



Pelatihan Pendidikan Jasmani untuk Meningkatkan Literasi Fisik Jenjang Anak Usia Dini

Physical Education Training to Improve Physical Literacy Early Childhood Level

Rendis Eka Arisandi

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FKIP, Universitas Islam Majapahit, Indonesia

Alamat : Jl. Raya Jabon No.KM.0,7, Tambak Rejo, Gayaman, Kec. Mojoanyar, Kab. Mojokerto, Jawa Timur

Korespondensi penulis: rendis@unim.ac.id

Article History:

Received: November 30, 2024;

Revised: Desember 22, 2024;

Accepted: Januari 09, 2024;

Published: Januari 11, 2025;

Keywords: *physical education, physical literacy, early childhood, training, motor development*

Abstract: *Physical education has a very important role in forming the basis for the physical development of early childhood. Physical literacy, which refers to the knowledge, skills and beliefs that enable individuals to engage in physical activities effectively and happily, is a key foundation in supporting children's physical and cognitive development. This article aims to examine how physical education training can improve physical literacy in early childhood. With an approach based on the development of fine and gross motor skills, as well as an understanding of the importance of physical activity for long-term health, physical education training is expected to shape the character of children who are healthy, active and have good motor skills.*

Abstrak

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk dasar perkembangan fisik anak usia dini. Literasi fisik, yang merujuk pada pengetahuan, keterampilan, dan keyakinan yang memungkinkan individu untuk terlibat dalam aktivitas fisik secara efektif dan menyenangkan, menjadi fondasi utama dalam mendukung perkembangan fisik dan kognitif anak. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pelatihan pendidikan jasmani dapat meningkatkan literasi fisik pada anak usia dini. Dengan pendekatan yang berbasis pada pengembangan motorik halus dan kasar, serta pemahaman terhadap pentingnya aktivitas fisik untuk kesehatan jangka panjang, pelatihan pendidikan jasmani diharapkan dapat membentuk karakter anak yang sehat, aktif, dan memiliki keterampilan motorik yang baik.

Kata kunci: pendidikan jasmani, literasi fisik, anak usia dini, pelatihan, perkembangan motoric

1. PENDAHULUAN

Literasi fisik sudah banyak dikembangkan di negara maju namun sayangnya upaya untuk meningkatkan pembelajaran literasi fisik melalui permainan simulasi dengan peragaan (Persiraga) untuk jenjang pendidikan Sekolah Dasar masih belum pernah dikembangkan. Whitehead (2010: 12) berpendapat bahwa bahwa literasi fisik adalah bagian dari kemampuan dasar manusia yang melibatkan motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman untuk menopang aktivitas fisiknya sepanjang hayatnya. Pendapat yang hampir sama juga dikemukakan oleh George, Rohr, & Byrne (2016: 1) bahwa literasi fisik adalah perilaku, pengetahuan serta keterampilan gerak dasar seperti ketangkasan, koordinasi, dan

keseimbangan yang seharusnya dimiliki setiap siswa dalam berpartisipasi di suatu kegiatan berupa aktivitas fisik. Higgs, Balyi & Way, (2008: 16) menambahkan bahwa literasi fisik adalah pembangunan fundamental keterampilan gerakan dan keterampilan olahraga mendasar yang memungkinkan anak untuk bergerak dengan percaya diri dan dengan kontrol, dalam berbagai aktivitas fisik. Literasi fisik juga termasuk kemampuan untuk “membaca” apa yang terjadi di sekitar mereka dalam pengaturan kegiatan dan bereaksi secara tepat terhadap peristiwa-peristiwa itu.

Seseorang dikatakan sudah memiliki kemampuan literasi yang baik jika ia sudah memiliki keterampilan gerak yang bagus. Individu dengan literasi fisik yang baik jika ia sudah memiliki keterampilan gerakan dan kepercayaan diri untuk menikmati berbagai olahraga dan aktivitas fisik (Kriellaars & Robillard 2013: 4), sehingga keunggulan keterampilan gerak tersebut bisa dipergunakan seumur hidup untuk berpartisipasi secara aktif di dalam olahraga sehingga aktivitas fisik dapat terbentuk (Way, Balyi, Trono, Harber & Jurbala, 2014: 15) Agar literasi fisik siswa berkembang dengan baik, siswa harus menguasai *fundamental movement skills*/keterampilan gerak dasar termasuk gerak lokomotor, keterampilan mengendalikan objek, memiliki keseimbangan dan kelincahan yang baik, memiliki keterampilan dasar olahraga dasar yang berurutan sehingga bisa menghasilkan gerakan yang diinginkan sesuai dengan peraturan kegiatan olahraga yang beragam di empat lingkungan dasar olahraga yaitu (1) darat, (2) air, (3) salju/es dan (4) udara (Higgs dkk, 2005), siswa harus didorong untuk menciptakan dan mengeksplorasi gerakannya sehingga siswa mampu memahami gerakan yang mereka ciptakan melalui pengalamannya sendiri (Whitehead, 2010).

Literasi fisik dikembangkan melalui banyak cara salah satunya adalah melalui permainan simulasi. Permainan simulasi sebagai salah satu metode pembelajaran untuk menggugah *silent culture* berhasil mengubah karakter peserta didik. Permainan simulasi menurut Kindsvatter (1996: 269) adalah metode penggambaran yang dinamis tentang sistem fisik (bukan manusia) atau sistem sosial (manusia) yang diabstraksi dari realita dan disederhanakan untuk tujuan belajar. Permainan simulasi bisa diterapkan untuk semua jenjang pendidikan. Mahmud & Sunarty (2008: 74), permainan simulasi sebagai model pembelajaran yang menyenangkan yang mengajak siswa belajar tanpa mereka sadari dengan cara memadukan hal-hal yang dipelajarinya dengan pengalaman lain.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah presentasi dan wawancara dengan memberikan materi kepada para peserta yang dalam hal ini adalah Guru TK se-Kecamatan Sumberpucung Kabupaten Malang, diskusi dengan peserta, melakukan sesi tanya jawab dan evaluasi kegiatan secara langsung. Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap implementasi dan tahap evaluasi kegiatan pengabdian. Pada tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pengurus IGTKI Kecamatan Sumberpucung untuk mendiskusikan perihal kondisi dan kebutuhan guru TK, khususnya dibidang olahraga atau pendidikan jasmani, dan menentukan jadwal kegiatan serta menyusun materi pengabdian masyarakat. Terakhir adalah tahap evaluasi dengan refleksi kegiatan dan memberikan respon untuk mengevaluasi kegiatan pengabdian terkait beberapa indikator antara lain: kesesuaian kegiatan pengabdian dengan kebutuhan sekolah, kesesuaian materi dengan tujuan pelatihan, manfaat yang didapatkan oleh peserta, dan beberapa poin lain yang menyatakan respon peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian. Evaluasi ini juga digunakan untuk mengetahui sejauh mana hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian dan menjadi bahan perbaikan untuk kegiatan pengabdian berikutnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di atas, maka deskripsi hasilnya adalah sebagai berikut.

Tahap persiapan

Berdasarkan observasi awal yaitu koordinasi dengan pihak pengurus IGTKI Kecamatan Sumberpucung. Koordinasi diwakili oleh Ketua IGTKI Kecamatan Sumberpucung yang merupakan kepala TK Muslimat NU 10 Ngebruk Sumberpucung. Hasil dari koordinasi ini adalah kebutuhan sekolah yang paling mendesak saat ini adalah terkait literasi fisik khususnya anak usia dini. Dengan adanya pelatihan pendidikan jasmani untuk meningkatkan literasi fisik anak usia dini, dan masih belum ada kegiatan sosialisasi atau pengenalan terkait literasi anak di tingkat satuan pendidikan Taman Kanak-kanak wilayah kecamatan Sumberpucung. Sehingga Bapak/Ibu guru TK memiliki gambaran yang jelas terkait perihal tersebut. Selain itu dari koordinasi dengan pihak IGTKI Kecamatan Sumberpucung diputuskan akan dilaksanakan Pelatihan Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Literasi Fisik Jenajang Anak Usia Dini pada tanggal 31 Oktober 2024. Pemilihan tanggal ini sesuai

kesepakatan dengan Bapak/Ibu guru dengan pertimbangan sebelum kegiatan pembagian raport dan liburan sekolah.

Tahap implementasi

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2024, mulai pukul 08.00 WIB s/d selesai. Tahap ini dilaksanakan dalam 1 kali pertemuan dengan durasi kurang lebih 4 jam secara luring dengan bantuan mediaelektronik, seperti LCD, laptop dan lain sebagainya. Dalam kegiatan pelatihan ini dilakukan presentasi dari narasumber dan dibantu oleh ketua IGTKI dan Kepala Dinas Pendidikan Kecamatan Sumberpucung yang bertugas sebagai pembukaacara. Kegiatan dimulai dengan pembukaan, sambutan kepala dinas dan pemberian materi dari narasumber. Adapun respon Kepala Dinas yang disampaikan dalam sambutan ini adalah sangat senang, menerima dengan baik, dan beruntung dengan adanya kegiatan pelatihan ini dapat memberikan gambaran yang jelas terkait implementasi Pelatihan Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Literasi Fisik Jenjang Anak Usia Dini. Bapak/Ibu sangat antusias dalam mengikuti materi yang disampaikan. Hal ini dibuktikan dengan mimik wajah dan respon positif.

Tahap Evaluasi dan Tanya Jawab

Tahap ini dilakukan di akhir kegiatan pelatihan ini yaitu dengan refleksi dan tanya jawab peserta. Hasil kegiatan refleksi dan tanya jawab adalah peserta mampu menyimpulkan bahwa pelatihan pendidikan jasmani sangat dibutuhkan khususnya dikalangan guru TK dikarenakan disesuaikan dengan kondisi, dan kebutuhan peserta didik. Selain itu, hasil refleksi lainnya adalah peserta masih bingung dengan cara mengajar olahraga di sekolah masing-masing, setelah mengikuti kegiatan tersebut oara guru TK sudah memahami bagaimana dan apa yang dilakukan ketika mengajak anak melakukan kegiatan literasi fisik.

Adapun foto kegiatan sebagai berikut:



Gambar 1. Foto bersama Kepala Dinas Pendidikan Kecamatan Sumberpucung dan guru TK Kecamatan Sumberpucung



Gambar 2. Foto waktu memberikan materi ke Guru TK Kecamatan Sumberpucung

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari serangkaian kegiatan pelatihan ini antarlain: langkah-langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu tahap persiapan, tahap implementasi dan tahap evaluasi kegiatan pengabdian. Tahap persiapan dihasilkan kebutuhan sekolah yang paling mendesak saat ini adalah pelatihan pendidikan jasmani khususnya literasi fisik di satuan pendidikan taman kanak-kanak. Selain itu, dilakukan penyusunan materi pengabdian. Adapun materi yang akan disampaikan pada kegiatan pengabdian ini adalah pelatihan pendidikan jasmani untuk meningkatkan literasi fisik jenjang anak usia dini. Pada tahap implementasi dihasilkan kegiatan pelatihan dengan metode presentasi dan tanya jawab dengan durasi kurang lebih 4 jam secara luring dengan bantuan media elektronik, seperti LCD, laptop dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, R., & Morley, D. (2006). Physical Education and Sport in Schools: A Review of Policy and Practice. *British Journal of Educational Studies*, 54(3), 314-334.
- George, A.M., Rohr, L.E., & Byrne, J. (2016). Impact of Nintendo Wii Games on Physical Literacy in Children: Motor Skills, Physical Fitness, Activity Behaviors, and Knowledge. *Sports*, 4(3), 1-10.
- Hamalik, O. (2016). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Higgs, C., Balyi, I., & Way, R. (2008). *Developing Physical Literacy: A Guide for Parents of Children Ages 0 to 12: A supplement to Canadian Sport for Life*. Vancouver, BC: Canadian Sport Centres.
- Higgs, C., Balyi, I., Way, R., Cardinal, C., Norris, S., & Bluechart, M. (2005). *Developing Physical Literacy: A Guide for Parents of Children Ages 0 to 12*. Vancouver: Canadian Sport Centres.
- Kindsvatter, R. (1996). *Dynamics of Effective Teaching*. USA: Longman Publisher.
- Kriellaars, D., & Robillard, B. (2013). *Physical Literacy Assessment of Youth*. Canada: Canadian Sport Institute – Pacific; Victoria, B.C.
- McCall, D., & Kriellaars, D. (2016). Physical Literacy: A Global Commitment to Healthy Active Living. *Journal of Physical Activity and Health*, 13(6), 567-574.
- Way, R., Balyi, I., Trono, C., Harber, V., & Jurbala, P. (2014). *Canadian Sport for Life—Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.0*. Vancouver: Canadian Sport Institute-Pacific.
- Whitehead, M. (2010). *Physical Literacy throughout the Lifecourse*. London and New York: Routledge.