceria

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan penampilan gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Bentuk modern dari senam ialah : Palang tak seimbang, balok keseimbangan, senam lantai. Bentuk-bentuk tersebut konon berkembang dari latihan yang digunakan oleh bangsa Yunani kuno untuk menaiki dan menuruni seekor kuda dan pertunjukan sirkus. Senam biasa digunakan orang untuk rekreasi, relaksasi atau menenangkan pikiran, biasanya ada yang melakukannya di rumah, di tempat fitness, di *gymnasium* maupun di sekolah. Sekarang, sejak kecil banyak anak sudah terbiasa diajarkan senam, baik oleh orang tua, maupun oleh pengajar olahraga di sekolah (Kinanti, 2004:34).

Senam sangat penting untuk pembentukan kelenturan tubuh, yang menjadi arti penting bagi kelangsungan hidup manusia. Senam ada berbagai macam, diantaranya senam lantai, senam hamil, senam aerobik, senam pramuka, Senam Kesegaran Jasmani (SKJ), dan lain-

lain. Biasanya di PAUD, guru-guru mengajarkan senam-senam yang mudah dicerna oleh anak, seperti SKJ dan senam pramuka. Namun ketika beranjak remaja, banyak orang melakukan senam aerobik, ataupun senam lain termasuk meditasi untuk menenangkan diri.

Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga. Pengertian senam begitu luas cakupannya yang meliputi berbagai karakteristik geraknya (Kinanti, 2004:35).

C. Acuan Teori Rancangan atau Disain Intervensi Tindakan yang Dipilih

Ahmad (2004:16) mengatakan bahwa pendidikan prasekolah adalah pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani anak didik di luar lingkungan keluarga sebelum memasuki pendidikan dasar yang bertujuan untuk mempersiapkan dasar-dasar pengetahuan agar anak siap mengikuti pendidikan di tingkat SD. Oleh sebab itu kemampuan kinestetik anak sangatlah perlu ditingkatkan.

D. Bahasan Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian tentang meningkatkan kecerdasan kinestetik anak melalui senam sehat cerdas ceriadi PAUD Dahlia secara implisit belum pernah dilakukan. Penelitian yang relevan pernah dilakukan oleh Susiana (2004) yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik anak melalui kegiatan menari sederhana”. Penelitian terdahulu menunjukkan hasil bahwa dengan menari anak akan tertarik untuk menggerakkan tubuh, bahkan yang jarang terlihat bergerak aktif sudah mulai dapat membaur bersama temannya dan berarti kecerdasan kinestetiknya sudah meningkat.

E. Pengembangan Konseptual Perencanaan Tindakan

Perencanaa tindakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pembuatan skripsi.
2. Persiapan instrumen penelitian.
3. Penetapan hari pelaksanaan penelitian
4. Pelaksanaan penelitian
5. Penilaian hasil penelitian
6. Analisis hasil penelitian
7. Membuat narasi dan deskripsi hasil analisis.

Dalam pengembangan perencanaan tindakan yang akan dilakukan akan diadakan proses atau rancangan pelaksanaannya tersendiri yang dibentuk seperti siklus pelaksanaan tindakan kelas dari

mulai permasalahan yang dihadapi, kemudian melakukan perencanaan tindakan pertama, dilanjutkan dengan pengamatan secara langsung atau pengumpulan data, refleksi, apabila dalam refleksi terdapat masalah, maka akan dilakukan kembali perencanaan tindakan berikutnya.

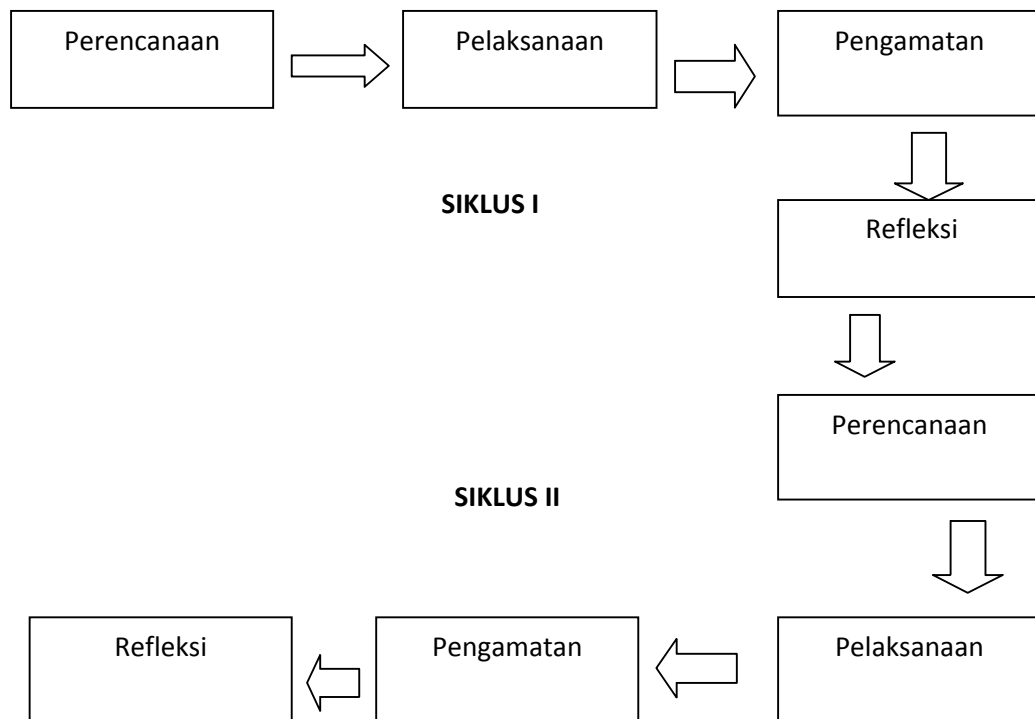
BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan PTK kolaboratif artinya peneliti atau guru bersama-sama melakukan pembelajaran guna memperbaiki mutu atau hasil belajar. Peneliti tidak hanya sebagai pengamat tetapi terlibat langsung dalam proses situasi dan kondisi. Bentuk kolaborasi itulah yang menyebabkan proses belajar dapat berlangsung (Depdiknas, 2003 : 12). Adapun tahapan pelaksanaan penelitian ini di desain 4 (empat) langkah yaitu :

1. Melakukan perencanaan
2. Melakukan pelaksanaan tindakan
3. Melakukan observasi dan evaluasi
4. Refleksi dan dilakukan berulang-ulang dan terdiri dari beberapa siklus.

Seperti yang tampak pada bagan berikut ini (Arikunto, 2009:16):



(sumber: Arikunto,2009:16)

Gambar 1. Bagan Penetilian Tindakan Kelas

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan. Tahapan penelitian ini dilaksanakan pada Oktober 2013 sampai Januari 2014. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah anak didik Kelompok B PAUD Dahlia Desa Kaban Jati Kecamatan Ulu Manna Kabupaten Bengkulu Selatan yang berjumlah 15 orang yang terdiri dari 7 orang anak laki-laki dan 8 orang anak perempuan.

D. Prosedur Penelitian

1. Perencanaan

Dalam perencanaan guru melakukan kegiatan sebagai berikut :

- a) Menentukan tema kegiatan.
- b) Membuat Rencana Kegiatan Harian (RKH).
- c) Menentukan bahan dan media yang akan digunakan.
- d) Menentukan alokasi waktu yang akan digunakan.
- e) Menyiapkan cara mengobservasi dan alat observasi.
- f) Melakukan simulasi tindakan.

2. Pelaksanaan

- a) Pembukaan yaitu salam, berdo'a dan bernyanyi.
- b) Guru menjelaskan bagaimana melakukan gerakan senam sehat cerdas ceria.
- c) Melakukan interaksi pembelajaran dengan bersama sama melakukan senam.
- d) Penutup pembelajaran dengan kegiatan tanya jawab tentang kegiatan yang sudah dilakukan, guru menanyakan bagaimana

perasaan pada saat kegiatan senam dan menjelaskan manfaat menggerakkan tubuh. Setelah itu berdoa dan salam.

3. Observasi atau evaluasi

Selama guru melakukan proses pembelajaran, guru juga melakukan observasi yaitu mengamati semua perilaku anak dalam melakukan kegiatan senam dan pengamatan terhadap kecerdasan kinestetiknya.

4. Refleksi

Hasil dari observasi guru melalui kegiatan bermain bersama untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik dihimpun dan dirangkum untuk mengukur tingkat keberhasilan pada siklus I. apabila hasilnya belum cukup maksimal, maka diatasi dengan dilakukannya perbaikan pada siklus II.

E. Instrumen Pengumpulan Data yang Digunakan

Instrumen penelitian yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data penelitian adalah :

1. Lembar Observasi Guru, yang digunakan oleh teman sejawat untuk mengamati keberhasilan pembelajaran yang dilakukan oleh guru.
2. Lembar Hasil Observasi anak, dibuat oleh peneliti guna melihat kecerdasan kinestetik anak didik secara keseluruhan dalam pembelajaran. Indikator peningkatan kecerdasan kinestetik adalah sebagai berikut:

- a. Kemampuan menggerakkan anggota tubuh.
- b. Kemampuan mengatur keseimbangan tubuh.
- c. Kemampuan mengatur kelenturan tubuh.
- d. Kemampuan menjaga kesehatan tubuh.

F. Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan bersifat tertutup, data yang dicari mencakup dua hal sebagai berikut :

1. Observasi dilakukan pada saat kegiatan berlangsung, dilakukan oleh guru atau pengamat. Hal ini bertujuan untuk melihat apakah anak dapat melakukan senam sendiri tanpa bantuan guru.
2. Penilaian terhadap gerak gerak anak dilakukan pada saat kegiatan berlangsung dengan menilai secara langsung kecerdasan kinestetik.

G. Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan akan diolah dengan cara memberi makna pada data tersebut dan dipergunakan persentase. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif sederhana yaitu persentase dengan rumus :

$$X = \frac{Y}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

X : Persentase

Y : Jumlah anak yang berhasil

N : Jumlah seluruh anak

(Depdiknas, 2003 : 12)

H. Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan PTK didasarkan kepada ketentuan sebagai berikut :

1. Kemampuan kecerdasan kinestetik dikategorikan berhasil dengan baik minimal 80 %.
2. Kemampuan kecerdasan kinestetik dikategorikan sedang apabila hasil mencapai 50%-79%.
3. Kemampuan kecerdasan kinestetik dikategorikan kurang apabila hasil hanya mencapai < 50%.