

## Strategi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini melalui Kegiatan Senam di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan

**Irja Putra Pratama**

Email : [Irjaputrapratama\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:Irjaputrapratama_uin@radenfatah.ac.id)  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

**Zulhijra**

Email : [zulhijra\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:zulhijra_uin@radenfatah.ac.id)  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

**Ade Akhmad Saputra**

Email : [adeakhmadsaputra\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:adeakhmadsaputra_uin@radenfatah.ac.id)  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

**Abstrak:** Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu komponen dalam teori Multiple Intelligences yang dikembangkan oleh Howard Gardner, yang mengacu pada kemampuan individu dalam mengontrol gerakan tubuh serta mengoptimalkan keterampilan motorik secara efisien dan terkoordinasi. Pada masa usia dini, stimulasi terhadap aspek ini sangat penting dilakukan melalui aktivitas fisik yang menyenangkan, terstruktur, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam strategi pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia 4–5 tahun melalui implementasi kegiatan senam di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan. Pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi digunakan dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan senam secara rutin berdampak positif terhadap perkembangan kemampuan motorik anak, termasuk koordinasi gerak, keseimbangan, kelenturan, serta kepercayaan diri dalam berekspresi melalui gerakan. Guru berperan penting sebagai fasilitator aktif yang tidak hanya menyampaikan gerakan, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang aman, menyenangkan, serta memberikan motivasi dan penguatan positif kepada anak. Kegiatan senam juga diintegrasikan dalam rencana pembelajaran tematik sehingga menjadi bagian dari pembelajaran yang kontekstual dan bermakna. Temuan ini menegaskan bahwa pembelajaran berbasis gerak dapat dijadikan strategi pedagogis yang efektif untuk mendukung perkembangan kecerdasan kinestetik secara holistik. Oleh karena itu, diperlukan dukungan berkelanjutan agar kegiatan fisik seperti senam menjadi praktik yang terintegrasi dalam pendidikan anak usia dini sesuai prinsip Kurikulum Merdeka.

**Kata Kunci:** kecerdasan kinestetik, pendidikan anak usia dini, aktivitas fisik, peran guru, senam

**Abstract:** Kinesthetic intelligence is one of the components in Howard Gardner's Multiple Intelligences theory, which refers to an individual's ability to control body movements and optimise motor skills efficiently and in a coordinated manner. During early childhood, stimulation of this aspect is very important through fun, structured physical activities that are appropriate for the child's stage of development. This study aims to thoroughly examine strategies for developing kinesthetic intelligence in children aged 4–5 years through the implementation of gymnastics activities at RA Perwanida 4 Palembang, South Sumatra. A descriptive qualitative approach with data collection techniques including observation, interviews, and documentation was used in this study. The results of the study indicate that regular gymnastics activities have a positive impact on the development of children's motor skills, including movement coordination, balance, flexibility, and self-confidence in expressing themselves through movement. Teachers play an important role as active facilitators who not only teach movements but also create a safe and enjoyable learning environment and provide children with motivation and positive reinforcement. Gymnastics activities are also integrated into thematic learning plans so that they become part of contextual and meaningful learning. This finding confirms that movement-based learning can be an effective pedagogical strategy to support the holistic development of kinesthetic intelligence. Therefore, ongoing support is needed to ensure that physical activities such as gymnastics become an integrated practice in early childhood education in accordance with the principles of the Merdeka Curriculum.

**Keywords:** kinesthetic intelligence, early childhood education, physical activity, role of teachers, gymnastics

---

Submitted : 11-06-2025 | Accepted : 15-07-2025 | Published : 31-07-2025

---

## PENDAHULUAN

Kecerdasan kinestetik, menurut teori Multiple Intelligences yang dikemukakan oleh Howard Gardner, merupakan salah satu dari delapan jenis kecerdasan yang melekat pada setiap individu. Gardner menjelaskan bahwa setiap anak memiliki kekuatan yang berbeda dalam menampilkan jenis kecerdasan, termasuk anak yang memiliki keunggulan dalam bergerak, menari, menyusun benda, atau melakukan kegiatan fisik lainnya (Faruq & Subhi, 2022). Anak dengan kecerdasan kinestetik tinggi cenderung menunjukkan antusiasme saat melakukan aktivitas yang melibatkan tubuh. Mereka lebih mudah memahami konsep ketika pembelajaran dikemas dalam bentuk praktik langsung atau permainan fisik (Aritonang et al., 2024).

Pendidikan anak usia dini (RA) merupakan fondasi penting dalam pembentukan karakter, kecerdasan, serta keterampilan dasar yang akan menjadi bekal bagi anak dalam menghadapi tahap pendidikan selanjutnya. Masa ini dikenal sebagai masa keemasan (golden age), yaitu periode usia 0–6 tahun, di mana otak anak berkembang sangat pesat dan memiliki kemampuan menyerap informasi secara luar biasa (Widodo, 2020). Mengingat pentingnya masa anak usia dini maka stimulasi yang diberikan kepada anak harus mencakup berbagai aspek perkembangan, termasuk perkembangan fisik, kognitif, sosial-emosional, dan bahasa (Bening & Ichsan, 2022). Salah satu aspek perkembangan yang kerap kurang mendapatkan perhatian namun

memiliki peran penting dalam mendukung proses belajar anak adalah kecerdasan kinestetik, yakni kemampuan anak dalam memanfaatkan gerakan tubuh untuk menyampaikan ide, mengekspresikan emosi, serta mengoordinasikan gerakan motorik secara efektif (Erma, 2020).

Menurut Amstrong anak dengan kecerdasan kinestetik menunjukkan kemampuan fisik khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas, kecepatan, dan keterampilan taktil, yang memungkinkannya sejak dini untuk mengoptimalkan gerakan tubuh dalam menyelesaikan masalah secara efektif sesuai kapasitasnya (Ngewa, 2020). Oleh sebab itu, anak usia dini sangat membutuhkan pembelajaran yang berbasis gerak untuk mengakomodasi kebutuhan perkembangan kecerdasan kinestetik mereka (As'ad et al., 2025).

Dalam konteks RA, kegiatan fisik seperti senam merupakan salah satu bentuk aktivitas yang sesuai untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik. Senam tidak hanya menyehatkan tubuh, tetapi juga memberikan stimulus pada otak, memperkuat otot, meningkatkan koordinasi gerak, serta membangun disiplin dan kepercayaan diri anak (Mudawamah & Ummah, 2024). Menurut Khonita (2023), senam yang dilakukan secara teratur dan dikemas secara menyenangkan dapat membentuk pola hidup sehat sejak dini. Kegiatan ini juga dapat membantu anak mengekspresikan dirinya, menyalurkan energi, dan belajar mengikuti instruksi dengan baik (Khonita et al., 2023). Oleh karena itu, senam anak menjadi salah satu metode efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan motorik kasar sekaligus mengembangkan kecerdasan kinestetik ('Arifah & Mursid, 2025).

Salah satu bentuk aktivitas fisik yang populer dan mudah diterapkan di lingkungan RA adalah senam. Kegiatan ini dirancang dengan rangkaian gerakan sederhana yang disesuaikan dengan kemampuan motorik anak usia dini. Gerakan-gerakan tersebut dikemas secara menyenangkan dan diiringi dengan musik anak-anak yang familiar, sehingga mampu menarik minat dan perhatian anak untuk terlibat secara aktif (Sinaga & Aguss, 2021). Selain menyenangkan, senam ceria juga berperan penting dalam menciptakan suasana belajar yang positif dan dinamis. Kegiatan ini tidak hanya menyehatkan tubuh, tetapi juga membantu anak membangun hubungan emosional yang positif terhadap aktivitas fisik (Muhamad et al., 2025). Melalui rutinitas senam yang konsisten, anak dapat mengembangkan kebiasaan hidup sehat sekaligus meningkatkan kecerdasan kinestetik mereka secara bertahap.

Di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan, kegiatan senam ceria telah menjadi bagian dari rutinitas pembelajaran harian. Senam ini dilaksanakan sebelum kegiatan inti sebagai bentuk persiapan fisik dan emosional anak. Guru merancang senam ceria dengan mempertimbangkan perkembangan anak usia 4-5 tahun dan memastikan bahwa gerakan yang dilakukan dapat menstimulasi koordinasi tubuh.

Kegiatan senam di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan tidak hanya berfokus pada aspek kesehatan, tetapi juga diarahkan untuk mendukung capaian perkembangan anak pada dimensi fisik motorik dalam Kurikulum Merdeka. Hal ini sesuai dengan arahan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2022) yang menekankan pentingnya pembelajaran kontekstual dan berbasis pengalaman nyata di usia dini (BSKAP, 2022).

Peran guru dalam kegiatan ini sangat penting. Guru tidak hanya sebagai instruktur senam, tetapi juga sebagai fasilitator yang membimbing anak dengan sabar

dan memberikan penguatan positif agar anak termotivasi untuk bergerak. Guru juga perlu mengevaluasi perkembangan anak melalui pengamatan terhadap keterampilan motorik, koordinasi gerakan, serta sikap anak selama kegiatan berlangsung (Faridy et al., 2024). Namun, dalam praktiknya, belum semua guru RA memahami pentingnya strategi pembelajaran berbasis gerak dan bagaimana merancang kegiatan fisik yang mendukung kecerdasan kinestetik anak secara optimal. Sebagian guru cenderung fokus pada kegiatan duduk mendengarkan yang kurang memberi ruang bagi anak untuk bergerak dan mengeksplorasi lingkungan secara aktif.

Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mendalam mengenai strategi mengembangkan kecerdasan kinestetik anak melalui pendekatan yang konkret dan berbasis gerak, seperti kegiatan senam. Penelitian ini menjadi penting untuk mendokumentasikan praktik baik serta memberikan gambaran nyata tentang pelaksanaan pembelajaran aktif di RA. Selain itu, penelitian ini juga berupaya menelaah bagaimana guru menyesuaikan kegiatan senam dengan karakteristik perkembangan anak usia, bagaimana metode penyampaiannya, serta sejauh mana kegiatan ini mampu memberikan dampak terhadap aspek motorik kasar anak yang menjadi indikator kecerdasan kinestetik.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*) yang bertujuan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari informan serta perilaku yang diamati secara langsung di lingkungan alami (Moleong, 2016). Fokus penelitian ini adalah pada pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini dengan empat indikator yaitu mampu meningkatkan antusiasme, koordinasi gerak, keberanian, dan kepercayaan diri anak adapun subjek penelitian adalah 20 anak usia 4-5 tahun.

Penelitian bersifat kolaboratif, di mana peneliti bekerja sama dengan guru kelas yang berperan sebagai fasilitator utama dalam pelaksanaan kegiatan senam, sementara peneliti mengambil peran sebagai pengamat (*observer*). Kolaborasi ini diharapkan mampu menciptakan tindakan pembelajaran yang lebih efektif dan kontekstual dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

Menurut Sugiyono, pendekatan kualitatif dimanfaatkan untuk menggali dan memahami suatu fenomena sosial secara menyeluruh dari perspektif partisipan, dengan cara melakukan interaksi langsung di lingkungan alami tempat subjek berada (Sugiyono, 2022). Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman mendalam terhadap pengalaman dan makna yang dirasakan oleh subjek dalam konteks kehidupan nyata. Sementara itu, Moleong menegaskan bahwa penelitian kualitatif bertujuan mendeskripsikan dan mengungkap makna dari pengalaman subjektif individu yang diteliti, seperti persepsi, motivasi, dan tindakan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Moleong, 2016).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

Observasi ini dilakukan untuk mengidentifikasi secara langsung implementasi kegiatan senam sebagai media pengembangan kecerdasan kinestetik

anak usia 4-5 tahun di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan. Fokus pengamatan diarahkan pada keterlibatan anak dalam aktivitas fisik, respons anak terhadap instruksi guru, serta dampak kegiatan senam terhadap perkembangan motorik kasar anak. Observasi dilaksanakan secara partisipatif dan berulang setiap pekan selama dua semester pada hari Rabu pagi, sebelum dimulainya kegiatan pembelajaran inti. Kegiatan senam berlangsung di area lapangan terbuka milik lembaga yang dirancang sebagai ruang gerak bebas bagi anak. Pelaksanaan dimulai pukul 07.30 WIB dan berlangsung selama kurang lebih 25 menit. Guru membuka kegiatan dengan menyapa anak dan mengondisikan barisan. Anak-anak tampak antusias dan menunggu-nunggu kegiatan ini. Suasana kegiatan berlangsung dalam nuansa ceria, didukung oleh pemutaran musik anak-anak yang sudah dikenali oleh peserta didik.

Kegiatan senam terdiri atas tiga tahapan: pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan. Pada tahap pemanasan, guru memandu anak melakukan gerakan ringan seperti mengayun tangan, mengangkat lutut, dan berjalan di tempat selama 5-7 menit. Gerakan inti terdiri atas aktivitas fisik intensitas sedang hingga tinggi, seperti melompat, meniru gerakan hewan, membungkuk, dan berlari kecil sesuai irama lagu pembelajaran. Pada tahap pendinginan, anak-anak diajak menarik napas, menggerakkan tangan perlahan, dan duduk sambil melakukan relaksasi ringan. Adapun tahapan kegiatan senam yang dilakukan sebagai berikut:

Tabel 1: Pola Kegiatan Senam

Tahapan Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Durasi (Menit)
Pemanasan (Warming Up)	Anak-anak diajak melakukan gerakan ringan seperti mengayunkan tangan, memutar leher, berjalan di tempat, dan menepuk-nepuk tubuh. Diiringi lagu anak-anak yang pelan dan menyenangkan.	5-7 menit
Gerakan Inti (Intensitas Sedang-Tinggi)	Gerakan senam utama seperti melompat, berlari di tempat, menendang, mengangkat tangan, membungkuk, menirukan gerakan hewan (lompat katak, jalan bebek, dsb). Disesuaikan dengan irama lagu anak-anak dan tema pembelajaran.	10-15 menit
Pendinginan (Cooling Down)	Gerakan pelan untuk menurunkan intensitas seperti menarik napas panjang, menggerakkan tangan perlahan, duduk bersila sambil relaksasi ringan. Bisa sambil menyanyikan lagu penutup atau berdoa bersama.	5 menit

Berdasarkan hasil pengamatan, sebagian besar anak menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Mereka aktif mengikuti instruksi guru dan tampak menikmati gerakan-gerakan yang dilakukan. Anak-anak menunjukkan keterampilan dalam menirukan gerakan, menjaga keseimbangan, serta mampu menyelesaikan rangkaian aktivitas tanpa hambatan berarti. Interaksi antara anak dengan guru juga berlangsung positif, diwarnai dengan sapaan, motivasi verbal, serta pujiannya sederhana yang meningkatkan semangat anak.

Guru berperan aktif sebagai fasilitator, dengan memberikan instruksi yang jelas dan demonstrasi gerakan yang mudah diikuti. Guru juga mengatur tempo dan ritme kegiatan agar sesuai dengan kemampuan motorik anak. Selain itu, guru mengintegrasikan gerakan senam dengan tema pembelajaran yang sedang berjalan, misalnya menirukan gerakan binatang pada tema "hewan", atau gerakan menanam saat tema "tumbuhan". Pendekatan kontekstual ini mendorong keterlibatan emosional anak terhadap materi ajar secara menyenangkan dan bermakna. Berikut beberapa strategi guru dalam menerapkan pembelajaran dalam kegiatan senam:

a) Pendekatan Bermain

Senam dikemas seperti permainan agar anak tidak merasa terbebani.

b) Repetisi Gerakan

Dilakukan berulang agar anak terbiasa dan mampu melakukan gerakan secara mandiri.

c) Penguatan Positif

Pujian seperti "Wah hebat!", stiker bintang, dan tepuk tangan bersama.

d) Individualisasi

Anak yang belum mampu diberi bantuan secara bertahap agar mampu mengejar ketertinggalan.

Hasil secara keseluruhan dengan melakukan observasi langsung dan wawancara dengan guru, serta dokumentasi kegiatan diketahui bahwa penerapan kegiatan senam memberikan dampak positif terhadap peningkatan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Hasil pengamatan direpresentasikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 2: Hasil Observasi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 4-5 Tahun

Indikator Capaian	Jumlah Anak	Persentase	Keterangan
Mampu melakukan koordinasi gerak tubuh secara seimbang	18	90%	Sangat Baik
Mampu mengikuti rangkaian gerakan senam sesuai arahan dan irama	16	80%	Baik
Menunjukkan keberanian dan percaya diri dalam melakukan gerakan	19	95%	Sangat Baik
Menunjukkan kelenturan dan kontrol tubuh saat melakukan berbagai variasi gerakan senam	16	80%	Baik

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa kegiatan senam memberikan dampak positif terhadap pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia 4-5 tahun. Sebanyak 90% anak mampu melakukan koordinasi gerak tubuh secara seimbang dengan kategori sangat baik, sementara 80% anak mampu mengikuti rangkaian gerakan senam sesuai arahan dan irama dalam kategori baik. Selain itu, 95% anak menunjukkan kepercayaan diri dan keberanian saat melakukan gerakan, yang juga tergolong sangat baik. Adapun kemampuan kelenturan dan kontrol tubuh saat melakukan variasi gerakan senam ditunjukkan oleh 80% anak, dengan kategori baik. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan senam tidak hanya meningkatkan

aspek motorik, tetapi juga berdampak pada aspek psikologis seperti rasa percaya diri.

Tabel 3: Hasil wawancara

Pertanyaan (Observer)	Jawaban (Responden/Guru)
Apakah anak-anak menunjukkan antusiasme saat mengikuti kegiatan senam ceria?	Anak-anak terlihat sangat antusias. Mereka menunggu-nunggu hari senam dan biasanya langsung mengikuti gerakan dengan semangat dan senyuman.
Apakah kegiatan senam ceria berpengaruh terhadap perkembangan gerak anak?	Sangat berpengaruh. Anak-anak menjadi lebih terampil mengoordinasikan gerakan tubuh, seperti melompat, berlari, dan menyeimbangkan tubuh.
Apakah ada perubahan perilaku fisik anak setelah mengikuti senam ceria secara rutin?	Ada peningkatan yang cukup signifikan. Anak-anak menjadi lebih aktif, berani mencoba gerakan baru, dan tampak lebih percaya diri saat bergerak.
Bagaimana peran senam dalam mendukung kecerdasan kinestetik anak secara umum?	Secara keseluruhan senam melatih kemampuan motorik kasar anak dan mendukung perkembangan fisik, kognitif, serta emosional mereka. Gerakan yang dilakukan memberi rangsangan langsung bagi kecerdasan kinestetik.

Tabel 3 menunjukkan temuan langsung di lapangan berdasarkan hasil wawancara dengan guru RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan, yang menyatakan bahwa kegiatan senam mampu meningkatkan antusiasme, koordinasi gerak, keberanian, dan kepercayaan diri anak. Guru juga menilai bahwa kegiatan ini efektif dalam menstimulasi kecerdasan kinestetik serta mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan emosional anak secara menyeluruh.

## 2. Pembahasan

Kegiatan senam yang dilaksanakan di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan terbukti memberikan kontribusi positif dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia 4-5 tahun. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru, terlihat bahwa anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti kegiatan senam yang dilakukan secara rutin setiap hari Rabu pagi sebelum pembelajaran inti dimulai. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan untuk menjaga kebugaran fisik anak, tetapi juga difungsikan sebagai strategi pembelajaran aktif yang mampu merangsang keterampilan motorik kasar, koordinasi gerak tubuh, serta kepercayaan diri anak dalam berekspresi melalui gerakan.

Kegiatan senam yang dilakukan menggunakan pendekatan menyenangkan dengan rangkaian gerakan sederhana yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan motorik anak usia dini. Gerakan-gerakan tersebut dilakukan secara berurutan, dimulai dari pemanasan, gerakan inti, hingga pendinginan, dan diiringi oleh musik anak-anak yang familiar. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan

Gardner dalam teori *Multiple Intelligences*, yang menyatakan bahwa kecerdasan kinestetik merupakan bentuk kecerdasan yang memungkinkan individu untuk mengekspresikan ide dan emosi melalui tubuh serta menunjukkan keterampilan motorik dalam berinteraksi dengan lingkungan (Faruq & Subhi, 2022). Anak-anak dengan dominasi kecerdasan kinestetik cenderung lebih memahami konsep ketika kegiatan pembelajaran dikemas dalam bentuk aktivitas fisik atau praktik langsung (Aritonang et al., 2024).

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa dari 20 anak yang terlibat dalam kegiatan, sebanyak 90% mampu menunjukkan koordinasi gerak tubuh secara seimbang, 80% mampu mengikuti rangkaian gerakan sesuai irama, 95% menunjukkan keberanian dan percaya diri saat bergerak, dan 80% menunjukkan kelenturan serta kontrol tubuh yang baik saat melakukan variasi gerakan senam. Capaian ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan kegiatan senam telah berhasil mendorong penguatan aspek fisik-motorik anak secara signifikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang dirancang secara terstruktur dapat membantu mengembangkan keterampilan motorik kasar dan menumbuhkan kesadaran anak terhadap pentingnya menjaga kesehatan tubuh (Khonita et al., 2023; Mudawamah & Ummah, 2024).

Keberhasilan implementasi program senam di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan turut ditentukan oleh peran strategis guru sebagai fasilitator dalam proses pembelajaran RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan. Guru tidak hanya berperan sebagai pengarah dalam aktivitas fisik, tetapi juga sebagai pendamping yang secara aktif membimbing anak dengan pendekatan yang sabar, memberikan model gerakan secara konkret, serta menciptakan iklim pembelajaran yang kondusif, aman, dan menyenangkan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Guru juga melakukan penguatan positif seperti pujian atau penghargaan simbolik (stiker, bintang, dll.) untuk memotivasi anak agar terus aktif dalam mengikuti kegiatan. Pendekatan guru yang partisipatif ini mendukung proses pembelajaran yang berpusat pada anak (*child-centered learning*) sebagaimana dianjurkan dalam Kurikulum Merdeka (BSKAP, 2022).

Kegiatan senam ini juga diintegrasikan secara sistematis ke dalam modul ajar yang digunakan dalam pembelajaran tematik di kelas. Jenis gerakan yang diajarkan bersifat fleksibel dan kontekstual, disesuaikan dengan tema pembelajaran yang sedang berlangsung dan kondisi perkembangan anak. Integrasi senam ke dalam rencana pembelajaran menunjukkan bahwa aktivitas fisik dapat dioptimalkan sebagai bagian dari upaya mendukung pencapaian perkembangan anak secara menyeluruh, tidak hanya dari aspek fisik-motorik, tetapi juga sosial-emosional, kognitif, dan bahasa.

Meskipun demikian, dalam praktiknya masih terdapat tantangan yang perlu diperhatikan, terutama terkait kesiapan guru dalam merancang kegiatan pembelajaran berbasis gerak. Sebagian guru RA masih terbiasa dengan pendekatan pembelajaran pasif yang lebih menekankan kegiatan duduk, menyimak, dan mengerjakan lembar kerja, yang tidak sesuai dengan karakteristik anak usia dini yang perlu banyak bergerak, bermain, dan berekspresi secara aktif. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya penguatan kapasitas guru melalui pelatihan, pendampingan,

serta penyediaan sumber belajar yang mendukung penyelenggaraan kegiatan fisik yang berkualitas.

Dengan demikian, secara keseluruhan kegiatan senam yang dilaksanakan secara rutin dan dirancang sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak dapat menjadi strategi pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Penelitian ini menegaskan bahwa pembelajaran berbasis gerak harus menjadi bagian integral dari praktik pendidikan di satuan RA, mengingat perannya yang signifikan dalam menstimulasi pertumbuhan fisik, kognitif, dan emosional anak secara holistik.

## Simpulan

Strategi pengembangan melalui kegiatan senam di RA Perwanida 4 Palembang Sumatera Selatan dapat disimpulkan terbukti efektif dalam menstimulasi perkembangan kecerdasan kinestetik anak secara optimal. Pendekatan yang digunakan melibatkan perencanaan kegiatan gerak yang terstruktur, penyusunan gerakan sesuai tahap perkembangan anak, penggunaan irama musik yang menyenangkan, serta integrasi senam dalam rencana pembelajaran tematik. Strategi ini dijalankan secara rutin dan konsisten, disertai dengan penguatan positif dari guru, sehingga mampu meningkatkan koordinasi tubuh, kelenturan, keseimbangan, serta rasa percaya diri anak dalam beraktivitas fisik.

Keberhasilan strategi ini sangat dipengaruhi oleh peran guru sebagai fasilitator aktif yang mampu menciptakan suasana pembelajaran yang mendukung keterlibatan fisik anak. Dengan demikian, kegiatan senam tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas kesehatan, tetapi juga menjadi media pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini secara menyeluruh.

## DAFTAR PUSTAKA

- 'Arifah, N., & Mursid, M. (2025). Pelaksanaan Senam Irama untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(1), 207-215. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i1.923>
- Aritonang, CY, Gabriela, M., Dhara, N., Sijabat, N., Yus, A., & Lubis, S. (2024). Evaluasi Pelaksanaan Tari Kreasi dalam Menceritakan Kecerdasan Kinestetik Anak di TK Negeri Pembina Lubuk Pakam. *Jurnal Sains Komprehensif (JCS)*, 3 (12).
- As'ad, M., Agustin, M., Rahman, T., & Robayanti, D. (2025). The Effectiveness of Educational Game-Based Learning Models in Improving Multiple Intelligences of Raudhatul Athfal Children. *RAIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 14(2), 242-258. <https://doi.org/10.26877/RAia.v14i2.972>
- Bening, T. P., & Ichsan, I. (2022). Analisis Penerapan Pengetahuan Orang Tua dalam Stimulasi Aspek Perkembangan Anak Usia Dini. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya*, 8(3), 853. <https://doi.org/10.32884/ideas.v8i3.829>
- BSKAP. (2022). *Panduan Pembelajaran dan Asesmen Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Menengah*. <https://kurikulum.kemdikbud.go.id/wp->

content/uploads/2022/06/Panduan-Pembelajaran-dan-Asesmen.pdf

Erma, L. (2020). *PENGARUH BERMAIN KUPU-KUPU TERBANG TERHADAP KECERDASAN KINESTETIK PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI RA ANANDA LA DESA LAWANG AGUNG KABUPATEN SELUMA*. Disertasi Doktor. IAIN BENGKULU.

Faridy, F., Fitri, M., & Fikri, M. (2024). Pendekatan Guru Dalam Mengoptimalkan Pengembangan Motorik Kasar Anak di RA Bungong Seurune Aceh Besar. *Jurnal Raudhah*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.30829/raudhah.v12i1.3353>

Faruq, A., & Subhi, M. R. (2022). Pembelajaran Berbasis Kecerdasan Majemuk pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Tinta Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 127–138. <https://doi.org/10.35878/tintaemas.v1i2.522>

Khonita, N., Mustofa, E., & Nabil. (2023). Pengaruh Senam Irama Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Ra. Roudhotul Jannah Bekasi Timur. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 36–43.

Moleong, L. J. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Mudawamah, & Ummah, N. (2024). Analisis Metode Senam Irama Untuk Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Pada Kb Al-Hidayah Plus Mojosari Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(4), 5059–5070.

Muhamad, R. F. R., Desty, E. S., Qosmal, M., Panji, G., Wildan, M., & Nazwa, Z. (2025). Pembiasaan Olahraga Senam Sehat Bersama Guna Meningkatkan Kesadaran Pentingnya Berolahraga Untuk Kesehatan Pada Anak Di Sdn Karang Tumaritis. *Jurnal Padamu Negeri*, 2(2), 36–41. <https://doi.org/10.69714/qvfy6718>

Ngewa, H. M. (2020). Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Melalui Kegiatan Gerak dan Lagu(Penelitian Tindakan di Kelompok B TK Pertiwi No.1 Uloe, Kecamatan Dua Bocoe, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan, Tahun 2016). *Educhild*, 2(1), 1–24. <http://content.ebscohost.com/>

Sinaga, Y. E., & Aguss, R. M. (2021). Kemampuan Mobilitas Gerak Anak Usia Dini 4 Sampai 5 Tahun Melalui Gerakan-Gerakan Senam. *Journal of Arts and Education*, 1(1), 58–64. <https://doi.org/10.33365/jae.v1i1.32>

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Widodo, H. (2020). *Dinamika Pendidikan Anak Usia Dini*. Alprin.