

**PENGARUH AKTIVITAS SENAM OTAK TERHADAP KECERDASAN  
KINESTETIK ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TAMAN  
KANAK-KANAK ASSYOFA PADANG**

Selly Seftiana<sup>1</sup>, Serli Marlina<sup>2</sup>

**Article Info**

**Abstract**

**Keywords:**

Activity; Children  
Aged 5-6 Years;  
Kinesthetic  
Intelligence; Brain  
Gym

This research is motivated by the fact that there are still many children who have not yet developed kinesthetic intelligence, which is not balanced between what the child thinks and what the child does. This study aims to prove the effect of brain gym activities on kinesthetic intelligence in children aged 5-6 years at Assyofa Padang Kindergarten. Kinesthetic intelligence that will be examined includes how children can synchronize the contents of their thoughts with actions or actions. This study uses a quantitative approach with a quasi-experimental design. The population of this study were all children at Assyofa Padang Kindergarten, while the samples for this study were B3 as the experimental class and B4 as the control class. The data collection technique used a test in the form of a statement of 7 item questions and data analysis techniques used the normality test, homogeneity test, hypothesis testing with the help of SPSS 20 computerization. Based on the results of the study, the results of the effect size test of brain exercise activity on kinesthetic intelligence can be seen. children aged 5-6 years at Assyofa Padang Kindergarten obtained a result of 1.49. Which, based on the category of the effect size test, the results are included in the strong category.

**Kata Kunci:**

Aktivitas; Anak  
Usia 5-6 Tahun;  
Kecerdasan  
Kinestetik; Senam  
Otak

**Abstrak**

Penelitian ini di latar belakang oleh masih banyak anak yang belum berkembang kecerdasan kinestetik yang mana belum seimbangnya antara apa yang dipikirkan dengan perbuatan anak. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh aktivitas senam otak terhadap kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak Assyofa Padang. Kecerdasan kinestetik yang akan diteliti meliputi bagaimana anak dapat mengsinkronisasi anatara isi pikiran dengan perbuatan atau Tindakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen. Populasi penelitian ini adalah seluruh anak Taman Kanak-Kanak Assyofa Padang, sedangkan sampel penelitian ini adalah B3 sebagai kelas eksperimen dan kelas B4 sebagai kelas kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan tes yang berupa pernyataan sebanyak 7 item pertanyaan dan teknik analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis dengan bantuan komputersasi SPSS 20. Berdasarkan hasil dari penelitian

<sup>1</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia  
Email: sellyseftiana249@gmail.com

<sup>2</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia  
Email: serlimarlina@fip.unp.ac.id

terlihat hasil dari uji pengaruh (effect size) aktivitas senam otak terhadap kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak Assyofa Padang diperoleh hasil sebesar 1,49. Yang mana berdasarkan kategori dari uji effect size hasil tersebut termasuk pada kategori kuat.

## **PENDAHULUAN**

Pemberian binaan pendidikan pada anak usia dini termasuk upaya yang strategis dalam peningkatan potensi manusia sehingga mengembangkan kualitas anak dalam kemampuan fisik dan mental serta seluruh kemampuan yang ada dalam diri anak (Kadek et al., 2013). Usia dini adalah masa anak-anak membutuhkan penanganan khusus karena pada masa itu anak belum mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Pada penelitian awal yang dilakukan oleh Gardner pada tahun 1983 hanya ditemukan tujuh jenis kecerdasan, kemudian penelitian tersebut dilanjutkan dan ditemukan dua kecerdasan lagi sehingga menjadi Sembilan kecerdasan. Kecerdasan itu adalah linguistik, matematis, logis, visual, musikal, kinestetik, interpersonal, naturalis, dan spiritual (Suyadi, 2014). Dasar bagi pengembangan kompetensi anak adalah berdasarkan teori kecerdasan jamak oleh Gardner yang mana bahwasanya setiap anak itu memiliki kecerdasan, salah satunya yaitu kecerdasan kinestetik. Salah satu kecerdasan yang penting untuk di stimulasi kepada anak yaitu kecerdasan kinestetik. Menurut Howard Gardner kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh anggota tubuh untuk kebutuhan dalam mengungkapkan perasaan. Kecerdasan ini juga dapat diartikan sebagai kemampuan menggunakan seluruh tubuh untuk mengekspresikan ide dan perasaan, dari tangan, kaki atau anggota tubuh lainnya atau disebut juga koordinasi antar anggota gerak tubuh (Amstrong, 2013:7). Renza et al (2020) Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan dalam menggunakan gerakan seluruh anggota tubuh dan juga keterampilan dalam menggerakkan tangan untuk membuat sesuatu serta kemampuan menyeimbangkan pikiran dengan badan sehingga apa yang dikatakan oleh pikiran akan tertuang dalam bentuk gerakan. Sementara itu Kecerdasan kinestetik didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memecahkan masalah, mengungkapkan ide dan emosi serta memanipulasi objek. Salah satu ciri kecerdasan kinestetik pada anak usia taman kanak-kanak yaitu mampu untuk menggunakan tubuh dalam berbagai kegiatan yang membutuhkan keterampilan untuk mencapai tujuan dari apa yang ada di pikirannya. (Michelaki & Bournelli, 2016). Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan kinestetik adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengatur seluruh gerakan anggota tubuh dengan mengkoordinasikan seluruh bagian tubuh untuk mengungkapkan perasaan dalam hal kelenturan, keseimbangan, kecepatan, dan ketepatan sehingga mampu menghasilkan suatu gerakan yang dapat membantu dalam aktivitas.

Berdasarkan teori kecerdasan jamak anak usia dini perlu distimulasi terkait dengan semua kecerdasannya salah satunya yaitu kecerdasan kinestetik. Proses stimulasinya dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya melalui aktivitas senam otak. Senam otak diciptakan oleh Paul E Dennison, Ph. D pada tahun 1980 yang merupakan sekumpulan gerakan sederhana yang menyenangkan serta dapat meningkatkan

kemampuan belajar dengan menggunakan seluruh otak, selain itu juga bermanfaat untuk meningkatkan daya ingat, membuat seseorang lebih bersemangat lebih kreatif dan efisien serta lebih sehat dan terhindar dari stres (dennison, 2009). Panzilion et al (2020) menjelaskan bahwa senam otak merupakan sekumpulan gerakan sederhana yang berfungsi untuk merangsang perkembangan seluruh bagian otak secara sinergis, gerakan-gerakan pada senam otak bisa mengaktifkan kembali koneksi anatara bagian-bagian saraf pada tubuh sehingga memiliki manfaat untuk menyeimbangkan kinerja otak kanan dan otak kiri. Senam otak juga merupakan gerakan untuk melatih koordinasi dan tugas otak, dalam gerakannya menuntut sebuah konsentrasi dimana anak mencoba untuk memfokuskan keadaan pikiran untuk mengikuti instruksi melalui kegiatan senam otak untuk menyeimbangkan setiap bagian otaknya. Aktivitas ini penting diterapkan untuk anak karena dalam melakukan aktivitas senam otak konsentrasi anak aktif karena kegiatan ini dilakukan dengan menyenangkan sehingga anak terhindar dari ketegangan. Dengan kegiatan senam otak ini anak juga mendapat stimulasi-stimulasi yang mampu membuka bagian otak yang belum terbuka, meningkatkan konsentrasi anak, anak mampu merencanakan, menanggapi dan membuat keputusan dalam bertindak, dapat menyegarkan anak sehingga terhindar dari kelelahan dalam aktivitas lainnya. (dennison, 2009), (Sulistiadi et al., 2020). Jadi dapat disimpulkan bahwa senam otak adalah aktivitas atau kegiatan yang berupa gerakan-gerakan sederhana yang memiliki manfaat yang banyak serta dapat mengatur keseimbangan fungsi otak kanan dan otak kiri.

Kegiatan senam otak sangat penting diterapkan pada anak usia dini, hal tersebut memiliki alasan penting melaksanakan senam otak antara lain, anak sulit belajar berusaha terlalu keras, sehingga dapat membuat stress pada anak, melambatnya kinerja otak, dan membuat otak sulit untuk menerima informasi, dan menyebabkan ketidak fokusan anak dan stres yang menyebabkan penurunan semangat belajar pada anak, dan berkurangnya minat belajar pada anak sehingga membuat prestasi menurun dan perasaan tidak berhasil semakin bertambah, akibatnya sulit untuk keluar dari lingkungan negatif tersebut (Sukri et al. 2016). Berdasarkan paparan diatas maka dari itu peneliti tertarik menguji pengaruh aktivitas senam otak yang dirancang terhadap kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun. aktivitas senam otak yang peneliti rancang ini dikembangkan dari pendapat Dennison (2008) ada beberapa macam gerakan-gerakan senam otak diantaranya yaitu Cross Crawl (Gerakan diagonal), Lazy 8 (8 malas), The Elephant (Gajah), dan The Owl (Burung Hantu). Pada gerakan senam otak yang peneliti rancang berpatokan pada gerakan-gerakan tersebut, disini peneliti menciptakan gerakan-gerakan yang menarik dengan mengkoordinasikan seluruh anggota tubuh serta diiringi dengan musik.

Peneliti telah melakukan pengamatan di TK Assyofa Padang. Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan peneliti menemukan bahwasanya tidak semua anak kecerdasan kinestetiknya berkembang masih banyak anak yang belum terlalu semangat dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang mengandalkan kecerdasan kinestetik. Seperti pada saat kegiatan menari banyak anak yang belum terlalu paham dalam melakukan Gerakan-gerakan tari yang diperagakan oleh guru serta ekspresi yang ditampilkan belum sesuai dengan Gerakan yang sedang dilakukan. Dalam hal ini masih ada anak yang kurang antusias dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang berkaitan dengan kecerdasan kinestetik, contohnya pada saat main bola anak terlihat seperti asal-asalan dalam

melakukan kegiatan tersebut. Sementara itu dengan realita yang ditemukan bahwa kecerdasan kinestetik anak-anak belum terlalu berkembang di sekolah malah belum terlalu banyak kegiatan-kegiatan yang mampu meningkatkan kecerdasan kinestetik anak. Pada TK Assyofa kecerdasan kinestetik anak masih sangat rendah dari 100% anak sekitar 25% anak yang mulai berkembang kecerdasan kinestetiknya sedangkan yang 75% belum terlihat perkembangannya. Oleh karena itu peneliti memilih TK Assyofa Padang untuk melakukan penelitian dalam menstimulasi kecerdasan kinestetik anak usia dini. Dalam hal ini peneliti memilih kegiatan senam otak dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka dalam artikel ini membahas permasalahan tersebut dan mengangkatnya dalam sebuah karya ilmiah yang berjudul Pengaruh Aktivitas Senam Otak Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Di Taman Kanak-kanak Assyofa Padang.

## **METODE**

Jenis penelitian dengan judul penelitian "Pengaruh Aktivitas Senam Otak Terhadap Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Assyofa Padang" adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experimental*. Metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2016). Agar penelitian lebih terarah dalam pelaksanaan penelitian, maka dari itu peneliti harus menentukan populasi dan sampel sebagai objek atau subjek. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelompok B di TK Assyofa Padang berjumlah 72 siswa, dengan jumlah anak 30 perempuan sebanyak orang dan anak laki-laki berjumlah 42 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster sampling*. kelas yang akan menjadi sampel dalam penelitian ini adalah kelompok B3 dan B4. Dimana kelompok kelas B3 berjumlah 15 orang dijadikan sebagai kelas eksperimen dan B4 berjumlah 15 orang dijadikan kelas kontrol. Dengan pertimbangan keadaan homogenitas yaitu usia yang sama, fasilitas belajar yang sama, latar belakang kemampuan guru yang sama, dan rekomendasi dari guru dua kelompok serta kepala sekolah TK Assyofa Padang.

Instrumen yang disusun dikembangkan berdasarkan karakteristik kecerdasan kinestetik yang dikemukakan oleh Gardner mengidentifikasi karakteristik kecerdasan kinestetik yang baik adalah: 1) Menunjukkan kecakapan fisik yang maju untuk usianya, 2) tetap bergerak ketika duduk, 3) Cerdik meniru gerakan orang lain, 4) suka mengambil barang-barang yang terpisah dan menempatkannya Kembali bersama lagi, 5) suka memegang sesuatu atau benda yang baru dilihatnya, 6) suka berlari, melompat, bergulat atau kegiatan-kegiatan serupa lainnya, 7) mengkoordinasi motoriknya dengan baik, 8) bersikap dramatis dalam mengeksresikan dirinya, 9) memberikan laopran secara fisik ketika berpikir atau bekerja 10) suka bekerja dengan tanah liat atau pengalaman taktil lainnya Armstrong (2013: 39), Mulyasari (2014: 377), Michelaki, E, & Bournelli, P (2016).

Kemudian penelitian ini dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas dalam penelitian ini diukur dengan korelasi *pearson product moment*, yaitu dengan menganalisis setiap pertanyaan dengan mengkorelasikan setiap pertanyaan dengan skor total yang merupakan jumlah skor setiap pertanyaan. Uji reliabilitas menggunakan

program komputer yaitu SPSS for windows 20.0. Sebuah kuisisioner dikatakan reliabel jika nilai alpha Cronbach > 0,60 atau mendekati 1.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus-rumus statistik dengan cara manual. Pada analisis data statistik digunakan perangkat lunak spss versi 20. Dalam teknik analisis data ini terdapat empat rumus yang akan menjawab rumusan masalah, yakni uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis dan uji pengaruh. Untuk uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis digunakan spss versi 20 untuk melakukan analisis data. Sementara untuk uji pengaruh pada uji t digunakan rumus cohen's.

**PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh dari kelas B3 TK Assyofa Padang semester I tahun ajaran 2022/2023 yang jumlah anak dalam hasil perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak sebanyak 15 orang, setelah diperoleh hasil Pre-Test kecerdasan kinestetik pada anak sebagai berikut:

**Tabel 1. Nilai Statistik Dan Frekuensi Pre-Test Kelas Eksperimen**

Statistics		
Pre-Test Kelas Eksperimen		
N	Valid	15
	Missing	0
Mean		13,07
Std. Error of Mean		,371
Median		13,00
Mode		14
Std. Deviation		1,438
Variance		2,067
Range		4
Minimum		11
Maximum		15
Sum		196

Data tersebut menunjukkan rata-rata 13,07, standar deviasi 1,438, nilai minimum 11 dan nilai maksimum 15.

Data yang diperoleh dari kelas B3 TK Assyofa Padang semester I tahun ajaran 2022/2023 yang jumlah anak dalam hasil perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak sebanyak 15 orang, setelah diperoleh hasil Post-Test kecerdasan kinestetik pada anak sebagai berikut:

**Tabel 2. Nilai Statistik Dan Frekuensi Post-Test Kelas Eksperimen**

Statistics		
Post-Test Kelas Eksperimen		
~	Valid	15

	Missing	0
Mean		27,07
Std. Error of Mean		,206
Median		27,00
Mode		27
Std. Deviation		,799
Variance		,638
Range		2
Minimum		26
Maximum		28
Sum		406

Data tersebut menunjukkan rata-rata 27,07, standar deviasi 0,799, nilai minimum 26 dan nilai maksimum 28.

menunjukkan rata-rata 0,799, nilai minimum 26

**Tabel 3. Uji Validitas Instrumen**

		Correlations							
		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	STOTAL
S1	Pearson Correlation	1	,750*	,590	,750*	,590	,535	,885**	,854**
	Sig. (2-tailed)		,032	,124	,032	,124	,172	,004	,007
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S2	Pearson Correlation	,750*	1	,885**	1,000**	,590	,535	,885**	,943**
	Sig. (2-tailed)	,032		,004	,000	,124	,172	,004	,000
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S3	Pearson Correlation	,590	,885**	1	,885**	,304	,552	,739*	,828*
	Sig. (2-tailed)	,124	,004		,004	,464	,156	,036	,011
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S4	Pearson Correlation	,750*	1,000**	,885**	1	,590	,535	,885**	,943**
	Sig. (2-tailed)	,032	,000	,004		,124	,172	,004	,000
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S5	Pearson Correlation	,590	,590	,304	,590	1	,552	,739*	,722*
	Sig. (2-tailed)	,124	,124	,464	,124		,156	,036	,043
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S6	Pearson Correlation	,535	,535	,552	,535	,552	1	,709*	,732*

	Sig. (2-tailed)	,172	,172	,156	,172	,156		,049	,039
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S7	Pearson Correlation	,885**	,885**	,739*	,885**	,739*	,709*	1	,974**
	Sig. (2-tailed)	,004	,004	,036	,004	,036	,049		,000
	~	8	8	8	8	8	8	8	8
S8	Pearson Correlation	,854**	,943**	,828*	,943**	,722*	,732*	,974**	1
	Sig. (2-tailed)	,007	,000	,011	,000	,043	,039	,000	
	~	8	8	8	8	8	8	8	8

Proses pengambilan keputusan didasarkan kepada uji validitas sebagai berikut:

- 1) Jika r hitung positif dan r hitung > 0,707 maka butir soal valid
- 2) Jika r hitung negatif dan r hitung < 0,707 maka butir soal tidak valid

Dari perhitungan SPSS 20 diatas dapat disimpulkan bahwa hasil dari r hitung > r tabel = 0,707 dengan  $\alpha = 0,05$ . Sehingga soal no 1 sampai no 7 valid dan layak digunakan dalam penelitian.

### Uji Realibilitas

**Tabel 4. Uji Realibilitas Instrumen**

Cronbach's Alpha	N of Items
0,939	7

Dari hasil pengujian didapatkan perhitungan koefisien Cronbach' alpha adalah 0,939 > 0,60 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semua iem pernyataan baik dari variabel independen maupun dependen adalah reliable.

### Uji Normalitas

**Tabel 4. Uji normalitas menggunakan SPSS 20**

Tests of Normality							
	kelas	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kecerdasan kinestetik anak	gain score kelas eksperimen	,187	15	,164	,908	15	,126
	gain score kelas kontrol	,214	15	,063	,843	15	,014

Berdasarkan tabel diatas diperoleh jumlah data (N) pada kelas eksperimen 15 orang anak dan kelas kontrol 15 orang anak. Nilai sig Kolmogrov-Smirnov untuk gain score kelas eksperimen adalah 0,164 dan untuk nilai sig Kolmogrov-Smirnov gain score kelas kontrol adalah 0,063. Berdasarkan kriteria pengukuran uji normalitas apabila nilai signifikansi > dari 0,05 maka data dikatakan berdistribusi normal sedangkan jika nilai signifikansi < 0,05 maka data disimpulkan tidak berdistribusi normal. sehingga dapat disimpulkan bahwa data gain score Pre-Test dan Post-Test kelas eksperimen dan Pre-Test Post-Test kelas kontrol berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

**Tabel 5. Uji Homogenitas Menggunakan SPSS 20**

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
kecerdasan kinestetik anak	Based on Mean	,104	1	28	,750
	Based on Median	,215	1	28	,646
	Based on Median and with adjusted df	,215	1	27,974	,646
	Based on trimmed mean	,220	1	28	,643

Berdasarkan tabel pengujian menggunakan SPSS 20.0 for window diatas dapat diketahui bahwa nilai sigfinikansinya adalah 0,750, yakni  $0,750 > 0,05$ . Dimana jika nilai sigfinikansi (sig) > 0,05 maka data homogen, dan jika nilai sigfinikansi (sig) < 0,05 maka data penelitian tidak homogen. Jadi, kedua kelas yang dijadikan penelitian adalah kelas homogen. Karena kedua kelas tersebut homogen maka dapat dilakukan suatu penelitian.

### Uji Hipotesis

**Tabel 6. Hasil Pengujian Hipotesis Menggunakan SPSS 25**

Group Statistics						
	kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	
kecerdasan kinestetik anak	gain score kelas eksperimen	15	14,00	1,254	,324	
	gain score kelas kontrol	15	12,13	1,125	,291	

Berikut hasil uji untuk menentukan apakah perbedaan pada kedua kelas bermakna signifikan atau tidak. Adapun hasil nya dapat dilihat melalui tabel berikut:



**Tabel 7. Independent Sample Test Menggunakan SPSS 25**

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
kecerdasan kinestetik anak	Equal variances assumed	,104	,750	4,291	28	,000	1,867	,435	,976	2,758
	Equal variances not assumed			4,291	27,681	,000	1,867	,435	,975	2,758

Berdasarkan tabel uji independent samples test diatas dapat disimpulkan bahwa nilai sigfikansi sig pada levene’s test for equality of variances sebesar 0,750. disimpulkan bahwa nilai tersebut menunjukkan bahwa signifikansinya sebesar 0,750 > 0,05 dan dinyatakan homogeny. Sedangkan untuk uji-t menunjukkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,00. Adapun kriteria pengambilan keputusan dapat ditentukan dengan pengukuran, apabila nilai sig. (2-tailed) < dari 0,05 maka dikatakan terdapat efektifitas yang berbeda bernilai signifikansi atau berpengaruh. Sedangkan jika nilai sig. (2-tailed) > 0,05 maka dinyatakan tidak bernilai signifikan. Hasil diatas menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) 0,00 < 0,05 dan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pembelajaran yang dilakukan peneliti dikelas eksperimen dengan aktivitas senam otak dengan aktivitas senam irama yang dilakukan oleh guru dikelas kontrol dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun di TK Assyofa Padang.

**Uji Pengaruh (effect size)**

Besaran pengaruh aktivitas senam otak terhadap kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun dilakukan dengan menggunakan rumus cohen’s dengan nilai d= 1,49

**Tabel 8. Data Gain Score Kelas Eksperimen Dan Kelas Kontrol**

<b>Tingkat Kecerdasan Kinestetik</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>Standar Deviasi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>S. Spooled</b>	<b>d</b>
Kelas Eksperimen	15	14	1,253	225	1,253	1,49
Kelas Kontrol	15	12,13	1,254	197		

Berdasarkan hasil perhitungan diatas disimpulkan bahwa besarnya pengaruh aktivitas senam otak terhadap kecerdasan kinestetik anak usia dini di TK Assyofa Padang adalah 1,49 yang termasuk dalam kategori kuat.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian pengaruh aktivitas senam otak terhadap kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun ditaman kanak-kanak assyofa padang termasuk kategorisasi kuat dengan nilai 1,49. Diperlukan pembahasan guna menjelaskan dan memperdalam kajian dalam penelitian ini. Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu hal yang harus dikembangkan. Kecerdasan kinestetik memungkinkan manusia membangun hubungan yang penting antara pikiran dan tubuh, demikian memungkinkan arousal secara tubuh untuk optimal.

Hasil peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak di kelas eksperimen lebih berpengaruh dari pada hasil peningkatan kecerdasan kinestetik dikelas kontrol, secara keseluruhan terjadi kenaikan kecerdasan kinestetik di kelas kontrol dengan menggunakan senam irama skor anak Pre-Test 184 dan Post-Test 366. Sedangkan rata-rata kelas kontrol untuk Pre-Test yaitu 12,27 dan Post-Test 24,4. Selain itu terdapat peningkatan peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak dengan aktivitas senam otak di kelompok eksperimen, mengalami kenaikan terhadap skor anak Pre-Test 196 dan Post-Test 406. Sedangkan rata-rata keseluruhan untuk Pre-Test 13,07 dan Post-Test 27,07.

Pada kedua kelas hasil dari penelitiannya sama-sama meningkat tetapi kelas eksperimen lebih tinggi skornya dari pada kelas kontrol. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak di kelas eksperimen dan di kelas kontrol, sehingga menunjukkan bahwa aktivitas senam otak berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak Assyofa Padang.

Salah satu kecerdasan yang penting untuk di stimulasi kepada anak yaitu kecerdasan kinestetik. Pada peneltian ini kondisi kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun ini sudah mampu mengkoordinasikan antara pikiran dan gerakan senam otak dimana anak sudah mampu menggunakan anggota tubuhnya sesuai dengan apa yang dibutuhkan. Yang mana menurut Howard Gardner kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggunakan seluruh anggota tubuh untuk kebutuhan dalam mengungkapkan perasaan. Kecerdasan ini juga dapat diartikan sebagai kemampuan menggunakan seluruh tubuh untuk mengekspresikan ide dan perasaan, dari tangan, kaki

atau anggota tubuh lainnya atau disebut juga koordinasi antar anggota gerak tubuh (Amstrong, 2013:7).

Dalam penelitian ini terlihat anak bersemangat melakukan gerakan-gerakan senam dengan semangat dan tanpa paksaan yang diperagakan sehingga dengan jelas bahwa kegiatan senam otak dengan ini disimpulkan bahwa aktivitas ini bisa dijadikan media untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak sejalan dengan pendapat (Setianingsih et al., 2016) mengatakan dengan gerakan-gerakan senam otak anak dapat menggerakkan anggota tubuhnya melalui kegiatan yang menyenangkan, santai dan tanpa paksaan.

Aktivitas senam otak mampu membuat anak semangat dalam melakukan kegiatan pembelajaran dikelas yang mana aktivitas ini bisa dilakukan sebelum kegiatan pembelajaran dilakukan. Sesuai dengan pernyataan yang mengatakan bahwa aktivitas senam otak dapat meningkatkan dapat meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini, dikarenakan adanya keterkaitan antara hubungan otak dan fisik anak. Yang mana semakin lincah gerakan anak maka anak akan semakin tinggi semangat dalam kegiatan pembelajaran (Mayar & Putri, 2021).

Melalui aktivitas senam otak ini bermanfaat untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Ketika anak melakukan aktivitas senam otak anak melakukannya dengan menyenangkan. Kemudian anak melakukan gerakan-gerakannya dengan menyenangkan dan fokus dengan gerakan tersebut yang mana gerakan senam otak ini memiliki banyak sekali manfaat diantaranya yaitu kecerdasan kinestetik anak dapat berkembang dengan baik. Yang mana ketika kecerdasan kinestetik anak sudah berkembang dengan baik dan meningkat maka anak akan dengan mudah melakukan aktivitas lainnya. Karena ketika kecerdasan kinestetik anak berkembang dengan baik maka akan ada sinkronisasi antara pikiran dan perbuatan.

Setelah aktivitas senam otak ini dilakukan dengan menyenangkan dan tidak membosankan. Pada saat penelitian perbedaan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol terkait dengan kecerdasan kinestetik anak adalah pada kelas eksperimen dengan aktivitas senam otak. Sedangkan pada kelompok kontrol dengan aktivitas senam irama yang sudah biasa dilaksanakan dalam aktivitas pembelajaran sehari-hari.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan tabel uji hipotesis pada kolom sig. (2-tailed) diperoleh nilai sig 0,00. Nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai sig  $0,00 < 0,05$ . Sesuai dengan kriteria pengukuran pada uji hipotesis, apabila diperoleh nilai sig  $< 0,05$  dan disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan. Kemudian untuk uji pengaruh didapatkan nilai 1,49 yang mana nilai tersebut termasuk pada kategori kuat. Jadi dapat disimpulkan bahwa aktivitas senam otak berpengaruh terhadap kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun di TK Assyofa Padang.

## **DAFTAR KEPUSTAKAAN**

- Amstrong, T. (2013). Kecerdasan Multipel Didalam Kelas. INDEKS.  
Dennison, E Paul. (2009). brain gym (senam otak) edisi bahasa indonesia (Ruslan & Rahayu M, Ed.; 10th ed.). grasindo.

- Eka Setianingsih, 091610295, Mawardi, mr, & Diana, mrs. (2016). Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Senam Otak Di Pendidikan Anak Usia Dini Kasih Ibu Pontianak.
- Kadek, N., Yulia, H., Agung, A. A. G., Putra, I. M., Paud, J. P., Tp, J., & Pgsd, J. (2013). Penerapan Model Explicit Instruction Melalui Kegiatan Bermain Warna Untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus.
- Mayar, F., & Putri, Y. D. (2021). Kegiatan Senam Otak (Brain Gym) Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini Di Taman Kanak-Kanak Aisyiyah III Alang Sungkai. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 9560–9563. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/2526>
- Michelaki, E., & Bournelli, P. (2016). The Development of Bodily - Kinesthetic Intelligence through Creative Dance for Preschool Students. *Journal of Educational and Social Research*. <https://doi.org/10.5901/JESR.2016.V6N3P23>
- Panzilion, P., Padila, P., Setyawati, A. D., J, H., & Sartika, A. (2020). Stimulation of Preschool Motor Development Through Brain Gym and Puzzle. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(1), 10–17. <https://doi.org/10.31539/JOSING.V1I1.1166>
- Renza, N., Hasibuan, F., Fauzi, T., & Novianti, R. (n.d.). Pengaruh kegiatan senam irama terhadap kecerdasan kinestetik pada anak kelompok b tk mustabaqul khoir Palembang. In *Jurnal Pendidikan Anak* (Vol. 9, Issue 2).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D*. PT Alfabeta.
- Sukri, A., dan, E. P.-J. J. E. M., & 2016, undefined. (n.d.). Meningkatkan hasil belajar siswa melalui brain gym. *E-Journal.Unipma.Ac.Id*, 1(1). Retrieved December 29, 2022.
- Sulistiadi, A., Mirayani, R., & Imelda, D. (2020). Children’s Songs and Brain Gyms Accompanied by Karawitan Music to Increase the Effectiveness of Early Childhood Learning. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 5(2). [www.ijisrt.com](http://www.ijisrt.com)
- Suyadi. (2014). *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*. Rosda Karya.