



Pengoptimalisasian Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Cerdas Ceria Siswa RA Melyaz

Rizky Windi Lestari¹

Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah Medan

E-mail: windirizky77@gmail.com¹

Novita Friska²

Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah Medan

E-mail: surbaktinovitafriska@gmail.com²

Abstract: *This study aims to evaluate good behavior and critical thinking in children of group B aged 5-6 years. This study is a class action study (PTK) carried out in two phases of the pre-cycle, cycle I and cycle II, this study represents a new breakthrough in the world of education for children of 5-6 years, the study conducted interviews with 13 children revealed that 23.1% of them had low criteria, while 76.9% had high criteria for good behaviour. No child meets the high criteria in good behavior. Group B children part I do not meet the high quality criteria, while the rest meet the criteria with the proportion of five children (38.44%) and eight children (61,56%). The study also found that 11 children (84.6%) showed good critical thinking, and 2 children (15.4%) fulfilled critical thought rules, with none of them having critical thoughts rules. According to Gardner's theory, optimal cognitive development can be achieved by focusing on activities such as actors, athletes, or dancers, and repetition is an effective method to enhance critical thinking in children aged 5-6 years. The results of the study show that the quality of the child's physical examination improved significantly in 2022/2023, especially in parts I and II.*

Keywords: *Kinesthetic Intelligence, Optimization, Ceria Intelligent Exercise*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi perilaku baik dan pemikiran kritis pada anak-anak kelompok B usia 5-6 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua tahapan prasiklus, siklus I dan siklus II, kajian ini merupakan terobosan baru dalam dunia pendidikan anak usia 5-6 tahun, penelitian ini melakukan wawancara dengan 13 anak mengungkapkan bahwa 23,1% dari mereka memiliki kriteria rendah, sementara 76,9% memiliki kriteria tinggi untuk perilaku baik. Tidak ada anak yang memenuhi kriteria tinggi dalam berperilaku baik. Anak kelompok B bagian I tidak memenuhi kriteria mutu tinggi, sedangkan bagian lainnya memenuhi kriteria dengan proporsi lima anak (38,44%) dan delapan anak (61,56%). Studi ini juga menemukan bahwa 11 anak (84,6%) menunjukkan pemikiran kritis yang baik, dan 2 anak (15,4%) memenuhi aturan berpikir kritis, tanpa ada yang memiliki aturan berpikir kritis. Berdasarkan teori Gardner, perkembangan kognitif yang optimal dapat dicapai dengan fokus pada aktivitas seperti Aktor, Atlet, atau Penari, dan pengulangan merupakan metode efektif untuk meningkatkan pemikiran kritis pada anak usia 5-6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas pemeriksaan fisik anak meningkat secara signifikan pada tahun 2022/2023, terutama pada bagian I dan II.

Kata Kunci : Kecerdasan Kinestetik, Pengoptimalan, Senam Cerdas Ceria

Pendahuluan

Pendidikan untuk anak-anak adalah kurikulum sekolah yang menyediakan stimulasi, dorongan, dan kegiatan belajar untuk anak usia enam hingga delapan tahun. Ia adalah tanggungjawab kanak-kanak berusia enam hingga delapan tahun untuk mempromosikan pertumbuhan dan perkembangan mereka dalam sains dan agama, memastikan perkembangan fisik dan psikologi untuk pendidikan tinggi. Hal ini sesuai dengan Deklarasi 1945 yang menyatakan bahwa setiap negara memiliki hak atas pendidikan. Pendidikan untuk anak-anak harus berfokus pada pengembangan berbagai aspek perkembangan termasuk keterampilan moral, fisik, kognitif, bahasa, emosional, dan sosial. Aspek-aspek perkembangan ini harus dikembangkan secara optimal ketika didorong sesuai dengan usia anak..

Anak usia merupakan keemasan yang terjadi fungsi-fungsi fisik dan psikis, dan anak mulai sensitif untuk menerima berbagai upaya pengembangan seluruh potensi. Mengingat masa keemasan, tidak terjadi dua kali maka disarankan untuk optimalmalkan perkembangan anak sedini mungkin. Perkembangan pada periode sebelumnya akan menemukan perkembangan diperiode kehidupan berikutnya dalam tugas perkembangan anak. Kusbiantoro (2015) menyatakan bahwa stimulasi yang tepat dan sesuai usia merangsang otak anak, dan sehingga seperti aspek perkembangannya dapat berlangsung optimal. Stimulasi memainkan peran penting dalam perkembangan otak, karena mempengaruhi pertumbuhan berbagai hormon. Otaks, ketika terkena banyak rangsangan, menjadi lebih aktif dan mengembangkan tingkat fungsional yang kuat dari setiap jenis stres. Perkembangan sistem otak dapat mempengaruhi perkembangan aspek lain dari otak, seperti moral, kognitif, emosional, perilaku, dan keterampilan motorik. Penelitian dari Rismayanthi mengungkapkan bahwa otak sangat dipengaruhi oleh perkembangan motorik ketika anak-anak mengalami, merespon, dan menanggapi rangsangan

Keterampilan tubuh dalam memahami perintah otak. Yuningsih (2015) mengungkapkan bahwa individu dengan kemampuan untuk menggunakan kapasitas tubuh mereka secara efektif atau kurang dari kemampuan tubuh mereka untuk memecahkan masalah sedang berkembang dalam kinematika. Ini berarti bahwa kinematika melibatkan menggunakan semua tubuh pada tingkat perintah otak, termasuk tindakan fisik, untuk memecahkan masalah. Demikian pula, penelitian Armstrong di Lestari (2015) menunjukkan bahwa kinematika anak-anak dapat secara signifikan dipengaruhi oleh aktivitas Cerdas Ceria. Penelitian ini menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara aktivitas Cerdas Ceria dan kemampuan untuk melakukan tindakan terkoordinasi. Senam Cerdas Ceria, atau aktivitas ritmis, adalah aktivitas fisik yang dapat mengoptimalkan perkembangan anak dengan mempromosikan perilaku aktif dan energik. Ini membantu anak-anak belajar bagaimana mengendalikan kandung kemih mereka, mengontrol pergerakan usus mereka, dan mengontrol lingkaran kandung mereka. Senam Cerdas Ceria juga dapat membantu dalam mengurangi stres bagi anak-anak. Ini dilakukan dengan cara yang ritmis dan non-hakim, menghasilkan ekspresi yang unik. Sebuah studi yang diterbitkan dalam *Journal Improved Intelligence Kinesthetic Children Ages 5-6 Years through Activities of Motion and Song* menyoroti potensi kreatif gerakan dikombinasikan dengan musik. Namun, anak-anak harus menguasai variasi gerakan tubuh sebelum mereka dapat secara efektif menggunakan gerakan ekspresif.

Di bidang ini, pendidikan anak-anak tidak disatukan karena penggunaan metode pengajaran tradisional, seperti pengajaran kelas dan metode Teacher Center. Hal ini

mengakibatkan banyak guru dan orang tua yang berfokus pada kemampuan intelektual anak-anak, dengan tingkat kinerja akademis yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek lain. Penelitian terbaru dalam psikologi pendidikan menunjukkan bahwa kemampuan kognitif anak-anak tidak hanya intelektual tetapi juga psikologis. Sebuah observasi pada 15 Januari 2022, mengungkapkan bahwa guru tidak mengembangkan keterampilan kognitif dan bahasa, dan proses belajar tidak memberikan stimulasi fisik motorik kepada anak-anak, tidak seperti sekolah lain yang melakukannya. Aktivitas fisik yang diberikan oleh guru dapat menghambat perkembangan fisik anak-anak di kelompok B. Anak-anak sering berjuang dengan gerakan yang lambat, seperti melengkung, menggenggam, dan mengguncang. Mereka juga berjuang untuk mengeksplorasi gravitasi, koordinasi bagian-bagian tubuh, dan membentuk konsep seperti 'benar' atau 'salah'. Perkembangan fisik yang optimal anak-anak juga terjadi ketika mereka terlibat dalam kegiatan sekolah. Anak-anak yang bermain olahraga di sekolah membutuhkan aktivitas fisik motorik seperti menyeimbangkan air dan kekuatan otot. Ketika meletakkan telur, mereka berjuang untuk mengkoordinasikan antara bahan dan ukuran mereka, menyebabkan sistem kekebalan tubuh yang lebih lemah.

Studi ini berfokus pada dampak psikologis dari bermain di luar ruangan pada kesehatan anak-anak, bertujuan untuk merangsang mereka melalui kegiatan belajar yang mendorong mereka untuk menghindari kebosanan dan terlibat dengan indikator yang diinginkan. Kegiatan seperti bernyanyi, menari, dan bermain musik dapat diimplementasikan melalui kegiatan bermain di luar ruangan, karena bermain luar ruangan membantu anak-anak menjadi aktif dan energik. Studi ini menyoroti bahwa bermain di luar ruangan di Melyaz hanya efektif selama satu hari seminggu, dengan kegiatan lain seperti kegiatan luar ruangan, makan bersama, dan berada dekat dengan sekolah. Studi ini juga menyoroti pentingnya bermain di luar ruangan dalam mempromosikan kebiasaan sehat pada anak-anak. Anak usia adalah kemampuan perkembangan yang harus distimulasi oleh guru, dan peran guru adalah penting dalam membimbing dan mengarahkan anak dengan kegiatan sem Cerdas Ceria. Guru harus memberikan contoh setiap gerakan dan anak didik diberi kesempatan untuk melakukannya. Guru tidak hanya memberikan instruksi dan anak yang melakukan, dan kegiatan tersebut dilakukan bersama. Pemilihan gerakan bervariasi dan Cerdas Ceria musik dan lagu yang gembira akan membuat anak lebih semangat dan tidak cepat bosan dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

Tinjauan Pustaka

Defenisi Kecerdasan Kinestetik

Kecerdasan kinestetik adalah kecerdasan yang terkait dengan gerak seluruh tubuh, yang meliputi kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan keakuratan menerima rangsang, sentuh, dan tekstur. Gardner & Checkley dalam Yaumi (2013: 16) menurut Gardner & Checkley dan Armstrong (2013: 6-7) menyatakan kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seperi or sebagian tubuh seperti tangan, jari, lengan untuk menyelesaikan masalah, membuat sesuatu, atau menghasilkan produk. Contoh yang tampak untuk diamati adalah aktivitas seorang olahragawan atau dalam pertunjukan menari or berakting. Armstrong (2013: 6-7) menyatakan kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan ide-ide, perasaan, dan kelincahan dalam

menciptakan atau mengubah sesuatu. Sonawat & Gogri dalam Yaumi dan Nurdin (2013: 16) mengungkapkan kecerdasan jasmaniah-kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuh dalam mengekspresikan ide, perasaan, dan menggunakan tangan untuk menghasilkan atau menstranformasi sesuatu. Kecerdasan juga membantu keterampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan kecerdasan yang meliputi keterampilan untuk mengontrol gerakan-gerakan tubuh dan kemampuan untuk memanipulasi objek.

Pendidikan fisik adalah keterampilan yang dikembangkan oleh individu melalui pengalaman sensorik di lingkungan mereka. Ini melibatkan kemampuan untuk merasakan dan memahami dunia di sekitar mereka, membuat mereka merasa aman dan nyaman. Pendidikan fisik juga melibatkan kemampuan untuk berpikir menggunakan alat fisik, seperti pensil, untuk memahami dunia di sekitar mereka. Ini mengarah pada kemampuan fisik yang lebih spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, kekuatan, daya, kecepatan, dan kelincahan. Anak-anak dengan pendidikan fisik umumnya aktif dan dapat belajar melalui aktivitas fisik, seperti bermain, gerakan, dan kekuatan. Pendidikan fisik juga mendorong partisipasi aktif dalam berbagai kegiatan, seperti menggunakan demonstrasi atau kegiatan praktis, belajar dari pengalaman masa lalu, dan berpartisipasi dalam kegiatan fisik seperti perjalanan lapangan, bermain peran, permainan, atau pengalaman fisik. Yaumi (2013: 107-108) adalah karakteristik anak yang memiliki kecerdasan kinestetik sebagai berikut: a) Mereka berbagai aktivitas di luar rumah termasuk dalam melakukan berbagai jenis olahraga, c) Menyukai jenis komunikasi nonverbal, sependapat dengan pernyataan "di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat" dan merasa bahwa membuat tubuh tetap berada dalam kondisi yang fit merupakan hal yang penting untuk membangun pikiran yang jernih. Kemampuan kinestetik telah dimiliki secara lahiriah sebelum mendapatkan latihan atau pendidikan secara khusus. Mereka cenderung banyak gerak, sulit untuk duduk tenang, dan membutuhkan kesempatan aktif lebih besar daripada anak sebayanya. Duduk tenang for membutuhkan hal yang sangat menyiksa, mereka lebih senang bermain, menyentuh-meraba, menggerakkan tangan, tubuh dan mempelajari benda-benda baru. Oxendine (2001: 8) mengungkapkan motorik kasar sebagai "Gross motor skill" yang melibatkan kelompok otot besar atau menggerakkan seluruh bagian tubuh. Motorik kasar sebagai subjek kegiatan dan otot besar sebagai objek.

Sumantri (2005) menjelaskan bahwa gerakan non-lokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan gerakan, seperti bergerak, bergerak, atau melengkung. Lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan gerakan atau gerakan untuk bergerak dari satu posisi ke posisi lain, seperti melompat, melompat, atau melompa. Gerakan manipulatif adalah gerakan yang menggunakan objek tertentu sebagai sarana atau alat untuk memanipulasi tubuh. Sumantri (2005) menyarankan bahwa menggabungkan non-lokomotor, lokomotor dan gerakan manipulatif dapat meningkatkan kontrol motor dan mendorong pemikiran dalam melakukan tugas. Anak usia terbiasa melakukan kegiatan seperti berlari, memanjat, melompat bahkan melakukan permainan sepakbola, petak umpat, sunda manda, dan berbagai macam permainan lainnya. Aktivitas tersebut memerlukan kemampuan motorik kasar karena melibatkan otot-otot besar anak. Kecerdasan kinestetik berpusat pada serebelum (otak kecil), basal ganglia, dan motor korteks. Basal ganglia merupakan massa zat abu-abu didalam subkulit otak dari belahan otak, yang penting dalam koordinasi gerak-gerak, dan motor korteks merupakan motor area, kurang lebih tertutup oleh gyrus presental, dan dikenal sebagai daerah-4

Broadmann. Kinestetik atau gerak terjadi pada perubahan sikap tubuh atau bagian tubuh. Rasa sikap, rasa gerak, rasa arah gerak berpusat di korteks sensorik lobus parietalis. Otak kecil mengatur koordinasi otot dan derajat kontraksi tiap gerakan aktivitas otot-otot manusia yang berjumlah 300 buah. Gangguan pada serebelum atau otak kecil akan menyebabkan gerakan menjadi tidak teratur. Lobus frontalis juga berfungsi sebagai pusat gerakan, meliputi kekuatan, kecepatan, dan gerakan halus. Motorik anak usia dini berhubungannya dengan kecerdasan kinestetik. Motorik berkaitan erat dengan berbagai gerakan yang dilakukan oleh manusia. Unsur-unsur yang ikut menentukan perkembangan motorik adalah syaraf, otak, dan otot. Motorik tidak berperan sendiri-sendiri meliputi saling berinteraksi dan berkaitan secara positif.

Keterampilan motorik pada anak berbeda-beda, dengan kondisi fisik yang paling umum. Ini termasuk kecepatan, koordinasi, keseimbangan, koordinasi, reaksi, dan koordinasi. Komponen integratif kinematika mencakup keterampilan fisik tertentu seperti koordinasi, keseimbangan, koordinasi, kekuatan, dan kecepatan, serta refleks, refleks, dan refleks. Komponen-komponen ini berkontribusi terhadap perkembangan motorik anak secara keseluruhan. Mutohir dan Gusril (2004: 50-51) membahas lima keterampilan motorik: kompetensi, koordinasi, kecepatan, kecepatan, stabilitas, dan mengepal. Kekuatan adalah keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan energi sewaktu kontraksi, dan kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini. Koordinasi adalah keterampilan untuk mempersatukan dan memisahkan dalam kompleks tugas yang kompleks, dan kecepatan adalah keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan tertentu. Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi, dan kelincahan adalah keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ke titik lain.

Defenisi Senam Cerdas Ceria

Senam, salah satu bentuk senam, berasal dari bahasa Yunani dan berasal dari konsep tali tegang. Ini dikembangkan oleh Johan Christian Friederich Gustmus pada tahun 1776 dan sekarang dikenal sebagai Manusia Terkuat di Dunia. Di Indonesia diperkenalkan pada saat Games of the New Emerging Forces pada tahun 1963. Senam merupakan salah satu bentuk senam yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan koordinasi. Dapat dilakukan di rumah, sekolah, pusat kebugaran, atau gym. Senam Cerdas Ceria adalah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerak dan memiliki hubungan dengan bidang seni musik dan seni tari. Perkembangan senam Cerdas Ceria mulai timbul bersamaan dengan perubahan di bidang seni panggung, seni musik, seni tari. Gerakan ini dapat dilakukan dengan alat maupun alat. Tekanan harus diberikan dalam senam irama tanpa alat adalah irama, kelenturan tubuh, dan gerak berkelanjutan. Senam irama sering disebut dengan senam ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama.

Senam Cerdas Ceria adalah senam ritme yang membentuk gerakan yang serasi dan bermanfaat bagi jasmani dan rohani. Ini adalah tujuan senam yang membentuk keindahan tubuh, kebugaran dan kekuatan. Terdapat tiga hal yang harus ditekankan pada senam irama: irama, kelenturan tubuh (fleksibilitas), dan kontinuitas gerakan. Irama adalah mengenal dan merasakan irama dalam lagu – lagu digunakan sebagai pengiring musik. Ketika anak sudah dapat merasakan irama dalam lagu, maka anak tersebut akan menggerakkan badan mengikuti

irama. Kelentukan tubuh adalah kemampuan seseorang dalam menggerakkan sendi-sendi maupun otot pada sudut tertentu yang dinamis, fleksibel, dan elastis. Kontinuitas berupa rangkaian gerak yang tidak terputus. Terdapat tiga unsur yang penting dalam senam Cerdas Ceria, yang berbeda-beda dan berbeda-beda berbeda-beda berbeda-beda dan berbeda-beda berbeda-beda. Sistem Cerdas Ceria terdiri dari tiga bagian: pemanasan, inti, dan pendinginan. Inti adalah proses pemanasan tubuh sebelum inti, yang membantu menilai kondisi tubuh secara fisiologis dan psikologis, termasuk jantung, paru-paru, dan otak. Inti merupakan inti pembelajaran motorik, yang melibatkan berbagai aktivitas untuk menjaga tenaga, koordinasi, dan koordinasi tubuh. Pendinginan melibatkan pendinginan tubuh.

Defenisi Anak Usia Dini

Anak usia dini adalah individu yang mengalami proses perkembangan yang pesat dan berpengaruh bagi kehidupan selanjutnya, terdiri dari dunianya sendiri dan karakter yang berbeda jauh dari dunia dan orang dewasa. Usia lahir sampai enam tahun merupakan masa keemasan dan sering disebut dengan usia keemasan, pada masa ini seluruh aspek perkembangan anak mulai berkembang. Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan yang berhubungan dengan gerakan tubuh termasuk motorik. Penelitian yang dilakukan oleh para ahli psikologi menunjukkan bahwa seorang anak sudah melakukan gerakan motorik kasar yang hampir sama dapat dilakukan oleh anak seusianya.

Metode Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif, Penelitian deskriptif merupakan salah satu dari jenis penelitian yang termasuk dalam jenis penelitian kualitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkapkan kejadian atau fakta, keadaan, fenomena, variabel, dan keadaan yang terjadi saat penelitian berlangsung. Penelitian ini menafsirkan dan menguraikan data yang bersangkutan dengan situasi yang terjadi di dalam suatu masyarakat. Pertentangan dua keadaan atau lebih, hubungan antar variabel yang timbul, perbedaan antar fakta yang mempengaruhi suatu kondisi, dan lain sebagainya. Rancangan Desain penelitian ini adalah menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang dilakukan berdasarkan paradigma, strategi, dan implementasi model secara kualitatif. Bodgan dan Taylor menyatakan bahwa kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Tempat penelitian di RA Melyaz Desa Cinta Rakyat menjelaskan bahwa subjek penelitian adalah siapa saja yang dapat memberikan informasi primer. Penelitian ini menggunakan purposive sampling, berdasarkan faktor-faktor seperti pemeriksaan kinematik setiap anak, observasi kinematik sebelumnya, dan klasifikasi usia. Penelitian ini melibatkan 10 anak dan bertujuan untuk mengetahui kualitas subjek penelitian berdasarkan hasil yang diperoleh. Penelitian kualitatif melibatkan berbagai teknik pengumpulan data seperti observasi, observasi, diskusi dokumentasi, dan fokus pada data yang dikumpulkan. Ini adalah pendekatan untuk mengembangkan pengetahuan dan teori, berfungsi sebagai instrumen manusia, dan mengumpulkan informasi sebagai sumber data. Ini adalah instrumen kunci dalam mengumpulkan data dan harus digunakan untuk menyelidiki fenomena akademis dan sosial. Analisis data kualitatif dilakukan apabila data dikumpulkan melalui observasi, observasi, dan analisis, dan biasanya hasil diperoleh sebelum digunakan melalui penelitian, pembelajaran, atau observasi. Data yang dikumpulkan dalam bentuk tekstual dan tidak

menggunakan statistik sebagai dasar analisis. Proses analisis terdiri dari tiga langkah pengumpulan, penyimpanan data, dan verifikasi atau verifikasi data.

Hasil dan Pembahasan

Prasiklus

Studi ini menyelidiki dampak pendidikan anak usia dini terhadap kesehatan anak-anak di Sekolah Melyaz Kelompok B. Sekolah ini ditandai dengan kurangnya pendidikan usia dini dan kurangnya disiplin. Orang tua sering kali mendorong anak-anaknya untuk bersekolah dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, sehingga mendorong gaya hidup sehat bagi anak-anaknya. Penelitian ini berfokus pada perkembangan fisiologis 13 anak di RA Melyaz kelompok B, dengan menggunakan observasi retrospektif sebagai acuan penelitian. Adapun hasil observasi dari tabel berikut ini dengan menggunakan rumus

Tabel 1 Hasil Observasi Prasiklus

No	Pra Siklus			
	Kode Anak	Skor	Nilai	Keterangan
1	SAR	8	33,3%	MB
2	MFA	8	33,3%	MB
3	JAH	8	33,3%	MB
4	AHW	6	25	BB
5	ANG	10	41,7%	MB
6	MAK	6	25	BB
7	KSI	8	33,3%	MB
8	NZA	8	33,3%	MB
9	DKS	10	41,7%	MB
10	ANA	6	25	BB
11	DAC	8	33,3%	MB
12	ANZ	8	33,3%	MB
13	SDK	10	41,7%	MB
Jumlah Nilai Anak		104		
Rata-rata		8		

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa hasil tes kinematik pada anak kurang baik karena kurangnya metode dalam proses pembelajaran, sehingga membuat mereka malas dan tidak mampu berpartisipasi dalam proses pembelajaran, sehingga mengharuskan orang tua untuk terlibat dalam proses tersebut. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

Tabel 2 Rangkuman Hasil Observasi Kecerdasan Kinestetik Prasiklus

No	Skor Rata-rata	F	%	Keterangan
1	1-6	3	23,1%	Belum Berkembang
2	7-12	10	76,9%	Mulai Berkembang
3	13-18	0	0	Berkembang Sesuai Harapan
4	19-24	0	0	Berkembang Sangat Baik
Jumlah		13	100	

Siklus I

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi masalah kekhawatiran kesehatan anak-anak, khususnya dalam konteks tiga bagian pertama penelitian ini. Bagian pertama berfokus pada pentingnya menyediakan musik dan lagu untuk dipelajari anak, menetapkan rencana

pembelajaran dalam bentuk Rencana Pembelajaran (RPPH), melakukan observasi menyeluruh terhadap pembelajaran anak tentang tujuan penelitian, dan menyiapkan analisis dokumen. Bagian kedua berfokus pada pentingnya memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berpartisipasi dalam penelitian. Bagian pertama bertujuan untuk membuat anak-anak antusias dalam belajar dan mendorong mereka untuk berpartisipasi. Bagian ketiga berfokus pada pentingnya memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berpartisipasi dalam penelitian. Bagian kedua bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berpartisipasi dalam penelitian dan mendiskusikannya dengan guru dan peneliti mereka. Kesimpulannya, penelitian ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan permasalahan kesehatan anak pada anak melalui berbagai metode penelitian. Dengan memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan mendiskusikannya dengan guru mereka, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kebiasaan sehat dan meningkatkan kesejahteraan anak-anak secara keseluruhan.

Proses pembelajaran pada langkah I meliputi tiga tahap dan terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama melibatkan anak-anak yang bersemangat untuk mempelajari kegiatan tersebut, sedangkan tahap kedua melibatkan persiapan mereka untuk kegiatan tersebut. Setelah 2-3 hari, mereka dapat mulai mempersiapkan kegiatan tersebut. Pada tahap kedua, anak didorong untuk melakukan aktivitas, seperti mengerjakan pekerjaan rumah, membawa anak ke kamar mandi, menggunakan tenaga, melakukan aktivitas dengan cepat dan efisien, menggunakan waktu, dan melakukan aktivitas selangkah demi selangkah. Hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak secara bertahap meningkat dari kegiatan tahap pertama. Anak-anak yang tidak bersemangat dengan aktivitas tersebut kemungkinan besar akan terlibat di dalamnya, sedangkan anak-anak yang bersemangat akan cenderung terlibat dengan aktivitas tersebut. Proses pembelajaran didasarkan pada Rencana Pembelajaran (RPPH) dan evaluasi dilakukan untuk mengetahui dampak terhadap kesehatan fisik anak setelah selesai kegiatan. Tujuannya untuk memahami dampak proses pembelajaran terhadap kesehatan fisik anak. Hasil observasi Siklus I dapat dilihat pada tabel di bawah berikut ini:

Tabel 3 Rekapitulasi Hasil Observasi Siklus I

No	Siklus I			
	Kode Anak	Skor	Nilai	Keterangan
1	SAR	13	54,2%	BSH
2	MFA	12	50%	MB
3	JAH	13	54,2%	BSH
4	AHW	11	45,8%	MB
5	ANG	14	58,3%	BSH
6	MAK	11	45,8%	MB
7	KSI	13	54,2%	BSH
8	NZA	12	50%	MB
9	DKS	14	58,3%	BSH
10	ANA	9	37,5%	MB
11	DAC	11	45,8%	MB
12	ANZ	11	45,8%	MB
13	SDK	12	50%	MB
Jumlah Nilai Anak		156		
Rata-rata		12		

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa pada Siklus I diperoleh nilai rata-rata anak 12. Dengan kategori berkembang sesuai harapan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

Tabel 4 Rangkuman Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Siklus I

Persentase	Jumlah Anak	Persentase Jumlah Anak	Keterangan
80%-100%	0	0	Berkembang Sangat Baik
60%-79%	5	38,44%	Berkembang Sesuai Harapan
40%-59%	8	61,56%	Mulai Berkembang
0%-39%	0	0	Belum Berkembang
Jumlah	13	100%	

Penelitian ini menemukan bahwa anak-anak dengan kriteria skor baik dianggap tidak baik, anak-anak dengan kriteria skor baik dianggap baik, dan anak-anak dengan kriteria skor baik dianggap baik. Penelitian yang dilakukan pada Siklus I tahap kedua mengungkapkan bahwa perkembangan fisik anak belum optimal, dimana 75% anak belum mencapai tumbuh kembang yang optimal. Untuk memperbaiki tahap kedua, diperlukan perbaikan. Beberapa perbaikannya antara lain memotivasi anak untuk melakukan tugas dengan semangat dan semangat, serta memberikan reward berupa stiker kepada anak dalam menyelesaikan tugas sejak kecil hingga tua. Perbaikan ini bertujuan untuk meningkatkan proses pembelajaran secara keseluruhan dan memastikan hasil yang optimal bagi anak.

Siklus II

Rencana penelitiannya meliputi pembuatan Rencana Pembelajaran (RPPH) bersama guru, melakukan observasi, merencanakan ujian, memberikan dukungan dokumentasi, dan memberikan reward kepada anak. Pembelajaran pertama dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2022, dimana anak-anak didorong untuk membuat jadwal belajar dengan bimbingan guru dan peneliti. Penelitian ini memberikan insentif motivasi dan penghargaan bagi anak-anak untuk menyelesaikan studi. Pembelajaran kedua dilaksanakan pada tanggal 7 Juni 2023, dimana anak-anak antusias dalam belajar dan bersemangat dalam menyelesaikan pembelajaran. Penelitian ketiga dilakukan pada tanggal 9 Juni 2023, dimana anak-anak tidak dibekali musik untuk didengarkan sebelum penelitian. Pembelajaran keempat lebih menantang dan bermanfaat, karena tidak ada anak yang ragu-ragu untuk berpartisipasi dalam penelitian dan tidak ada anak yang bersemangat untuk bergabung dengan yang lain. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan efektif bagi anak-anak. Observasi dilakukan selama proses pembelajaran, khususnya setelah anak menyelesaikan kegiatan sains. Kebanyakan anak-anak tertarik pada kegiatan sains, karena mereka belajar tentang musik dan menikmati kegiatan tersebut. Mereka akan menerima stiker dengan stiker dari kegiatan sains. Hasil observasi menunjukkan bahwa kegiatan sains dilaksanakan sesuai Rencana Pembelajaran Manusia (RPPH), dan dilakukan evaluasi untuk mengetahui kinematika anak setelah kegiatan sains. Berikut ini hasil observasi Siklus II:

Tabel 5 Rekapitulasi Hasil Observasi Siklus II

No	Pra Siklus			
	Kode Anak	Skor	Nilai	Keterangan
1	SAR	21	87,5%	BSB
2	MFA	20	83,3%	BSB
3	JAH	23	95,8%	BSB
4	AHW	19	79,2%	BSB
5	ANG	24	100%	BSB
6	MAK	19	79,2%	BSB
7	KSI	20	83,3%	BSB
8	NZA	18	75%	BSH
9	DKS	20	83,3%	BSB
10	ANA	15	62,5%	BSH
11	DAC	20	83,3%	BSB
12	ANZ	19	79,2%	BSB
13	SDK	19	79,2%	BSB
Jumlah Nilai Anak		257		
Rata-rata		19,8		

Dari tabel di atas terlihat Siklus II diperoleh rerata anak sebesar 19,8 bermakna adanya peningkatan yang terjadi pada kecerdasan kinestetik anak. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 6 Rangkuman Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Siklus II

Persentase	Jumlah Anak	Persentase Jumlah Anak	Keterangan
80%-100%	11	84,6%	Berkembang Sangat Baik
60%-79%	2	15,4%	Berkembang Sesuai Harapan
40%-59%	0	0	Mulai Berkembang
0%-39%	0	0	Belum Berkembang
Jumlah	13	100%	

Hasil uji kinematika menunjukkan bahwa dari 13 anak, 11 anak mempunyai kriteria kebersihan tinggi 84,6%, 2 anak mempunyai kriteria tinggi 15,4%, dan tidak ada satupun yang memiliki kriteria kebersihan tinggi. Penelitian ini fokus pada peningkatan kesehatan anak Tingkat II melalui observasi pentingnya penelitian dalam menyediakan lingkungan yang sehat dalam proses pembelajaran dan penerapan kurikulum yang berfungsi sebagai model pembelajaran anak. Guru dan peneliti juga memberikan motivasi dan stimulus kepada anak, serta reward bagi anak yang melakukan aktivitas sehat. Temuan penelitian menunjukkan bahwa menggunakan aktivitas sehat di Tingkat Kedua dapat membawa kesuksesan yang lebih besar.

Kesimpulan

Pada saat wawancara terhadap 13 anak kelompok B, 23,1% mempunyai kriteria rendah, sedangkan 76,9% mempunyai kriteria tinggi, dan tidak ada satupun yang mempunyai kriteria tinggi untuk berperilaku baik. Hasil penelitian menemukan bahwa anak kelompok B bagian I tidak memenuhi kriteria bermutu tinggi, sedangkan anak kelompok B memenuhi kriteria lima anak (38,44%), delapan anak (61,56%), dan tidak ada yang memenuhi kriteria layak. tidak memenuhi syarat. Studi ini menemukan bahwa di antara 13 anak di kelompok B,

11 anak memiliki pemikiran kritis yang baik (84,6%), 2 anak memiliki aturan berpikir kritis (15,4%), dan tidak ada satu pun yang memiliki aturan berpikir kritis. Penelitian Gardner mengemukakan bahwa perkembangan kognitif yang mudah dapat dicapai dengan memusatkan perhatian pada Aktor, Atlit, atau Penari, dan pengulangan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan berpikir kritis pada anak usia 5-6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas pemeriksaan fisik anak pada bagian I dan II dipengaruhi oleh peningkatan yang terlihat setelah adanya peningkatan pemeriksaan fisik anak pada tahun 2022/2023.

Daftar Pustaka

- Abdussalam, M Subhi. 2014. *Anakku Hebat, Penuh Bakat*. Solo: Tayiba Media.
- Aka, Biasworo AdiSuyanto. 2009. *Cerdas dan Bugar Dengan Senam Lantai*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Albani, Muhammad Nashiruddin. 2007. *Shahih Sunan Tirmidzi*. Jakarta: PustakaAzzam.
- Arikunto, Suharsimi. 2015. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Asrul dan Ahmad Syukri. 2016. *Strategi Pendidikan Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Busthomi, Yazid. 2012. *Panduan Lengkap PAUD*. Jakarta: Citra Publishing. *Diktad Senam Ritmik, Metode Praktis Belajar Senam Erobik*. Unimed. download.portalgaruda.org/article.php
- Jakarta: PT Indeks.
- Jamaal, AbdurRahman. 2005. *Tahapan Mendidik Anak Teladan Rasulullah*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Jurnal Ilmiah Guru "COPE", No. 02/Tahun XVIII/November 2014
- Khadijah dan Armanila. 2017. *Permasalahan Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Khadijah. 2016. *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Khadijah. 2015. *Media Pembelajaran Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Khadijah. 2016. *Pendidikan Pra Sekolah*. Medan: Perdana Publishing.
- Kurniawati, Ening dan Isti Widiyasi. 2008. *Melatih Kecerdasan Anak*. Jakarta: TransMedia Pustaka.
- Lestari, Sri. 2012. *Aktivitas Cerdas Pengisi Kegiatan PAUD*. Jakarta: Platinum.
- Masganti Sit. 2005. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Medan: Perdana
- May Lwin, dkk. 2008. *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*.

Menteri Pendidikan Nasional. 2009. *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 58 tentang standar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional RI.

Mukti Amini, *Modul 1 Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*.

Musfiroh, Tadkiroatun. 2012. *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

Publishing.

Rahman, S Hibana. 2004. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Galah.

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.

Santi, Danar. 2009. *Pendidikan Anak Usia Dini Antara Teori Dan Praktik*. Jakarta: PT Indeks.

Subini, Nini. 2011. *Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak*.Jogjakarta: PT BukuKita.