

Pendidikan Jasmani di Lima PAUD Kecamatan Kawalu: Menciptakan Pengalaman Belajar yang Menyenangkan dan Bermanfaat

Silvi Pebrianti Senjawiani¹, Hilda Nurul Insani², Rossa Aulia Fitri³,

¹ Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia

² Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia

³ Universitas Pendidikan Indonesia, Tasikmalaya, Indonesia

¹ silvi.pebrianti@upi.edu, ² hildaa.insani@upi.edu, ³ rossa.aulia@upi.edu

INFO ARTIKEL Diterima: 17/12/2024; Direvisi: 20/12/2024; Disetujui: 21/01/2025

ABSTRAK

KATA KUNCI

Pendidikan
Jasmani;
Anak usia dini;
Fisik motorik

Pendidikan jasmani dan olahraga dipilih sebagai variabel dalam penelitian karena merupakan bagian penting dari pendidikan yang berkontribusi pada perkembangan fisik, sosial, emosional, dan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses pendidikan jasmani dan olahraga di TK-TK Kecamatan Kawalu dalam menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermanfaat bagi anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi dengan teknik analisis data dilakukan dengan triangulasi data dimulai dari pengumpulan data, reduksi data dan penarikan kesimpulan. Subjek penelitian lima sekolah di Kecamatan Kawalu, yaitu TK Abdan Sholihan, RA Al-Ihya, TK Dewi Sartika, TK At-Taqwa, dan TK Sejahtera 4. Berdasarkan hasil penelitian, setiap TK atau lembaga di Kecamatan Kawalu telah menciptakan pengalaman belajar jasmani dan olahraga yang menyenangkan dan bermanfaat. Pembelajaran penjas di TK-TK di Kecamatan Kawalu menawarkan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermanfaat melalui pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing sekolah.

ABSTRACT

KEYWORDS

Physical
Education;
Early Childhood;
Motor Physique

Physical education and sports were chosen as variables in the research because they are an important part of education that contributes to physical, social, emotional, and mental development. This research aims to describe the process of physical education and sports in kindergartens in the Kawalu District to create a fun and beneficial learning experience for young children. The research method used in this research uses a qualitative approach with data collection techniques, namely through observation, interviews, and documentation studies, with data analysis techniques carried out by data triangulation starting from data collection, data reduction, and conclusion. The research subjects were five schools in Kawalu District, namely Abdan Sholihan Kindergarten, RA Al-Ihya, Dewi Sartika Kindergarten, At-Taqwa Kindergarten, and Sejahtera 4 Kindergarten. Based on the research results, every kindergarten or institution in Kawalu District has created physical learning and sports experiences that are fun and useful. Physical education learning in kindergartens in Kawalu District offers a fun and useful learning experience through an approach that is tailored to the needs and conditions of each school.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan Olahraga merupakan bagian penting dalam pendidikan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial siswa melalui aktivitas-aktivitas fisik (Latifah et al., 2024). Sebagai bagian integral dari pendidikan, pendidikan jasmani dan olahraga adalah bagian penting dari pendidikan secara keseluruhan. Tujuannya adalah untuk mengembangkan berbagai aspek, seperti kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pemahaman tentang lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih

yang dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional (Mulyana, 2015). Sebagai elemen penting dalam sistem pendidikan, pendidikan jasmani dan olahraga tidak hanya memberikan peningkatan terhadap kebugaran fisik saja, tetapi juga pada pengembangan berbagai aspek lainnya. Hal ini menjadi sangat relevan untuk diterapkan dalam pendidikan anak usia dini.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian penting dalam proses pendidikan yang bertujuan untuk mendukung berbagai aspek perkembangan anak. Sebagai landasan pembentukan karakter dan keterampilan hidup, pendidikan jasmani dan olahraga memiliki kontribusi yang signifikan bagi anak-anak sejak usia dini. Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dalam pendidikan anak usia dini (PAUD). Pada jenjang ini, pendidikan jasmani tidak hanya membantu anak-anak dalam membangun kemampuan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan holistik mereka. Pendidikan jasmani dan olahraga membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara fisik, motorik, intelektual, emosional, dan sosial (Iswanto & Widayanti, 2021). Pendidikan jasmani dan olahraga sangat penting bagi perkembangan anak usia dini. Pada tahap ini, anak-anak sedang membangun fondasi fisik, mental, dan sosial mereka. Adapun manfaat pendidikan jasmani dan olahraga untuk anak usia dini meliputi peningkatan pertumbuhan dan perkembangan fisik, pengembangan keterampilan motorik dasar, peningkatan perkembangan intelektual, peningkatan perkembangan emosional, dan peningkatan perkembangan sosial (Nafisa et al., 2024). Dengan pendekatan yang dirancang secara sistematis, pendidikan jasmani dan olahraga secara signifikan dapat membantu anak-anak mencapai tujuan perkembangan yang relevan pada usia mereka.

Untuk mencapai tujuan tersebut, pendidikan jasmani dan olahraga memberikan berbagai manfaat yang signifikan bagi perkembangan anak usia dini. Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial anak usia dini. Dalam aspek perkembangan fisik, pendidikan jasmani dan olahraga membantu mengembangkan keterampilan motorik kasar dan membangun kekuatan, keseimbangan, dan koordinasi tubuh. Aktivitas-aktivitas olahraga yang menyenangkan seperti *ice breaking*, senam irama, atau permainan tradisional dapat merangsang kemampuan kinestetik yang meningkatkan kebugaran fisik, kekuatan otot, dan fleksibilitas. Dalam aspek perkembangan mental, aktivitas fisik terstruktur dapat meningkatkan fungsi kognitif seperti daya ingat, perhatian, dan kemampuan berpikir kritis. Melalui aktivitas-aktivitas fisik dan motorik, anak-anak belajar untuk berpikir kreatif, memecahkan masalah yang berpengaruh pada perkembangan otak. Sementara itu, dalam aspek perkembangan sosial dan emosional, aktivitas fisik yang melibatkan interaksi kelompok mengajarkan nilai-nilai sosial, kerja sama, empati, dan komunikasi. Pendidikan jasmani juga dapat meningkatkan kepercayaan diri anak dan membantu mereka belajar mengelola emosi serta membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya (Candra et al., 2023; Noerpratomo et al., 2024; Zainudin & Ubabuddin, 2023).

Dengan berbagai manfaat tersebut, pendidikan jasmani berkontribusi tidak hanya pada perkembangan anak saat ini, tetapi juga memberikan fondasi yang kuat untuk masa depan mereka. Pendidikan jasmani dapat membantu meningkatkan kesehatan dan keterampilan motorik dasar anak-anak, serta membantu mereka memahami tubuh dan bagaimana bergerak secara optimal. Selain itu, pendidikan jasmani juga mendorong kerja sama, interaksi, dan sportivitas. Mengutip dari Mulyana et al., (2024) & Nugraha, B (2015), pendidikan jasmani dianggap sebagai bagian integral dari pendidikan yang mengintegrasikan aspek fisik dan mental anak. Dalam jangka panjang, pendidikan jasmani dapat membentuk kebiasaan hidup sehat dan berdampak positif pada kualitas

hidup anak di masa depan. Keterlibatan yang konsisten dari pendidik, keluarga, dan masyarakat sangat penting dalam implementasi pendidikan jasmani yang efektif.

Berdasarkan hasil penelitian, setiap TK atau lembaga di Kecamatan Kawalu telah menciptakan pengalaman belajar jasmani dan olahraga yang menyenangkan dan bermanfaat. Pembelajaran penjas di TK-TK di Kecamatan Kawalu menawarkan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermanfaat melalui pendekatan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing sekolah. Setiap TK memiliki rutinitas unik, termasuk kegiatan ekstrakurikuler seperti taekwondo, renang, futsal, drumband, menari, dan melukis. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk mengembangkan keterampilan motorik dengan cara yang menarik dan menyenangkan. Meskipun tidak menggunakan modul khusus, pembelajaran olahraga diintegrasikan ke dalam modul pengajaran umum dengan fokus pada perkembangan motorik kasar dan halus, sehingga pembelajaran jasmani dan olahraga dapat dilakukan setiap hari. Dengan demikian, guru dapat memberikan pengalaman pembelajaran yang menyenangkan setiap harinya.

Dengan berbagai uraian mengenai latar belakang dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, menerapkan pendidikan jasmani dan olahraga secara menyenangkan terbukti dapat meningkatkan perkembangan fisik, mental, dan sosial pada anak usia dini. Dengan memperhatikan minat, bakat, dan usia anak secara nyata dapat memberikan efektifitas yang baik dalam memberikan pembelajaran yang menyenangkan. Oleh karena itu, untuk memberikan efektivitas yang baik bagi pertumbuhan serta perkembangan anak usia dini penting untuk memberikan pembelajaran dengan menekankan pada metode bermain secara menyenangkan. Adapun tujuan dari artikel ini, yaitu menggambarkan strategi serta metode yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga serta dampaknya terhadap anak usia dini di lima Kecamatan Kawalu.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode dipilih untuk menggambarkan secara mendalam fenomena yang menjadi fokus penelitian. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana pendidikan jasmani dan olahraga di TK-TK Kecamatan Kawalu menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermanfaat bagi anak usia dini. Informasi yang diperoleh diharapkan memberikan gambaran praktis mengenai implementasi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Adapun penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena tertentu. Fenomena tersebut mungkin dialami oleh subjek penelitian lalu diuraikan secara komprehensif dengan kata-kata yang menggambarkan keadaan apa adanya, meliputi perilaku, kognisi, motivasi, dan tindakan (Sugiyono, 2020). Penelitian berlokasi di lima PAUD yang berada di Kecamatan Kawalu yakni TK SJT 4, TK DS, TK AS, TK AT dan RA AI. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah lima orang guru di TK yang diteliti. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara terstruktur, observasi langsung dan dokumentasi dengan teknik analisis data dilakukan dengan triangulasi data dimulai dari pengumpulan data, reduksi data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Wawancara

Nama Sekolah	Hasil Wawancara
TK AS	Wawancara dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober 2024 dengan kepala sekolah dan guru kelas. Kegiatan Penjas berjalan rutin dan menyenangkan dengan variasi latihan motorik kasar dan halus, seperti senam dan meronce. Evaluasi dilakukan berkala menggunakan ceklis dan anekdot. Kendala utama adalah perbedaan karakter anak, diatasi dengan pendekatan personal.
RA AI	Wawancara dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2024 dengan kepala sekolah dan guru pendamping. Program olahraga difokuskan pada “Rabu Ceria” dengan senam irama dan permainan kelompok. Terdapat 5 ekstrakurikuler, termasuk taekwondo dan berenang. Kendala berupa keterlambatan perkembangan fisik diatasi dengan program “Hari Konsultasi Ibu”.
TK DS	Wawancara dilaksanakan pada tanggal 19 Oktober 2024 dengan kepala sekolah dan guru kelas. Kegiatan olahraga dilaksanakan setiap Selasa, terintegrasi dalam tema pembelajaran. Evaluasi menggunakan metode ceklis dan catatan anekdot. Fasilitas terbatas menjadi tantangan, diatasi dengan penggunaan lapangan SD terdekat.
TK AT	Wawancara dilaksanakan pada tanggal 19 Oktober 2024 dengan kepala sekolah dan guru pendamping. Penjas dijadwalkan setiap Selasa, dengan evaluasi anekdot bulanan dan ceklis semesteran. Tantangan utama adalah anak-anak yang pendiam, diatasi dengan pendekatan personal untuk meningkatkan partisipasi.
TK SJT 4	Wawancara dilaksanakan pada tanggal 10 Oktober 2024 dengan kepala sekolah dan guru kelas. Kegiatan fisik rutin setiap hari, dengan Jumat sebagai hari olahraga penuh. Ekstrakurikuler berenang dan futsal tersedia. Evaluasi menggunakan ceklis dan anekdot. Kendala anak kurang aktif diatasi dengan variasi permainan dan pendekatan khusus.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di lima TK Kecamatan Kawalu, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. TK AS

Kegiatan pembelajaran Pendidikan jasmani di TK AS berlangsung dengan baik dan menyenangkan, melibatkan kegiatan rutin yang dilaksanakan setiap pagi yaitu menyambut matahari atau pun kegiatan permainan kecil yang biasanya dijadikan selingan dalam pembelajaran. Kegiatan olahraga dilaksanakan secara rutin pada hari kamis, melibatkan latihan motorik kasar dan halus. Hal ini dapat dilihat pada gambar 1 di mana aktivitas pembelajaran olahraga dilaksanakan di luar kelas, sedangkan evaluasi dilaksanakan dengan diadakannya lomba antar kelas ataupun dengan penilaian ceklis dan catatan anekdot. Dalam sebuah pembelajaran tentunya terdapat tantangan yang dihadapi oleh guru, salah satunya karakteristik anak yang berbeda-beda sehingga guru harus menyesuaikan dengan kondisi anak. Namun, tentunya guru mempunyai strategi untuk mengatasinya yaitu dengan mengadakan *outdoor education* yang dilaksanakan satu bulan sekali. Oleh karena itu, pembelajaran jasmani di TK AS terlaksana dengan baik dan menyenangkan.



Gambar 1 Aktivitas Olahraga di TK Abdan Sholihan

Kemampuan dan keterampilan anak usia dini pada hakikatnya harus dilatih dengan tepat mulai dari kemampuan berpikir, bahasa, motorik ataupun gerak (Dewi, 2020). Melalui pendidikan jasmani di TK AS dilakukan setiap hari kamis namun tidak hanya pada jadwal formal pendidikan jasmani saja, namun pendidik juga tetap menjalankan aktivitas stimulus motorik anak setiap harinya seperti aktivitas menyambut matahari yang dilakukan dengan gerakan sederhana dengan menyisipkan permainan di sela-sela aktivitas pembelajaran tersebut sehingga anak dapat mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan, aktif dan bermanfaat.

Pendidikan jasmani pada anak usia dini memiliki banyak manfaat diantaranya ialah menstimulus motorik halus dan kasar anak. Keterampilan motorik pada anak sangat dibutuhkan agar tumbuh kembangnya dapat berjalan dengan optimal. Konsep ini selaras dengan pendapat yang disampaikan oleh Supriyadi (2020) yang menjelaskan bahwasanya penguasaan aktif pada motorik anak merupakan aspek penting yang harus dimiliki oleh setiap anak. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan TK AS melakukan aktivitas motorik kasar dengan cara membiasakan anak baris berbaris, senam dan melempar bola,

sedangkan untuk melatih motorik halus anak diajak untuk melakukan kegiatan meronce, kolase dan menjahit.

Untuk memberikan pengalaman belajar yang berkesan pada anak, guru di TK AS setiap satu bulan sekali melakukan kegiatan *outdoor education* yang berkaitan dengan pembelajaran jasmani. Aktivitas ini dilakukan dengan melakukan berbagai kegiatan yang melibatkan kerjasama antar anak sehingga dapat melatih keterampilan yang dimiliki. Kegiatan *outdoor education* yang dilaksanakan di TK AS seperti berkeliling di lingkungan sekolah, mengunjungi peternakan atau bermain drumband. Penelitian sebelumnya oleh Hasanah (2018) menunjukkan bahwa pendidikan jasmani berbasis permainan memberikan dampak positif pada perkembangan motorik kasar dan halus anak usia dini, termasuk meningkatkan koordinasi dan keseimbangan tubuh.

Dalam pembelajaran jasmani yang diterapkan di TK AS tidak jarang menemukan kendala seperti perbedaan karakteristik anak-anak sehingga guru memberikan perhatian khusus bagi anak-anak yang memerlukan. Aktivitas evaluasi juga dilakukan untuk melihat perkembangan pembelajaran selama triwulan dengan melakukan instrumen penilaian seperti ceklist dan anekdot. Keberhasilan pembelajaran yang ada sangat bergantung pada proses pembelajaran yang diberikan oleh guru sehingga sangat diperlukan pemilihan kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat bagi perkembangan anak usia dini.

2. RA AI

Aktivitas fisik atau pendidikan jasmani dalam perencanaannya dimasukkan ke dalam modul ajar aspek fisik motorik. Secara khusus dan rutin dilakukan dilaksanakan program "Rabu ceria" yang dikhususkan untuk aktivitas fisik dan olahraga secara penuh seperti gambar 2. Selain itu, untuk melatih kemampuan fisik motorik anak disiapkan lima ekstrakurikuler yang bisa diikuti sesuai minat anak. Dalam penyelenggaraan kegiatan pembelajaran jasmani ini tentunya ada tantangan yang harus dihadapi guru salah satunya banyaknya perkembangan anak yang terlewat, sehingga guru harus memulai stimulasi dari nol. Untuk memastikan bahwa perkembangan anak terpantau dengan baik, guru melaksanakan evaluasi dengan tiga metode, yaitu ceklis, catatan anekdot, dan observasi. Selain itu juga diadakannya "hari konsultasi Ibu" untuk berdiskusi terkait perkembangan anak. Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di RA AI dapat terlaksana dengan baik dan menyenangkan.



Gambar 2 Aktivitas Olahraga di RA AI

Dalam pelaksanaan pembelajaran jasmani di RA AI, aktivitas "Rabu Ceria" dilaksanakan sebagai kegiatan utama. Anak-anak diajak melaksanakan senam irama secara bersama-sama oleh delapan kelas dengan tujuan utama melatih perkembangan fisik motorik anak. Pendidikan jasmani, khususnya senam irama, memiliki peran penting dalam mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak dasar, daya tahan, kelenturan, serta koordinasi tubuh anak (Fitriani & Adawiyah, 2018). Aktivitas fisik seperti senam irama juga berkontribusi pada peningkatan keterampilan kinestetik, konsentrasi, dan kemampuan sosial anak melalui kerja sama kelompok (Iswanto & Widayanti, 2021).

RA AI juga menyediakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler seperti renang, taekwondo, menari, melukis, dan futsal. Kegiatan tambahan ini dirancang untuk mengenali dan mengasah minat serta bakat anak. Menurut Hasanah (2018), kegiatan olahraga berbasis permainan atau seni mampu meningkatkan motivasi anak untuk berpartisipasi aktif serta membantu perkembangan emosi dan sosial mereka. Dengan berbagai pilihan aktivitas, RA AI memberikan pengalaman yang holistik dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Namun, RA AI menghadapi tantangan berupa banyaknya perkembangan anak yang terlewatkan, yang mungkin disebabkan oleh kurangnya stimulasi di lingkungan rumah. Hal ini sejalan dengan temuan (Zainudin & Ubabuddin, 2023), yang menyebutkan bahwa variasi pola asuh dan kurangnya dukungan lingkungan keluarga sering menjadi kendala utama dalam perkembangan fisik motorik anak usia dini. Untuk mengatasi masalah ini, Kepala Sekolah dan Guru RA AI-Ihya melaksanakan program "Konsultasi Ibu," yang melibatkan orang tua dalam diskusi terstruktur untuk memastikan stimulasi perkembangan anak dapat dilakukan secara konsisten, baik di rumah maupun di sekolah.

Evaluasi perkembangan fisik dan motorik anak di RA AI dilakukan dengan tiga metode utama: ceklist, catatan anekdot, dan observasi. Evaluasi yang sistematis ini sesuai dengan saran dari Mulyana (2015), yang menjelaskan bahwa pengukuran perkembangan motorik anak harus dilakukan secara terstruktur dan berulang untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai capaian perkembangan anak. Dengan

pendekatan ini, RA AI mampu memberikan pendidikan jasmani yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mendukung perkembangan anak secara optimal.

3. TK DS

Pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di TK DS telah terintegrasi dalam kegiatan sehari-hari, terutama mendukung perkembangan fisik motorik, meskipun tetap ada hari khusus untuk kegiatan olahraga yaitu pada hari Selasa yang dapat dilihat pada gambar 3 . Dalam pelaksanaannya menyesuaikan dengan cuaca, minat anak dan tema pembelajaran. Terdapat juga tantangan yang dihadapi yaitu keterbatasannya fasilitas olahraga sehingga guru harus menyesuaikan pembelajaran dengan fasilitas yang ada. Selain itu juga, pendidik juga harus memperhatikan kebutuhan anak secara individual, terutama anak yang mengalami kesulitan. Untuk melihat perkembangan anak, diadakannya evaluasi dalam bentuk catatan anekdot, ceklis, hasil karya, dan dokumentasi foto. Secara keseluruhan pembelajaran jasmani di TK DS berjalan dengan baik dan berdampak positif untuk perkembangan anak.



Gambar 3 Aktivitas Olahraga di TK DS

Menurut Fitriani & Adawiyah (2018), bahwasanya lingkungan sekolah dan aktivitas yang tepat akan membantu anak mengembangkan keterampilan, gerak tubuh anak, dan meningkatkan koordinasi motorik . Hal ini menunjukkan pentingnya peran guru dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif untuk perkembangan motorik anak. Pembelajaran jasmani dan olahraga yang ada di TK DS telah dimasukkan kedalam modul ajar yang terstruktur sehingga pelaksanaan pembelajarannya terintegrasi dengan kegiatan motorik setiap harinya.

Anak-anak selalu diajak untuk melakukan berbagai kegiatan yang mendukung pengembangan aspek motorik kasar dan halus, seperti permainan tradisional, senam, menari, atau futsal. Secara khusus, kegiatan olahraga terjadwal dilaksanakan pada hari Selasa, di mana aktivitas-aktivitas ini disesuaikan dengan tema pembelajaran. Sebagai contoh, dalam tema "hewan," anak-anak diminta untuk menirukan gerakan hewan yang dipelajari. Menurut Zainudin & Ubabuddin (2023), pembelajaran tematik berbasis aktivitas fisik mampu meningkatkan keterlibatan anak secara emosional, fisik, dan intelektual, sekaligus memperkuat perkembangan motorik.

Namun, berbagai kendala juga ditemukan di TK DS. Salah satu kendala utama adalah kurangnya sarana dan prasarana olahraga yang memadai, yang mengharuskan guru untuk berinovasi dalam memanfaatkan fasilitas yang ada. Selain itu, perbedaan karakteristik anak-anak sering kali menjadi tantangan tersendiri, di mana beberapa anak membutuhkan perhatian lebih untuk dapat mengikuti aktivitas.

Meskipun demikian, pembelajaran jasmani di TK DS memberikan dampak yang signifikan pada perkembangan peserta didik. Berdasarkan pengalaman narasumber, setelah mengikuti pembelajaran jasmani, anak-anak sering merasa lelah namun senang. Kondisi ini sesuai dengan penelitian Hasanah (2018), yang menemukan bahwa aktivitas olahraga yang menyenangkan tidak hanya mendukung perkembangan fisik, tetapi juga meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan anak selama proses belajar. Evaluasi di TK DS dilakukan dengan tiga metode utama: ceklist, anekdot, dan observasi. Pendekatan ini memberikan data yang cukup untuk memantau perkembangan anak secara menyeluruh.

4. TK AT

Di TK AT, pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga biasanya dijadwalkan khusus pada hari selasa, namun dapat juga diganti atau diselingi dengan aktivitas lain yang sesuai tema pembelajaran, hal ini dapat dilihat pada gambar 4. Dalam melaksanakan pembelajaran, guru menyesuaikan dengan kebutuhan dan minat anak. Tentunya, ada tantangan dalam pembelajarannya, salah satunya ada anak yang cenderung pasif, sehingga guru harus mengatasinya dengan pendekatan personal agar anak merasa nyaman dan memberikan stimulasi agar anak dapat aktif dalam berinteraksi. Untuk mengukur sejauh mana perkembangan anak, di TK AT dilaksanakan evaluasi melalui catatan anekdot yang dilaksanakan setiap bulan dan ceklis setiap akhir semester. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga ini beberapa anak menunjukkan perkembangan yang signifikan.



Gambar 4 Aktivitas Olahraga di TK AT

Pembelajaran jasmani di TK AT telah dimasukkan kedalam modul ajar sebagai bagian dari aspek perkembangan motorik anak, namun pelaksanaan jadwal yang ada tidak dikhususkan hanya untuk kegiatan olahraga melainkan berbagai kegiatan yang disesuaikan dengan tema pembelajaran dengan tujuan meningkatkan kemampuan motorik anak. Aktivitas ini dilakukan pada hari Selasa.

Pembelajaran jasmani di TK AT berfungsi sebagai sarana pengembangan motorik anak yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Menurut Komariah dan Jumiatin (2024), pembelajaran jasmani yang menyenangkan, seperti senam dan permainan kelompok, tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik tetapi juga membentuk keterampilan sosial anak, seperti kerja sama dan rasa percaya diri.

Penelitian Fitriani dan Adawiyah (2018) menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung dan aktivitas fisik yang sesuai mampu meningkatkan koordinasi motorik serta daya tahan fisik anak. Senada dengan itu, pembelajaran di TK AT yang

mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam tema pembelajaran sehari-hari mendukung teori bahwa pembelajaran berbasis bermain lebih efektif untuk perkembangan anak usia dini (Mulyana, 2024).

Kendala yang dihadapi guru di TK AT, seperti perbedaan karakteristik anak, sejalan dengan temuan Supriyadi (2020), yang menegaskan bahwa pendekatan individual dapat meningkatkan partisipasi anak yang kurang aktif. Metode evaluasi menggunakan anekdot dan ceklis efektif dalam memantau perkembangan fisik dan sosial anak, sebagaimana diuraikan oleh Nafisa et al. (2024), yang merekomendasikan pengamatan berbasis perilaku untuk mengukur keterampilan motorik secara holistik.

Namun pada pelaksanaannya tentu anak-anak memiliki berbagai karakteristik yang berbeda setiap aktivitas olahraga yang dilakukan ada anak yang antusias ada pula yang cenderung diam dan tidak aktif, kendala ini disiasati oleh guru dengan melakukan pendekatan terhadap anak yang memerlukan agar dapat mengikuti pembelajaran yang ada, hal ini dilakukan agar anak merasa nyaman melakukan aktivitas tersebut sehingga proses pembentukan motorik anak lebih optimal. Aktivitas pembelajaran di TK AT berlangsung hingga hari Jumat, dimana di hari Sabtu akan difokuskan pada pembelajaran olahraga seperti berenang. Evaluasi terkait perkembangan fisik dan motorik anak di TK AT dilakukan dengan menggunakan metode anekdot dan ceklis.

5. TK SJT 4

Kegiatan pembelajaran jasmani dan olahraga di TK SJT 4 terintegrasi dalam pembelajaran harian melalui aspek fisik motorik, tetapi untuk kegiatan khusus olahraga dilaksanakan pada hari Jum'at yang dapat dilihat pada gambar 5. Untuk menambah kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga di TK SJT 4 juga diadakan ekstrakurikuler berenang dan futsal yang diikuti sesuai minat anak. Dalam pelaksanaannya, tentunya terdapat kendala diantaranya kurangnya partisipasi aktif beberapa anak, sehingga diperlukan pendekatan khusus dari guru. Untuk memantau perkembangan anak, biasanya diadakan evaluasi dalam bentuk ceklis dan catatan anekdot. Secara keseluruhan, TK SJT 4 telah memfasilitasi kegiatan jasmani anak dengan mempertimbangkan kebutuhan dan karakteristik setiap anak.



Gambar 5 Aktivitas Olahraga di TK SJT 4

Perencanaan kegiatan pembelajaran jasmani dan olahraga di TK SJT 4 telah diintegrasikan ke dalam aktivitas pembelajaran harian yang mencakup kegiatan fisik, seperti baris-berbaris dan berbagai permainan sederhana yang melibatkan motorik kasar.

Menurut teori perkembangan fisik dan motorik anak, pengalaman motorik yang kaya sejak usia dini penting untuk membangun koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot (Gallahue & Ozmun, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Wicaksono (2017) juga menegaskan bahwa pendidikan jasmani yang berfokus pada permainan dan aktivitas fisik yang terstruktur dapat memberikan dampak signifikan pada pengembangan keterampilan dasar motorik kasar, seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar.

Aktivitas yang diselenggarakan secara penuh pada hari Jumat di TK SJT 4, seperti bermain bola, senam, dan lompat tali, sejalan dengan pendekatan bermain sambil belajar yang disarankan oleh Mulyana (2024), yang menekankan pentingnya aktivitas fisik berbasis permainan untuk menjaga antusiasme anak dalam proses belajar. Selain itu, kegiatan berenang dan perlombaan futsal yang dilaksanakan secara berkala mencerminkan strategi pembelajaran jasmani yang memadukan olahraga formal dan nonformal guna memberikan variasi pengalaman belajar.

Kendala perbedaan karakteristik anak dalam mengikuti kegiatan fisik merupakan tantangan umum dalam pendidikan anak usia dini. Seperti yang dinyatakan oleh Nafisa et al. (2024), perbedaan motivasi dan partisipasi anak dapat diatasi melalui variasi metode dan pendekatan personal. Di TK SJT 4, guru mengatasi masalah ini dengan memperkenalkan variasi permainan yang disesuaikan dengan minat anak, sehingga aktivitas menjadi lebih menarik dan mendorong keterlibatan lebih aktif. Evaluasi menggunakan ceklis dan observasi sesuai dengan panduan penilaian perkembangan motorik berbasis pengamatan langsung, yang direkomendasikan oleh Supriyadi (2020).

Berdasarkan hasil penelitian di lima lembaga pendidikan anak usia dini di Kecamatan Kawalu, ditemukan bahwa setiap lembaga memiliki pendekatan yang beragam dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Aktivitas yang dilakukan mencakup latihan motorik kasar, seperti berlari, berjalan, dan melompat, yang sangat penting untuk membangun kekuatan dan koordinasi tubuh anak.

Namun, tantangan yang ditemukan dalam pelaksanaan pembelajaran ini mencakup kurangnya minat beberapa anak terhadap olahraga, minimnya penyaluran minat dan bakat, serta kurangnya keterlibatan orang tua dalam proses pengembangan motorik anak. Komariah dan Jumiati (2024) menegaskan bahwa pembelajaran jasmani yang terstruktur dan disesuaikan dengan kebutuhan anak dapat meningkatkan antusiasme dan keterlibatan mereka. Keterlibatan orang tua juga krusial dalam mendukung perkembangan motorik, sebagaimana disampaikan oleh Fitriani dan Adawiyah (2018), yang menyatakan bahwa kolaborasi antara guru dan orang tua memperkuat dampak positif aktivitas fisik pada anak.

Tidak adanya guru khusus yang menyalurkan minat dan bakat anak menunjukkan perlunya pelatihan pendidik dalam mengenali potensi individu. Menurut Supriyadi (2020), guru yang terampil dalam mengadopsi metode bermain dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih kaya dan merangsang berbagai aspek perkembangan anak, termasuk fisik, sosial, dan kognitif. Oleh karena itu, solusi dari berbagai tantangan ini adalah mengadopsi pendekatan multidisipliner dengan meningkatkan fasilitas, pelatihan guru, dan peran aktif orang tua dalam mendukung pembelajaran jasmani yang lebih efektif.

Pendidikan menjadi pondasi dasar dalam membentuk sumber daya manusia yang bermutu dan berkualitas. Pondasi dasar ini dapat dimulai dari pendidikan dasar di usia dini. Dunia anak menjadi dunia yang penuh dengan bermain dan diharapkan dari bermain ini anak dapat memperoleh berbagai keterampilan dan kemampuan dalam mengembangkan kemampuan kognitif, emosi, sosial dan perkembangan fisik yang

optimal. Sebagai langkah awal, pendidikan usia dini menekankan pentingnya lingkungan yang mendukung aktivitas bermain sebagai sarana belajar. Melalui aktivitas sederhana permainan diharapkan dapat menstimulasi perkembangan anak baik secara emosi maupun sosial. Pendidikan anak usia dini yakni pada usia 0 sampai 8 tahun ialah wadah belajar yang sekaligus bermain menyenangkan dan bermanfaat bagi anak (Mulyati, 2019).

Anak pada usia dini mempunyai berbagai cara yang unik untuk mempelajari berbagai macam aktivitas yang tentunya berbeda dengan cara belajar yang dimiliki oleh orang dewasa. Seorang anak sebenarnya belum mengetahui secara pasti kegiatan yang mereka lakukan adalah kegiatan belajar sambil mempelajari sesuatu hal yang baru. Belajar sambil bermain merupakan ciri khas pembelajaran yang diberikan kepada anak usia dini. Bermain sambil belajar harus dilakukan oleh seorang anak dalam keadaan senang tanpa adanya paksaan dari orang lain sehingga diharapkan dengan pola pembelajaran tersebut dapat membentuk perkembangan anak yang baik dan maksimal.

Salah satu pembelajaran yang dapat diaplikasikan mengenai pembelajaran yang menyenangkan dan bermanfaat ialah pembelajaran jasmani pada anak usia dini. Pendidikan jasmani memiliki ciri khusus yang membedakan dengan mata pelajaran yang lain dimana mata pelajaran lain biasanya berfokus pada aspek kognitif dan afektif sedangkan mata pelajaran pendidikan jasmani berfokus pada aspek psikomotorik. Aspek psikomotor merupakan ranah yang berkaitan dengan keterampilan (skill) atau kemampuan bertindak seseorang setelah menerima pengalaman belajar, aspek ini berhubungan dengan berbagai aktivitas fisik seperti berlari, melompat, melukis dan menari (Ummah, 2019).

Pembelajaran jasmani sangat memberikan kesempatan bagi peserta didiknya untuk terlibat langsung seperti yang disampaikan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Komariah & Jumiatin (2024) yang menjelaskan bahwasanya pembelajaran jasmani pada lompat tali memberikan kesan yang menyenangkan dan bermanfaat bagi siswa, diantaranya manfaat yang diperoleh ialah dapat meningkatkan kinerja fisik anak usia 4-6 tahun dan melatih keseimbangan yang dimiliki.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga di lima TK Kecamatan Kawalu berhasil menciptakan pembelajaran menyenangkan dan sesuai perkembangan anak usia dini. Metode "belajar sambil bermain" digunakan tanpa paksaan, berfokus pada pengembangan motorik kasar dan halus. Kegiatan seperti berlari, melompat, dan permainan tradisional dirancang sistematis, melatih fisik sekaligus memperkenalkan nilai budaya lokal. Pendekatan holistik menempatkan anak sebagai pusat belajar, mengasah kreativitas, keterampilan sosial, dan memberikan pengalaman bermakna. Dengan suasana menyenangkan, anak termotivasi berpartisipasi aktif. Program ini efektif mendukung tumbuh kembang anak secara optimal dan membangun keterampilan hidup di masa depan. Secara keseluruhan, pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga di lima TK di Kecamatan Kawalu telah berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi anak-anak usia dini. Pendekatan yang digunakan tidak hanya membantu pengembangan fisik anak tetapi juga memberikan dasar yang kuat untuk membangun keterampilan hidup yang penting di masa depan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Kawalu yang telah berpartisipasi dan memberikan dukungan penuh dalam penelitian ini. Terima kasih khusus kepada para kepala sekolah, guru, dan staf yang dengan sabar meluangkan waktu, berbagi pengalaman, serta memberikan akses untuk melakukan observasi dan wawancara. Tanpa kerja sama dan kontribusi dari seluruh pihak, penelitian ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan dan peningkatan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani di tingkat Taman Kanak-Kanak.

REFERENSI

- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, R., Cahyono, D., Sukmawati, E., & CS, A. (2023). Peran pendidikan jasmani dalam pengembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2538–2546. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4506>
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan fisik motorik anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Hasanah, U. (2018). *Permainan dalam pendidikan jasmani anak usia dini*. Jakarta: Gemilang Edukasi.
- Iswanto, A., & Widayanti, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, 13–17. [10.21831/majora.v27i1.34259](https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259)
- Komariah, K., & Jumiati, D. (2024). Meningkatkan kemampuan jasmani anak usia dini melalui permainan lompat tali. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 7(3), 233-243. URL: <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/ceria/article/view/22584>
- Latifah, A. U., Nufus, A. M., Latifah, N., Rizkita, N. P., Khairunnisa, P., & Mulyana, A. (2024). Pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah dasar menuju gaya hidup bersih dan sehat. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(3), 89–102. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i3.3023>
- Mulyana, A., Lestari, D., Pratiwi, D., Rohmah, N. M., Tri, N., Agustina, N. N. A., & Hefty, S. (2024). Menumbuhkan gaya hidup sehat sejak dini melalui pendidikan jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321–333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Mulyana, S. (2015). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk smalb tunanetra*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia. URL: <https://pmpk.kemdikbud.go.id/bukudigital/products/pendidikan-jasmani-olahraga-dan-kesehatan-5fc165276ba8a>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68-80. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Nafisa, D., Hafsa, Tsalisa, H., Nurbaiti, I. S., Yusuf, Z. A., Putri, Z. I., Mulyana, A., Studi, P., Guru, P., & Dasar, S. (2024). Pentingnya pengembangan keterampilan fisik pada anak-anak melalui mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (pjok) di sekolah dasar. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/15446>

- Noerpratomo, R. H., Robandi, B., & Fitri, M. (2024). Pedagogi olahraga dan kebugaran anak usia dini: systematic literature review. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5. <http://dx.doi.org/10.55081/jurdip.v5i1.2662>
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan jasmani olahraga usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak* 4(1), 557-564. <http://dx.doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Mulyati, M. (2019). Menciptakan pembelajaran menyenangkan dalam menumbuhkan peminatan anak usia dini terhadap pembelajaran. *Journal of Islamic Educatioan*, 1(2), 277–294. URL:<https://www.neliti.com/publications/362372/menciptakan-pembelajaran-menyenangkan-dalam-menumbuhkan-peminatan-anak-usia-dini>
- Sugiyono. (2020). Metodologi penelitian kualitatif. In metodologi penelitian kualitatif. URL:https://books.google.com/books/about/Metode_Penelitian_Kualitatif.html?id=uaZ-EAAAQBAJ
- Supriyadi, A. (2020). Pengaruh model outdoor education terhadap keterampilan motorik kasar untuk pendidikan anak usia dini. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 1(1), 12–20. URL:<https://jmpo.stkipasundan.ac.id/index.php/jmpo/article/view/3>
- Wicaksono, L. (2017). Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 1–7. URL:<https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/2605>
- Zainudin, & Ubabuddin. (2023). Ranah kognitif, afektif dan psikomotorik sebagai objek evaluasi hasil belajar peserta didik. *ILJ: Islamic Learning Journal (Jurnal Pendidikan Islam)*, 915–931. <https://jurnal.stituwjombang.ac.id/index.php/ilj/article/view/1197>