BAB IV
LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Singkat Lokasi Penelitian

Penelitian ini mengambil lokasi di RA Samudera Raya Banjarmasin yang merupakan sebuah lembaga pendidikan formal yang berada di bawah naungan Kementerian Agama Banjarmasin. Adapun mengenai gambaran umum lokasi penelitian dapat dilihat pada uraian berikut:

1. Sejarah Singkat RA Samudera Raya

Raudhatul Athfal (RA) Samudera Raya berlokasi di jalan Bangau Putih No. 1 RT. 6 Komplek Beruntung Jaya Kelurahan Pemurus Dalam Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin Provinsi Kalimantan Selatan. RA Samudera Raya Banjarmasin didirikan pada tanggal 6 November Tahun 1989 yang berada di bawah yayasan Uswatun Hasanah yang diketuai oleh ibu Hj. Rusmini Ulfah. (cwks2)[1]

.

Adapun RA Samudera Raya terdiri dari 5 kelas, yaitu kelompok Bermain (KB), 2 kelas untuk kelompok A (A1 dan A2), dan 3 kelas untuk kelompok B (B1, B2, dan B3) . RA Samudera Raya memiliki luas halaman sekitar 15m X 15m dan memiliki banyak permainan *outdoor* yang ada di halaman sekolah.

[1] Cwks: Catatan Wawancara Kepala Sekolah

Gambar I Sekolah RA Samudera Raya



Gambar RA Samudera Raya Banjarmasin (cdf1)[2]

2. Identitas RA Samudera Raya

a. Nama Sekolah : RA Samudera Raya

b. Alamat : Jl. Bangau Putih No. 1 RT. 6 Kel. Pemurus Dalam Kec. Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin Provinsi Kalimantan Selatan.`

c. Status Sekolah : Swasta

d. NPSN : 60750908

e. NSRA : 101263710002

f. Akreditasi Sekolah : B

g. Tahun Akreditasi : 2018

h. Izin Operasional : No. 2 tanggal 6 November 1989

[2] Cdf: Catatan Dokumen Foto

i. NPWP : 03.025.727.3-731.000

j. Akta Notaris : No. AHU-0006455.AH.02.04. Tahun 2017

k. Nama Yayasan : Uswatun Hasanah

l. Ketua Yayasan : Hj. Rusmini Ulfah

m. Kepala Sekolah : Ria Harianti S. Pd.I (cds1).[3]

3. Visi dan Misi RA Samudera Raya

a. Visi RA Samudera Raya

Mewujudkan anak yang beriman, cerdas, kreatif, terampil, mandiri, berbudi pekerti luhur, serta sehat jasmani dan rohani.

b. Misi RA Samudera Raya

1) Melaksanakan kehidupan beragama dalam proses pembelajaran serta pembinaan suri tauladan di berbagai aspek
2) Menciptakan keseimbangan antara kemampuan intelektual dan kematangan emosional anak didik
3) Menumbuhkan rasa tanggung jawab dan kreativitas di dalam tugas (cds2).

4. Keadaan Guru di RA Samudera Raya

Jumlah guru di RA Samudera Raya pada tahun ajaran 2019/2020 terdapat 10 orang guru termasuk kepala sekolah. Untuk kelompok bermain (KB) ada 2 orang guru, kelompok A1 ada 1 orang guru, kelompok A2 ada 2 orang guru, kelompok B1 ada 1 orang guru, kelompok B2 ada 2 orang guru dan kelompok B3 ada 2 orang guru.

[3] Cds: Catatan Dokumentasi Sekolah

Tabel II Jumlah Guru di RA Samudera Raya

No	Nama	Pendidikan	Jabatan
1	Ria Harianti, S. Pd. I	S1	Kepala Sekolah
2	Hj. Rahmiati, S.Pd. I	S1	Guru
3	Salasiah, S. Pd. I	S1	Guru
4	Annisa, S. Pd	S1	Guru
5	Riana Handayanie, S.Pd	S1	Guru
6	Nafisah, S.S	S1	Guru
7	Rahmi Agustina, S. Pd	S1	Guru
8	Noor Latifah	SMA	Guru
9	Faizah Muawwanah, S. Pd	S1	Guru
10	Ani Yulinda, S. Pd	S1	Guru

Sumber: Catatan Dokumentasi Sekolah RA Samudera Raya Tahun Pelajaran 2019/2020 (cds3).

5. Keadaan Anak Didik di RA Samudera Raya

Pada tahun ajaran 2019/ 2020 jumlah anak didik di RA Samudera Raya berjumah 86 anak.

Tabel III Jumlah Anak Didik di RA Samudera Raya

No.	Kelompok	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	Kelompok Bermain	2	4	6
2	Kelompok A1	8	5	13
3	Kelompok A2	8	7	15
4	Kelompok B1	11	9	20
5	Kelompok B2	10	7	17
6	Kelompok B3	8	7	15
	Jumlah	86		

Sumber: catatan Dokumentasi Sekolah RA Samudera Raya Tahun Pelajaran 2019/2020 (cds4).

6. Keadaan Sarana dan Prasarana RA Samudera Raya

Sarana dan prasarana RA Samudera Raya pada umumnya dalam kondisi yang baik. Sarana dan prasarana di RA Samudera Raya terdiri dari beberapa ruangan dan permainan *outdour* yang ada di halaman sekolah. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel IV Sarana dan prasarana RA Samudera Raya

No.	Jenis Sarana dan Prasarana	Jumlah	Kondisi
1	Ruang Kepala Sekolah dan Guru	1	Baik
2	Ruang Belajar	6	Baik
3	Ruang Dapur	1	Baik
4	WC Guru dan Anak	5	Baik
5	Permainan *Outdour*	13	Baik
6	Permainan *Indour*	7	Baik

Sumber data: catatan Dokumentasi Sekolah RA Samudera Raya Tahun Pelajaran 2019/2020 (cds5).

Selanjutnya peneliti akan menyajikan data yang diperoleh saat penelitian dalam bentuk deskripsi.

B. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan dengan menggunakan sejumlah teknik pengumpulan data seperti wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap guru dan anak kelompok B di RA Samudera Raya Banjarmasin. Setelah data yang diperlukan terkumpul dengan beberapa teknik pengumpulan data, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data tentang Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak

Kelompok B di RA Samudera Raya Banjarmasin yang disajikan dalam bentuk uraian kata-kata.

Hal ini dilakukan sesuai dengan fokus dan tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam menggambarkan secara mendalam tentang Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya Banjarmasin, dan apa saja faktor-faktor yang memengaruhi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya Banjarmasin.

Sebelum peneliti menyajikan data tentang Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia, peneliti akan menyajikan data tentang latar belakang penerapan Senam Ceria Anak Indonesia di RA Samudera Raya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Ria Harianti, S. Pd. I selaku kepala sekolah RA Samudera Raya, menyatakan bahwa kegiatan senam yang dilakukan setiap 5 kali dalam seminggu sudah diterapkan sekitar 7 tahun yang lalu yaitu sekitar pada tahun 2012/ 2013 (cwks3).[4] Senam dilakukan 5 kali dalam seminggu bertujuan untuk anak sehat dan semangat sebelum masuk ke dalam kelas dan sebelum memulai pembelajaran (cwks6). Senam yang ada di RA Samudera Raya berbeda-beda agar anak tidak bosan dengan senam yang itu-itu saja (cwks7). Adapun nama macam-macam senam yang ada di RA Samudera Raya yaitu Senam Sehat Gembira, Senam Irama Ceria, Senam Sehat Ceria, Senam

[4] Cwks: Catatan Wawancara Kepala Sekolah

Anak Sholeh, Senam Nusantara dan Senam Ceria Anak Indonesia. Senam Ceria Anak Indonesia adalah salah satu senam yang diterapkan di sekolah RA Samudera Raya sejak sekitar 4 tahun yang lalu dan masih dipertahankan sampai saat ini di RA Samudera Raya, karena Senam Ceria Anak Indonesia memiliki lagu-lagu yang mengandung rasa cinta tanah air (cwks8).

Senam di RA Samudera Raya memiliki 6 senam dan dipilih menyesuaikan dengan kondisi anak pada hari itu, misalnya ada anak yang pada hari itu ingin senam yang berbeda dari hari kemarin atau ingin senam yang ceria-ceria, maka instruktur senam akan mengikuti keinginan anak (cwks5). Adapun Senam Ceria Anak Indonesia diterapkan karena memiliki lagu yang mengandung unsur cinta tanah air, dan untuk senam yang lain yaitu sebagai selingan agar anak tidak merasa bosan dengan senam yang itu-itu saja (cwks9). RA Samudera Raya sering mengikuti lomba-lomba, salah satunya yaitu lomba senam, tetapi anak-anak belum mendapatkan piala penghargaan tentang senam, akan tetapi anak mendapat pengalaman langsung dengan cara mengikuti lomba tersebut, dan untuk guru-guru sering mendapat penghargaan seperti sertifikat ketika mengikuti pelatihan-pelatihan senam di luar sekolah (cwks11).

Senam Ceria Anak Indonesia ini dilaksanakan tidak tergantung hari, ada yang 1 kali dalam seminggu dan ada yang 2 kali dalam seminggu.

Adapun peneliti mewawancarai Ibu instruktur senam piket (Ibu R) yang menyatakan bahwa beliau sudah mengajar di RA Samudera Raya sejak Tahun 1990 (cwis2)[5]. Berbicara tentang Senam Ceria Anak Indonesia, beliau memiliki banyak pengalaman tentang mengajarkan senam, sebelum beliau mengajar di RA Samudera Raya beliau pernah menjadi pengajar dan instruktur senam di tempat beliau mengajar dulu di salah satu TK yang ada di Banjarmasin (cwis3).

Selain pengalaman mengajar, semua senam termasuk Senam Ceria Anak Indonesia diketahui oleh guru-guru RA Samudera Raya ketika mengikuti pelatihan senam di salah satu gedung pelatihan. Bermula dari 2 orang guru RA Samudera Raya yang mewakili untuk mengikuti pelatihan-pelatihan senam untuk menambah referensi berbagai senam dan mengajarkannya kepada guru-guru RA Samudera Raya yang lain agar semua guru yang ada di RA Samudera Raya bisa dan menguasai berbagai senam beserta gerakannya, kemudian menerapkannya kepada anak-anak (cwis4).

RA Samudera Raya menerapkan berbagai macam senam dalam seminggu yaitu Senam Sehat Gembira, Senam Irama Ceria, Senam Sehat Ceria, Senam Anak Sholeh, Senam Nusantara dan Senam Ceria Anak Indonesia. Ke 6 senam tersebut dilakukan 5 kali dalam seminggu secara acak tergantung kondisi anak, ada yang 1 kali dalam seminggu bahkan lebih.

[5] Cwis: Catatan Wawancara Instruktur Senam

Dari ke 6 senam tersebut Senam Ceria Anak Indonesialah yang selalu diterapkan di RA Samudera Raya dan masih di pertahankan sampai sekarang ini. Adapun senam ini dliakukan pada jam 08.00- 08.30 WITA dimulai dari anak berbaris, merentangkan tangan, bernyanyi gerak dan lagu, kemudian Senam Ceria Anak Indonesia dimulai (cwgpk4). Setelah selesai melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, seluruh anak berbaris dan bersalaman dengan semua guru hingga masuk ke dalam kelas (cwis11). Senam Ceria Anak Indonesia terdiri dari 5 lagu dan judul yaitu: Aku Anak Indonesia, Negeriku Indonesia, Merah Putih, Guruku Seorang Pahlawan, Lestari Indonesia. Semua lagu menceritakan tentang Indonesia dan mengandung unsur cinta tanah air (cwis6). Senam Ceria Anak Indonesia memiliki durasi waktu yaitu sekitar 10 menit (cwis12).

Senam Ceria Anak Indonesia dilakukan di halaman sekolah yang berukuran sekitar 8m X 9m yang dipakai untuk senam, istighasah dan upacara, dan sekitar 15m X 15m untuk luas halaman keseluruhan (cwis10).

Adapun yang menjadi instruktur dari Senam Ceria Anak Indonesia adalah guru yang mendapat giliran menjadi piket senam yang akan menjadi pemimpin senam pada hari tersebut. Semua guru yang ada di RA Samudera Raya harus bisa menjadi instruktur senam serta mendapat ilmu dari pelatihan-pelatihan senam di luar sekolah, dengan demikian guru mendapat wawasan dan ilmu ketika mengikuti pelatihan tersebut dan diajarkan ilmu tersebut kepada guru-guru yang lain yang ada di RA

Samudera Raya. Sehingga semua guru dapat menguasai berbagai senam beserta gerakannya dan memiliki jadwal piket senam masing-masing secara bergantian (cwks4).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu N selaku Guru kelas yang sudah mengajar sejak dari tahun 2012. Perasaan beliau sejak mengajar di RA Samudera Raya sampai dengan sekarang sangat senang dan selalu bersemangat terutama ketika berinteraksi dengan anak-anak (cwgk1)[6]. Adapun bahasa sehari-hari yang dipakai untuk berinteraksi dengan anak di RA Samudera Raya menggunakan Bahasa Indonesia dan ada sedikit Bahasa Banjar (cwgk2).

Tentang Senam Ceria Anak Indonesia yang termasuk dalam RPPH atau tidak. Ibu N menyatakan bahwa Senam Ceria Anak Indonesia tidak terdapat pada Rencana Program Pembelajaran Harian (RPPH) karena tidak termasuk dalam pembelajaran sehari-hari. Akan tetapi masuk dalam indikator penilaian yang ada di penilaian semester dan di raport anak (cwgk5). Senam Ceria Anak Indonesia dilakukan secara bergantian dengan senam yang lain dalam satu minggu dan dilakukan sebelum dimulai kegiatan pembelajaran (cwis9). Sebelum anak-anak melakukan senam guru yang tidak memiliki jadwal piket mengatur barisan anak-anak, laki-laki sebelah kanan dan perempuan sebelah kiri, yang tinggi di belakang dan anak yang lebih kecil dari temannya berada di depan. Sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia guru terlebih dahulu

[6] Cwgk: Catatan Wawancara Guru Kelas

mengajak anak untuk melakukan gerakan pemanasan seperti benyanyi gerak dan lagu (cwgk3).

Setelah bernyanyi gerak dan lagu, Senam Ceria Anak Indonesia dimulai, anak-anak mengikuti gerakan yang di pimpin oleh instruktur senam yang berada di depan, sambil bergerak instruktur senam memberikan semangat kepada anak-anak dengan kata mengajak, anak-anakpun antusias dan merespon perkataan dari instruktur senam dengan cara bersemangat dan lincah ketika melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, walaupun ada beberapa anak yang bergerak sesukanya tetapi kemudian mengikuti instruktur senam kembali (cwis8). Setelah Senam Ceria Anak Indonesia selesai, guru mengajak anak-anak membaca doa di halaman sebelum masuk kelas dan kemudian bersalaman dengan semua guru.

Senam Ceria Anak Indonesia tidak dimasukkan ke dalam RPPH tetapi dimasukkan dalam penilaian semester dan raport anak. Pada raport anak Senam Ceria Anak Indonesia termasuk pada indikator yang ingin dicapai dalam aspek kemampuan fisik yaitu keterampilan kinestetik anak yang dapat dinilai apakah anak mampu menggerakkan kepala, tangan atau kaki sesuai irama musik, dan mampu mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia (cwgk8). Hal yang perlu disiapkan sebelum melakukan senam oleh instruktur senam piket hari itu adalah menyiapkan media senam seperti *handphone/ flask disk* untuk mencari musik senam,

amplifier, kabel data, *speaker*, mikrofon dan stop kontak, instruktur senam piketlah yang akan memimpin senam anak-anak di depan (cwis7).

Menurut Ibu A selaku guru pendamping kelas, anak kelompok B sangat lincah dan seimbang dalam bergerak karena motoriknya sudah matang dan sudah terbiasa dengan senam tersebut, tetapi ada beberapa anak yang asyik dengan gerakannya sendiri seperti bermain-main dan bergerak sesukanya, kemudian di beri pengertian oleh ibu guru dengan kata mengajak seperti "ayo kita senam" dengan menggunakan Bahasa Indonesia (cwgpk3)[7].

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan diperoleh data tentang bagaimana penerapan Senam Ceria Anak Indonesia dilakukan di RA Samudera Raya Banjarmasin. Ibu A selaku guru pendamping kelas menyatakan bahwa penerapan Senam Ceria Anak Indonesia dilakukan seluruh anak dari kelompok bermain KB, kelompok A dan B yang dipimpin oleh Ibu yang piket pada hari tersebut dan beserta guru-guru yang lain ikut senam sambil melihat keadaan anak saat melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia yang dilakukan sebelum memulai kegiatan pembelajaran (cwgpk1). Jika ada guru piket yang berhalangan hadir pada hari itu, maka guru yang memiliki jadwal besok yang menggantikannya (cwgk6).

[7] Cwgpk: Catatan Wawancara Guru Pendamping Kelas

Ketika Senam Ceria Anak Indonesia dimulai, semua anak mau bergerak mengikuti gerakan yang dilakukan instruktur senam, walaupun ada anak yang bergerak sesukanya tetapi anak tersebut mau saja mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia ketika melihat teman-temannya yang lain bergerak (cwis13). Keterampilan kinestetik anak berkaitan dengan kemampuan fisiknya. Ketika anak kelompok B melakukan Senam Ceria Anak Indonesia semua berkembang sesuai dengan tahapan anak, walaupun masih ada anak yang kadang mau kadang tidak bergerak sessuai dengan *mood*nya (cwgpk5). Setelah kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia selesai, guru bertanya kepada anak tentang senam yang mereka lakukan tadi seperti siapa tadi yang ikut senam, gerakannya apa saja, kemudian guru meminta anak-anak berbaris dengan rapi, setelah itu anak-anak berdoa dan bersalaman dengan semua guru (cwgk4).

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan, dapat dilihat bahwa anak merasa sangat senang saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia. Anak bergerak dengan luwes dan mengikuti gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yang dipimpin oleh instruktur senam. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa anak kelompok B yang masuk dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Peneliti mengajukan pertanyaan tentang siapa tadi yang melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, kemudian anak-anak antusias menjawab (saya.saya) secara bersamaan (cwa1)[8]. Bagaimana perasaan

[8] Cwa: Catatan Wawancara Anak

anak setelah melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, anak-anak menjawab bahwa mereka merasa senang dan suka melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia (cwa2).

Setelah itu, peneliti juga bertanya kepada anak terkait gerakan yang paling disukai anak, anak menjawab gerakan bertepuk tangan sambil berteriak caa.caa.caa (cwa3). Anak yang bernama A menjawab tentang gerakan yang paling disukai adalah gerakan bertepuk tangan (cwa4).

Adapun anak yang bernama B menjawab tentang gerakan yang paling disukai yaitu gerakan Gerakan meloncat menepuk nyamuk bu (cwa5). Ketika peneliti bertanya kepada anak apakah mereka senang dengan Senam Ceria Anak Indonesia yang tadi dilakukan, mereka menjawab suka (cwa6).

1. Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Berdasarkan wawancara peneliti terhadap penerapan Senam Ceria Anak Indonesia diperoleh data bahwa terdapat 52 orang anak kelompok B dan 1 piket instruktur senam dan guru-guru yang lain mengikuti sambil melihat keadaan anak (cwks10).

Tabel V jadwal guru yang piket dan menjadi instruktur senam adalah sebagai berikut:

No	Nama guru piket
1	Ibu Ria Harianti
2	Ibu Noor Latifah
3	Ibu Riana Handayanie

4	Ibu Faizah Muawwanah
5	Ibu Salasiah
6	Ibu Nafisah
7	Ibu Annisa
8	Ibu Hj. Rahmiati
9	Ibu Ani Yulinda
10	Rahmi Agustina

Sumber: catatan Dokumentasi Sekolah RA Samudera Raya Tahun Pelajaran 2019/2020 (cds6).

Berdasarkan tabel guru piket di atas bahwa guru yang menjadi instruktur senam di RA Samudera Raya memiliki jadwal kegiatan piket masing-masing secara berurutan, maka dari itu semua guru yang ada di RA Samudera Raya harus bisa menjadi instruktur senam, karena jika pada saat itu ada guru piket yang tidak masuk karena berhalangan hadir maka guru selanjutnyalah yang akan menggantikan guru piket tersebut.

Adapun tugas guru kelas dan guru pendamping yang tidak piket pada hari itu sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia yaitu mengatur barisan anak-anak sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia (cwgpk2).

Adapun alat atau media yang digunakan saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel VI Media dalam pelaksanaan senam ceria anak Indonesia.

No	Jenis	Jumlah	Kondisi
1	*Handphone/ Flash disk*	1	Baik
2	Stop kontak	1	Baik
3	*Amplifier*	1	Baik
4	*Speaker*	1	Baik
5	Kabel data	1	Baik
6	Mikrofon	1	Baik

Sumber Data: Catatan dokumentasi Sekolah RA Samudera Raya Banjarmasin Tahun 2019 (cds7).

Untuk memeroleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti melakukan 4 kali observasi terhadap kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Berikut ini deskripsi kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia berdasarkan observasi yang peneliti lakukan selama 4 hari adalah sebagai berikut:

- Selasa, 27 Agustus 2019 pukul 07.30- 08.30 WITA

  Sebelum memulai melakukan Senam Ceria Anak Indonesia semua guru yang piket 2 orang pada hari itu menyambut kedatangan anak di depan pagar dan guru- guru yang lain membersihkan kelas dan halaman sekolah. Seluruh anak yang datang satu persatu bersalaman dengan guru. Semua anak yang datang diantar orang tua atau keluarganya (cl, p1).[9]

  Setelah anak bersalaman dengan guru anak pergi ke kelas untuk meletakkan tas di tempat tas yang disediakan di dalam kelas. Setelah anak-anak yang tiba di sekolah terlihat banyak, guru yang piket senam menyiapkan media yang digunakan untuk melakukan Senam Ceria Anak Indonesia (cl, p2).

[9] Cl: Catatan Lapangan

Gambar II



Guru mengatur barisan anak sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia(cdf2)

Pukul 08.00 WITA guru kelas dan guru pendamping mengatur barisan anak-anak di halaman sekolah yang berukuran sekitar 8m X 9m untuk halaman senam, istighasah dan upacara, sedangkan halaman keseluruhannya berukuran sekitar 15m X 15m. Setelah anak-anak siap dan berbaris, maka pagar sekolah ditutup ketika senam dimulai dan anak-anak yang datang terlambat menunggu di depan pagar (cl, p3).

Ketika semua anak sudah berkumpul di halaman sekolah seluruh anak berbaris sesuai jenis kelamin sesuai panduan guru, laki-laki berbaris di sebelah kanan dan perempuan berbaris di sebelah kiri. Sebelum melakukan senam anak diminta merentangkan tangan ke samping. Merentangkan tangan bertujuan agar anak mudah bergerak dan tidak mengenai temannya saat bergerak (cl, p4).

Guru yang menjadi instruktur senam dan sebagian guru berada di depan barisan anak-anak, sebagian guru yang lain berada di samping dan di belakang barisan anak-anak. Guru yang berada di samping dan di belakang barisan anak ikut melakukan gerakan Senam Ceria Anak Indonesia sambil melihat keadaan anak.

Senam Ceria Anak Indonesia dilakukan setelah anak-anak bernyanyi gerak dan lagu bersama-sama untuk pemanasan. Saat Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung anak-anak mengikuti gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia , tetapi tidak semua anak mengikuti gerakan sesuai apa yang dilakukan instruktur senam. Beberapa anak mengikuti sungguh-sungguh sesuai yang dilakukan instruktur senam dan beberapa anak lain melakukan gerakan sesukanya (cl, p5).

Anak yang berada dibarisan depan lebih lincah dan lebih terlihat tertarik melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, anak yang berada dibarisan belakang ada beberapa anak yang tidak

fokus dalam melakukan gerakan Senam Ceria Anak Indonesia terutama laki-laki, ada yang asyik sendiri dengan gerakan yang ia buat, ada yang bermain-main dan ada yang mengganggu temannya. Ketika anak sudah mulai mengganggu temannya maka guru akan mengajak anak untuk melakukan senam di samping instruktur senam.

Setelah kegiatan senam selesai dan berbaris secara merapat untuk bersiap masuk ke dalam kelas dan melakukan kegiatan pembelajaran semua anak berdoa sebelum belajar di barisannya masing-masing dengan rapi dan kemudian berbaris seperti kereta api untuk bersalaman terlebih dahulu kepada semua guru, dan guru-guru juga ikut bersalaman dengan guru yang lainnya, kemudian sampai di depan kelas anak-anak melepas sepatunya dan masuk ke dalam kelas. anak yang tidak ikut senam karena terlambat akan menunggu di depan pagar setelah kegiatan senam selesai maka pagar akan dibuka dan anak yang datang terlambat boleh masuk ke dalam kelas mereka masing-masing (cl, p6).

- Rabu 28 Agustus 2019 pukul 07.30- 08.30 WITA

  Seperti biasa guru yang piket menyambut kedatangan anak di depan pagar sekolah dan anak bersalaman terlebih dahulu kepada guru sebelum masuk. Guru-guru yang lain menyapu dan membersihkan ruangan kelas dan halaman, anak-anak meletakkan

tasnya di tempat yang sudah disediakan dan bermain di halaman dengan teman atau orang tuanya (cl, p7).

Tepat pukul 08.00 WITA guru yang piket senam mempersiapkan media seperti *handphone*/ *flash disk*, *amplifier*, *speaker*, stop kontak, mikrofon, dan kabel data sebagai pendukung untuk melakukan senam dan guru yang lain mengatur barisan anak. Setelah persiapan media untuk senam sudah siap dan semua anak sudah berbaris dengan rapi dan merentangkan tangannya agar ketika senam anak mudah bergerak dan tidak mengenai temannya. Seperti biasa seluruh anak berbaris sesuai jenis kelamin dan sesuai panduan guru, laki-laki berbaris di sebelah kanan dan perempuan berbaris di sebelah kiri, dan guru-guru yang lain berbaris di samping barisan anak untuk mengikuti senam sambil melihat keadaan anak (cl, p8).

Sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia anak terlebih dahulu menyanyi gerak dan lagu bersama-sama sebagai pemanasan. Saat Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung anak-anak mengikuti gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia baik itu anak laki-laki atau anak perempuan yang di pimpin oleh instuktur senam yang berada di depan. Anak kelompok B lebih lincah dan aktif bergerak saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, karena anak kelompok B sudah ingat dengan gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dibanding dengan anak

kelompok A. Selain itu anak kelompok B lebih mudah dalam melakukan gerakan-gerakan keterampilan fisik salah satunya yaitu keterampilan kinestetik anak karena fisik motorik anak sudah matang.

Anak kelompok A masih canggung dalam bergerak untuk melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, tetapi mereka sangat senang saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung. Saat Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung anak perempuan terlihat antusias mengikuti gerakan dari instruktur senam dan sesekali bernyanyi mengiringi lagu Senam Ceria Anak Indonesia tersebut. Adapun anak laki-laki ketika Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung beberapa orang ada yang mengikuti gerakan senam sesuai dengan instruktur senam dan ada juga yang bergerak sesukanya (cl, p9).

Seperti biasa setelah selesai melakukan Senam Ceria Anak Indonesia semua anak merapat untuk bersiap masuk ke dalam kelas dan melakukan kegiatan pembelajaran, kemudian semua anak berdoa sebelum belajar di barisannya masing-masing dengan rapi dan setelah itu anak-anak berbaris seperti kereta api untuk bersalaman terlebih dahulu kepada semua guru, dan guru-guru juga ikut bersalaman dengan guru yang lainnya, kemudian sampai di depan kelas anak-anak melepas sepatunya dan masuk ke dalam kelas. Anak yang tidak ikut senam karena terlambat akan

menunggu di depan pagar setelah kegiatan senam selesai maka pagar akan dibuka dan anak yang datang terlambat boleh masuk ke dalam kelas mereka masing-masing (cl, p10).

- Kamis 5 September 2019 pukul 07.30- 08.30 WITA

  Sebelum kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia dilaksanakan seperti biasa 2 orang guru yang piket menunggu dan menyambut kedatangan anak-anak di depan pagar sekolah. Guru-guru yang lain membersihkan ruangan kelas maupun halaman sekolah serta menyiapkan media untuk kegiatan senam (cl, p11).

  Tepat pukul 08.00 WITA lonceng sekolah berbunyi dan gurupun menutup pagar sekolah. Mendengar suara lonceng berbunyi maka semua anak berbaris sendiri dan kemudian diatur oleh guru, barisan sebelah kanan diisi anak laki-laki dan barisan kiri diisi anak perempuan, anak yang tinggi di belakang dan anak yang lebih kecil dari temannya berada di depan. Anak yang datang terlambat akan menunggu di depan pagar dan boleh masuk setelah kegiatan senam berakhir.

  Sebelum memulai Senam Ceria Anak Indonesia anak diminta merentangkan tangan, balik kanan dan balik kiri terlebih dahulu agar saat melakukan senam anak mudah bergerak dan saat bergerak tidak mengenai temannya. Sama seperti biasa sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia guru mengajak anak bernyanyi

sambil bergerak sebagai pemanasan awal dan setelah itu Senam Ceria Anak Indonesia dimulai.

Seperti biasa semua anak dari kelompok bermain (KB). Kelompok A dan kelompok B melakukan Senam Ceria Anak Indonesia di halaman sekolah. Semua anak melakukan Senam Ceria anak Indonesia seperti yang dilakukan instruktur senam. Anak bergerak sesuai irama Senam Ceria Anak Indonesia. Anak kelompok B terlihat lebih mampu mengikuti gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang dilakukan instruktur senam terutama anak perempuan lebih serius dan senang dalam melakukan Senam Ceria Anak Indonesia (cl, p12)

Setelah selesai senam anak-anak berbaris dengan rapat dan guru bertanya kepada anak-anak tentang siapa yang tadi ikut senam dan anak-anak antusias merespon pertanyaan dari guru dan menjawabnya dengan perkataan “saya bu” dengan suara yang riang gembira, kemudian guru membimbing anak-anak membaca doa sebelum belajar.

Setelah itu guru-guru berbaris di depan anak dan anak berjalan membentuk kereta api dan berjalan bersalaman dengan semua guru-guru, kemudian anak melepas sepatunya dan masuk ke dalam kelas masing-masing. Setelah itu pagar di buka dan anak-anak yang datang terlambat dipersilahkan masuk ke kelas mereka (cl, p13).

- Sabtu 7 September 2019 pukul 07.30- 08.30 WITA

Seperti biasanya guru yang piket menunggu dan menyambut kedatangan anak-anak di depan pagar sekolah. Semua anak yang tiba di sekolah bersalaman satu persatu dengan guru yang berada di depan pagar. Sedangkan guru-guru yang lain membersihkan ruangan kelas dan halaman sekolah. Setelah anak bersalaman dengan guru, anak melepas sepatu kemudian masuk ke dalam kelas dan meletakkan tasnya di atas meja yang disediakan di dalam kelas

Sebelum lonceng berbunyi anak-anak bermain di halaman sekolah bersama teman-temannya dan sesama orang tua saling ngobrol sambil memerhatikan anak-anak mereka yang sedang bermain. Selama anak-anak bermain guru dan kepala sekolah menyiapkan media sebelum melakukan senam (cl, p14).

Pukul 08.00 WITA lonceng berbunyi dan anak-anak segera berbaris di halaman sekolah, guru yang piket menyambut anakpun menutup pagar dan segera mengatur barisan anak-anak. Anak yang datang terlambat akan menunggu di depan pagar dan boleh masuk setelah kegiatan senam berakhir. Seperti biasa anak laki-laki berada di sebelah kanan dan anak perempuan di sebelah kiri, anak yang badannya tinggi berada di barisan belakang sedangkan anak yang lebih kecil dari temannya berada di barisan depan.

Setelah anak berbaris dengan rapi anak diminta untuk bersiap dan merentangkan kedua tangannya, kemudian balik kanan dan

balik kiri agar ketika melakukan gerakan senam anak mudah bergerak dan saat bergerak tidak mengenai temannya, setelah itu guru mengecek semangat anak dengan perkataan " siapa yang mau ikut senam" dan jawaban anak-anakpun sangat antusias untuk segera melakukan senam. Setelah itu guru memuji anak-anak yang barisannya rapi dengan perkataan "barisan sini bagus dan rapi, maka akan kita beri bintang 3 ya". Setelah itu anak-anakpun diajak untuk bernyanyi gerak dan lagu.

Setelah selesai bernyanyi gerak dan lagu, kepala sekolahpun memutar Senam Ceria Anak Indonesia dan anak-anak antusias mengikuti gerakan senam yang dipimpin oleh Ibu R selaku instruktur senam pada hari itu. Anak bergerak mengikuti gerakan irama Senam Ceria Anak Indonesia yang dipimpin oleh instruktur senam (cl, p15).

Seperti salah satu gerakan bertepuk tangan dan berteriak ca..ca..ca.., gerakan menepuk nyamuk anak sangat antusias dalam bergerak teruama anak kelompok B terlihat lebih mampu dan menguasai ketika mengikuti gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang dilakukan instruktur senam terutama anak perempuan yang berada di depan lebih serius dan senang dalam melakukan Senam Ceria Anak Indonesia.

Setelah selesai senam anak-anak berbaris dengan rapat dan guru memuji anak-anak bahwa pada hari ini sangat bersemangat, kemudian guru membimbing anak-anak membaca doa sebelum belajar, setelah itu guru-guru berbaris di depan anak, kemudian anak berjalan membentuk kereta api dan berjalan bersalaman dengan semua guru-guru, setelah itu anak melepas sepatunya dan masuk ke dalam kelas masing-masing. Seperti biasa setelah kegiatan senam selesai maka pagar di buka dan anak-anak yang datang terlambat dipersilahkan masuk ke kelas mereka (cl, p16).

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan selama 4 kali observasi, dapat dilihat bahwa anak-anak kelompok B yang berjumlah 52 anak sangat antusias ketika melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia yang mengandung lagu-lagu cinta tanah air, mampu mengikuti semua gerakan-gerakan yang dipimpin oleh instruktur senam.

Setelah peneliti melakukan observasi, maka peneliti dapat mengetahui apa saja langkah-langkah sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia seperti, persiapan, pelaksanaan, penutup dan evaluasi. Adapun langkah persiapan pelaksaan dan penutup serta evaluasi dari Senam Ceria Anak Indonsia sebagai berikut:

a. Langkah-langkah persiapan dalam Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Adapun langkah-langkah sebelum melaksanakan Senam Ceria Anak Indonesia, guru piket pada hari itu memersiapkan media yang ingin digunakan untuk senam seperti *handphone*/ *flash disk*, *amplifier*, *speaker*, stop kontak, mikrofon, dan kabel data sebagai pendukung Senam Ceria Anak Indonesia, kemudian lonceng berbunyi tanda jam menunjukkan pukul 08.00 WITA, anak-anakpun berbaris di halaman dengan diatur oleh guru-guru. Adapun untuk barisan sebelah kanan diisi anak laki-laki dan barisan kiri diisi anak perempuan, anak yang tinggi berada di belakang dan anak yang lebih kecil dari temannya berada di depan.

Sebelum memulai Senam Ceria Anak Indonesia anak diminta merentangkan tangan, balik kanan dan balik kiri terlebih dahulu agar saat melakukan senam anak mudah bergerak dan saat bergerak tidak mengenai temannya. Sebelum melakukan Senam Ceria Anak Indonesia guru mengajak anak bernyanyi sambil bergerak sebagai pemanasan (cl, p5).

Berdasarkan observasi lapangan yang peneliti lihat tentang langkah-langkah sebelum melaksanakan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia, yaitu guru menyiapkan media untuk senam, mengatur barisan anak-anak, kemudian anak diminta merentangkan tangan, balik kanan, balik kiri, mengajak anak bernyanyi sambil bergerak sebagai pemanasan sebelum senam.

b. Pelaksanaan Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Setelah langkah-langkah persiapan untuk Senam Ceria Anak Indonesia sudah siap, selanjutnya yaitu pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia. Guru piket yang menjadi instruktur senam berada di depan sebagai pemandu gerakan senam, dan guru-guru yang lain mengikuti gerakan senam dengan posisi berada di belakang dan di samping anak-anak sambil melihat keadaan anak, kemudian musik Senam Ceria Anak Indonesia diputar dan instruktur senam memulai gerakan dengan lincah, ceria dan bersemangat agar anak-anak juga bersemangat dalam mengikuti Senam Ceria Anak Indonesia ,dengan lincahnya anak-anak mengikuti gerakan dari instuktur senam. Jika ada anak yang tidak mau bergerak maka salah satu guru mendekati anak kemudian berkata dengan lembut "ayo nak senam" maka mendengar anak didekati dan diperhatikan seperti itu dia merasa senang dan mau mengikuti gerakan senam (cl, p9).

Berdasarkan hasil observasi di lapangan pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia yaitu instruktur senam bergerak aktif dan lincah memandu anak-anak di depan barisan, kemudian guru-guru yang lain mengikuti gerakan senam di belakang dan di samping barisan anak-anak sambil melihat keadaan anak-anak sampai senam selesai.

c. Penutup dan Evaluasi Implementasi Senam Ceria Anak Indoensia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Adapun untuk penutup dan evaluasi setelah melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, anak berbaris rapi dan merapat, setelah itu

instruktur senam bertanya kepada anak-anak tentang siapa tadi yang mengikuti senam, anak-anak menjawab dengan lantang dan bersama-sama dengan jawaban “saya saya” sambil mengacungkan jari, anak-anak terlihat sangat senang dan bersemangat, mereka terlihat berkeringat, instruktur senam juga bertanya tentang gerakan apa saja yang dilakukan tadi dan anak merespon dengan gerakan-gerakan yang mereka ingat.

Setelah itu anak-anak diminta untuk berdoa sebelum masuk ke dalam kelas, setelah berdoa para guru berbaris di depan anak-anak dan guru meminta anak-anak untuk bersalaman kepada semua guru. Barisan yang paling rapi akan didahulukan bersalaman dan masuk ke dalam kelas satu persatu, sebelum anak masuk ke dalam kelas anak melepas sepatunya sendiri dan meletakannya di rak sepatu. Anak-anakpun masuk ke dalam kelas dan boleh minum sebelum kegiatan pembelajaran kelas di mulai (cl, p10).

Jika ada anak yang pada hari itu tampak lesu dan tidak bersemangat, maka guru kelas akan bertanya kepada anak tersebut apa penyebab anak pada hari itu tampak lesu dan tidak bersemangat, dan jika ada anak yang terlalu aktif dan mengganggu temannya ketika senam maka anak tersebut di ajak senam di samping instruktur senam.

Untuk evaluasi Senam Ceria Anak Indonesia memiliki penilaian tentang pencapaian indikator keterampilan kinestetik oleh guru yang ada di penilaian semester dan raport anak (cwgk9).

Berdasarkan observasi dan wawancara kepada instruktur senam bahwa kegiatan penutup anak pada saat Senam Ceria Anak Indonesia yaitu anak berbaris dengan rapat dan membaca doa sebelum belajar/ masuk ke dalam kelas, setelah itu guru berbaris di depan semua anak dan anak berjalan seperti kereta api sambil bersalaman kepada semua guru dan melepas sepatu di depan kelas serta meletakkannya di rak sepatu dan boleh masuk ke dalam kelas, boleh minum sebelum kegiatan pembelajaran kelas di mulai.

Evaluasi, setelah senam selesai, maka guru bertanya dan mengulang gerakan apa yang anak ingat dari Senam Ceria Anak Indonesia yang anak-anak lakukan tadi. Guru memiliki penilaian di penilaian semester dan raport anak tentang indikator pencapaian kemampuan fisik anak yang berkaitan dengan gerak salah satunya yaitu keterampilan kinestetik anak.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan Ibu R diperoleh data tentang kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia yang dapat mengembangkan keterampilan kinestetik anak-anak. Ibu R menyatakan dalam mengembangkan kinestetik anak kelompok B bisa dilakukan dengan Senam Ceria Anak Indonesia. Menurut Ibu R semua gerakan dan irama lagu yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia termasuk gerakan untuk mengembangkan keterampilan kinestetik anak, karena semua anggota tubuh bergerak dan berkaitan dengan

kemampuan fisik, dapat mengikuti gerakan dari guru-guru sesuai dengan irama senam. Gerakan yang termasuk keterampilan kinestetik itu menggerakan anggota tubuhnya seperti kepala, tangan dan kaki sesuai irama musik/ ritmik, menirukan gerakan yang teratur, mengekspresikan diri sesuai irama musik(cwgk7).

Gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indopnesia berkaitan dengan gerakan dasar. Gerakan dasar itu ada yang lokomotor, nonlokomotor dan manipulasi. Senam Ceria Anak Indonesia ini memiliki gerakan lokomotor yaitu berpindah tempat, nonlokomotor yaitu gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat dan manipulasi yaitu kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya.

Gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia dapat menstimulasi keterampilan kinestetik anak seperti jalan di tempat, menyilang tangan ke badan, bertepuk tangan, merentangkan tangan, lihat kanan dan kiri sambil tangan di pinggang, memegang kepala, mengangkat tangan ke atas, mengangkat bahu, mengenggam tangan ke depan, gaya memompa, bergerak hormat, memutar tangan, mendorong kemudian memutar tangan, megengam tangan ke atas dan menepuk nyamuk, gerakan semangat megenggam tangan, gerakan menunjukkan aku, merentangkan tangan perlahan, membuka kaki, gerakan menari nafas, melambaikan tangan,

mengangkat tangan, gerakan tangan ke lutut, memgang kepala, tangan ke pinggang, melihat ke atas, kanan dan ke kiri, gerakan tarik nafas. Semua gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia termasuk ke dalam gerakan-gerakan dasar yaitu keterampilan lokomotor, keterampilan nonlokomotor dan keterampilan manipulasi.

Berikut ini gerakan-gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia:

- Gerakan Pemanasan
    1) Jalan di tempat

        Gerakan jalan di tempat sebagai gerakan permulaan dengan diiringi musik yang menyenangkan akan menambah semangat anak dalam menggerakkan kaki dan tangannya.

    2) Menyilang tangan ke badan

        Gerakan kedua tangan disilangkan di bahu dan dada dengan gerakan cepat, kemudian diturunkan di paha diiringi hentakkan kaki kanan dan kiri.

    3) Bertepuk tangan

Gerakan mengepak-ngepakkan kedua tangan ke udara dan bertepung tangan ke kanan dan ke kiri sambil teriak caa..ca..caa.

4) Merentangkan tangan

Merentangkan tangan ke depan, kemudian menghadap ke samping kanan dengan kedua tangan lurus ke depan, kemudian kembali ke depan dengan merentangkan tangan dan kemudian menghadap samping kiri dengan kedua tangan lurus.

5) Lihat kanan dan kiri sambil tangan di pinggang

Wajah melihat ke arah kanan dengan kedua tangan di pinggang serta diikuti gerakan kaki maju ke depan sesuai dengan arah wajah secara bergantian.

6) Memegang kepala

Tangan kiri memegang kepala dan memiringkannya ke arah kanan sambil tangan kanan ke pinggang kemudian diikuti kaki kanan ke samping, begitu sebaliknya.

7) Mengangkat tangan ke atas

Mengangkat ke dua tangan ke depan mengarah ke atas sambil mengikuti gerakan kaki kanan maju dan kembali ke tempat semula.

8) Mengangkat bahu

Mengangkat bahu kanan pada saat ke kanan dan mengangkat bahu kiri pada saat ke kiri dengan diikuti gerakan kaki. Kemudian mengangkat bahu dengan 2 ketukan.

9) Mengenggam tangan ke depan

Menggenggam kedua tangan ke depan mengarah ke kanan dan ke kiri dengan diikuti gerakan kaki.

10) Gaya memompa

Melakukan gerakan memompa dengan ke dua tangan ke kanan dan ke kiri dengan diikuti gerakan dengan satu kaki ke depan.

- Gerakan Inti 1

11) Bergerak hormat

Mengangkat kedua tangan antara ke depan mata atau ke dahi diiringi gerakan kaki kanan maju ke depan.

12) Memutar tangan

Gerakan memutar kedua tangan dengan badan ke kanan dan ke kiri dengan diiringi gerakan kaki.

13) Mendorong kemudian memutar tangan

Gerakan kedua tangan mendorong 2 kali ke kanan diikuti gerakan kaki kanan ke depan, kemudian gerakan kaki berjalan ke samping 2 kali dengan diikuti tangan kanan 2 kali memutar dan tangan kiri di pinggang, begitu sebaliknya.

- Gerakan Inti 2

14) Megenggam tangan ke atas dan menepuk nyamuk

Gerakan menggenggam tangan dan mengarahkan ke atas 2 kali dengan kaki berjalan maju 2 langkah, kemudian melompat dengan kedua tangan di atas seperti menepuk nyamuk ke atas dengan kaki terbuka, setelah itu mundur kembali seperti gerakan semula.

15) Gerakan semangat megenggam tangan

Tangan kanan digenggam di depan wajah begitupun dengan tangan kiri, kemudian kedua tangan dibuka secara bersamaan 2 ketukan dengan diiringi gerakan kaki ke samping 2 ketukan, begitupun sebaliknya.

- Gerakan Inti 3

16) Gerakan menunjukkan aku

Gerakan kedua tangan ke telinga dan mengarah ke kanan dan ke kiri dengan diiringi gerakan kaki, kemudian gerakan menunjukkan aku dengan tangan kiri di pinggang dan jempol kanan ke dirinya dengan diiringi kaki berjalan ke arah samping, kemudian kedua tangan kembali ke gerakan semula.

17) Merentangkan tangan perlahan

Merentangkan tangan kanan dan kiri secara bergantian setelah itu tangan di dada dengan diiringi kaki yang mengikuti gerakan arah tangan, kemudian kaki di buka dan kedua tangan di paha sambil berteriak “eeee..aaaaa”.

- Gerakan Pendinginan

18) Membuka kaki, gerakan menari nafas

Gerakan membuka kaki dengan mengangkat kedua tangan perlahan seperti menarik nafas, kemudian menurunkannya kembali.

19) Melambaikan tangan.

Gerakan melambaikan tangan ke kanan dengan diiringi kaki terbuka kemudian diberi jeda, setelah itu gerakan ke kiri, begitu sebaliknya.

20) Mengangkat tangan

Gerakan mengangkat kedua tangan ke atas dengan diiringi kaki kanan ke depan dan diberi jeda.

21) Gerakan tangan ke lutut

Gerakan membungkuk dengan kedua tangan berada di lutut dan kaki kanan ke depan kemudian diberi jeda.

22) Memegang kepala

Gerakan memegang kepala mengarah ke kanan dengan tangan kanan ke kepala dan tangan kiri ke pinggang, begitu sebaliknya memegang kepala dengan bergerak perlahan dengan kaki terbuka.

23) Tangan ke pinggang

Gerakan melambaikan kedua tangan ke kanan dan ke kiri secara bergantian, kemudian kedua tangan di pinggang mengarah ke kanan dengan diberi jeda, begitupun sebaliknya.

24) Memegang dagu

Gerakan kedua tangan di bawah dagu dengan wajah mengarah ke atas dan kaki dibuka sedikit, kemudian diberi jeda, setelah itu badan mengarah ke kanan dengan tangan kanan ke pinggang dan tangan kiri ke dagu kemudian diberi jeda, begitupun sebaliknya.

25) Gerakan tarik nafas

Gerakan seperti mengambil nafas dengan mengangkat kedua tangan dan menurunkannya.

Ibu R selaku instruktur senam pada hari itu mengatakan bahwa gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia termasuk dalam keterampilan fisik yang berkaitan dengan motorik anak dan keterampilan kinestetik karena semua gerakan yang terdapat

pada Senam Ceria Anak Indonesia membuat semua anggota tubuh bergerak, dan dapat mengekspresikan dirinya melalui gerakan-gerakan sesuai dengan lagu yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia.

Semua gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia sesuai dengan Kurikulum 2013 kompetensi dasar 2.1, 3.3, 4.3 yang terdapat pada indikator pencapaian perkembangan anak usia dini umur 5-6 tahun. Indikator pencapaian perkembangan umur 5-6 tahun yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu Mengenal anggota tubuh dan fungsinya, melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan gerakan mata, kaki, tangan, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur seperti tarian atau senam, melakukan permainan fisik dengan aturan. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri dalam berbagai aktivitas, mengikuti gerakan tari sederhana/ senam sesuai irama musik.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Senam Ceria Anak Indonesia dapat mengembangkan keterampilan kinestetik anak kelompok B. Gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia termasuk ke dalam gerakan-gerakan dasar dan Senam Ceria Anak Indonesia termasuk ke dalam indikator pencapaian perkembangan anak usia dini umur 5-6 tahun yang terdapat pada Kurikulum 2013.

2. Faktor-faktor Pendukung Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah dan guru piket instruktur senam, peneliti dapat mengetahui faktor-faktor pendukung Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B.

Berikut ini faktor-faktor pendukung Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya adalah sebagai berikut:

a. Instruktur senam

Menurut Ibu R menyatakan bahwa instruktur senam sangat berpengaruh dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Guru yang menjadi instruktur senam berperan penting dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Guru berperan sebagai instruktur senam dalam membimbing anak selama kegiatan senam berlangsung. Semua gerakan guru piket yang menjadi instruktur ketika senam di contoh dan ditiru oleh anak-anak. Adanya instruktur senam memermudah anak dalam meniru gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dengan mengikuti gerakan yang dilakukan oleh instruktur senam (cwis14).

Berdasarkan observasi yang peneliti lihat saat pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia semua guru termasuk instruktur senam yang piket menguasai gerakan-gerakan Senam Ceria Anak Indonesia. Instruktur senam terlihat begerak sangat lincah dan

bersemangat saat memandu anak-anak melakukan Senam Ceria Anak Indonesia. (cl, p9).

b. Kesehatan Anak

Ibu N menyatakan kesehatan dan suasana hati anak dapat menunjang anak dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Anak yang terlihat bahagia, sehat dan ceria akan semangat dalam melakukan senam. Anak yang sehat memiliki emosional yang baik dapat membuat anak ingin melakukan Senam Ceria Anak Indonesia (cwis13).

Berdasarkan observasi peneliti melihat anak yang sehat terlihat lebih energik dan bersemangat saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, anak terlihat lincah mampu bergerak mengikuti instruktur senam (cl, p5).

c. Media (sarana)

Menurut Ibu A media yang dimiliki saat melakukan senam yang terdiri dari stop kontak, *speaker, amplifier, handphone/ flash disk*, kabel data dan mikrofon, cukup untuk mendukung dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Media tersebut memermudah instruktur senam dalam mengingat gerakan-gerakan

senam sesuai dengan musik atau irama melalui media tersebut serta menambah semangat seseorang ketika melakukan gerakan senam dengan irama yang cukup keras (cwis7).

Berdasarkan observasi yang peneliti lihat, saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, media selalu digunakan sebagai penunjang dari senam. Menggunakan media akan memermudah terlaksananya Senam Ceria Anak Indonesia (cl, p8).

d. Halaman (prasarana)

Menurut observasi yang dilakukan peneliti, halaman sekolah menjadi faktor pendukung dalam pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia. Halaman yang dimiliki RA Samudera Raya sangat memadai untuk melakukan senam. Luas halaman yang dimiliki RA Samudera Raya sekitar 15m X 15m keseluruhan dan sekitar 8m X 9m untuk luas halaman istighasah, upacara dan senam, dengan jumlah anak yang mengikuti senam seluruhnya 86 orang. Sebagian halaman RA Smaudera Raya yang luasnya sekitar 15m X 15m diisi dengan permainan *Outdoor* (cl.p3).

3. Faktor-faktor Penghambat Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Adapun faktor-faktor penghambat Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya adalah:

a. *Mood* anak berubah

Menurut Ibu R *mood* anak yang berubah menjadi faktor penghambat dikarenakan ada beberapa anak yang terlihat tidak serius melakukan Senam Ceria Anak Indonesia.

Ketika observasi ada anak yang begerak sesukanya dan anak yang *mood*nya berubah, maka guru akan mengajak anak dengan bersemangat sambil bergerak lincah agar membangkitkan *mood* anak. Anak kelompok B lebih menguasai gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dibanding dengan kelompok A dan kelompok KB, anak kelompok B sudah terbiasa dengan Senam Ceria Anak Indonesia, tetapi anak kelompok A juga sangat antusias mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang dipandu oleh instruktur senam. Anak yang bergerak sesukanya, akan dibujuk dan diberi semangat oleh guru dengan kata-kata mengajak (cwis8).

b. Posisi guru

Ketika Senam Ceria Anak Indonesia dimulai, posisi guru dan instruktur senam sebagai model untuk anak-anak menirukan gerakan senam. Semua guru yang berjumlah 10 orang mendampingi anak-aank senam, ada yang berada di samping

kanan, kiri, ada yang dibelakang anak-anak dan untuk instruktur senam berada di depan.

Ketika peneliti mengamati tiap gerakan, anak laki-laki terlihat kurang lincah dibandingkan dengan anak perempuan, karena guru yang menjadi instruktur senam hanya berada di depan anak perempuan, sedangkan di depan anak laki-laki tidak ada guru, sehingga anak laki-laki sulit melihat gerakan dari instruktur senam. Posisi guru yang tidak berada di depan anak laki-laki dan hanya berada di depan perempuan akan menjadi penghambat bagi anak laki-laki dalam kegiatan senam berlangsung.

c. Durasi waktu

Ketika lonceng berbunyi, seluruh anak berkumpul di halaman sekolah dimulai dari pukul 08.00- 08.30 WITA. Senam Ceria Anak Indonesia memiliki durasi waktu sekitar 10 menit yang menjadi faktor penghambat dan membuat beberapa anak sudah mulai bosan ketika di akhir gerakan.

C. Analisis Data

Setelah data yang diperoleh di lapangan diolah dan telah dipaparkan dalam penyajian data, tahap selanjutnya adalah menganalisis data tersebut. Penganalisisan data ini dilakukan agar memeroleh hasil yang

sesuai dari setiap data yang disajikan agar lebih terarahnya proses analisis ini, penulis melakukan analisis berdasarkan penyajian data sebelumnya secara sistematis dan berurutan tentang Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B.

Penerapan Senam Ceria Anak Indonesia di RA Samudera Raya Banjarmasin dilaksanakan sejak sekitar 4 tahun yang lalu pada akhir tahun 2015. Diperkenalkan melalui sebuah pelatihan guru-guru PAUD tentang senam yang berlokasi di Banjarmasin. Melalui Senam Ceria Anak Indonesia anak distimulasi secara aktif dengan gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia.

Penerapan Senam Ceria Anak Indonesia yang dilakukan di RA Samudera Raya dalam proses mengembangkan keterampilan kinestetik anak terlaksana sesuai indicator, karena Senam Ceria Anak Indonesia dapat mengembangkan keterampilan kinestetik anak melalui gerakan-gerkaan dasar yaitu keterampilan lokomotor, nonlokomotor dan manipulasi dengan diiringi lagu-lagu yang membangkitkan semangat anak untuk cinta tanah air. Pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia dapat terlaksana sesuai indikator yang ada di penilaian semester dan raport anak.

Kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia mendukung perkembangan anak dalam tiga gerak dasar yaitu bermain keterampilan lokomotor, nonlokomotor, dan keterampilan manipulasi. Senam Ceria Anak Indonesia

dilakukan bisa satu kali dalam seminggu atau dua kali dalam seminggu sebelum kegiatan pembelajaran dilaksanakan.

1. Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Secara umum Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia di RA Samudera Raya Banjarmasin terlaksana dengan baik. Semua guru sudah mengetahui kegiatan senam setiap pagi 5 kali dalam seminggu sebelum melakukan kegiatan pembelajaran dan memiliki jadwal kegiatan piket masing-masing. Kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia adalah salah satu senam dari 6 senam yang ada di RA Samudera Raya dan selalu diterapkan. Senam Ceria Anak Indonesia terdapat pada penilaian semester dan raport anak. Pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia direncanakan guru dengan matang agar dapat memfasilitasi proses pembangunan keterampilan fisik dan gerak anak salah satunya adalah keterampilan kinestetik anak secara menyeluruh sesuai dengan tahapan perkembangannya.

Saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia tidak semua anak mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dengan serius dari awal sampai akhir. Hal ini berhubungan dengan karakteristik anak usia dini yang berbeda-beda.

Kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia yang dipimpin instruktur senam yang menjadi contoh untuk ditiru anak. Saat Senam Ceria Anak Indonesia guru berperan sebagai model. Anak usia dini memiliki

karakter suka meniru.[10] Anak-anak meniru gerakan yang dilakukan instruktur senam. Saat Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung, tidak hanya dilakukan instruktur senam tetapi juga diikuti semua guru. Adanya instruktur senam dan semua guru akan memermudah anak dalam melakukan Senam Ceria Anak Indonesia dikarenakan anak dapat meniru gerakan seperti yang dilakukan guru.

Adapun langkah persiapan, pelaksanaan, penutup serta evaluasi pada Senam Ceria Anak Indonesia sebagai berikut:

a. Langkah-langkah Persiapan Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Sebelum melakukan Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia hal-hal yang harus disiapkan terlebih dahulu adalah membuat aktivitas senam tersebut dengan sungguh-sungguh dan terdapat nilai perkembangan di dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Menurut Nurdin Usman implementasi merupakan suatu kegiatan yang terencana dan sungguh-sungguh untuk mendapatkan tujuan dari suatu kegiatan tersebut.[11]

Sebelum Senam Ceria Anak Indonesia dimulai, guru piket pada hari itu terlebih dahulu memersiapkan media yang ingin digunakan untuk senam seperti *handphone*/ *flash disk*, *amplifier*, *speaker*, stop

[10] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h.4.

[11] Nurdin Usman, *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*, Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 70.

kontak, kabel data dan mikrofon, kemudian lonceng berbunyi tanda jam menunjukkan pukul 08.00 WITA, semua anak berkumpul di halaman dengan diatur oleh guru-guru. Pada dasarnya anak usia dini suka berinteraksi dengan orang-orang yang ada di sekelilingnya, dalam hal ini anak mulai belajar untuk berperilaku sesuai tuntutan dari lingkungan sosialnya karena ia mulai merasa membutuhkan orang lain.[12]

Seperti yang ada di RA Samudera Raya bahwa sebelum melaksanakan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia, seluruh anak-anak berkumpul karena anak usia dini memiliki karakter sosial yaitu suka bergaul dan berkumpul bersama teman-temannya, kemudian anak berbaris di halaman sekolah dengan di atur oleh guru-guru dan setelah itu semua anak diminta merentangkan tangannya dan guru mengajak anak bernyanyi gerak dan lagu bersama-sama sebagai awal pemanasan.

b. Pelaksanaan Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Setelah langkah-langkah persiapan untuk Senam Ceria Anak Indonesia sudah siap, selanjutnya yaitu pelaksanaan Senam Ceria

[12] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4.

Anak Indonesia. Sedikit penjelasan bahwa senam merupakan latihan gerakan-gerakan tubuh jasmani yang dilakukan secara bersama dan bertujuan agar orang dewasa maupun anak-anak belajar untuk mengikuti gerakan-gerakan yang diajarkan oleh instruktur senam.[13]

Seperti senam yang ada di RA Samudera Raya seluruh anak dan semua guru melakukan bersama-sama kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia dengan dipimpin oleh instruktur senam, maka anak-anak akan mudah mengikuti dan meniru gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dengan semangat dan membuat anak terdorong untuk melakukan gerakannya. Adapun gerakan senam mampu untuk merangsang perkembangan fisik dan juga keterampilan lainnya yang berkaitan dengan anggota tubuh salah satunya adalah keterampilan kinestetik anak.[14] Ketika semua anak berkumpul di halaman sekolah dan melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia terlihat semua anak semangat dalam melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia.

Senam Ceria Anak Indonesia sangat menarik untuk dilakukan karena mengandung gerakan yang sangat indah dan membangkitkan semangat dengan diiringi lagu-lagu dan musik.[15] Seluruh anak

---

[13]Maria Montessori, *Metode Montessori*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013), h. 209-210.

[14]Mursid, *Belajar dan Pembelajaran PAUD*, (Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2015), h. 129.

[15] Anonim, Senam Sehat Ceria, 2011. https: darunnajah.com/ayo-senam-sehat-ceria-bersama. Diakses pada pukul 13.00 WITA, tanggal 10 Februari 2019.

terutama anak kelompok B sangat bersemangat, aktif dan berenergi dalam mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia karena sudah terbiasa dengan musik dan gerakan dari Senam Ceria Anak Indonesia yang di pimpin oleh instruktur senam yang ada di depan dan guru-guru lain yang berada di samping dan di belakang anak.

Berdasarkan hasil observasi Senam Ceria Anak Indonesia yang ada di RA Samudera Raya dilakukan oleh instruktur senam, semua guru dan seluruh anak-anak dengan bersemangat, aktif dan energik. Gerakan-gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia mampu mengembangkan aspek-aspek perkembangan

dan keterampilan fisik anak salah satunya adalah keterampilan kinestetik anak.

c. Penutup dan Evaluasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Setelah kegiatan pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia dilaksanakan, selanjutnya yaitu kegiatan penutup dan evaluasi. Untuk penutup setelah melakukan Senam Ceria Anak Indonesia, anak berbaris rapi dan merapat, setelah itu instruktur senam bertanya kepada anak-anak tentang siapa tadi yang mengikuti senam, anak-anak menjawab dengan lantang dan bersama-sama dengan jawaban “saya saya”. Anak usia dini memiliki karakter

egosentris yaitu sifat ke aku-akuan. Anak memandang segala sesuatu dari sudut pandangnya sendiri[16]

Ketika instruktur senam bertanya siapa tadi yang ikut senam maka anak-anak sambil mengacungkan jari dan menjawab mereka "saya saya". Mereka merasa dirinyalah yang melakukan dan bergerak ketika Senam Ceria Anak Indonesia dimulai. Anak-anak terlihat sangat senang dan bersemangat, mereka terlihat berkeringat meskipun ada beberapa anak yang bergeraknya tidak sesuai dengan gerakan dari instruktur senam. Kemudian anak-anak diminta untuk berdoa sebelum masuk ke dalam kelas, dan para guru berbaris di depan anak-anak kemudian anak-anak bersalaman kepada semua guru dengan mengantri dan berbaris seperti kereta api. Ketika berbaris seperti kereta api maka muncullah rasa sosial anak, ia mau menunggu giliran dan mau mengalah terhadap temannya ketika mngantri barisan dan anak mulai belajar untuk berperilaku sesuai tuntutan dari lingkungan sosialnya karena ia mulai merasa membutuhkan orang lain dalam kehidupannya bersosialisasi dan berinteraksi dengan temannya.[17]

Anak mampu untuk bersabar ketika berbaris dan berjalan di belakang temannya untuk bersalaman dengan semua guru. Barisan

[16] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4

[17] *Ibid*, h. 4

yang paling rapi akan di dahulukan bersalaman dan masuk ke dalam kelas satu persatu.

Evaluasi tentang Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia di nilai masing-masing guru kelas ketika seluruh anak melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia yaitu guru melihat tentang aspek-aspek perkembangan anak terutama keterampilan fisik motorik kasar dan keterampilan kinestetik yang saling berkaitan dan dimasukkan ke penilaian semester anak. Keterampilan kinestetik adalah kemampuan manusia untuk menggerakkan alat-alat tubuh sesuai dengan fungsinya, bahkan mampu mengolah gerakan tubuh yang menarik. Keterampilan ini merupakan kemampuan yang dihasilkan oleh keterampilan gerak tubuh.[18]

Seperti menggerakkan kepala, tangan dan kaki sesuai irama musik/ ritmik, mengekspresikan diri secara bebas sesuai irama musik, mengikuti gerakan senam/ tari sederhana sesuai irama musik, mengekspresikan diri dalam gerak bervariasi. Menurut Howard Gardner kecerdasan kinestetik merupakan suatu kemampuan untuk mengendalikan gerakan, keseimbangan, koordinasi, dan ketangkasan bagian-bagian tubuh.[19] Salah satu keterampilan kinestetik anak adalah ketika anak bergerak dalam

[18] Sri Widayanti Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona Kecerdasan Majemuk Anak*, (Jogjakarta: Luna Publisher, 2008) ,h. 170

[19] Nurul Hidayati Rofiah, "Menerapkan Multiple Intelligences dalam Pembelajaran di Sekolah Dasar", *Jurnal Dinamika Pendidikan Dasar Program Studi PGSD UAD,* Vol. 8, No 1, h. 68-79.https://journal.umtas.ac.id. Diakses pada pukul 15.00 WITA, tanggal 10 Juli 2019.

kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia anak dapat mengendalikan dan menggerakkan anggota-anggota tubuhnya.

Berdasarkan hasil observasi lapangan bahwa ketika kegiatan penutup pada saat ditanya tentang siapa tadi yang ikut senam maka seluruh anak menjawab "saya saya", semua anak meanganggap bahwa dirinya lah yang melakukan senam dari awal sampai akhir dan itu menunjukkan bahwa salah satu karakter anak yaitu egosentris yaitu anak memandang segala sesuatu dari sudut pandangnya sendiri dan mengabaikan sudut pandang orang lain.[20]

Kemudian seluruh anak berbaris seperti kereta api dengan mengantri dan saling menghargai teman tidak mendororng temannya yang lain dan itu menunjukkan bahwa anak memiiki sifat sosial.

Untuk evaluasi semua guru menilai kegiatan perkembangan senam yang berkaitan dengan kemampuan kinestetik dan fisik anak di nilai di penilaian semester dan raport anak.

Penerapan Senam Ceria Anak Indonesia di RA Samudera Raya dilakukan semua anak dari kelompok bermain (KB), kelompok A dan kelompok B di halaman sekolah. Adapun guru yang tidak menajdi instruktur senam bertugas untuk mengatur barisan anak-anak. Anak yang paling kecil dari temannya berada di barisan depan dan anak yang tinggi berada di barisan belakang. Anak yang berada

[20] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4.

dibarisan terdepan lebih jelas melihat instruktur senam, sehingga anak mudah untuk mengikuti kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Anak yang berada di barisan belakang sulit untuk melihat instruktur senam karena penglihatan terhalang teman di depannya, sehingga tidak semua anak mengikuti Senam Ceria Anak Indonesia dari awal sampai akhir dengan serius.

Senam Ceria Anak Indonesia diikuti semua anak laki-laki dan perempuan, ada anak yang aktif dan serius mengendalikan tubuhnya mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dan ada anak yang malu-malu dalam bergerak. Hal ini berkaitan dengan faktor penunjang keterampilan kinestetik Anak yang memiliki keterampilan dalam mengendalikan gerak tubuh adalah anak yang selalu aktif dalam berbagai hal dan menuntut koordinasi antara otak, mata dan tubuh untuk menggerakan anggota-anggota badan.[21]

Anak yang aktif dan energik dalam bergerak dan tidak bisa diam ketika mendengar suara musik senam maka ia akan bergerak dengan semangat mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang di pimpin oleh instruktur senam di depan.

Berdasarkan teori di atas peneliti mengaitkan hasil penelitian di lapangan yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

Selama kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia berlangsung tidak semua anak melakukannya dengan tetap berada di barisan yang

[21] Sri Widayanti Utami Widijati, *Mengoptimalkan 9 Zona Kecerdasan Majemuk Anak*, (Jogjakarta: Luna Publisher, 2008) , h. 170

telah diatur guru. Saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia beberapa anak terlihat keluar barisannya atau bermain-main di tempat barisannya. Anak yang seperti ini berkaitan dengan karakteristik anak yang memiliki daya konsentrasi yang pendek.[22] Senam Ceria Anak Indonesia memiliki durasi waktu sekitar 10 menit sehingga membuat beberapa anak bosan dan malas bergerak saat melakukannya. Ketika anak mulai males atau mengganggu temannya yang senam maka guru akan mendekatinya dan memotivasi serta mengajak anak untuk bersenam.

Konsentrasi beberapa anak berubah ketika pertengahan Senam Ceria Anak Indonesia. Anak dengan konsentrasi pendek saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia dapat dilihat bahwa anak tersebut melakukan gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dengan sesukanya atau melakukan dengan sembarangan dan mengganggu temannya. Ketika ada anak yang mulai mengganggu temannya senam, maka anak tersebut diajak oleh guru untuk melakukan gerakan senam di samping instruktur senam atau di depan teman-temannya.

Senam Ceria Anak Indonesia merupakan senam yang memiliki irama yang ceria dan mengandung gerakan yang sangat indah serta membangkitkan semangat dengan diiringi lagu-lagu dan musik yang membuat anak penasaran sehingga anak memiliki rasa ingin tahu

[22] *Ibid*, h. 4.

yang tinggi dan ingin mencoba gerakan dan penasaran gerakan apa selanjutnya dari Senam Ceria Anak Indonesia yang di pimpin oleh instruktur senam yang ada di depan.[23] Saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia rasa penasaran dan ingin tahu anak terjawab saat anak tahu gerakan-gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia ketika mengikuti gerakan-gerakan dari instruktur senam.

Saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia semua anak berkumpul di halaman dan berbaris, hal ini berkaitan bahwa anak adalah makhluk sosial.[24] Anak tertarik mengikuti senam karena pengaruh dari teman-temannya. Dengan melihat semua teman-temannya dan gurunya bergerak mengikuti Senam Ceria Anak Indonesia maka secara otomatis anak akan ikut bergerak mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia dari teman-temannya terutama temannya yang di depannya.

Dunia anak adalah belajar melalui permainan. Senam Ceria Anak Indonesia adalah suatu kegiatan yang dapat membuat anak berfantasi melalui irama dan lagu-lagunya. Anak umumnya kaya akan fantasi dan Senam Ceria Anak Indonesia mampu membuat anak merasa senang dan anak akan membangun fantasinya.[25]

---

[23] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 3.

[24] *Ibid*, h. 4.

[25] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 3.

Melalui kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia dapat mengembangkan berbagai macam aspek perkembangan dan keterampilan, salah satunya adalah keterampilan kinestetik dan membuat anak tertarik untuk mengikuti gerakan-gerakan dari Senam Ceria Anak Indonesia yang terdapat lirik lagu yang membuat anak dapat mengikuti nyanyiannya dan berfantasi melalui nyanyian tersebut kemudian menuangkannya melalui gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang di pimpin oleh instruktur senam di halaman sekolah.

Masa belajar anak yang paling potensial adalah anak usia dini 0-6 tahun. Pada usia tersebut pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang pesat dan cepat.[26] Saat melakukan Senam Ceria Anak Indonesia pengalaman anak akan bertambah. Senam Ceria Anak Indonesia merupakan kegiatan yang mampu mengembangkan berbagai macam aspek perkembangan dan keterampilan teeutama keterampilan kinestetik anak yaitu mampu menggerakkan anggota tubuhnya, seperti menggerakkan kepala, tangan, kaki serta mampu mengikuti gerakan-gerakan yang dilakukan instruktur senam.

Berdasarkan hasil penelitian, pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia menunjukkan bahwa hampir semua anak kelompok B dapat mengikuti Senam Ceria Anak Indonsia dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari kompetensi dasar dan indikator pencapaian ini

[26] *Ibid,* h. 4.

terdapat dalam peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia No 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini. Adapun untuk keterampilan kinestetik saling berkaitan dnegan kemampuan fisik yaitu motorik kasar dan motorik halus.

Kompetensi Dasar untuk Keterampilan Kinestetik yaitu:

a. Kompetensi Dasar 2.1 yaitu memiliki perilaku yang mencerminkan hidup sehat.
b. Kompetensi Dasar 3.3 yaitu mengenal anggota tubuh, fungsi dan geraknya untuk mengembangkan keterampilan fisik motorik kasar dan motorik halus anak yang berkaitan dengan keterampilan kinestetik.
c. Kompetensi Dasar 4.3 yaitu menggunakan anggota tubuh untuk pengembangan keterampilan fisik yaitu motorik kasar dan motorik halus anak yang berkaitan dengan keterampilan kinestetik.

Adapun Indikator Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini usia 5-6 Tahun yaitu:

a. Mengenal anggota tubuh dan fungsinya.
b. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan.
c. Melakukan gerakan mata, kaki, tangan, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur seperti tarian atau senam.
d. Melakukan permainan fisik dengan aturan.
e. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri dalam berbagai aktivitas[27]

Pada Senam Ceria Anak Indonesia terdapat gerakan-gerakan dasar yang dapat mengembangkan keterampilan kinestetik anak

[27] Permendikbud, *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 146 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini*, (Diknas, 2015), h. 21.

yaitu keterampilan lokomotor, nonlokomotor dan keterampilan manipulasi.[28]

- Gerakan Pemanasan

1) Jalan di tempat

Gerakan jalan di tempat termasuk dalam gerakan nonlokomotor karena gerakan jalan di tempat tidak memerlukan perpindahan tempat. Gerakan jalan di tempat memberikan rangsangan kepada anak untuk melakukan gerakan mengangkat lutut dan menggerakkan tangan dan mengangkat siku. Tujuan gerakan ini memberikan rasa atau irama langkah satu sama lain.[29] Salah satu gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu jalan di tempat dengan diiringi musik yang menyenangkan akan menambah semangat anak dalam menggerakkan kaki dan tangannya.

2) Menyilang tangan ke badan

Gerakan menyilang tangan termasuk dalam gerakan nonlokomotor karena gerakan menyilang tangan tidak memerlukan perpindahan tempat, hanya gerakan kedua tangan disilangkan di bahu dan dada dengan gerakan

[28] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h.4.1.

[29] *Ibid*, h. 5.10.

cepat.[30] Kemudian di turunkan di paha diiringi hentakkan kaki kanan dan kiri.

3) Bertepuk tangan

Gerakan mengepak-ngepakkan kedua tangan ke udara dan bertepuk tangan ke kanan dan ke kiri termasuk dalam keterampilan lokomotor, karena berpindah tempat maju ke kanan dan ke kiri.[31] Gerakan bertepuk tangan ke kanan dan ke kiri sambil teriak caa..ca..caa dengan diikuti kaki maju ke depan memerlukan gerakan perpindahan tempat mengarah ke kanan dan kiri.

4) Merentangkan tangan

Merentangkan tangan ke depan, kemudian menghadap ke samping kanan dengan kedua tangan lurus ke depan, kemudian kembali ke depan dengan merentangkan tangan dan menghadap samping kiri dengan kedua tangan lurus. Gerakan ini menggunakan kombinasi tangan dan kaki. Unsur kesegaran jasmani yang dapat dilihat dari gerakan merentangkan tangan. Gerakan merentangkan tangan menggunakan sendi engsel. Saat melakukan gerakan ini

[30] *Ibid*, h. 4.35.

[31] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 4.5- 4.6.

memerlukan kelincahan yang membuat anak bergerak lincah dan seimbang sesuai dalam gerakan tubuh.[32]

5) Lihat kanan dan kiri sambil tangan di pinggang

Wajah melihat ke arah kanan dnegan kedua tangan di pinggang serta diikuti gerakan kaki maju ke depan sesuai dengan arah wajah secara bergantian. Gerakan pada Senam Ceria anak Indonesia ini termasuk dalam gerakan nonlokomotor karena gerakan lihat kanan dan kiri sambil tangan di pinggang tidak memerlukan perpindahan tempat, tetapi kembali ke tempat semula. Gerak koordinasi ini melibatkan kemampuan yang mencakup dua atau lebih kemampuan gerak koordinasi antara kepala dan kaki.[33]

6) Memegang kepala

Tangan kanan memegang kepala dan memiringkannya ke arah kanan sambil tangan kiri ke pinggang dengan diikuti kaki kanan ke samping, begitu sebaliknya. Gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia ini berkaitan dengan kemampuan kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan tegangan kepada suatu tahanan dan kekuatan otot kaki dan pinggul.[34]

---

[32] Agus Mahendra, *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*, (Jakarta: Depdiknas, 2001), h. 3.

[33] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h.7.5.

[34] *Ibid*, h. 7.3.

7) Mengangkat tangan ke atas

Pada gerakan Senam Ceria Anak Indonesia ini anak mengangkat kedua tangan ke depan mengarah ke atas sambil mengikuti gerakan kaki kanan maju dan kembali ke tempat semula. Gerakan ini melibatkan otot kaki dan lengan. Kemampuan gerak ini mampu mengembangkan daya tahan ototnya serta kekuatan.[35]

8) Mengangkat bahu

Mengangkat bahu kanan pada saat ke kanan dan mengangkat bahu kiri pada saat ke kiri dengan mengikuti gerakan kaki 1 ketukan. Kemudian mengangkat bahu dengan 2 ketukan. Gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia ini termasuk dalam gerakan lokomotor karena berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain. Gerak ini adalah salah satu dari keterampilan kinestetik yaitu terampil dalam mengendalikan anggota-anggota tubuhnya.[36]

9) Mengenggam tangan ke depan

Menggenggam kedua tangan ke depan mengarah ke kanan dan ke kiri dengan diikuti gerakan kaki. Gerakan

---

[35] Evelyn Pearce, *Anatomi dan Fisiologis untuk Paramedis*,(Jakarta: PT Gramedia Jakarta, 1983), h. 75.

[36] Sumiati AW, "Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik melalui Senam Ceria pada Kelompok B Kelas Badar Raudhatul Athfal Rabbi Radhiyya Kecamatan Curup",*Skripsi*, (Bengkulu, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu,2014). h. 25. Repository.radenintan.ac.id. Diakses pada pukul 14.00 WITA, tanggal 5 April 2019.

pada Senam Ceria Anak Indonesia ini termasuk dalam gerakan nonlokomotor karena hanya melibatkan tangan dan sedikit gerakan kaki sesuai ketukan tetapi tidak berpindah tempat serta ketepatan gerak yang sesuai dengan musik dari senam.[37]

10) Gaya memompa

Melakukan gerakan memompa dengan kedua tangan ke kanan dan ke kiri dengan diikuti gerakan dengan satu kaki ke depan yang berkaitan dengan Koordinasi gerak yaitu kemampuan yang mencakup dua atau lebih kemampuan perseptual pola-pola gerak.[38] Seperti yang ada pada gerakan memompa yang melibatkan gerakan kekuatan otot tangan dan otot kaki.

- Gerakan Inti 1

11) Bergerak hormat

Mengangkat kedua tangan antara ke depan mata atau ke dahi diiringi gerakan kaki kanan maju ke depan. Gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia ini termasuk dalam gerakan manipulasi yaitu keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian

[37] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.5.

[38] *Ibid*, h. 7.5.

.

tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya.[39] Keterampilan ini perlu melibatkan koordinasi antara mata-tangan dan koordinasi mata-kaki. Seperti yang ada pada gerakan bergerak seperti antara orang yang hormat dan orang yang melihat sesuatu dari kejauhan.

12) Memutar tangan

Gerakan memutar kedua tangan dengan badan ke kanan dan ke kiri dengan diirigi gerakan kaki. Gerakan ini termasuk dalam komponen kelincahan yaitu melakukan gerak perubahan arah secara cepat, kemudian berhenti secara mendadak, kecepatan beraksi.[40] Seperti yang ada pada gerakan memutar tangan ke kanan dan ke kiri dengan gerakan yang cepat dan berpindah dengan gerakan yang lain.

13) Mendorong dan memutar tangan

Gerakan kedua tangan mendorong 2 kali ke kanan kemudian gerakan kaki kanan maju ke depan 2 kali dengan diikuti tangan kanan 2 kali memutar dan tangan kiri di pinggang, begitu sebaliknya. Gerakan ini termasuk dalam gerakan kecepatan perpindahan antara gerak mendorong

[39] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.5.

[40] *Ibid*, h. 7.4.

dan gerak memutar tangan dengan cepat.[41] Gerakan ini melibatkan otot kaki dan otot tangan serta koordinasi antara keduanya dengan gerakan yang cepat. Seperti pada gerakan mendorong dan memutar tangan.

- Gerakan Inti 2

14) Meggenggam tangan ke atas dan menepuk nyamuk

Gerakan menggenggam tangan dan mengarahkan ke atas 2 kali dengan kaki berjalan maju 2 langkah, kemudian melompat dengan kedua tangan di atas seperti menepuk nyamuk ke atas dengan kaki terbuka, setelah itu mundur kembali seperti gerakan semula. Gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia ini melibatkan kekuatan. Kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan tegangan kepada suatu tahanan. Derajat kekuatan otot pada umumnya berbeda pada setiap orang. Kekuatan otot dapat dikembangkan melalui latihan otot-otot.[42]

Dengan mengenggam kedua tangan dan mengangkatnya ke udara maka kekuatan otot-otot tangan dan siku persendian bergerak dengan semangat.

Sedangkan gerakan menepuk nyamuk termasuk dalam keterampilan gerak manipulasi. Keterampilan Gerak

[41] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.4.

[42] *Ibid*, h. 7.3.

manipulasi biasanya dilukiskan sebagai gerakan mempermainkan objek tertentu sebagai medianya atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya.[43] Seperti pada gerakan menepuk nyamuk seakan-akan ada nyamuk di atas udara dan ditepuk.

15) Gerakan semangat megenggam tangan

Tangan kanan di genggam di depan wajah begitupun dengan tangan kiri, kemudian ke dua tangan dibuka secara bersamaan 2 ketukan dengan diiringi gerakan kaki ke samping 2 ketukan, begitupun sebaliknya. Gerakan ini berkaitan dengan kekuatan otot dan dapat dikembangkan melalui latihan otot-otot. Latihan-latihan yang secara langsung mendukung peningkatan kekuatan otot seperti latihan dengan mengangkat beban.[44] Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan mengenggam tangan seperti gerakan bersemangat yang melibatkan gerakan otot tangan dan kaki.

- Gerakan Inti 3

16) Gerakan menunjukkan aku

[43] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h.4.5- 4.6.

[44] *Ibid*, h. 7.3.

Gerakan kedua tangan ke telinga dan mengarah ke kanan dan ke kiri dengan diirngi gerakan kaki, kemudian gerakan menunjukkan sikap aku dengan tangan kiri di pinggang dan jempol kanan ke dirinya dengan diiringi kaki berjalan ke arah samping, kemudian kedua tangan kembali ke gerakan semula.

Gerakan ini memerlukan keterampilan dalam ketepatan gerak seperti kegiatan yang dilakukan pada anak usia TK, misalnya melempar bola kecil ke sasaran tertentu atau memasukan bola ke dalam keranjang.[45] Seperti gerakan pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan mengarahkan kedua tangan ke telinga dengan tepat sesuai musik senam ceria anak Indonesia. Sedangkan gerakan menunjukkan aku termasuk dalam gerakan manipulasi.

Gerak manipulasi biasanya dilukiskan sebagai gerakan keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya.

Seperti dalam gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yaitu lirik lagu menceritakan tentang dirinya seperti gerakan menunjukkan aku seolah-olah menunjuk kepada dirinya sendiri.

[45] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.5.

17) Merentangkan tangan perlahan

Merentangkan tangan kanan dan kiri secara bergantian setelah itu tangan di dada dengan diiringi kaki yang mengikuti gerakan arah tangan, kemudian kaki di buka dan kedua tangan di paha sambil berteriak "eeee...aaaaa". Gerakan ini memerlukan keterampilan dalam ketepatan gerak seperti kegiatan yang dilakukan pada anak usia TK, misalnya melempar bola kecil ke sasaran tertentu atau memasukan bola ke dalam keranjang.[46]

Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu merentangkan tangan perlahan menyesuaikan dengan lirik dan musik dari Senam Ceria Anak Indonesia tersebut.

- gerakan Pendinginan

18) Membuka kaki, gerakan menari nafas

Gerakan membuka kaki dengan mengangkat kedua tangan perlahan seperti menarik nafas, kemudian menurunkannya kembali. Menurut Howard Gardner kinestetik adalah kemampuan untuk mengendalikan gerakan anggota tubuhnya.[47] Seperti yang ada pada Senam

[46] *Ibid,* h..7.5.

[47] Julia Jasmine, *Metode Mengajar Multiple Intelligences*, (Bandung: Nuansa, 2016), h. 25.

Ceria Anak Indonesia terdapat gerakan pendinginan yang menggunakan irama yang pelan dibanding dengan irama gerakan pemanasan dan inti, maka anak dapat mengendalikan anggota tubuhnya dari irama yang normal ke irama yang pelan dan mampu menyesuaikannya.

19) Melambaikan tangan

Gerakan melambaikan tangan ke kanan dengan diiringi kaki terbuka kemudian di beri jeda, setelah itu gerakan ke kiri, begitu sebaliknya. Menurut Peter H. Werner menyatakan bahwa senam adalah latihan tubuh pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh. Senam adalah olahraga yang diharapkan dapat mengembangkan keterampilan kinestetik terutama untuk Anak Usia Dini.[48] Seperti gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan melambaikan tangan anak dapat mengendalikan dan menyesuaikan gerakan tangannya sesuai irama dan kelenturan anak berkembang.

20) Mengangkat tangan

---

[48] Kadi, Halida, Desni Yuniarni, "Senam Irama dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia 5-6 Tahun di TK Karya Yosef", *Artikel*, Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Untan Pontianak, h. 2. Jurnal.untan.ac.id. Diakses pada pukul 12.00 WITA, tanggal 910 Juli 2019.

Gerakan mengangkat kedua tangan ke atas dengan diiringi kaki kanan ke depan dan di beri jeda. Menurut Howard Gardner kecerdasan kinestetik adalah kemampuan untuk mengendalikan gerakan anggota tubuhnya.[49] Seperti gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu mengangkat tangan dengan menggunakan gerakan sederhana dan dapat mengetahui waktu jeda dengan dipimpin oleh instruktur senam.

21) Gerakan tangan ke lutut

Gerakan membungkuk dengan kedua tangan berada di lutut dan kaki kanan ke depan kemudian di beri jeda. Gerakan tadi berkaitan dengan daya tahan merupakan kemampuan tubuh mensuplai oksigen yang diperlukan untuk melakukan kegiatan. Orang yang terlatih dan yang memiliki kemampuan daya tahan tubuh yang besar dapat bekerja dalam waktu yang lebih lama dan efisien dalam melakukan geraknya.[50]

[49] Julia Jasmine, *Metode Mengajar Multiple Intelligences*, (Bandung: Nuansa, 2016), h. 25.

[50] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.3.

Seperti gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan tangan ke lutut dengan mensuplai oksigen berupa jeda di gerakan tersebut.

22) Memgang kepala

Gerakan memegang kepala mengarah ke kanan dengan tangan kanan ke kepala dan tangan kiri ke pinggang, begitu sebaliknya dengan diberi jeda. Gerakan ini disebut dengan gerakan kelentukan yaitu suatu kegiatan yang dilakukan dengan latihan-latihan perlemasan sendi agar gerak sendi lebih luas.[51]

Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu memegang kepala dengan bergerak perlahan dan memberi jeda secara bergantian ke kanan dan kiri perlahan dengan kaki terbuka agar sendi-sendi lebih luas.

23) Melambaikan tangan

Gerakan melambaikan kedua tangan ke kanan dan ke kiri secara bergantian, kemudian kedua tangan di pinggang mengarah ke kanan dan di beri jeda, begitupun sebaliknya. Gerakan ini berkaitan dengan kelenturan adalah kualitas yang memungkinkan suatu segmen bergerak semaksimal mungkin.

[51] *Ibid*, h.7.6.

Flexibilitas seseorang ditentukan oleh kemampuan gerak dari sendi-sendi. Makin luas ruang gerak sendi-sendi makin baik kelenturan seseorang. Dengan adanya latihan-latihan perlemasan sendi maka gerak sendi lebih luas.[52] Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan melambaikan tangan yang berkaitan dengan kelenturan pada tangan ketika melambai-lambai.

24) Gerakan memegang dagu

Gerakan kedua tangan di bawah dagu dengan wajah mengarah ke atas dan kaki di buka sedikit, kemudian di beri jeda, setelah itu badan mengarah ke kanan dengan tangan kanan ke pinggang dan tangan kiri ke dagu kemudian di beri jeda, begitupun sebaliknya. kemampuan gerak dari sendi-sendi. Makin luas ruang gerak sendi-sendi makin baik *Flexibilitas* seseorang. Suatu derajat *Flexibilitas* yang tinggi diperlukan untuk menghasilkan suatu gerakan yang efisien dan untuk mencegah terjadinya cedera pada otot maupun persendian.

[52] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012),, h. 7.5.

Latihan yang mendukung secara langsung peningkatan *Flexibilitas* adalah senam.[53] Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan memegang dagu termasuk dalam gerakan kelentukan kemampuan menggerakkan sendi leher.

25) Gerakan tarik nafas

Gerakan seperti mengambil nafas dengan mengangkat kedua tangan dan menurunkannya. Kemampuan kelenturan adalah kualitas yang memungkinkan suatu segmen bergerak semaksimal mungkin. Makin luas ruang gerak sendi-sendi makin baik kelenturan seseorang. Dengan adanya latihan-latihan perlemasan sendi maka gerak sendi lebih luas.[54]

Seperti gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia yaitu gerakan Tarik nafas yang memerlukan gerakan kelenturan. Dengan adanya latihan-latihan perlemasan sendi maka gerak sendi lebih luas ketika mengambil gerakan nafas.

Dari semua gerakan yang ada pada Senam Ceria Anak Indonesia dapat disimpulkan bahwa terdapat keterampilan kinestetik yaitu anak meniru gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang dipimpin oleh instruktur senam, dapat mengendalikan anggota tubuhnya,

[53] *Ibid,* h.7.5.

[54] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012),, h. 7.5.

mengekspresikan dirinya melalui gerakan menyesuaikan dengan irama, melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan gerakan mata, kaki, tangan, kepala secara terkoordinasi dalam menirukan berbagai gerakan yang teratur seperti tarian atau senam.

2. Faktor-faktor Pendukung Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya Banjarmasin ditemukan faktor-faktor pendukung dalam penerapannya. Berikut ini faktor pendukung Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik:

a. Instruktur Senam

Faktor pendukung dari kegiatan Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia yaitu instruktur senam. Guru yang menjadi instruktur senam sangat berpengaruh dalam kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia. Guru berperan sebagai instruktur senam dalam membimbing anak selama kegiatan senam berlangsung, semua gerakan guru piket yang menjadi instruktur ketika senam dicontoh

dan ditiru oleh anak-anak.[55] Anak usia dini adalah masa saat anak suka meniru. Anak-anak menirukan gerakan yang dilakukan instruktur senam. Instruktur senam memermudah anak dalam mengikuti atau meniru gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia.

b. Kesehatan Anak

Kesehatan yang baik akan berpengaruh terhadap perkembangan anak usia dini, terutama gerak yang melibatkan tubuhnya, karena kesehatan mempunyai fungsi yang penting bagi individu dalam menyelesaikan tugas-tugas hidupnya dengan hasil yang optimal.[56] Anak yang memiliki kesehatan yang baik selama melakukan Senam Ceria Anak Indonesia akan berpengaruh terhadap keinginan anak melakukan Senam Ceria Anak Indonesia. Anak dengan keadaan sehat akan mudah bergerak dalam mengikuti kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia.

c. Media (sarana)

Media pembelajaran audio atau suara merupakan salah satu media pembelajaran berbasis multimedia yang cukup banyak

[55] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h.4.

[56] Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2012), h. 7.3.

diterapkan dalam pembelajaran. Kegiatan dengan menggunakan media pengeras suara maka akan membuat anak tertarik.[57] Melalui Senam Ceria Anak Indonesia yang menggunakan media pengeras suara untuk musik akan membuat anak yang mendengar menjadi semangat dalam mengikuti gerakan Senam Ceria Anak Indonesia yang diiringi lagu dan musik tersebut dan semangat dalam mengikuti gerakan yang dilakukan oleh gurunya sehingga anak terdorong untuk bergerak.

d. Halaman (prasarana)

Halaman sekolah menjadi faktor pendukung dalam pelaksanaan Senam Ceria Anak Indonesia. Halaman sekolah yang luas akan membantu anak dalam mengembangkan perkembangannya, salah satunya anak dapat bermain dan mengeksplor apapun melalui sesuatu yang ada di halaman.[58] Melakukan kegiatan Senam Ceria Anak Indonesia di halaman sekolah dengan luas halaman untuk senam sekitar 8m X 9m dengan jumlah anak 86 dan 10 guru. Sebelum melakukan senam, anak merentangkan kedua tangannya ke samping untuk mengatur posisi agar ketika senam tidak mengenai temannya yang lain, dan dengan halaman yang luas akan membuat anak lebih leluasa dalam bergerak.

---

[57] Anonim, Senam Sehat Ceria, 2011. https: darunnajah.com/ayo-senam-sehat-ceria-bersama. Diakses pada pukul 13.00 WITA, tanggal 10 Februari 2019.

[58] Permendikbud, *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*, (Permendikbud: Jakarta, 2014), h. 12.

3. Faktor-faktor Penghambat Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B

Adapun faktor-faktor penghambat Implementasi Senam Ceria Anak Indonesia dalam Mengembangkan Keterampilan Kinestetik Anak Kelompok B di RA Samudera Raya adalah:

a. *Mood* anak berubah

Ada beberapa anak yang tidak mengikuti gerakan dari instruktur senam, ada yang bergerak sesukanya. Berubahnya *mood* anak ini diakibatkan waktu senam yang lumayan lama sekitar 10 menit.

Salah satu karakteristik anak usia dini adalah memiliki daya konsentrasi yang pendek. Oleh sebab itu, *mood* anak akan berubah. Mereka cenderung mengekspresikan emosinya dengan bebas. Emosi anak mudah berubah seperti mudah bosan.[59] Melalui gerakan guru yang sangat bersemangat dan lincah akan menstimulus anak dalam bergerak mengikuti gerakan senam dan melalui bujukan yang menyenangkan akan dapat memotivasi anak untuk bergerak.

b. Posisi guru

[59] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4.

Ketika Senam Ceria Anak Indonesia dimulai, posisi guru dan instruktur senam sebagai model untuk anak-anak menirukan gerakan senam. Anak usia dini adalah masa saat anak suka meniru. Anak-anak menirukan gerakan yang dilakukan instruktur senam. Instruktur senam memermudah anak dalam mengikuti atau meniru gerakan-gerakan yang terdapat pada Senam Ceria Anak Indonesia.[60]

Ketika peneliti mengamati tiap gerakan, anak laki-laki terlihat kurang lincah dibandingkan dengan anak perempuan, karena guru yang menjadi instruktur senam hanya berada di depan anak perempuan, sedangkan di depan anak laki-laki tidak ada guru, sehingga anak laki-laki sulit melihat gerakan dari instruktur senam. Posisi guru yang tidak berada di depan anak laki-laki dan hanya berada di depan perempuan akan menjadi penghambat bagi anak laki-laki dalam kegiatan senam berlangsung.

c. Durasi waktu

Anak usia dini memiliki rentang perhatian yang sangat pendek, maka orang tua atau guru sebaiknya membuat hal yang menarik dan menyenangkan agar anak tidak cepat bosan saat melakukan kegiatan.[61] Ketika lonceng berbunyi, seluruh anak berkumpul di

[60] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4.

[61] Anik Lestariningrum, *Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Nganjuk: Adjie Media Nusantara, 2017), h. 4.

halaman sekolah dimulai dari pukul 08.00- 08.30 WITA. Senam Ceria Anak Indonesia memiliki durasi waktu sekitar 10 menit yang menjadi faktor penghambat dan membuat beberapa anak sudah mulai bosan ketika di akhir gerakan.