

EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN SENAM IRAMA DALAM MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK JASMANI ANAK

(Studi Kuasi Eksperimen Di Kober Anugerah Kota Bandung
Tahun Ajaran 2015/2016)

*Elnawati *)*, *Wening Nugraheni *)*

Program Studi PG-PAUD, PJKR Universitas Muhammadiyah Sukabumi
Jalan R. Syamsudin, S.H. No. 50 Sukabumi 43113

ABSTRACT

Age 4-6 years is a sensitive period for children, the period in which the maturation of the functions of the physical and psychic so that they are ready to respond to any stimulation provided by the environment. Sensitive children begin to receive various efforts throughout the development potential of children.

This study uses a quantitative approach with quasi experimental methods and test analysis of two samples correlated difference. The design was a pretest-posttest design nonequivalent group with the techniques of data collection using observation, interviews, and questionnaires.

Results of the study showed bodily kinesthetic intelligence of children in Kober Anugerah before experiments have intelligence that is relatively similar to the medium category. After the experiment, the experimental class has increased significantly. It concluded that the learning gymnastics effective in improving students' bodily kinesthetic intelligence.

Keyword : *children, rhythmic gymnastics, bodily kinesthetic intelligence*

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia tak dapat dipisahkan dari proses pendidikan. Tanpa pendidikan manusia tidak dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya sehingga mampu menyelesaikan tugas hidupnya secara mandiri. Pendidikan dapat mencakup seluruh proses hidup dengan segenap bentuk interaksi individu dan lingkungannya baik secara formal, informal, maupun non formal, dalam rangka mewujudkan dirinya sesuai tahapan dan tugas perkembangannya.

Pendidikan merupakan bagian integral dalam pembangunan. Proses pendidikan tak dapat dipisahkan dari proses pembangunan itu sendiri. Pembangunan diarahkan dan bertujuan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas dan sektor ekonomi, satu dengan lainnya saling berkaitan dan berlangsung dengan berbarengan. Pendidikan adalah suatu proses dalam rangka mempengaruhi peserta didik supaya mampu

menyesuaikan diri sebaik mungkin dengan lingkungannya, dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkannya untuk berfungsi secara dekat dalam kehidupan masyarakat. Dalam pengertian yang luas, pendidikan dapat diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan (Muhibin Syah, 2008:10). Pengajaran bertugas mengarahkan proses agar sasaran dari perubahan itu dapat tercapai sebagaimana yang diinginkan (Oemar Hamalik, 2007:3).

Di dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 (UU No.20/2003) tentang Sistem Pendidikan Nasional, tercantum pengertian pendidikan :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya

sehingga memiliki, kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Dalam Islam, ada beberapa istilah yang biasa digunakan dalam pengertian pendidikan. Salah satunya kata *ta'lim* sesuai dengan firman Allah s.w.t. Q.S. Al-Baqarah ayat 31:

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ

Artinya : "Dan Allah mengajarkan kepada Adam segala nama, kemudian Ia berkata kepada malaikat : beritahulah Aku nama-nama semua itu jika kamu benar."

Begitu pula dengan kata *ta'dib*, sebagaimana dalam sebuah hadits Rasulullah saw. yang berbunyi :

أَدَّبَنِي رَبِّي فَأَحْسَنَ تَأْدِيبِي

Artinya : "Allah mendidikku, maka Ia memberikan kepadaku sebaik-baik pendidikan.

Ada satu hal penting yang dapat ditarik dari pengertian pendidikan di atas, bahwa yang tercakup dalam proses pendidikan yaitu pendewasaan diri melalui pengajaran dan latihan.

Usia 4-6 tahun merupakan masa peka bagi anak. Anak mulai sensitif untuk menerima berbagai upaya perkembangan seluruh potensi anak. Masa peka adalah masa terjadinya pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Masa ini merupakan masa untuk meletakkan dasar pertama dalam mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian, seni, moral, dan nilai-nilai agama. Oleh sebab itu dibutuhkan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak agar pertumbuhan dan perkembangan anak tercapai secara optimal.

Anak prasekolah berada pada masa lima tahun pertama yang disebut *The Golden Age* merupakan masa emas perkembangan anak.

Anak pada usia tersebut mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk kecerdasan kinestetik jasmani.

Menurut Gardner, mental dan kegiatan fisik saling berhubungan. Kecerdasan jasmani menurutnya merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memadukan antara kemampuan fisik dengan pikiran sehingga terlahir sesuatu penampilan fisik motorik yang indah dan terorganisasi dengan rapih, Gardner (Campbell dkk. : 1996-67).

Berkenaan dengan pertumbuhan fisik, anak usia TK masih perlu aktif melakukan berbagai aktivitas, ini sangat diperlukan baik bagi pengembangan otot-otot kecil maupun otot-otot besar. Menurut Solehuddin (2000:47) keberhasilan anak dalam menguasai keterampilan-keterampilan motorik dapat membuat anak yang bersangkutan bangga akan dirinya. Begitu juga gerakan-gerakan fisik dapat membantu anak dalam memahami konsep-konsep yang abstrak, sama halnya dengan orang dewasa yang memerlukan ilustrasi untuk memahami konsep-konsep yang abstrak tersebut. Namun berbeda dengan orang dewasa, pemahaman anak terhadap suatu konsep hampir sepenuhnya bergantung pada pengalaman yang bersifat langsung. Oleh karena itu diperlukan aktivitas fisik yang cukup rutin agar keterampilan motorik dan fisik anak di masa pertumbuhan menjadi optimal.

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.

Namun pada zaman modern dengan berbagai bentuk kemajuan teknologi seperti sekarang ini, kebanyakan anak memilih untuk lebih banyak menghabiskan waktunya 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. Sejalan dengan Hildayani (2005:16) bahwa lebih kurang dari 80% dari sejumlah anak mengalami gangguan perkembangan, juga mengalami kesulitan pada pengaturan keseimbangan tubuh.

Lebih lanjut, Hildayani (2005:8-11) berkaitan dengan keseimbangan, pada usia 4-6 tahun tidak semua anak sama dalam memperoleh kemampuan yang sempurna sesuai dengan perkembangan usianya. Masih menurut Hildayani (2005:8-16) kurang lebih 80% anak memiliki gangguan perkembangan, dan mengalami kesulitan pada pengaturan keseimbangan tubuh. Pengaturan keseimbangan tubuh diperlukan anak untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih sulit dan kompleks seperti melompat, berdiri di atas satu kaki, atau berjalan di titian.

Dampak dari ketidakseimbangan pada anak adalah kesulitan dalam mengatur dan mengontrol gerakan anggota tubuh sehingga terkesan gerakannya ragu-ragu dan tampak canggung. Masalah keseimbangan tubuh berhubungan dengan vestibular atau sistem yang mengatur keseimbangan tubuh.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara awal di Kober Anugerah, masih banyak guru kelompok bermain yang belum mengerti tentang kecerdasan kinestetik jasmani anak melalui penerapan pembelajaran dengan menggunakan senam irama. Maka dari hasil pengamatan tersebut dapat disimpulkan bahwa pembelajaran yang dilaksanakan masih belum maksimal, terutama dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik jasmani. Hal ini juga disebabkan oleh karena belum semua guru memahami tentang manfaat kecerdasan kinestetik jasmani melalui penerapan pembelajaran senam irama pada anak usia dini.

Sebagai solusi dalam menyelesaikan permasalahan di atas adalah melalui penyelenggaraan pengembangan fisik yang menyenangkan dan nyaman bagi anak. Delphie (2005:35) mengemukakan bahwa dalam kehidupan di dunia ini ternyata hubungan antara

manusia dengan irama, begitu pula dengan musik terdapat suatu bentuk yang saling tarik menarik sehingga menimbulkan ketegangan-ketegangan yang menjadikan tantangan bagi manusia itu sendiri untuk dapat melakukan gerakan. Demikian dengan anak TK senang bergerak berirama, adapun kegiatan berirama yang biasa dilakukan anak TK yaitu senam irama.

Ketika mendengarkan irama, anak diharapkan dapat melakukan gerak, baik gerakan spontan maupun gerakan yang dilakukan dengan kesadaran penuh, serta diharapkan anak dapat belajar menggunakan tenaganya secara tepat.

Senam irama tidak menuntut anak untuk bergerak sesuai dengan pola melainkan memberikan kebebasan pada anak untuk bergerak dengan bebas sesuai dengan keinginannya. Dengan ekspresi, anak akan menemukan pengalaman baru dan dengan mengikuti senam irama anak lebih bebas bergerak, berimajinasi serta berani menghadapi tantangan baru.

Berdasarkan paparan yang dikemukakan di atas maka menjadi isu sentral dalam penelitian ini adalah **"Efektifitas Pembelajaran Senam Irama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Jasmani Anak (Studi Kuasi Eksperimen di Kober Anugerah Kota Bandung Tahun Ajaran 2014/2015)."**

F. PERUMUSAN MASALAH

Untuk memperjelas indentifikasi masalah tersebut maka peneliti menyusun rumusan masalah agar kajian penelitian lebih fokus dan terarah. Adapun rumusan masalah yang akan diteliti adalah sebagai berikut: Bagaimana efektifitas pembelajaran senam irama dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik jasmani anak usia dini.

G. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan penelitian yang telah dirumuskan, maka tujuan pokok penelitian adalah untuk mengetahui efektifitas pembelajaran senam irama dalam

meningkatkan kecerdasan kinestetik jasmani anak usia dini.

H. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Kober Anugerah, yang beralamat di Jalan Cintaasih No. 193/122 RT. 04 RW. 13 Kelurahan Cibangkong Kecamatan Batununggal Kota Bandung Jawa Barat.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti, yaitu pembelajaran senam iramadan kecerdasan kinestetik jasmani anak. Dari ketiga variabel tersebut terdapat satu variabel eksperimen (*experimental variable*) yaitu pembelajaran senam irama (X) serta satu variabel akibat atau hasil (*outcome variable*) yaitu kecerdasan kinestetik jasmani (Y).

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah murid Kober Anugerah sebanyak 58 orang pada rentang usia 4-6 tahun. 29 orang sebagai kelompok eksperimen, dan 29 orang lainnya sebagai kelompok kontrol. Oleh karena peneliti menjadikan semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian sebagai subjek penelitian, maka penelitian ini disebut penelitian populasi dan studi penelitiannya disebut studi populasi atau studi sensus (Arikunto, 2013:173).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen (eksperimen semu). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *pretest-posttest nonequivalent group* (Heppner, Wampold and Kivlighan, 2008:183-186). Desain ini memungkinkan untuk tidak sebandingnya antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol (Heppner, Wampold and Kivlighan, 2008:183).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Kuesioner ini menggunakan kuesioner *check list* dengan jenis kuesioner tertutup, yakni peneliti telah menyediakan jawabannya sehingga responden tinggal

memilih. Kuesioner diberikan kepada guru kelas eksperimen dan kelas kontrol sebagai responden dari penelitian ini.

Teknik analisis data dilakukan dengan melalui tiga tahap, yaitu tahap deskripsi data, tahap uji persyaratan analisis, dan tahap pengujian hipotesis.

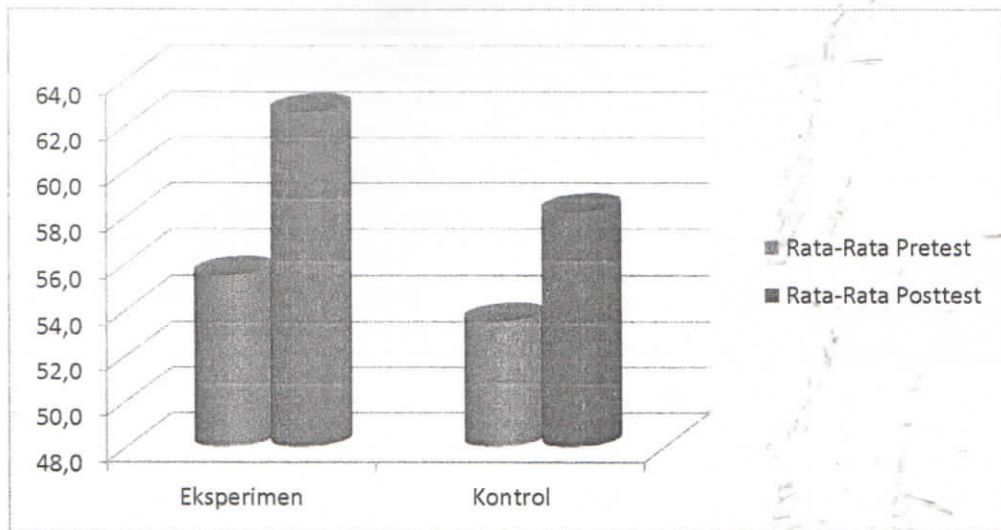
I. HASIL PENELITIAN Kecerdasan Kinestetik Jasmani

Profil kecerdasan kinestetik jasmani anak didik di Kober Anugerah diketahui sebelum diberi perlakuan, pada kelas eksperimen 8 orang anak (27,6%) termasuk dalam kategori "tinggi", 11 orang anak (37,9%) termasuk dalam kategori "sedang", 7 orang anak (24,1%) termasuk dalam kategori "rendah", dan 3 orang anak (10,3%) termasuk dalam kategori "sangat rendah", tidak terdapat anak di kelas eksperimen yang memiliki kecerdasan kinestetik jasmani dalam kategori "sangat tinggi".

Adapun kecerdasan kinestetik jasmani kelas kontrol memiliki tingkat kecerdasan kinestetik jasmani yang masuk kategori "tinggi" setelah eksperimen sebesar 41,4% (12 orang), "sedang" 31,0% (9 orang), rendah 20,7% (6 orang), dan 6,9% (2 orang) termasuk dalam kategori "sangat rendah". Tidak ditemukan kecerdasan kinestetik jasmani dengan kategori sangat tinggi di kelas kontrol pasca eksperimen.

Setelah diberi perlakuan dengan pembelajaran senam irama, terjadi peningkatan pada kelas eksperimen. Hal tersebut berdasarkan data *posttest* bahwa anak di kelas eksperimen setelah diberi perlakuan, 7 orang (24,1%) termasuk dalam kategori "sangat tinggi", 9 orang (31%) termasuk dalam kategori "tinggi", 6 orang (20,7%) termasuk dalam kategori "sedang", 5 orang (17,2%) dan 2 orang termasuk dalam kategori "sangat rendah".

Grafik 1
Perbandingan Rata-Rata Nilai Kecerdasan Kinestetik Jasmani
Antara Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol



Grafik ini mendeskripsikan bahwa rata-rata tingkat kecerdasan kinestetik jasmanikelas eksperimen sebelum perlakuan sebesar 55,5 dan kelas kontrol sebesar 53,5. Setelah eksperimen dilakukan, terjadi peningkatan di kedua kelas. Kelas eksperimen setelah eksperimen rata-rata tingkat kecerdasan kinestetik jasmani anak sebesar 62,6 dan kelas kontrol 58,2. Hal ini menunjukkan bahwa skor rata-rata kecerdasan kinestetik jasmani di Kober Anugerah berada pada kategori sedang.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji dua sampel berkorelasi (berpasangan) karena sampel dalam penelitian ini berkorelasi (*dependent*) atau berpasangan. Berpasangan di sini maksudnya, satu sampel mendapat perlakuan berbeda dari dimensi waktu (Siregar, 2013: 248). Perhitungan dilakukan dengan menggunakan program SPSS untuk *Windows* versi 20 dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1
Statistik Uji Hipotesis (Kecerdasan Kinestetik Jasmani)

Paired Samples Statistics					
	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	
Pair 1	Pretest Kecerdasan Kinestetik Jasmani	55.52	29	12.032	2.234
	Posttest Kecerdasan Kinestetik Jasmani	62.41	29	16.717	3.104

Dari 29 subjek yang diamati terlihat bahwa rata-rata (*mean*) kecerdasan kinestetik jasmani kelas eksperimen sebelum perlakuan adalah

55,52 dan rata-rata setelah perlakuan adalah 62,41. Uji-t yang dilakukan terlihat pada tabel

berikut :

Tabel 2
Uji-t Sampel Berpasangan

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Pretest KKJ - Posttest KKJ	-6.897	11.623	2.158	-11.318	-2.475	-3.195	28	.003

Dari hasil uji-t berpasangan tersebut terlihat bahwa rata-rata perbedaan antara kecerdasan kinestetik jasmani sebelum perlakuan dan setelah perlakuan adalah sebesar -6,897. Artinya ada peningkatan kecerdasan kinestetik jasmani setelah eksperimen dengan rata-rata peningkatan sebesar -6,897.

Hasil perhitungan nilai t adalah sebesar -3,195 dengan angka probabilitas (Sig.) 0,003. Hal ini berarti H_0 ditolak dan hipotesis penelitian diterima. Artinya secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna/signifikan antara rata-rata kecerdasan kinestetik jasmani anak sebelum dengan sesudah perlakuan.

Pembahasan Hasil Penelitian

Ide awal penelitian eksperimen penggunaan senam irama mengacu kepada kajian teoretis yang menyebutkan bahwa mental dan kegiatan fisik saling berhubungan. Kecerdasan jasmani merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya.

Setelah melalui proses analisa data berdasarkan hasil pengolahan statistik terhadap data-data dari lapangan, maka peneliti jelaskan hasil penemuan-penemuan sebagai berikut: *Pertama*, hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa rata-rata anak didik di Kober Anugerah sebelum diberikan perlakuan memiliki kecerdasan kinestetik jasmani dengan kategori

sedang. Setelah diberikan perlakuan berupa pembelajaran senam irama, kelas eksperimen mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Hal ini terlihat dari persentase kecerdasan kinestetik jasmani anak sebagai berikut: 7 orang (24,1%) masuk dalam kategori "sangat tinggi", 9 orang (31%) termasuk dalam kategori "tinggi", 6 orang (20,7%) termasuk dalam kategori "sedang", 5 orang (17,2%) dan 2 orang termasuk dalam kategori "sangat rendah". Selain itu, peningkatan juga dapat dilihat dari rata-rata tingkat kecerdasan kinestetik jasmani kelas eksperimen sebelum perlakuan sebesar 55,5 dan kelas kontrol sebesar 53,5. Setelah eksperimen dilakukan, terjadi peningkatan di kedua kelas. Kelas eksperimen setelah eksperimen rata-rata tingkat kecerdasan kinestetik jasmani anak sebesar 62,6 dan kelas kontrol 58,2.

Kedua, dari hasil uji-t berpasangan terlihat bahwa rata-rata perbedaan antara kecerdasan kinestetik jasmani sebelum perlakuan dan setelah perlakuan adalah sebesar -6,897. Artinya ada peningkatan kecerdasan kinestetik jasmani setelah eksperimen dengan rata-rata peningkatan sebesar -6,897. Hasil perhitungan nilai t adalah sebesar -3,195 dengan angka probabilitas (Sig.) 0,003. Hal ini berarti H_0 ditolak dan hipotesis penelitian diterima. Artinya secara statistik terdapat

perbedaan yang bermakna/signifikan antara rata-rata kecerdasan kinestetik jasmani anak sebelum dengan sesudah perlakuan.

Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran senam irama memiliki pengaruh terhadap peningkatan kecerdasan kinestetik jasmani, berdasarkan peningkatan rata-rata motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah eksperimen.

Hasil temuan ini juga membuktikan bahwa pembelajaran senam irama memiliki peranan yang cukup penting dalam proses pendidikan (pembelajaran). Dalam kegiatan senam irama ini, anak dapat mengikuti kegiatan pengembangan fisik, meskipun pada awalnya anak tidak dituntut untuk melakukan gerakan sesuai dengan pola atau contoh. Anak bergerak sesuai dengan ekspresi jiwanya atau keinginan hatinya, namun anak juga tidak menutup kemungkinan pada akhirnya dapat mengikuti semua gerakan dikarenakan seringkali anak melakukan gerakan dengan berulang-ulang sehingga terbiasa.

Dengan ekspresi anak akan menemukan pengalaman baru dan dengan mengikuti irama anak lebih bebas bergerak, berimajinasi serta berani menghadapi tantangan baru. Seperti yang dikemukakan oleh Sujiono (2007:97) bahwa: Pendekatan dalam kegiatan gerak berirama harus menekankan pada metodologi yang kreatif dan fleksibel yang menempatkan proses gerakan dan ekspresi diri terhadap irama lebih penting dari pada pola gerak yang dihasilkan.

J. PENUTUP

1. Simpulan

Berdasarkan hasil analisa data yang telah dibahas pada bab IV, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

Pertama, hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa kondisi objektif kecerdasan kinestetik jasmani anak didik di Kober Anugerah sebelum diberikan perlakuan memiliki kecerdasan kinestetik jasmani pada tingkat yang relatif sama baik di kelas eksperimen maupun di kelas kontrol yakni berada pada kategori sedang.

Kedua, setelah dilakukan eksperimen dengan menggunakan pembelajaran senam irama, kelas eksperimen mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat efektivitas yang signifikan antara pembelajaran senam irama dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik jasmani anak didik.

2. Implikasi

Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat korelasi antara pembelajaran senam irama dengan peningkatan kecerdasan kinestetik jasmani anak di Kober Anugerah meski dengan tingkat signifikansi yang berbeda.

Dengan demikian, pembelajaran senam irama seyogyanya dapat digunakan oleh guru baik di Taman Kanak-Kanak (TK), Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), Kelompok Belajar (Kober), maupun di lembaga pendidikan setara yang lainnya. Pembelajaran tersebut dapat dimasukkan dalam setiap rencana program pembelajaran, baik harian maupun mingguan dengan tetap memperhatikan kondisi objektif dan perkembangan anak didik.