

Implementasi Pengembangan Keterampilan Gerak Dasar Di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Cilacap Berbasis *Physical Literacy*

Aris Fajar Pambudi

PGSD Penjas, Universitas Negeri Yogyakarta, Jalan Kolombo No.1 Yogyakarta
arisfajarpambudi@uny.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterlaksanaan implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *physical literacy*. Konsep *physical literacy* adalah landasan yang kuat untuk anak agar mampu berpartisipasi dan memiliki keunggulan dalam aktivitas fisik dan olahraga. *Physical literacy* memberikan pemahaman pentingnya gerak dilakukan. Metode penelitian menggunakan pendekatan eksperimen dengan desain *quasi* eksperimen dengan *one group post test design*. Instrumen menggunakan lembar penilaian keterlaksanaan yang telah divalidasi ahli. Populasi menggunakan siswa TK Budi Luhur Cilacap sejumlah 45 siswa dan sampel diambil dengan teknik *purposive* sejumlah 15 siswa. dan Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan Pengembangan keterampilan gerak dasar siswa taman kanak kanak berbasis *physical literacy* menunjukkan bahwa: (1). Dapat diketahui implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *physical literacy* dengan hasil sangat baik skor 9,25 atau 93% terlaksana. (2). Pengembangan gerak dasar pada taman kanak-kanak berbasis *physical literacy* sebagai salah satu alternatif bagi anak TK dalam proses perkembangan sistem gerak secara terstruktur dan sistematis. Kesimpulan dalam penelitian ini, bahwa pengembangan keterampilan gerak dasar siswa taman kanak kanak berbasis *physical literacy* di TK dapat terlaksanakan dengan sangat baik.

Kata Kunci: Gerak Dasar, Taman Kanak-Kanak, *Physical Literacy*.

PENDAHULUAN

Usia dini adalah masa emas perkembangan anak dimana semua aspek perkembangan dapat dengan mudah distimulasi. Periode emas ini hanya berlangsung satu kali sepanjang rentang kehidupan manusia Anak usia dini dapat dikatakan sebagai fase tahun awal kehidupan, peran dan tanggung jawab terbesar ada pada orang tua serta peran pendidikan pra-sekolah serta Taman Kanak-Kanak (Hidayatullah, 2019).

Pendidikan di prasekolah merupakan salah satu bentuk pendidikan sebagai dasar dalam membentuk pertumbuhan dan perkembangan fisik (gerak kasar dan halus), kognitif (kreativitas, kecerdasan

emosi, dan kecerdasan spiritual), sosial emosional (sikap dan perilaku), bahasa dan komunikasi, (Awalya, 2012). Gardner (2013) menyatakan bahwa sejatinya, setiap individu bila dibiarkan berkembang dengan benar dan tepat, punya potensi untuk mencapai beragam kesuksesan dalam hidup. Namun, kebanyakan pola pendidikan yang ada sekarang tidak mampu mengakomodasi kebutuhan tiap individu untuk bertumbuh secara optimal. Kebanyakan pola pendidikan yang ada sekarang tidak cukup memberikan ruang bagi keunikan individu.

Salah satu elemen dalam *physical literacy* adalah penguasaan gerak dasar manusia, keterampilan gerak dasar dan keterampilan dasar olahraga yang

memungkinkan anak untuk mampu “membaca” terhadap lingkungan anak dan mampu membuat keputusan yang tepat (Ardoin & Bowers, 2020; Levy, 2016). Serta memungkinkan bagi anak untuk bergerak dengan percaya diri dan dengan kontrol dalam berbagai situasi aktivitas fisik (Romi, 2016). *Physical Literacy* adalah dasar dari partisipasi dan kinerja jangka panjang dengan kemampuan terbaik yang dimiliki seseorang (Håland et al., 2021; Lisenbee & Ford, 2018).

Kunci literasi olahraga adalah membangun fairplay dan sportivitas yang diolah dalam tahapan *olympic movement*, kemudian diarahkan terjadinya nilai tersebut mudah tertransfer dalam kehidupan pribadi, masyarakat, berbangsa, dan bernegara (Dawati, 2016; Rakimahwati & Ardi, 2019). Bagi masyarakat dunia, olahraga telah lama dipahami sebagai hal dominan dalam gaya hidup sehat (*healthy life style*). Gerakan literasi sangat efektif jika disatupadankan dengan program peningkatan budaya olahraga dan gaya hidup sehat di masyarakat (Al-Shahrani, 2020; Galimov, 2016).

Konsep *physical literacy* adalah landasan yang kuat untuk anak agar mampu berpartisipasi dan memiliki keunggulan dalam aktivitas fisik dan olahraga (Haible et al., 2020; Rochman et al., 2017). *Physical literacy* sendiri muncul pertama kali pada tahun 1993 oleh Dr. Margaret Whitehead mengusulkan konsep *physical literacy* (Keegan et al., 2019; Quennerstedt et al., 2020). Konsep *physical literacy* dikemukakan pada forum Asosiasi Internasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga untuk Anak di Melbourne, Australia (Whitehead, 2013). Literasi pada umumnya dipahami sebagai kemampuan kognitif dalam membaca serta menulis (Cale & Harris, 2018; González-Chica et al., 2016).

Perspektif literasi kemudian bertransformasi sebagai sesuatu yang diterapkan dan hal yang disituasikan (Barnett et al., 2020; Nesdoly et al., 2021).

Isu tentang pentingnya aktifitas gerak di kalangan masyarakat sekitar kita masih menjadi suatu hal yang dianggap kurang (Lyngstad & Sæther, 2021; Smith et al., 2016). Habitiasi gerak ini tidak terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang pentingnya aktifitas gerak (West et al., 2021). Literasi terhadap aktifitas gerak adalah hal yang menjadi dasar terbentuknya habitiasi yang kemudian akan menjadi budaya dalam kehidupan sehari-hari. Literasi terhadap gerak akan dapat membentuk kesadaran akan pentingnya aktifitas fisik bagi generasi muda, menjadi gaya hidup serta mampu mengembangkan potensi personal (Blais et al., 2020; Kraňáková et al., 2018).

Idealnya anak Kelompok Bermain/Taman Kanak-Kanak (KB/TK) diberikan pengalaman gerak dasar yang cukup yang sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan fisiknya. Memberikan bekal gerak yang cukup pada anak agar memiliki penguasaan gerak yang baik. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan gerak bagi anak KB/TK adalah dengan membuat peta konsep yang benar akan gerak yang mesti dilakukan anak KB/TK yaitu dengan mengenalkan gerak melalui konsep *physical literacy*.

Physical literacy memberikan wawasan, pengalaman, kompetensi, motivasi pada anak agar anak memiliki “perbendaharaan” gerak yang cukup sebagai bekal kelak untuk hidup aktif sepanjang hayat. Susanti (2014) menyatakan bahwa disadari atau tidak, banyak orang tua masa kini menekankan anak agar berprestasi secara akademik di sekolah dan menganggap bahwa sukses di sekolah adalah kunci kesuksesan di masa depan dengan mengesampingkan tahapan perkembangan fisik anak. Permasalahan yang muncul diantaranya, kecenderungan anak TK lebih asyik untuk bermain dengan *gadget*-nya, bermain *game online* yang bersifat individual. Hal ini akan menimbulkan kebiasaan perilaku menetap atau *sedentary behavior*. Sedentary

behavior akan menimbulkan permasalahan yang berkaitan dengan gerak sehingga anak akan mengalami kelebihan berat badan atau obesitas.

Solusi yang tepat sangat dibutuhkan untuk mengatasi permasalahan tersebut di atas. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah melakukan pengembangan model aktivitas jasmani bagi peserta didik TK berbasis *physical literacy*. Hasil produk tersebut akan dikemas dalam bentuk buku panduan sehingga mudah dipahami dan dilaksanakan oleh guru di sekolah

Tujuan penelitian ini, merupakan uji coba model aktivitas jasmani untuk mengetahui implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *physical literacy*. Penerapan konsep *Physical Literacy* sedini mungkin kepada para anak prasekolah bertujuan untuk memberikan pengalaman dan pemahaman terkait gerak dasar yang berdasarkan pada konsep *physical literacy*.

METODE

Metode penelitian menggunakan eksperimen dengan desain *quasi* eksperimen dengan *one shoot post test design*. Instrumen penelitian menggunakan lembar penilaian keterlaksanaan yang telah divalidasi ahli. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2021, pengambilan data dilaksanakan pada minggu ketiga September 2021 dengan melibatkan dua penilai. Perlakuan diberikan dalam pembelajaran fisik motorik diberikan perlakuan mengenai keterampilan gerak dasar berbasis *physical literacy*. Perlakuan dilakukan selama satu bulan dengan durasi waktu perminggu 3 kali pertemuan. Pengambilan data dengan melakukan observasi dan pengamatan pada saat jadwal pembelajaran fisik motorik dengan materi pengembangan gerak dasar dengan cara melakukan ceklis pada panduan pengamatan sebagai dasar dalam

melakukan penilaian yang terdiri atas dua belas butir/aspek yang diamati. Aspek yang diamati ada pada tabel 1.

Populasi penelitian menggunakan siswa TK Budi Luhur Kabupaten Cilacap sejumlah 45 siswa dan sampel diambil dengan teknik *purposive* sejumlah 15 siswa dengan syarat siswa yang terdaftar pada kelompok B. Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penilaian implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *physical literacy* dilakukan dengan melibatkan dua penilai dengan aspek penilaian sebagai berikut:

Tabel 1. Aspek Penilaian

Aspek
Isi materi dalam model aktivitas fisik yang dikembangkan sesuai dengan karakteristik siswa TK
Isi materi dalam model aktivitas fisik yang dikembangkan sesuai dengan tujuan untuk Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar
Model aktivitas fisik yang dikembangkan mudah dipahami oleh Guru Taman Kanak-Kanak
Model aktivitas jasmani sesuai dengan kondisi sarana-prasarana yang dimiliki Taman Kanak-Kanak
Gambar dan instruksi atau petunjuk pada model mudah dipahami
Tata bahasa dan kalimat dalam narasi terkait model sudah tepat
Model aktivitas jasmani dapat meningkatkan motivasi dan kebahagiaan /kesenangan
Aktivitas Jasmani yang diberikan mudah dilakukan dan menyenangkan
Petunjuk pelaksanaan pada model aktivitas Jasmani cukup jelas
Isi materi dalam model aktivitas jasmani yang berupa permainan menyenangkan dan memotivasi siswa untuk mengulangi kembali
Isi materi dalam model aktivitas jasmani yang dikembangkan aman untuk dilakukan.
Gambar pada buku pedoman akan membantu dalam menjelaskan dan membari gambaran tentang pelaksanaannya

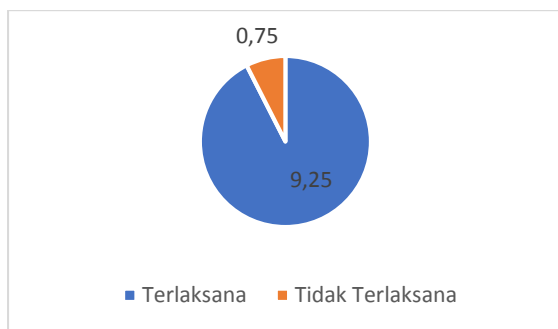
Dari keduabelas aspek penilaian tersebut, dapat digambarkan keterlaksanaan aktivitas jasmani di Taman Kanak-Kanak berbasis *physical literacy*. Berikut Deskripsi data hasil penelitian:

Tabel 2. Data Penelitian

Aspek	Hasil
Rerata	9,25
Skor Maksimal	10,00
Persentase	93,00

Sumber: Hasil pengolahan data

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *Physical literacy* dapat terlaksana dengan sangat baik dengan skor 93 dengan rerata skor penilai sebesar 9,25. Lebih jelas ditampilkan dalam gambar berikut.



Gambar 1 . Diagram lingkaran keterlaksanaan aktivitas jasmani

Sumber: Hasil pengolahan data

Pendidikan taman kanak-kanak merupakan pendidikan nonformal yang diselenggarakan dalam upaya membantu meletakkan dasar perkembangan pada semua aspek sebelum memasuki sekolah (Birkeland et al., 2020; Zaranis et al., 2013). Usia prasekolah merupakan usia peka untuk menerima rangsang dan sangat menentukan bagi perkembangan anak pada masa selanjutnya. (Suherman, Nopembri, & Muktiani, 2017) menyatakan bahwa peletakan dasar untuk pengembangan pola pikir dan kepribadian anak akan sangat ditentukan oleh pengalaman belajar yang dialami anak-anak sejak anak-anak masih berusia pra-sekolah (Boylan et al., 2018; Palaiologou & Male, 2019).

Tahap pendidikan pada anak usia dini merupakan tahapan yang penting untuk mempersiapkan anak untuk menghadapi perkembangan di masa yang akan datang (Hsin et al., 2020; Sánchez et al., 2019). sehingga pembelajaran yang bermakna sangat penting dalam mewujudkan sumber daya yang berkualitas (Dutta, 2016; Syauqi et al., 2020). Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yang ditujukan bagi anak-anak usia dini (Kim, 2020; Rahiem, 2021).

Sesuai dengan UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 nomor 14 menyatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (UUD RI, 2003). PAUD ditujukan pada anak-anak di Taman Penitipan Anak (TPA), Kelompok Bermain (KB) atau *Play Group*, dan Taman Kanak-Kanak (TK) (Anderson et al., 2018). Taman Kanak-kanak merupakan salah satu bentuk satuan pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal yang menyelenggarakan program pendidikan bagi anak usia empat sampai enam tahun (Bawono & Wahidah, 2015; Sørensen, 2021).

Sesuai dengan kurikulum Taman Kanak-kanak (TK), disebutkan bahwa tujuan yang ingin dicapai antara lain: 1) membangun landasan bagi berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berkepribadian luhur, sehat, berilmu, cakap, kritis, kreatif, inovatif, mandiri, percaya diri, dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggungjawab, 2) mengembangkan potensi kecerdasan spiritual, intelektual, emosional, kinestetis, dan sosial peserta didik pada masa usia emas pertumbuhan dalam lingkungan bermain yang edukatif dan menyenangkan, dan 3) membantu

peserta didik mengembangkan berbagai potensi baik psikis dan fisik yang meliputi nilai-nilai agama dan moral, sosio emosional, kemandirian, kognitif dan bahasa, dan fisik/motorik, untuk siap memasuki pendidikan dasar (Kemdiknas, 2010)

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan Pengembangan gerak dasar siswa taman kanak-kanak berbasis *physical literacy* bahwa: (1). Dapat diketahui implementasi keterampilan gerak dasar di Taman Kanak-Kanak Budi Luhur Kabupaten Cilacap berbasis *physical literacy* dengan hasil sangat baik skor 9,25 atau 93% terlaksana. (2). Pengembangan gerak dasar pada taman kanak-kanak berbasis *physical literacy* sebagai salah satu alternatif bagi anak TK dalam proses perkembangan sistem gerak secara terstruktur dan sistematis.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, D. H., Trinh, S. M., Caldarella, P., Hansen, B. D., & Richardson, M. J. (2018). Increasing Positive Playground Interaction for Kindergarten Students at Risk for Emotional and Behavioral Disorders. *Early Childhood Education Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10643-017-0878-2>
- Al-Shahrani, H. F. (2020). The reality of women's sport in Saudi society. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080627>
- Ardoin, N. M., & Bowers, A. W. (2020). Early childhood environmental education: A systematic review of the research literature. In *Educational Research Review*. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2020.100353>
- Awalya. 2012. "Benefits of Early Childhood Education for Personal Development and Children Social". *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 2: 1-8
- Barnett, L. M., Dennis, R., Hunter, K., Cairney, J., Keegan, R. J., Essiet, I. A., & Dudley, D. A. (2020). Art meets sport: What can actor training bring to physical literacy programs? *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124497>
- Bawono, Y., & Wahidah, S. (2015). Penggunaan Metode Demonstrasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Taman Kanak-Kanak. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo*.
- Birkeland, J., Baste, V., & Eriksen Ødegaard, E. (2020). Observation as a professional tool in Norwegian kindergartens and kindergarten teacher education. *Cogent Education*. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2020.1789381>
- Blais, A. Z., Lougheed, J., Adamo, K. B., & Longmuir, P. E. (2020). Participation in a Community-Based Sport Program is Feasible for Children with Congenital Heart Disease and May Benefit Physical Literacy Development: A Pilot Study. *Exercise Medicine*. <https://doi.org/10.26644/em.2020.008>
- Boylan, F., Barblett, L., & Knaus, M. (2018). Early childhood teachers' perspectives of growth mindset: Developing agency in children. *Australasian Journal of Early Childhood*. <https://doi.org/10.23965/AJEC.43.3.02>
- Dawati, E. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Contextual Teaching and Learning di Dalam Mata Pelajaran IPA Gerak Benda Pada Siswa Kelas III SD Muhammadiyah 4 Kota Bandung. *Repository.Unpas*.

- Dutta, I. (2016). Open educational resources (OER): Opportunities and challenges for Indian higher education. *Turkish Online Journal of Distance Education*. <https://doi.org/10.17718/tojde.34669>
- Galimov, I. A. (2016). The Attitude of the Religion Islam to the Physical Culture , Sport and Healthy Lifestyle. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*.
- González-Chica, D. A., Mnisi, Z., Avery, J., Duszynski, K., Doust, J., Tideman, P., Murphy, A., Burgess, J., Beilby, J., & Stocks, N. (2016). Effect of health literacy on quality of life amongst patients with ischaemic heart disease in Australian General Practice. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0151079>
- Hidayatullah, F. (2019). *Aktivitas Gerak pada Masa Kanak-Kanak*. Cakra Wijaya Press.
- Hsin, M. C., Lin, C. Y., Li, H. Y., & Lin, S. Y. (2020). Students' conceptions of health: A cross educational stage survey. *Heliyon*. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05383>
- Kemdiknas. (2010). *Kurikulum Taman Kanak-kanak. (Pedoman Pengembangan Program Pembelajaran di Taman Kanak-kanak*. Kemdiknas Dirjen Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pembinaan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar.
- Kim, J. (2020). Learning and Teaching Online During Covid-19: Experiences of Student Teachers in an Early Childhood Education Practicum. *International Journal of Early Childhood*. <https://doi.org/10.1007/s13158-020-00272-6>
- Krajňáková, E., Šimkus, A., Pilinkiene, V., & Grabowska, M. (2018). Analysis of barriers in sports volunteering. *Journal of International Studies*. <https://doi.org/10.14254/2071-8330.2018/11-4/18>
- Levy, R. (2016). A historical reflection on literacy, gender and opportunity: implications for the teaching of literacy in early childhood education. *International Journal of Early Years Education*. <https://doi.org/10.1080/09669760.2016.1165652>
- Lisenbee, P. S., & Ford, C. M. (2018). Engaging Students in Traditional and Digital Storytelling to Make Connections Between Pedagogy and Children's Experiences. *Early Childhood Education Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10643-017-0846-x>
- Lyngstad, I., & Sæther, E. (2021). The concept of 'friluftsliv literacy' in relation to physical literacy in physical education pedagogies. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1762073>
- Nesdoly, A., Gleddie, D., & McHugh, T. L. F. (2021). An exploration of indigenous peoples' perspectives of physical literacy. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1731793>
- Rahiem, M. D. H. (2021). Storytelling in early childhood education: Time to go digital. *International Journal of Child Care and Education Policy*. <https://doi.org/10.1186/s40723-021-00081-x>
- Rakimahwati, R., & Ardi, Z. (2019). An alternative Strategy for Increasing Indonesian Student Digital Literacy Skills through Interactive Game. *Journal of Physics: Conference Series*. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1339/1/012122>
- Romi, M. (2016). Keterampilan Gerak Dasar Siswa PAUD Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*.
- Sánchez, S. P., Belmonte, J. L., Guerrero, A. J. M., & Núñez, J. A. L. (2019). Impact of educational stage in the

- application of flipped learning: A contrasting analysis with traditional teaching. *Sustainability (Switzerland)*.
<https://doi.org/10.3390/su11215968>
- Sørensen, H. V. (2021). Children's Play and Social Relations in Nature and Kindergarten Playgrounds: Examples from Norway. In *International Perspectives on Early Childhood Education and Development*.
https://doi.org/10.1007/978-3-030-72595-2_5
- Smith, B. J., Thomas, M., & Batras, D. (2016). Overcoming disparities in organized physical activity: Findings from Australian community strategies. *Health Promotion International*.
<https://doi.org/10.1093/heapro/dav042>
- Susanti, Werdiningsih, F. & Sujiyanti (2014). *Mencetak Anak Juara*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Syauqi, K., Munadi, S., & Triyono, M. B. (2020). Students' perceptions toward vocational education on online learning during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Evaluation and Research in Education*.
<https://doi.org/10.11591/ijere.v9i4.20766>
- Palaiologou, I., & Male, T. (2019). Leadership in early childhood education: The case for pedagogical praxis. *Contemporary Issues in Early Childhood*.
<https://doi.org/10.1177/1463949118819100>
- West, K., Purcell, K., Haynes, A., Taylor, J., Hassett, L., & Sherrington, C. (2021). "People Associate Us with Movement so It's an Awesome Opportunity": Perspectives from Physiotherapists on Promoting Physical Activity, Exercise and Sport. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18062963>
- Whitehead, M. (2013). *The History and Development of Physical Literacy*. *Journal of Sport Science and Physical Education*.
- Zaranis, N., Kalogiannakis, M., & Papadakis, S. (2013). Using Mobile Devices for Teaching Realistic Mathematics in Kindergarten Education. *Creative Education*.
<https://doi.org/10.4236/ce.2013.47a1001>