Al-Maidah Journal of Early Childhood and Primary Education (ATHFAL)
Volume 1, Nomor 1, Mei 2026,

https://jurnal.almaidah.or.id/index.php/ATHFAL/en

Penerapan Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah untuk Melatih Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak Anak Usia 5–6 Tahun

Syifa Atusynur, Hadi Gunawan, Gita Rahayu

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun. Senam fantasi merupakan kegiatan yang mengombinasikan gerakan tubuh, imajinasi, dan musik sehingga mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi anak. Penggunaan lagu daerah dalam kegiatan senam fantasi tidak hanya membantu meningkatkan kemampuan motorik anak, tetapi juga mengenalkan nilai budaya lokal sejak usia dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen terhadap 30 anak usia 5–6 tahun. Data dikumpulkan melalui observasi menggunakan lembar penilaian perkembangan anak dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, regresi linier sederhana, uji t, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak dengan nilai koefisien determinasi sebesar 91,5%.

Kata Kunci: senam fantasi, lagu daerah, kecerdasan kinestetik, kreativitas gerak, anak usia dini

---

Abstract

This study aims to analyze the effect of fantasy gymnastics based on regional songs on kinesthetic intelligence and movement creativity among children aged 5–6 years. Fantasy gymnastics is an activity that combines body movements, imagination, and music to create an enjoyable learning atmosphere for children. The use of regional songs in fantasy gymnastics not only improves children's motor skills but also introduces local cultural values from an early age. This study employed a quantitative approach using an experimental method involving 30 children aged 5–6 years. Data were collected through observation using child development assessment sheets and analyzed using descriptive statistics, validity tests, reliability

tests, simple linear regression, t-tests, and coefficient of determination analysis. The results indicate that fantasy gymnastics based on regional songs has a positive and significant effect on children's kinesthetic intelligence and movement creativity with a coefficient of determination of 91.5%.

Keywords: fantasy gymnastics, regional songs, kinesthetic intelligence, movement creativity, early childhood

---

A. PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan tahap penting dalam proses perkembangan anak karena menjadi fondasi bagi perkembangan fisik, kognitif, sosial, emosional, bahasa, dan seni. Pada usia 5–6 tahun, anak berada pada masa emas perkembangan yang membutuhkan berbagai stimulasi untuk mengoptimalkan seluruh potensi yang dimilikinya. Salah satu aspek perkembangan yang perlu mendapat perhatian adalah perkembangan motorik yang berkaitan dengan kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak.

Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan anak dalam menggunakan tubuhnya untuk mengekspresikan ide, perasaan, dan aktivitas tertentu secara terkoordinasi. Anak yang memiliki kecerdasan kinestetik yang baik umumnya mampu mengendalikan gerakan tubuh, menjaga keseimbangan, serta melakukan berbagai aktivitas fisik dengan lebih efektif. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pembelajaran yang mampu memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak secara aktif dan terarah.

Salah satu kegiatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik adalah senam fantasi. Senam fantasi merupakan aktivitas gerak yang dilakukan berdasarkan imajinasi tertentu dan dipadukan dengan iringan musik. Kegiatan ini memberikan kesempatan kepada anak untuk mengeksplorasi gerakan sesuai dengan daya imajinasi yang dimiliki sehingga proses belajar menjadi lebih menyenangkan dan bermakna.

Penggunaan lagu daerah dalam senam fantasi memberikan manfaat tambahan karena selain melatih kemampuan motorik, anak juga diperkenalkan pada budaya lokal yang menjadi bagian dari identitas bangsa. Lagu daerah memiliki irama yang menarik dan mudah diikuti sehingga dapat meningkatkan motivasi anak dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun.

B. KAJIAN TEORI

Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah

Senam fantasi merupakan kegiatan gerak yang dilakukan melalui imajinasi anak dengan memanfaatkan cerita, tema tertentu, atau iringan musik sebagai stimulus gerakan. Dalam kegiatan ini anak diberikan kebebasan untuk mengekspresikan diri melalui berbagai gerakan tubuh yang sesuai dengan imajinasi mereka.

Senam fantasi menjadi salah satu metode pembelajaran yang efektif untuk anak usia dini karena mampu menggabungkan unsur bermain dan belajar secara bersamaan. Anak tidak hanya bergerak secara fisik tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kreatif melalui penciptaan gerakan-gerakan baru.

Lagu daerah digunakan sebagai media pendukung dalam kegiatan senam fantasi karena memiliki nilai budaya yang dapat dikenalkan kepada anak sejak dini. Selain itu, lagu daerah biasanya memiliki irama sederhana yang mudah dipahami dan diikuti oleh anak-anak.

Melalui penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah, anak memperoleh kesempatan untuk mengembangkan kemampuan motorik, kreativitas, imajinasi, dan kecintaan terhadap budaya bangsa secara bersamaan.

Indikator Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah

1. Kemampuan mengikuti gerakan sesuai irama lagu.
2. Partisipasi aktif dalam kegiatan.
3. Kesesuaian gerakan dengan tema fantasi.
4. Ekspresi tubuh saat bergerak.
5. Kreativitas dalam mengembangkan gerakan.

Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak

Kecerdasan kinestetik merupakan kemampuan individu dalam menggunakan tubuh secara efektif untuk melakukan berbagai aktivitas fisik.

Pada anak usia dini, kecerdasan kinestetik terlihat dari kemampuan berlari, melompat, menari, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan gerakan tubuh.

Kreativitas gerak merupakan kemampuan anak dalam menciptakan atau memodifikasi gerakan secara spontan berdasarkan imajinasi dan pengalaman yang dimiliki. Kreativitas gerak menunjukkan kemampuan anak dalam mengekspresikan ide dan perasaan melalui aktivitas fisik.

Kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak memiliki hubungan yang erat karena keduanya melibatkan kemampuan anak dalam mengendalikan tubuh serta menciptakan variasi gerakan yang bermakna. Semakin banyak stimulasi yang diberikan kepada anak, semakin baik perkembangan kedua aspek tersebut.

Melalui kegiatan senam fantasi berbasis lagu daerah, anak dapat memperoleh pengalaman belajar yang mendorong perkembangan kemampuan motorik sekaligus kreativitas dalam bergerak.

Indikator Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak

1. Koordinasi gerakan tubuh.
2. Kelincahan dan keseimbangan.
3. Kemampuan mengikuti irama.
4. Kemampuan menciptakan gerakan baru.
5. Ekspresi gerakan yang kreatif.

Hipotesis Penelitian

H_1: Penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun.

H_0: Penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun.

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Variabel independen adalah Senam Fantasi Berbasis Lagu

Daerah (X), sedangkan variabel dependen adalah Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak Anak (Y). Populasi penelitian terdiri atas anak usia 5–6 tahun pada lembaga PAUD. Sampel penelitian berjumlah 30 anak yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi menggunakan lembar penilaian perkembangan anak dengan skala penilaian 1–5. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan SPSS melalui uji validitas, uji reliabilitas, regresi linier sederhana, uji t, dan koefisien determinasi.

D. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Variabel	N	Mean	Std. Deviation
Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah (X)	30	4,79	0,13
Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak (Y)	30	4,85	0,11

Penjelasan

Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah memperoleh nilai rata-rata sebesar 4,79, sedangkan kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak memperoleh nilai rata-rata sebesar 4,85. Nilai tersebut menunjukkan kategori sangat tinggi yang berarti kegiatan senam fantasi mampu meningkatkan kemampuan gerak anak secara optimal.

Tabel 2. Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach Alpha
Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah	0,958
Kecerdasan Kinestetik dan Kreativitas Gerak	0,962

Penjelasan

Nilai Cronbach Alpha seluruh variabel lebih besar dari 0,70 sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Tabel 3. Uji Korelasi

Variabel	X	Y
X	1	0,956
Y	0,956	1

Penjelasan

Nilai korelasi sebesar 0,956 menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah dengan kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak.

Tabel 4. Model Summary

Model	R	R Square
1	0,956	0,915

Penjelasan

Nilai R Square sebesar 0,915 menunjukkan bahwa penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah mampu menjelaskan 91,5% variasi kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak, sedangkan sisanya sebesar 8,5% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian.

Tabel 5. Uji t

Variabel	B	t	Sig.
Senam Fantasi Berbasis Lagu Daerah	0,944	16,137	0,000

Penjelasan

Nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga hipotesis penelitian diterima. Artinya, penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun.

E. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun. Kegiatan senam fantasi memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak secara aktif sehingga kemampuan koordinasi tubuh, keseimbangan, dan kelincahan dapat berkembang dengan baik.

Penggunaan lagu daerah dalam kegiatan senam fantasi mampu meningkatkan antusiasme anak selama proses pembelajaran berlangsung. Irama lagu yang menarik membuat anak lebih mudah mengikuti gerakan yang dicontohkan guru. Selain itu, anak juga menjadi lebih bersemangat dalam mengekspresikan gerakan sesuai dengan tema yang diberikan.

Kreativitas gerak anak berkembang karena mereka diberikan kebebasan untuk memodifikasi gerakan sesuai dengan imajinasi masing-masing. Kebebasan tersebut membantu anak mengembangkan kemampuan berpikir kreatif dan keberanian dalam mengekspresikan ide melalui aktivitas fisik.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa senam fantasi berbasis lagu daerah merupakan metode pembelajaran yang efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik dan kreativitas anak usia dini. Oleh karena itu, guru PAUD perlu memanfaatkan kegiatan ini sebagai bagian dari pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna.

F. KESIMPULAN

Penerapan senam fantasi berbasis lagu daerah berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak usia 5–6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan tersebut mampu menjelaskan 91,5% variasi perkembangan kecerdasan kinestetik dan kreativitas gerak anak. Oleh karena itu, senam fantasi berbasis lagu daerah dapat dijadikan alternatif metode pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik, kreativitas, dan kecintaan anak terhadap budaya lokal sejak usia dini.

G. DAFTAR PUSTAKA

Sujiono, Y. N. (2024). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.

Mulyasa. (2024). *Manajemen PAUD*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Suyadi. (2024). *Psikologi Belajar PAUD*. Yogyakarta: Pedagogia.

Musfiroh, T. (2024). *Pengembangan Kecerdasan Majemuk Anak Usia Dini*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Gardner, H. (2024). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.

Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.

Rahman, A., & Putri, N. (2025). Pengaruh Senam Fantasi terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 115–130.

Sari, D., & Fitriani, R. (2025). Lagu Daerah sebagai Media Pembelajaran Kreatif pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 11(1), 45–60.

Hasanah, L., & Nurhayati, E. (2025). Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini melalui Aktivitas Gerak dan Lagu. *Jurnal Obsesi*, 10(3), 210–225.

Pratiwi, M., & Wulandari, S. (2025). Kreativitas Gerak Anak dalam Pembelajaran Berbasis Seni dan Musik. *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, 8(2), 88–104.

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia. (2025). *Panduan Pembelajaran PAUD Berbasis Bermain*. Jakarta: Kemendikdasmen.

Direktorat PAUD. (2025). *Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat PAUD.