

## **MEGEMBANGKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK USIA DINI MELALUI SENAM IRAMA ALAT PITA**

Melati Susianti Marbun<sup>1</sup>, Indri Mutia Rachmadini<sup>2</sup>,  
Sherli Nurhavivah<sup>3</sup>, Sri Indriani Harianja<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>PGPAUD FKIP Universitas Jambi  
Alamat e-mail: Melatikerinci142@gmail.com

### **ABSTRACT**

*Early childhood is a golden period for children's development to obtain an educational process. One way to optimize children's development is to teach them about physical motor development. Kinesthetic intelligence is an intelligence where when we use it we are able to make beautiful and meaningful movements. The aim of this research is to determine the role of kinesthetic intelligence in early childhood through rhythmic gymnastics using ribbon equipment. The method used in this research is the intuitive and deductive method. Intuitive data was obtained by carrying out rhythmic exercise activities carried out by the author himself. Deductive data is carried out by examining reliable theories and opinions such as books, journals, laws and the like. The results of implementing rhythmic gymnastics with ribbon equipment can develop kinesthetic intelligence in early childhood. Using additional media such as ribbons can make children more enthusiastic about doing gymnastics.*

*Keywords: Exercise, Kinesthetic Intelligence, Early Childhood*

### **ABSTRAK**

*Anak usia dini Masa usia dini adalah masa keemasan bagi perkembangan anak untuk memperoleh proses pendidikan. Salah satu cara untuk mengoptimalkan perkembangan anak adalah dengan mengajarkan mereka tentang pengembangan fisik motorik. Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu kecerdasan dimana saat menggungkannya kita mampu melakukan gerakan-gerakan yang indah dan mempunyai makna. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peranan kecerdasan kinestetik anak usia dini melalui senam irama dengan menggunakan alat pita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode intuitif dan deduktif Data intuitif di dapatkan dengan cara melakukan kegiatan senam irama yang di lakukan sendiri oleh penulis. Data deduktif dilakukan dengan mengkaji teori-teori dan pendapat-pendapat yang terpercaya seperti buku, jurnal, undang-undang dan sejenisnya. Hasil dari penerapan senam irama dengan alat pita dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini. Dengan menggunakan media tambahan seperti pita dapat membuat anak lebih bersemangat dalam melakukan senam.*

**Kata Kunci:** Senam, Kecerdasan Kinestetik, Anak Usia Dini

#### **A. Pendahuluan**

Anak usia dini Masa usia dini adalah masa keemasan bagi

perkembangan anak untuk memperoleh proses pendidikan. Tahun-tahun ini sangat berharga bagi

seorang anak untuk mempelajari berbagai fakta yang ada di sekitarnya. sesuai dengan teori (Elizabeth B Hurlock, 1978), yang menyatakan bahwa anak-anak pada titik ini memiliki potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan setiap aspek perkembangannya. Salah satu cara untuk mengoptimalkan perkembangan anak adalah dengan mengajarkan mereka tentang pengembangan fisik motorik. Keterampilan motorik berkembang seiring dengan perkembangan fisik. Menurut Sujiono (2008), Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapatkan oleh seluruh tubuh, sedangkan perkembangan motorik dapat disebut sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh (Usman dkk., 2023). Keterampilan motorik anak terdiri dari keterampilan lokomotorik, keterampilan menerima dan memproyeksi diri, serta keterampilan nonlokomotorik. Keterampilan lokomotorik yaitu kemampuan anak dalam melakukan gerakan berpindah tempat seperti berjalan, berlari, melompat, berderap, meluncur, merayap, merangkak, dan memanjat. Keterampilan menerima dan memproyeksi diri merupakan kemampuan seperti menggerakkan,

menarik, menggiring, melempar, menendang, melambung, dan menangkap benda. Keterampilan nonlokomotorik merupakan kemampuan anak berupa gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat seperti membungkukkan badan, memutar badan, geleng kepala ke kanan dan kiri, berayun, merentang, berbelok, mengangkat, dan bergoyang.

Menurut Montolalu (2014), Perkembangan motorik kasar pada anak melatih gerak jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh pada anak, seperti merangkak, berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan (Ulfah et al., 2021). Perkembangan motorik kasar merupakan hal yang sangat penting bagi anak usia dini khususnya anak kelompok bermain (KB), dan Taman Kanak-Kanak (Sutini, 2018). Perkembangan motorik kasar anak perlu adanya bantuan dari para pendidik di lembaga pendidikan usia dini. Kemampuan melakukan gerakan dan tindakan fisik untuk seorang anak terkait dengan rasa percaya diri dan pembentuk konsep diri. Oleh karena itu perkembangan motorik kasar sama pentingnya dengan aspek

perkembangan yang lain untuk AUD. Keterampilan motorik anak usia dini tidak akan berkembang melalui kematangan saja tetapi harus dipelajari oleh anak. Pendidik perlu mengetahui kebutuhan setiap anak untuk mengembangkan otot-otot besar dan kecilnya pada setiap tingkatan usia (Hasanah, 2016). Artinya pendidik harus juga memerlukan peralatan yang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan anak, namun yang terlebih penting adalah sikap guru yang baik pada anak dengan membiarkan anak mencoba berbagai aktivitas motorik kasar dan halus yang sesuai dengan tingkatan usianya.

Perkembangan motorik anak meliputi perkembangan fisik dan pola pikir, anak cenderung mengikuti pola yang sebagian sama sehingga dapat dipantau perkembangannya normal atau mengalami hambatan. Meskipun demikian, terdapat perbedaan kecepatan perkembangan antara anak yang satu dengan anak yang lainnya, sehingga tidak ada kesamaan individu yang sama persis, baik dalam pertumbuhan fisik maupun perkembangan motoriknya. Perkembangan anak usia dini sifatnya holistik, yaitu dapat

berkembang optimal apabila sehat badanya, cukup gizinya, dan didik secara baik dan benar (Fitri & Imansari, 2020). Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan saraf sehingga anak akan sulit menunjukkan suatu keterampilan tertentu ketika belum optimal.

Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu kecerdasan dimana saat menggungkannya kita mampu melakukan gerakan-gerakan yang indah dan mempunyai makna. Kecerdasan kinestetik identik dengan kemampuan seseorang dalam mengembangkan gerak sehingga mempunyai nilai performan yang begitu indah dan berbeda dari yang lainnya (Widhianawati. N, 2011). Banyak orang yang berbakat dalam menggunakan tubuhnya untuk melakukan gerakan-gerakan yang indah dan tidak menyadari bahwa mereka menunjukkan suatu bentuk kecerdasan yang tinggi. Kecerdasan yang sama nilainya dengan kecerdasan yang lain. Kecerdasan kinestetik merupakan potensi menggabungkan fisik dan pikiran sehingga memperoleh gerakan terbaik, apabila sumber gerakan terbaik didapatkan melalui

penggabungan fisik dan pikiran, maka anak akan terlatih dengan baik, apa saja yang dilakukan seseorang akan tercapai lebih optimal (Irwansyah, 2015). Adapun Kecerdasan kinestetik (bodily/kinesthetic intelligence) merupakan gerakan yang dapat dirangsang melalui gerakan-gerakan tubuh seperti tarian, olah raga, dan olah tubuh lainnya (baru sampai sini). Menurut Amstrong berpendapat bahwa kecerdasan kinestetik atau kecerdasan fisik adalah suatu kecerdasan dimana ketika menggunakannya seseorang bisa atau terampil menggunakan anggota tubuhnya untuk melakukan gerakan seperti, berlari, menari, membangun sesuatu, melakukan kegiatan seni, untuk mengekspresikan ide dan perasaan (dalam bentuk berpantomim, menari, berolahraga) dan keterampilan menggunakan tangan. Menurut suryadi Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk menggabungkan antara fisik dan pikiran sehingga menghasilkan gerakan yang sempurna. Jika gerak sempurna yang bersumber dari gabungan antara pikiran dan fisik tersebut terlatih dengan baik, maka apapun yang dikerjakan orang tersebut akan berhasil dengan baik.

Oleh sebab itu anak usia dini harus ajak untuk belajar tentang kebutuhan gerak dasar olahraga melalui pendidikan jasmani yang disesuaikan dengan tahap perkembangan dan kematangan anak. Anak usia dini tidak lagi direpotkan dengan berbagai kegiatan jasmani yang bersifat dasar, seperti bagaimana agar dapat berlari atau berjalan dengan baik. Pada masa ini, tugas perkembangan jasmani anak ditekankan pada koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, melompat, bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan.

Salah satu bentuk kegiatan untuk menunjang kecerdasan kinestetik adalah senam irama. Kecerdasan kinestetik anak bisa dilakukan dengan memberikan rangsangan melalui aktivitas sederhana dan disukai anak, seperti aktivitas senam irama. Anak menyukai gerak, apalagi jika diiringi musik dan lagu ceria, dengan begitu anak bisa mengungkapkan imajinasinya dan lupa akan kejadian atau peristiwa yang membuat anak kurang nyaman sebelumnya, dengan demikian senam irama menjadi suatu rangsangan yang tepat untuk

diberikan pada anak sejak dini. Senam irama sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama (Burhaein, 2017). Perlunya pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam irama adalah untuk membantu anak dalam memenuhi hasrat dalam bergerak, kemudian sebagai kegiatan yang dapat mengembangkan kebugaran jasmani anak, selain itu juga dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai jenis keterampilan gerak dasar yang berorientasi pada proses, dan sebagai pengayaan berbagai macam keterampilan gerak dasar.

Pada masalahnya anak kurang untuk motivasi bergerak sehingga harus menstimulasi anak dengan menggunakan gerakan yang maksimal akan mudah didapatkan sejak anak usia dini, karena fisik usia dini masih dalam proses bertumbuh kembang, perkembangan otaknya pun berjalan dengan cepat. Dengan hal ini anak akan dapat mengkombinasikan imajinasi dan gerakan tubuhnya sehingga mencapai gerakan lenter secara

maksimal. Anak juga bisa melakukan aksi yang optimal dan melebihi kecepatan orang yang lebih tua (Suyadi, 2014). Senam irama dapat memudahkan anak mengingat sebuah irama beserta gerakannya. Anak berlatih mengingat gerak melalui kata-kata spesifik dan berlatih menciptakan gerak berdasarkan irama (Wijayanti, 2020). Umumnya, anak akan bosan terhadap kegiatan senam sehingga penulis menggunakan alat pita agar anak lebih tertatik dan semakin bersemangat untuk melakukan kegiatan senam irama tersebut.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian dan Pengembangan ini adalah dengan menciptakan alat baru sebagai media alat bantu pita yang dikaitkan di pergelangan tangan sebagai bentuk inovasi baru dalam kegiatan pembelajaran senam irama untuk anak usia dini.

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur yang bersifat deskriptif. Metode study literatur dilakukan dengan mengkaji teori-teori dan pendapat-pendapat yang terpercaya seperti buku, jurnal, undang-undang dan sejenisnya.

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Pada masa usia dini, stimulasi yang paling baik diberikan untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik kepada anak salah satunya yaitu melalui senam irama karena anak-anak sangat suka bergerak apalagi diikuti dengan irama musik dan lagu yang semangat dan riang gembira akan dapat mengekspresikan dirinya. Senam merupakan pengoptimalan aktivitas fisik perkembangan anak (Yunaika, 2020). Perkembangan anak yang dapat terbentuk adalah daya tahan tubuh, kelincahan, intelegensi, kelentukan, dan kerjasama pengkoordinasian tubuh yang baik. Klasifikasi dari senam adalah senam irama atau irama. Senam irama adalah gerakan senam yang mengombinasikan berbagai bentuk gerakan dengan irama yang mengiringinya, contohnya mengombinasikan irama tepukan, ketukan, tambore, nyanyian, musik dan sebagainya (Sudarsini, 2013).

Menurut wiradiharja (2014) Senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama atau musik atau aktivitas gerak yang dilakukan secara berirama (Ulfa et al, 2020). Menurut Utomo (2008), Senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik

atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama (Hasibuan dkk, 2020). Disini senam irama dapat dilakukan dengan gerakan senam yang sudah ditentukan atau gerakan bebas sesuai dengan keinginan masing-masing individu. Adapun (Hasibuan, Fauzi, & Novianti, 2020) menjelaskan bahwa senam irama adalah senam yang diiringi dengan irama dan gerakannya harus tetap mengikuti irama. Senam Irama merupakan perpaduan antara gerakan olahraga dan seni tari. Senam Irama mengutamakan gerakan yang indah dan dapat dilakukan dengan cara berjalan atau berlari. Selanjutnya Ahmad dalam (Zulfahmi, 2016) menyatakan bahwa senam irama juga dapat diartikan sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama.

Senam irama terbagi menjadi tiga tahap (Zulfahmi, 2016) yaitu yang pertama tahap pemanasan, yang kedua tahap inti, dan terakhir tahap pendinginan. Pada tahap pemanasan dilakukan sebelum gerakan inti, pemanasan dilakukan dengan senam irama untuk menyiapkan kondisi

tubuh secara fisiologis maupun psikologis, menyiapkan sistem pernafasan, peredaran darah, otot, dan persendian. Pemanasan mutlak diperlukan dalam mengawali latihan senam untuk mempersiapkan jiwa dan raga anak dalam melakukan latihan, agar mendapatkan manfaat yang sebesar-besarnya tanpa mengalami bahaya. Persyaratan yang harus diperhatikan dalam pemanasan adalah: memenuhi keinginan bergerak, menaikkan suhu tubuh, waktu tidak lama, serta tidak melelahkan (Suharjana. F, 2011). Gerakan yang dilakukan dalam pemanasan adalah gerakan yang meregangkan segala otot-otot tubuh. Contoh gerak peregangan: meregangkan badan kesamping, membungkukkan badan kedepan kedua lutut lurus, merentangrentangkan lengan kesamping (Purwanto. H., 2009) . Setelah pemanasan dilanjutkan dengan gerakan inti. Gerakan inti dalam senam irama terdapat gerakan motorik kasar yang melatih kelenturan, keseimbangan, kelincahan, kelenturan serta koordinasi otot-otot yang bergerak (Siregar. R. F. dkk, 2024). Gerakan penutup dalam senam dinamakan gerakan pendinginan yang dilakukan

agar otot-otot menjadi rileks. Gerakan pendinginan adalah gerakan yang dilakukan setelah gerakan inti untuk menurunkandenyut jantung dan mencegah cedera (Wulandari. F, 2024). Beberapa gerakan pendinginan yang umum dilakukan adalah gerakan regangan, gerakan pernapasan, dan gerakan relaksasi (Indah et al., 2021).

Hasil temuan membuktikan bahwa senam irama memiliki peranan penting bagi perkembangan anak usia dini yaitu dapat mengoptimalkan aktivitas fisik. Dalam kegiatan senam irama anak bisa mengikuti gerakan pemanasan, inti, dan gerakan pendinginan. Melalui senam anak akan melakukan gerakan secara terbimbing oleh guru, hal inilah yang menjadikan anak-anak dapat berperan aktif dalam mengikuti kegiatan senam. Begitu musik dimulai, anak akan menjadi bergerak mengikuti gerakan senam apa yang di praktekan oleh pendidik.

Senam Irama untuk anak usia dini dapat divariasikan dengan gerakan yang sederhana sehingga anak dengan mudah dapat mengikuti setiap gerakan-gerakan yang dilakukan. Selain gerakan-gerakan yang sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh anak, dalam pemilihan

gerak, music dan alat juga menjadi salah satu hal yang dijadikan pertimbangan untuk memberikan stimulasi senam untuk anak usia dini, gerak yang tidak membosankan dan menyenangkan akan menstimulasi anak untuk bergerak. Gerakan yang membosankan dapat membuat anak lemas dan tidak bersemangat untuk mengikuti senam sehingga senam irama yang digunakan untuk menstimulasi kecerdasan kinestetiknya. Karena senam irama sudah populer dan umum maka ditunjang dengan alat yang di gunakan yaitu berupa pita untuk membuat anak lebih bersemangat dan gembira untuk melakukan senam irama tersebut.

Senam irama dapat diartikan sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama. Perlunya pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam irama adalah untuk membantu anak dalam memenuhi hasrat dalam bergerak, kemudian sebagai wahana mengembangkan kebugaran jasmani anak, selain itu juga dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai

jenis keterampilan gerak dasar yang berorientasi pada proses, dan sebagai pengayaan berbagai macam keterampilan gerak dasar.

Perkembangan motorik memiliki efek yang sangat besar pada perkembangan perilaku kognitif, sosial dan fisik (Aye, Oo, Khin, Kuramoto-Ahuja, & Maruyama, 2017). Perkembangan motorik khususnya keterampilan gerak dapat berguna untuk mendiagnosis masalah pada individu yang mungkin berkembang secara tidak normal dan penting untuk membantu individu meningkatkan kinerja motorik mereka dengan melakukan aktivitas yang sesuai dengan perkembangan. Untuk mengetahui perkembangan kegiatan senam irama terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak didik dilakukan dengan mempergunakan lembar observasi yang berisikan skor dengan 4 kategori yang bisa dicapai oleh anak didik pada dengan indikator kemampuan anak didik melakukan gerakan mata, tangan, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan.

Metode gerak dan lagu merupakan kegiatan yang dilakukan anak untuk menggerakkan anggota badannya, seperti mengangkat satu kaki untuk melatih keseimbangannya



dan menggerakkan tangannya ke kanan dan kiri. Dalam proses belajar guru terlebih dahulu harus mencontohkan atau memperagakan gerakan senam secara bertahap kepada anak. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan gerakan senam dari berbagai jenis hewan seperti ayam, kelinci, monyet, ikan, ular, maupun burung sebagai salah satu metode gerak dan lagu. Guru memperagakan satu persatu gerakan secara bertahap yang kemudian di ikuti oleh anak. Hal ini terus diulang-ulang satu minggu sekali. Senam ini termasuk senam yang mudah dilakukan oleh anak karena gerakan yang dilakukan sangat umum bagi anak usia dini. Ketika guru mampu mengajarkan gerakan dasar dengan baik, sehingga anak mampu mengikuti dengan benar. Dari kegiatan senam yang telah dilakukan mampu mengembangkan aspek kelenturan dan keseimbangan anak serta motorik kasar anak dan badan anak pun menjadi lebih sehat dan bugar daya tahan tubuh anak pun lebih terjaga. Menurut Madyawati (dalam Nisa, 2017) menyatakan bahwa anak mampu menggerakkan anggota tubuhnya dengan baik melalui kegiatan senam dan menirukan gerakan-gerakan

binatang, tumbuhan dan benda lainnya. Seperti gerakan ayam yang dimana bisa ngepakkan sayapnya, gerakan ikan saat berenang, gerakan burung, ular bahkan gerakan kelinci saat melompat.

Gerakan yang paling disukai anak pada saat senam irama adalah gerakan melompat menirukan gerakan kelinci dan gerakan ayam maupun burung yang mengepakkan sayapnya. Anak berimajinasi menjadi kelinci yang melompat kesana-kemari, mengepakkan sayap untuk terbang sesukanya. kegiatan yang menggerakkan seluruh anggota badan baik itu senam ataupun permainan yang memicu anak untuk bergerak bebas ke seluruh otot tubuh, perkembangan motorik kasar dalam hal melompat dengan menggunakan dua kaki dan melompat menggunakan satu kaki cukup baik setelah diadakannya kegiatan senam irama. Menurut Madyawati (dalam Nisa, 2017, hal. 87) menyatakan bahwa anak mampu menggerakkan anggota tubuhnya dengan baik melalui kegiatan senam dan menirukan gerakan-gerakan binatang, tumbuhan dan benda lainnya.

#### **D. Kesimpulan**

Melalui senam irama maka gerakan dasar tubuhnya akan terlatih secara ekspresif dan akan memberikan perubahan yang signifikan terhadap anak yang mengalami keterhambatan motorik kasar. Perlunya pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam irama untuk membantu anak dalam memenuhi hasrat dalam bergerak, kemudian sebagai wahana mengembangkan kebugaran jasmani anak, selain itu juga dapat digunakan untuk mengembangkan berbagai jenis keterampilan gerak dasar yang berorientasi pada proses, dan sebagai pengayaan berbagai macam keterampilan gerak dasar. salah satu cara meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini adalah dengan mengajarkannya untuk melakukan kegiatan senam irama. Senam irama merupakan salah satu kegiatan yang menyenangkan bagi anak di sekolah dan dengan gerakan yang sederhana mampu diikuti oleh anak.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Aye, T., Oo, K. S., Khin, M. T., Kuramoto-Ahuja, T., & Maruyama, H. (2017). Gross motor skill development of 5-year-old Kindergarten children in Myanmar. *Journal of*

*physical therapy science*, 29(10), 1772-1778.

- Bulukumba, S. A. G. (2023). Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Usia Dini*, 9(2).
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>
- Fitri, R., & Imansari, M. L. (2020). Permainan Karpet Engkle: Aktivitas Motorik untuk Meningkatkan Keseimbangan Tubuh Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1186-1198.
- Hasibuan, N. R. F., Fauzi, T., & Novianti, R. (2020). Pengaruh kegiatan senam irama terhadap kecerdasan kinestetik pada anak kelompok b tk mustabaqul khoir Palembang. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), 118-123.
- Indah, E. P., Anggara, N., Pratiwi, E., & Prayoga, H. D. (2021). Sosialisasi Senam Ceria Bersama Ibu-Ibu PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga) Dalam Menyambut Hari Olahraga Nasional. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Bina Darma*, 1(1), 74-79.
- Irwansyah, D. (2015). Hubungan kecerdasan kinestetik dan interpersonal serta intrapersonal dengan hasil belajar pendidikan jasmani di

- MTSN Kuta Baro Aceh Besar. *Jurnal Administrasi Pendidikan: Program Pascasarjana Unsyiah*, 3(1).
- Mogelea, B. (2023). Meningkatkan Kemampuan Kinestetik melalui Senam Irama dan Tarian Yosim Pancar Irama pada Anak Usia 5-6 Tahun. *JIIP- Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(6), 4525-4530.
- Nursiti, D., Hamid, L., & Nurhidayah, N. (2020). Efektivitas Metode gerak dan lagu untuk meningkatkan kecerdasan Kinestetik pada anak usia dini. *Al-Urwatul Wutsqo: Jurnal Ilmu Keislaman Dan Pendidikan*, 1(2), 27-44.
- Purwanto, H. (2009). PENDEKATAN POLA GERAK DOMINAN DAN GAYA MENGAJAR DALAM PEMBELAJARAN SENAM DI SEKOLAH DASAR. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2).
- Sari, A. P., & DH, D. P. (2019, December). SENAM IRAMA SEBAGAI STIMULASI KECERDASAN KINESTETIK ANAK USIA 5-6 TAHUN. In Seminar Nasional PAUD 2019 (pp. 35-40).
- Shadikin, M. F., Sugianto, D., & Ayu, W. (2024). ANALISIS PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN SENAM IRAMA. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 1(4), 97-104.
- Silaban, R. L. S., & Herawati, J. (2023). MENGEMBANGKAN FISIK MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI OLAHRAGA SENAM IRAMA. *Garuda: Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Dan Filsafat*, 1(2), 191-205.
- Siregar, R. F., Handayani, R., Napitupulu, Z. S. B., & Suyono, S. (2024). MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR DAN KOGNITIF ANAK MELALUI SENAM IRAMA DI SD PAB 12 SAMPALI. *Jurnal Media Informatika*, 5(2), 171-174.
- Sudarsini. (2013). Pendidikan jasmani dan olah raga. Malang: Universitas Malang.
- Suharjana, F. (2011). Membina kebugaran jasmani anak dengan Senam Pembentukan. *MEDIKORA: Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*, (1).
- Sutini, A. (2018). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 67-77. <https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis penerapan senam irama dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844-1852.
- Widhianawati, N. (2011). Pengaruh pembelajaran gerak dan lagu dalam meningkatkan kecerdasan musikal dan kecerdasan kinestetik anak usia dini. *Jurnal penelitian pendidikan*, 2(2), 154-163.

- Wijayanti, A. (2020). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar melalui Kegiatan Senam Irama. *Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan*, 2(1), 1-14.
- Wulandari, S. (2024). *SURVEY MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI SENAM KEBUGARAN JASMANI (SKJ) 2012 DI SMA/SMK SE-KECAMATAN LHOKNGA* (Doctoral dissertation, Universitas Bina Bangsa Getsempena).
- Yunaika, Cicha., A. (2020). Efektivitas Senam Ceria Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 2(3), 46–52.