

KECERDASAN KINESTETIK PADA ANAK USIA DINI

Heliani Rahmasanti¹, Cindi Mulia Nurhasanah², Yunsia Bella Monica³

¹²³STKIP PGRI Ponorogo

helianirahmasantisanti@gmail.com¹, muliacindi@gmail.com², byunsia@gmail.com³

Abstrak

Kecerdasan merupakan kemampuan untuk menciptakan suatu bentuk keterampilan yang ada pada diri seseorang, untuk menemukan jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi dalam bentuk pemahaman baru. Setiap anak memiliki kecerdasan yang berbeda-beda, salah satunya adalah kecerdasan kinestetik. Jenis penelitian menggunakan jenis kepustakaan atau library research. Sedangkan teknik pengumpulan data yang dipakai adalah pengumpulan data literatur. Pengembangan kecerdasan kinestetik dapat berkembang dengan baik dipengaruhi beberapa faktor diantaranya; (1) faktor pendukung seperti dukungan orang tua dan lingkungan, serta penghambat seperti kurangnya bimbingan dan pengaruh lingkungan yang negatif (2) strategi yang bisa digunakan dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik, mencakup latihan pada koordinasi, keseimbangan, kelenturan, dan daya tahan.

Kata kunci: Kecerdasan Kinestetik; Indikator; Strategi

Abstract

Intelligence is the ability to create a form of skill that exists within a person, to find a way out of the problems faced in the form of new understanding. Every child has different intelligence, one of which is kinesthetic intelligence. This type of research uses a type of library or library research. Meanwhile, the data collection technique used is literature data collection. The development of kinesthetic intelligence can develop well, influenced by several factors including; (1) supporting factors such as parental support and the environment, as well as obstacles such as lack of guidance and negative environmental influences (2) strategies that can be used to develop kinesthetic intelligence, including training on coordination, balance, flexibility and endurance.

Keywords: kinesthetic intelligence; indicator; strategy

PENDAHULUAN

Setiap anak yang terlahir di dunia mempunyai potensi masing-masing, potensi dan kecerdasannya juga berbeda-beda (Yuyun, 2017; Arkam & Sulistiorini, 2024). Potensi serta kecerdasan yang dimiliki oleh anak satu dengan yang lainnya tidak sama. Kecerdasan yang dimiliki oleh anak tidak bisa hanya dilihat dengan satu dimensi saja akan tetapi juga melibatkan dimensi kecerdasan lainnya

(Lihat Arifin, 2016; Hasanah, 2016; Handayani, 2022). Untuk menunjang ketercapaian potensi serta kecerdasan yang dimiliki oleh anak dengan optimal, maka perlu adanya stimulasi yang tepat agar pertumbuhan dan perkembangannya berjalan sesuai dengan kebutuhan anak.

Menurut Gardner (2013) dalam Arkam, dkk. (2024) kecerdasan merupakan kemampuan untuk menciptakan suatu

bentuk keterampilan yang ada pada diri seseorang, untuk menemukan jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi dalam bentuk pemahaman baru. Kecerdasan juga merupakan suatu bentuk ungkapan dari proses berpikir seseorang, yang kemudian dapat dijadikan modalitas dalam belajar yang meliputi modalitas visual, auditorial dan kinestetikal.

Kecerdasan seorang anak bukanlah sesuatu yang semata-mata diturunkan dari orang tuanya secara genetik, melainkan merupakan kemampuan yang bisa dikembangkan melalui proses pendidikan dan pembiasaan sejak usia dini (lihat Erviana dkk., 2021; Trisdiana dkk., 2022; Rahayu dkk., 2023). Artinya, kecerdasan tidak bersifat mutlak sejak lahir, tetapi sangat dipengaruhi oleh lingkungan, pola asuh, dan stimulasi yang diberikan. Dalam hal ini, mendidik anak bukanlah pekerjaan yang mudah. Dibutuhkan peran aktif dan pemahaman mendalam dari guru maupun orang tua mengenai keadaan emosional, kebiasaan, serta karakteristik unik setiap anak, agar proses pendidikan dapat berjalan secara efektif dan tepat sasaran (Arkam & Mulyono, 2020:179–184).

Begitu juga kecerdasan kinestetik perlu dikembangkan sejak usia dini agar anak tumbuh menjadi individu yang mampu menggunakan tubuhnya secara terampil untuk mengekspresikan ide, emosi, atau untuk melakukan aktivitas fisik tertentu dengan presisi dan koordinasi yang baik. Untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik ini bukan hal yang mudah tetapi juga perlu memperhatikan faktor pembatas juga faktor pendukung serta bagaimana teknik untuk mengembangkannya. Berangkat dari hal tersebut artikel ini ingin mengkaji pengembangan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini

METODE

Metode penelitian yang digunakan didalam artikel ini merupakan penelitian kepustakaan. Penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan data atau karya tulis ilmiah yang berkaitan dengan objek penelitian. Berupa data yang bersumber dari literatur. Adapun metode yang digunakan pada artikel ini melibatkan kajian mendalam dan kritis terhadap bahan pustaka yang relevan untuk menyelesaikan permasalahan yang dibahas (Sanusi, 2016: 32). Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah pengumpulan data berbasis literatur, yakni dengan mengumpulkan bahan pustaka yang sesuai dan relevan dengan topik yang dibahas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kecerdasan Kinestetik

Majidah (2018) menjelaskan bahwa kecerdasan kinestetik merupakan suatu bentuk kemampuan yang berkaitan dengan gerakan tubuh, didalam mengekspresikan ide serta perasaan melalui gerakan tangan untuk menginformasikan sesuatu. Sedangkan menurut Yuningsih (2009), kecerdasan kinestetik memunculkan kemampuan didalam menggunakan seluruh tubuh untuk membedakan berbagai cara mengekspresikan gerakan maupun aktivitas yang dilakukan. Kecerdasan kinestetik ditandai dengan adanya respon yang diberikan tubuh dalam menerima perintah otak (Armstrong, 2002). Kecerdasan kinestetik melibatkan kemampuan yang dimiliki oleh anak didalam mengontrol gerakan tubuh. Kecerdasan ini berkaitan dengan kemampuan untuk merangsang tubuh dan pikiran sebagai bentuk keterampilan fisik yang sempurna.

Armstrong (dalam Musfiroh, 2014) menjelaskan bagian inti dari kecerdasan

kinestetik mencakup hubungan antara kemampuan motorik halus, kelenturan, kekuatan dan kepekaan sentuhan. Pada kecerdasan kinestetik kemampuan yang dimiliki bertumpu pada pengendalian didalam mengolah gerakan tubuh untuk menerima rangsangan. Kinestetik atau gerak, terjadi pada perubahan sikap tubuh dan bagian tubuh. Hal ini berhubungan dengan kemampuan untuk menerima rangsangan dengan cepat dan terarah. Seorang penari, pemandu gerak, serta pantomim juga menerapkan kecerdasan ini (Schmidt, 2002).

Menurut Lwin (2005) anak yang mempunyai kecerdasan kinestetik dapat dilihat melalui indikator sebagai berikut; Pertama, anak terlihat sangat aktif, banyak bergerak, sulit diam sekalipun sedang sakit, ketika di kelas berdiri di tempat duduk, berjalan-jalan bahkan sampai berlarian. Kedua, senang menghabiskan waktu dan beraktivitas diruang terbuka; anak suka dengan kegiatan kinestetik seperti berlari-lari, bermain bola, dan kegiatan kinestetik lainnya yang berhubungan dengan aktivitas di luar ruangan.

Ketiga, anak dengan kecerdasan kinestetik cenderung suka menyentuh objek untuk mengenalnya lebih baik; tidak hanya puas dengan melihat, anak juga ingin menyentuh objek yang dilihat untuk memenuhi rasa penasaran dan mendapatkan informasi yang lebih lengkap. Keempat, anak yang memiliki kecerdasan kinestetik sering menunjukkan gerakan tangan atau gerakan tubuh saat berbicara; anak cenderung menunjukkan gerakan pada saat berbicara dengan tujuan membantu mereka untuk menemukan ide didalam percakapan seperti mengayunkan tangan atau memainkan jari.

Faktor Pendukung dan Penghambat Kecerdasan Kinestetik AUD

Anak dengan kemampuan kinestetik mempunyai karakteristik anak yang lebih aktif dibandingkan dengan anak lainnya. Dengan karakteristik tersebut, perkembangan kecerdasan kinestetik, dipengaruhi adanya faktor penghambat dan pendukung. Menurut Nusirdkk. (2020), faktor yang dapat mendukung perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini diantaranya adalah; Pertama, adanya dukungan serta motivasi dari orang tua dalam hal pengawasan terhadap anaknya. Orang tua menjadi faktor pertama didalam memberikan dukungan bagi anak untuk meningkatkan kecerdasan kinestetik yang dimiliki. Kedua, adanya pengaruh dari lingkungan sekitar. Lingkungan sekitar juga berpengaruh didalam menumbuhkan serta meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak. Ketiga, memberikan ruang terbuka untuk anak bisa melakukan aktivitas-aktivitas sesuai dengan kebutuhannya.

Sedangkan faktor yang bisa menjadi penghambat perkembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini menurut Nurunnisa (2016), diantaranya; pertama, kurangnya pengawasan dan pembinaan dari orang tua. Kedua, adanya pengaruh dari lingkungan sekitar dalam hal pergaulan yang tidak sesuai dengan perkembangan anak usia dini. Ketiga, tidak memberikan kebebasan untuk anak beradaptasi serta berinteraksi dengan lingkungannya. Keempat, anak terlalu dimanjakan oleh orang tua. Dengan memanjakan, anak akan cenderung lebih menyendiri dan takut dengan keramaian.

Memperhatikan faktor pendukung dan penghambat kecerdasan kinestetik anak usia dini tersebut, maka sangat penting dalam proses tumbuh kembang mereka. Lingkungan yang mendukung, seperti tersedianya ruang

bermain yang aman, kegiatan fisik yang bervariasi, serta bimbingan dari orang tua dan guru, dapat membantu anak mengoptimalkan potensi gerakannya. Anak yang aktif bergerak tidak hanya lebih sehat secara fisik, tetapi juga lebih mudah menyerap pelajaran karena keterlibatan tubuh dalam proses belajar.

Sebaliknya, jika faktor penghambat seperti minimnya aktivitas fisik, terlalu banyak waktu di depan layar, atau kurangnya stimulasi tidak diperhatikan, perkembangan kecerdasan kinestetik anak bisa terhambat. Anak mungkin menjadi pasif, kurang percaya diri, bahkan mengalami keterlambatan dalam koordinasi motorik. Dengan memahami hambatan ini, orang tua dan pendidik dapat segera melakukan langkah-langkah perbaikan, seperti memperkaya aktivitas fisik sehari-hari dan menciptakan suasana bermain yang lebih interaktif. Melalui perhatian yang tepat, kecerdasan kinestetik anak dapat berkembang secara optimal dan mendukung keberhasilannya di berbagai aspek kehidupan.

Strategi Pengembangan Kecerdasan Kinestetik AUD

Menurut Majid (2013:7) strategi pengembangan adalah suatu bentuk perencanaan yang berisi tentang berbagai kegiatan yang dibuat untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Strategi merupakan komponen yang sangat penting didalam memberikan arahan kepada anak dalam proses pembelajaran, salah satunya adalah strategi untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik pada anak usia dini. Pengembangan kecerdasan kinestetik perlu dilakukan sedini mungkin, karena pada usia dini anak lebih mudah menerima rangsangan dari luar.

Adapun strategi yang dapat digunakan dalam mengembangkan kecerdasan kinestetik diantaranya; pertama, koordinasi. Konteks

perkembangan anak Koordinasi merupakan kemampuan tubuh untuk bekerja secara teratur dan harmonis antara otak, sistem saraf, dan otot-otot tubuh. Tujuannya adalah agar gerakan yang dilakukan oleh anak seperti berjalan, berlari, memegang benda, atau menendang bola bisa dilakukan dengan lancar dan sesuai dengan tahap perkembangan usianya. Seiring dengan bertambahnya usia dan kematangan fisik anak, koordinasi tubuh pun semakin berkembang, sehingga anak dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan lebih terampil dan percaya diri. Koordinasi ini sangat penting dalam mendukung aktivitas belajar, bermain, serta interaksi sosial anak.

Kedua, keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh agar tetap stabil, baik ketika berdiri diam, berjalan, atau melakukan berbagai gerakan. Bagi anak usia dini, latihan keseimbangan seperti berdiri dengan satu kaki, berjalan di atas garis lurus, atau bermain di alat permainan yang menantang stabilitas tubuh sangat penting. Aktivitas-aktivitas tersebut tidak hanya melatih otot dan sistem koordinasi, tetapi juga merangsang kecerdasan kinestetik, yaitu kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh secara sadar dan efektif. Kecerdasan ini berkaitan erat dengan keterampilan motorik kasar dan halus yang sangat dibutuhkan dalam kegiatan sehari-hari, seperti menulis, bermain, dan olahraga. Dengan kata lain, keseimbangan merupakan fondasi penting bagi perkembangan fisik dan kecerdasan gerak anak.

Ketiga, kelenturan adalah kemampuan otot dan persendian untuk melakukan gerakan dengan jangkauan yang luas dan tanpa hambatan. Dalam konteks perkembangan anak usia dini, kelenturan tidak hanya penting dari sisi fisik, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan anak untuk menggerakkan tubuhnya secara leluasa dan ekspresif.

Gerakan yang lentur sering kali terlihat lebih indah dan menyenangkan, yang dalam dunia anak sangat penting untuk mendukung proses pembelajaran melalui bermain. Kegiatan seperti senam, tari, yoga anak, atau bermain peran dapat membantu merangsang kelenturan tubuh. Dengan latihan yang tepat, anak dapat terhindar dari kekakuan otot dan lebih mudah beradaptasi dengan berbagai jenis aktivitas fisik, sekaligus memperkaya ekspresi dan kreativitas gerakannya.

Keempat, daya tahan. Daya tahan merupakan salah satu komponen penting dalam perkembangan motorik anak usia dini. Ini mencakup kemampuan sistem pernapasan, peredaran darah, serta otot-otot tubuh untuk bekerja secara efisien dalam waktu yang relatif lama. Anak yang memiliki daya tahan baik cenderung lebih aktif, tidak mudah kelelahan, dan mampu mengikuti kegiatan fisik dengan lebih konsisten. Meningkatkan daya tahan sejak usia dini sangat bermanfaat karena dapat membantu memperkuat kesehatan jantung, paru-paru, dan otot, serta membentuk kebiasaan hidup aktif. Kegiatan seperti berlari kecil, bermain kejar-kejaran, bersepeda, atau menari dengan durasi yang meningkat secara bertahap merupakan contoh aktivitas yang dapat merangsang daya tahan tubuh anak secara menyenangkan dan aman.

KESIMPULAN

Kecerdasan kinestetik yaitu kemampuan didalam mengelola tubuh untuk menyampaikan gagasan atau ide, perasaan serta keinginan secara kreatif dan bermakna. Pada anak usia dini kecerdasan ini ditandai dengan aktivitas yang tinggi, ketertarikan pada kegiatan motorik, dan kecenderungan menggunakan gerak tubuh. Pengembangannya dapat dilakukan melalui aktivitas yang melibatkan koordinasi, keseimbangan, kelenturan,

kekuatan dan kepekaan sentuhan, sehingga mendukung perkembangan fisik dan mental secara optimal.

Kemampuan untuk memahami dan mengekspresikan diri melalui gerakan, dapat membantu anak dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan dengan interaksi sosial. Dengan memberikan dukungan dan kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi gerakan serta aktivitas fisik, kita dapat membantu mereka tumbuh menjadi individu yang kreatif, percaya diri, dan seimbang secara fisik dan mental.

REFERENSI

- Arifin, A. (2016). Recognizing the Students> Intelligences Earlier. *Deiksis*, 8(3), 217-225. Doi: <http://dx.doi.org/10.30998/deiksis.v8i03.691>
- Arkam, R. & Mulyono. (2020). Strategi Pengembangan Kemampuan Sosial Emosional Berbasis Kearifan Lokal di TK Muslimat NU 089 Kepatihan Ponorogo. *Jurnal Konstruktivisme*, 12(2), 179-184. Doi: <https://doi.org/10.35457/konstruk.v12i2.1106>
- Arkam, R. & Sulistyorini. (2024). Tipologi Kepemimpinan Kepala Sekolah dalam Mewujudkan Sekolah Ramah Anak. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, hal. 84-95. doi:<https://doi.org/10.19105/kiddo.v1i1.13151>
- Arkam, R., & Arifin, M. Z. (2024). Membangun Karakter Anak: Integrasi Budaya Lokal dan Nilai Pancasila di PAUD Ramah Anak. *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Special Edition; ARAKSA 1, 853-865. Doi: <https://doi.org/10.19105/kiddo.v1i1.15365>
- Armstrong, T. (2002). *Setiap Anak Cerdas: Panduan Membantu Anak Belajar dengan Memanfaatkan Multiple Intelegence-nya*.

- Terj. Rina Buntara. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Erviana, Y., Munifah, S., & Mustikasari, R. (2021). Peningkatan Kemampuan Menulis Kata dengan Ape Dadu Cerdas. *Mentari*, 1(2), 94-102. Diakses secara online dari <https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/Mentari>
- Gardner, H. (2013). *Multiple Intelegeneses*. Jakarta: Daras.
- Handayani, I. N. (2022). Stimulasi Kecerdasan Majemuk (Multiple Intelligences) melalui Pendekatan Saintifik (Scientific Approach) untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Raudhah*, 10(1), 1-10. Doi: <http://dx.doi.org/10.30829/raudhah.v10i1.1656>
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kecerdasan Jamak pada Anak Usia Dini. *Thufula*, 4(1), 1-16. Doi: <http://dx.doi.org/10.21043/thufula.v4i1.1938>
- Kurniawati, Y. & Adiarti, W. (2017). Implementation of Biodiversity Centre in Improving Naturalistic Intelligence of Children in 5-6 Years Old at PAUD An Najah, Jatinom Subdistrict, Klaten Regency. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 6(1), 54-58. Doi: <https://doi.org/10.15294/ijeces.v6i1.15789>
- Lwin, M. (2005). *Cara Mengembangkan Berbagai Komponan Kecerdasan*. Jakarta: Indeks.
- Majid, A. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Majidah S. K. (2018). *Upaya Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini melalui Kegiatan Menari pada Kelompok B di RA Al-Ikhlas Medan Tahun Ajaran 2017/2018*. Doctoral Dissertation. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Masganti, S. (1991). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Perdana Publishing.
- Musfiroh, T. (2014). *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Banten: Universitas Terbuka.
- Nurunnisa, E. C. (2016). Melek Kecerdasan Interpersonal Anak Usia Dini. *Tunas Siliwangi*, 2(2), 10-17. Doi: <https://doi.org/10.22460/ts.v2i2p10-17.330>
- Nusir, L., & Malini, R. (2020). Kajian Pembelajaran Gerak dan Lagu dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini. *Mauizhah*, 10(2), 47-82. Doi: <https://doi.org/10.55936/mauizhah.v10i2.35>
- Rahayu, F., Arkam, R., & Mustikasari, R. (2023). Strategi Pengembangan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini Dengan Pembudayaan Antri. *Mentari*, 3(2), 59-65. Doi: <https://doi.org/10.60155/mentari.v3i2.367>
- Sanusi. (2016). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Jakarta: Salemba Empat.
- Schmidt, L. (2002). *Jalan Pintas Menjadi 7 Kali Lebih Cerdas*. Terj. Darma, L. H. & Astuti, R. Bandung: Kaifa.
- Trisdiana, N. Z., Arkam, R., & Mustikasari, R. (2022). Meningkatkan Kemampuan Bercerita Anak Usia Dini dengan Media Boneka Jari. *Mentari*, 2(2), 92-101. Diakses secara online dari <https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/Mentari>
- Yuningsih, R. (2015) Peningkatan Kecerdasan Kinestetik melalui Pembelajaran Gerak Dasar Tari Minang. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, (9)2, 233-250. Doi: <https://doi.org/10.21009/JPUD.092>