

**PENERAPAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER TARI TRADISIONAL UNTUK  
MENGEMABANGKAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK USIA 5-6 TAHUN  
DI TK AL- AZAHR 57 JAMBI**

Rahma Virantika<sup>1</sup>, Winda Sherly Utami<sup>2</sup>, Sri Indriani Harianja<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>PGPAUD, FKIP, Universitas Jambi  
virantikarahma@gmail.com<sup>1</sup>, windasherly@unja.ac.id<sup>2</sup>,  
sriindrianiharianja@unja.ac.id<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

*This study aims to examine the implementation of traditional dance extracurricular activities in developing the kinesthetic intelligence of children aged 5–6 years at TK Al-Azhar 57 Jambi. The activities are designed to enhance children's abilities in various aspects of kinesthetic intelligence, including body coordination, balance, motor skills, strength and endurance, body flexibility, speed and agility, and tactile sensitivity. The data were obtained from primary sources through observation and interviews, as well as secondary data from documentation. The informant in this study was one traditional dance teacher at TK Al-Azhar 57 Jambi. The data analysis techniques used in this study included data reduction, data presentation, and data verification. The results showed that the implementation of traditional dance extracurricular activities at TK Al-Azhar 57 Jambi successfully supported the development of children's kinesthetic intelligence. These activities are conducted once a week, every Friday at 10:30 AM, for a duration of 30 minutes. The sessions are led directly by the dance teacher, and the children have shown progress in accordance with the indicators of kinesthetic intelligence.*

*Keywords: children's kinesthetic intelligence, extracurricular activities, traditional dance*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia 5–6 tahun di TK Al-Azhar 57 Jambi. Kegiatan ini diarahkan untuk meningkatkan kemampuan anak dalam aspek-aspek kecerdasan kinestetik, seperti koordinasi tubuh, keseimbangan, keterampilan motorik, kekuatan dan daya tahan, kelenturan tubuh, kecepatan dan ketangkasan, serta kepekaan sentuhan. Data yang diperoleh menggunakan data primer dari hasil observasi, wawancara dan data sekunder dari dokumentasi. Informan pada penelitian ini adalah guru tari TK Al-Azhar 57 Jambi yang berjumlah 1 orang guru. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional yang diterapkan di TK Al-Azhar 57 Jambi mampu mengembangkan kecerdasan kinestetik

anak. Kegiatan ini dilaksanakan satu kali dalam seminggu, yaitu setiap hari jumat pukul 10.30 WIB, selama 30 menit. Kegiatan dipandu langsung oleh guru tari, dan anak-anak telah menunjukkan perkembangan sesuai dengan indikator kecerdasan kinestetik

Kata Kunci: kecerdasan kinestetik anak, kegiatan ekstrakurikuler, tari tradisional

### **A. Pendahuluan**

Anak usia 5-6 tahun berada dalam periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada fase ini, berbagai aspek perkembangan mereka berkembang secara signifikan dan saling berkaitan. Oleh karena itu, stimulasi yang tepat dan terarah pada semua aspek perkembangan sangat penting untuk mendukung pertumbuhan anak secara optimal dan menyeluruh. Penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan potensi mereka (Utami & Harianja, 2023).

Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan menggunakan seluruh anggota tubuh melalui berbagai gerakan. Contoh-contoh gerakan tersebut seperti mengungkapkan pikiran dan perasaan merupakan contoh dari kecerdasan kinestetik, kecerdasan kinestetik memiliki keterampilan khusus berupa koordinasi tubuh yang baik,

keseimbangan atau pengendalian tubuh, kelincahan, kekuatan, kecepatan dan kelenturan. Berbagai aktivitas tersebut mampu menciptakan gerakan yang indah. Kecerdasan kinestetik ini dapat dikembangkan melalui berbagai strategi, antara lain bermain peran, pantomim, penggunaan bahasa tubuh, gerakan dan lagu, serta meniru gaya orang lain (Hidayati, 2022).

Kegiatan ekstrakurikuler tari memiliki tujuan dan berdampak bagi kesehatan anak usia dini antara lain untuk membantu mengembangkan keterampilan anak didik yang telah disesuaikan dengan kebutuhan anak, minat dan bakat anak. Ada banyak kegiatan ekstrakurikuler di paud di antaranya, olahraga, musik, klub bahasa, dan seni tari tradisional dan modern (Munastiwi, 2019).

Seni tari tradisional adalah salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dapat melatih kecerdasan kinestetik anak, dan memperkenalkan berbagai tarian tradisional yang dapat

melatih kecerdasan kinestetik anak. Melalui tarian tradisional anak menjadi lebih menghargai budaya yang ada serta dapat melestarikan budaya yang ada di sekitar anak, kesenian tradisional perlu dilestarikan dan didukung oleh generasi penerus sebagai upaya mencintai budaya dan adat yang ada pada suatu daerah. Gerakan tari yang melibatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, dan ritme membantu anak-anak mengembangkan kesadaran tubuh, selain itu mengikuti pola gerakan dan berlatih dengan musik dapat meningkatkan kemampuan memori dan konsentrasi (Khasana, 2016).

TK Al- Azhar 57 Jambi merupakan salah satu satuan pendidikan dengan jenjang pendidikan anak usia dini (PAUD). TK ini menjadi salah satu lembaga pendidikan yang menerapkan kurikulum merdeka. TK Al- Azhar 57 Jambi memberikan perhatian terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak melalui kegiatan ekstrakurikuler. Berdasarkan observasi pendahuluan dan wawancara yang dilakukan langsung dengan ibu M selaku guru di TK Al- Azhar 57 Jambi pada tanggal 22

agustus sampai 5 september 2024 yang dilakukan oleh peneliti. Diperoleh informasi bahwa TK Al- Azhar 57 Jambi mengadakan penerapan kegiatan ekstrakurikuler untuk melatih kecerdasan kinestetik anak. Ada beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang ada di TK Al- Azhar 57 Jambi yaitu, angklung, tari tradisional, renang, english club dan tahfidz. Kecerdasan kinestetik dapat dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler tari. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan oleh kelas B adalah ekstrakurikuler tari.

Ekstrakurikuler dilaksanakan satu minggu sekali yaitu pada hari jumat. Ekstrakurikuler seni tari biasanya dilaksanakan dari pukul 10.00 hingga 10.30 di ruang kelas. Dalam kegiatan ini, anak diajarkan tari tradisional yaitu tari lemak manis. Gerakan yang diberikan disesuaikan dengan kemampuan masing- masing anak Ekstrakurikuler dilaksanakan satu minggu sekali yaitu pada hari jumat. Ekstrakurikuler seni tari biasanya dilaksanakan dari pukul 10.00 hingga 10.30 di ruang kelas. Dalam kegiatan ini, anak diajarkan tari tradisional yaitu tari lemak manis.

Gerakan yang diberikan disesuaikan dengan kemampuan masing-masing anak untuk memastikan pembelajaran yang efektif dan sesuai dengan tingkat keterampilan mereka. Pelatih ekstrakurikuler adalah guru kelas yang. Memiliki keahlian di bidangnya, dengan harapan agar guru dapat lebih memahami kemampuan masing-masing anak.

Pada observasi peneliti menemukan fenomena di lapangan menunjukkan bahwa tari tradisional tidak hanya berfungsi sebagai warisan budaya yang harus dilestarikan, tetapi juga menjadi pembelajaran yang menyenangkan dan edukatif bagi anak-anak. Melalui gerakan tari, anak dapat belajar mengontrol tubuh memahami irama, bekerja sama dalam kelompok, dan mengekspresikan perasaan mereka. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional dapat menjadi salah satu strategi untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak secara optimal.

Namun, penerapan kegiatan ekstrakurikuler di taman kanak-kanak seringkali belum dirancang secara maksimal untuk mendukung tujuan perkembangan tertentu, termasuk

kecerdasan kinestetik. Kegiatan tari mungkin masih dipandang sebagai hiburan semata, tanpa perencanaan yang terstruktur untuk mencapai aspek perkembangan anak secara spesifik.

Mengenai hal tersebut mendorong peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui perkembangan kecerdasan kinestetik anak melalui kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional, berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melaksanakan masalah penelitian yang berjudul "penerapan kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia 5-6 tahun di TK Al- Azhar 57 Jambi"

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian merupakan penelitian kualitatif yang dilakukan setiap hari kamis dan jumat bulan januari-Februari 2025 di TK Al-Azhar 57 Jambi. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan guru. Data yang telah terkumpul, dilakukan reduksi data, dilanjutkan penyajian data dan verifikasi atau menarik Kesimpulan analisis data.

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

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui serangkaian kegiatan berupa observasi, wawancara dan dokumentasi sebagai pendukung 1 guru, 12 peserta didik. Hasil penelitian yang telah diperoleh dapat dijabarkan dalam suatu pembahasan yang dapat menjawab rumusan masalah dalam penelitian yaitu tentang bagaimana kecerdasan kinestetik melalui penerapan kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional anak usia 5-6 tahun. Berikut pembahasan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

#### **A. Koordinasi Tubuh**

Anak juga memiliki berbagai kemampuan dalam koordinasi tubuh, seperti menyesuaikan gerakan dengan merentangkan tangan lalu berputar, serta menyilangkan kaki ke depan dengan baik. Hal ini didukung berdasarkan pendapat (Nurtajudin, 2015) mengatakan aktivitas seperti merentangkan tangan dan menyilangkan kaki melibatkan koordinasi tubuh yang kompleks, menunjukkan bahwa latihan koordinasi dapat meningkatkan ketrampilan motorik kasar.

### **B. Keseimbangan Tubuh**

Selanjutnya indikator kedua pada kecerdasan kinestetik yaitu keseimbangan tubuh, aktivitas yang dilakukan anak yaitu anak juga dapat mengangkat kaki satu tanpa terjatuh merentangkan tangan ke depan dan ke samping dengan seimbang. Hal ini sejalan dengan pendapat (Mangkuwibawa, 2021) keseimbangan tubuh adalah usaha anak belajar menyeimbangkan tubuhnya dan menahan untuk tidak jatuh ketika seorang anak dalam posisi badan berdiri tegak. Untuk melatih keseimbangan tubuh anak biasanya dilakukan dengan kegiatan yang sifatnya meneyengkan seperti, menari, engklek, berayun, berjalan jinjit diatas papan titian, bersepeda dan sebagainya.

#### **C. Keterampilan**

Berikutnya indikator ketiga pada kecerdasan kinestetik yaitu anak memiliki ketrampilan mengangkat satu kaki dan melangkah sesuai irama musik, meskipun beberapa anak belum mampu menjaga keseimbangan tubuhnya dengan baik.

Hal ini sejalan dengan pendapat Afri (2020) aktivitas gerakan tari yang melibatkan langkah- langkah seperti mengangkat satu kaki dan mengikuti

iram musik dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini. Hal ini menunjukkan bahwa tari dapat membantu anak-anak mengemabangkan koordinasi, keseimbangan, keterampilan, dan kekuatan otot melalui gerakan yang terkoordinasi dengan musik.

#### **D. Kekuatan dan Daya Tahan**

Dalam kecerdasan kinestetik memiliki indikator kekuatan dan daya tahan, aktivitas yang dilakukan anak yaitu anak dapat memegang kipas dengan satu tangan dan mengayunkannya ke depan dan belakang dengan indah. Hal ini didukung dengan pendapat Chan (2012) mengatakan bahwa aktivitas kekuatan yaitu suatu kemampuan untuk mengeluarkan tenaga secara maksimal dalam satu usaha, kemampuan kekuatan berarti terjadinya kontraksi otot pada manusia. Bahwa kekuatan sangat penting, karena hampir semua aktivitas fisik memerlukan kekuatan. Kekuatan merupakan fondasi dari kemampuan fisik lainnya seperti kecepatan, kelincahan, dan daya tahan.

#### **E. Kelenturan**

Pada indikator kelenturan tubuh juga terlihat pada kemampuan

anak menggerakkan tubuh dengan leluasa, seperti mengayunkan kaki ke depan dan belakang secara bergantian serta memutar pergelangan tangan dengan lentik. Hal ini didukung dengan pendapat Suharti (2016) mengatakan bahwa kelenturan merupakan kemampuan tubuh dalam melakukan gerakan melalui ruang gerak sendi atau ruang gerak tubuh secara maksimal, tujuan utama dari kelenturan tubuh adalah sebagai mediator tari untuk mempersiapkan tubuh sebagai alat, ketika saat melakukan aktivitas gerak tari, dan sekaligus menjadikan tubuh sebagai bahan ekspresi yang baik.

#### **F. Kecepatan dan Ketangkasan**

Aktivitas kecerdasan kinestetik pada indikator kecepatan dan ketangkasan gerak Anak menunjukkan kemampuan kinestetik yang baik, menguasai gerakan dengan cepat dan lancar, seperti berlari kecil membentuk pola lingkaran dan berpindah tempat membentuk pola diagonal, serta dapat berbaris sesuai instruksi guru. Hal ini sejalan dengan pendapat Yaumi, (2013) kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan untuk menggunakan seluruh tubuh dalam

mengekspresikan ide, perasaan dan menggunakan tangan untuk menghasilkan sesuatu. Kecerdasan kinestetik mencakup ketrampilan khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, fleksibilitas dan kecepatan, serta meliputi kecerdasan dalam mengontrol gerakan tubuh dan kemampuan untuk memanipulasi objek.

### **G. Kepekaan Sentuhan**

Pada indikator kepekaan sentuhan, anak mampu menyesuaikan gerakan halus dan kasar dengan irama musik, seperti memegang kipas dan memindahkannya dari depan ke belakang, atau memegang umbul-umbul sambil menggoyangkan pinggul, meskipun ada anak yang kurang fokus dan belum peka terhadap alunan musik.

Hal ini didukung dengan pendapat Yuliyanti (2023) mengatakan bahwa anak mempunyai kemampuan menyelaraskan gerakan halus maupun kasar sesuai irama musik seperti duduk bersila tangan diletakan di lutut sambil menggerakkan bahu ke atas dan ke bawah.

Dari proses pencapaian diatas dapat diketahui kecerdasan kinestetik dapat dilatih melalui kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional. Melalui kegiatan ekstrakurikuler menari kecerdasan kinestetik anak dapat berkembang dengan baik sesuai dengan teori Rachmawati (2012) kecerdasan kinestetik pada anak sangat berpengaruh dalam gerak tari, karena dengan gerakan- gerakan tari tradisional anak mengeluarkan tenaga. Dengan gerakan- gerakan tari tersebut anak akan bisa berkembang. Hubungan gerak tari dengan kecerdasan kinestetik anak yaitu gerak menimbulkan gerakan-gerakan bermakna untuk anak, oleh karena itu apabila anak bisa bergerak akan menciptakan motorik anak menjadi semakin kreatif dan berkembang.

### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan penelitian. Dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan ekstrakurikuler tari tradisional dapat melatih kecerdasan kinestetik anak dini kelompok B. Terlihat pada saat melakukan gerakan anak sudah bisa melakukannya sesuai dengan

instruksi dari guru, adapun cara guru untuk melatih kecerdasan kinestetik anak yaitu dengan kegiatan ekstrakurikuler tari, mengajak anak menirukan gerakan, berlatih setiap minggu, dan memantau perkembangan kemampuan kecerdasan kinestetik anak.

Dari pertemuan awal hingga akhir anak sudah bisa mengkoordinasi tubuh, terhdapa,mata, tangan, dan kaki, keseimbangan tubuh ditunjukan ketika anak merentangkan tangan sambil melanjutkan gerakan lain yaitu berdiri dengan satu kaki tanpa terjatuh, keterampilan ditunjukan ketika anak melakukan gerakan dengan penuh ekspresi, kekuatan dan daya tahan anak bisa memegang benda saat menari tanpa terjatuh, kelenturan ditunjukan ketika anak sudah mampu mengayunkan kaki secara bergantian, dan memutarakan pergelangan tangan, kecepatan dan ketangkasan gerak anak melakukan anak dapat membuat pola digonal, lingkaran, kepekaan sentuhan anak sudah mampu melakukan gerakan sesuai dengan irama musik cepat atau lambat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chan, F. (2012). Strength training (Latihan kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1).
- Hidayati, T. (2022). Implementasi model ATIK dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik anak kelompok A melalui kegiatan menari di TK Anak Bangsa Rawajati Pancoran. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(2). <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i2.479>
- Khasana, I. (2016). Meningkatkan kecerdasan kinestetik anak melalui tari tradisional Angguk di TK Melati II Glagah. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Mangkuwibawa, H. (2022). Upaya untuk meningkatkan keseimbangan tubuh anak usia 5–6 tahun melalui media papan titian. Dalam *Prosiding Gunung Djati Conference: The Conference on Islamic Early Childhood Education (CIECE)* (Vol. 13). Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.
- Munastiwi, E. (2019). Manajemen ekstrakurikuler pendidikan anak usia dini (PAUD). *Manageria: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 369–380. <https://doi.org/10.14421/manageria.a.2018.32-09>
- Rachmawati, Y., & Kurniati, E. (2012). Strategi pengembangan kreativitas pada anak usia dini taman kanak-



kanak. Kencana Prenada Media Group.

Suharti. (2016). Gelora. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan I.

Utami, & Harianja, S. I. (2023). Pengembangan model stimulasi geometri berbasis pendekatan SAVI (somatic, auditory, visual, intellectual) untuk anak usia dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo, 10*.

Yaumi, M., & Ibrahim, N. (2013). Kecerdasan jamak: Multiple intelligences. Kencana.

Yuliyanti, E. (2023). Analisis pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini kelompok B melalui kegiatan tari kreasi di TK PGRI 04 Kartini Semarang. *POPULER: Jurnal Penelitian Mahasiswa, 2*(1).