Volume 6 Issue 6 (2022) Pages 7232-7241
Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print)

Pengenalan Olahraga untuk Meningkatkan Kemampuan Berbahasa Bagi Siswa TK

Sigit Widiyarto✉
Bahasa Indonesia, Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, Indonesia
DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

Abstrak
Pembelajaran sebaiknya menggunakaan berbagai pendekatan, dengan menggunakan olahraga sebagai cara efektif. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Responden dari siswa kelas A TK Ekasanti Bekasi sebanyak 60 siswa. PTK menggunakan 2 siklus. Pada siklus 1 dan 2 peneliti menggunakan olahraga ditengah-tengah pembelajaran berbahasa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbahasa dilakukan dalam kelas setelah itu siswa mengikuti kegiatan lari *zig-zag* di luar kelas, siswa melakukan kegiatan olahraga berikutnya dengan menerobos lubang segitiga. Setelah melaksanakan kegiatan olahraga fisik selama 15 menit, para siswa kembali belajar didalam kelas. Nilai *pretest* sebelum digunakan pengenalan olahraga pada pembelajaran bahasa sebesar 50.2 Hasil siklus pertama sebesar 57.85 siklus kedua sebesar 68.50. Kemampuan berbahasa siswa meningkat sebesar 7.65 pada siklus pertama dan 10.65 pada siklus kedua. Kendala yang ditemui ,masih ada siswa belum terbiasa berolahraga karena faktor obesitas, selain itu faktor pola hidup sehat pada orang tua yang mempengaruhi anak.

Kata Kunci: *olahraga; pembelajaran; berbahasa, siswa tk*

Abstract
Learning should use a variety of effective learning approaches, using sports as a way. This research used classroom action research (CAR). Respondents from class A TK Ekasanti Bekasi were 60 students. CAR used 2 cycles. In cycles 1 and 2 the researchers used sports in the midst of language learning. The results showed that learning was carried out in the classroom after students took part in a zigzag running activity outside the classroom, students did the next sport activity with a triangular hole. After doing sports activities for 15 minutes, the students returned to learning in the classroom. The pretest value before using the introduction in language learning was 50.2. The results of the first cycle were 57.85 and the second cycle was 68.50. The ability of students increased by 7.65 in the first cycle and 10.65 in the second cycle. The obstacle encountered is that there were still students who were not used to exercising because of obesity, in addition to healthy lifestyle factors in parents that affect children.

Keywords: *sport; learning; language. kindergarten students*

Copyright (c) 2022 Sigit Widiyarto

✉ Corresponding author :
Email Address : sigit.widiyanto372@gmail.com (Jakarta, Indonesia)
Received 7 April 2022, Accepted 9 June 2022, Published 18 December 2022

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

Pendahuluan

Pendidikan yang mengarah psikomotorik sangat penting, dan dipengaruhi cecara fisik dan psikis yang bersumber dari lingkungan hidupnya (Syafi'i, A., dkk., 2018). Pendidikan tidak hanya berbicara tentang kognitif dan afektif belaka. Kadang para guru dan orangtua di rumah abai dengan pendidikan psikomotorik. Fokus psikomotorik adalah unsur dari perkembangan anak yang berhubungan dengan gerak fisik (Hidayat & Nur, 2018). Pendidikan yang baik tentunya melalui pendekatan yang saling berkaitan antara afektif, kognitif dan psikomotorik.

Pendidikan olahraga merupakan suatu proses mendidik yang menggunakan kegiatan fisik agar dapat mengubah kualitas siswa, yang terdiri dari jasmani, rohani, serta emosional. Pendidikan olahraga mengajak siswa sebagai suatu kesatuan utuh, yang tidak terpisah antara jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani lebih baik diperkenalkan sejak Taman kanak-kanak. PAUD bermanfaat mendukung pertumbuhan anak agar lebih efektif (Widaningsih, 2018). Mendongeng dari buku bergambar kerap dikerjakan oleh guru di sekolah tidak optimal, karena perhatian siswa hanya akan terpusat pada cerita guru, bukan pada pemahaman dari makna cerita tersebut (Wahyundari & Handayani, 2021). Oleh karena itu, Taman kanak-kanak yang menjadi pendidikan formal awal mempunyai peran yang penting dalam mengenalkan pendidikan Jasmani/olahraga pada siswa. Para siswa memerlukan pengenalan yang baik. Hal ini perlu, agar siswa mempunyai pandangan dan pengetahuan yang cukup tentang pengenalan pendidikan olahraga.

Sebagian pendidik yang tidak dapat memaksimalkan potensi anak, dan hanya menyediakan berbagai perlengkapan yang dibutuhkan anak akan menimbulkan kurangnya stimulasi gerak pada anak (Nugraha, 2015). Pengenalan olahraga sebaiknya melibatkan para orang tua di rumah. Pengenalan ini dilakukan sebagai sumbangan program pendidikan umum, khususnya olahraga/jasmani merupakan pendidikan yang utuh, sebab dapat mendorong kemampuan fisik, kemampuan kognitif, sosial dan emosional dan perkembangan berbahasa anak. Perkembangan berbahasa anak mengikuti alur perkembangan gerak anak.

Perkembangan gerak adalah suatu unsur penting dari tujuan pelaksanaan pendidikan olahraga. Gerak sangat penting dalam perkemangan anak usia dini (TK). Pertumbuhan akan bergerak cepat selama prosesnya berlangsung dengan baik. Proses yang baik meliputi proses yang berkualitas dan menyenangkan bagi anak. Proses PAUD sebaiknya dilakukan dengan memberikan metode/konsep dasar yang mempunyai makna bagi siswa melalui hal nyata yang membuat anak bergerak dan timbul rasa ingin tahu (Conny, 2002). Banyak faktor yang dapat berdampak pada proses belajar keterampilan motorik, antara lain faktor siswa itu sendiri, lingkungan tempat belajar, fasilitas atau alat bantu pendidikan, dan guru (Fajar, 2017).

Beberapa cara untuk mengenalkan siswa pada olahraga beragam. Para orang tua dapat mengenalkan anak melalui *televisi* atau *youtube.* Cara lain dengan mengajak anak datang menyaksikan sebuah pertandingan salah satu cabang olahraga atau bermain dengan suatu media. Media bermain yang didesain oleh guru dalam proses pembelajaran maka dapat meningkatkan *motor skill* anak atau perkembangan psikomotorik anak (Ukkas & Thaha, 2020). Hal itu dilakukan agar siswa termotivasi untuk berolahraga dan mau mengerakkan tubuh mereka.

Motivasi berolahraga bagi anak sangat diingat, jika hal ini dilakukan sejak dini. Usia 4 hingga 6 tahun dapat meniru para orangtua dengan baik. Para orang tua diharapkan dapat memberikan contoh nyata, dengan melakukan olahraga bersama-sama anak. Disamping itu, para orangtua dapat mengajari anak mereka untuk berdiskusi sembari berolahraga. Diskusi dapat memacu kemampuan verbal anak. Diskusi memegang peranan penting dalam pengembangan kosa anak. Diskusi mempu mendekatkan anak dengan orang tua. Diskusi yang panjang dan lebar serta tanpa adanya tekanan, akan membuat anak bebas mengutarakan kosa kata yang sudah dikuasai. Berikan kebebasan untuk berpendapat, berbicara serta berdiskusi, mengkomentari gerak tubuh yang sudah dikenal anak. Pemberian stimulus pada anak pada saat mampu melakukan gerak-gerak tertentu sangat diperlukan. Apresiasi ini

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

diberikan jika anak berhasil melaksanakan suatu gerakan olahraga secara rutin dan baik. Kemampuan verbal dapat mendukung kemampuan berbahasa anak. Kemampuan ini perlu dilakukan dengan rutin dan terjadwal, diselingi dengan berolahraga. Kegiatan olahraga dapat memberikan stimulus pada otak anak, sehingga anak dapat mengasah kemampuan verbal.

Penelitian yang terbaru membahas tentang kemampuan berbahasa pada anak usia dini adalah penelitian saudara Cendna dan Suryana, siswa yang dapat bermain dan adu ketangkasan dapat meningkatkan berbahasa anak, seperti kemampuan mendengar, menirukan susunan kata, mengerti perintah yang disampaikan, memahami permainan tradisional dengan baik, dapat menjawab pertanyaan, mengutarakan kembali, dan mengutarakan kembali apa yang telah diceritakan. (Cendana & Suryana, 2021).

Penelitian berikutnya dari saudara Miyarso (2017) yang mengulas kebudayaan dalam keluarga dan kapasitas berbahasa anak. Miyarso menyatakan bahwa bapak dan ibu di rumah mempunyai peran dalam mengajarkan kemampuan berbicara pada anak. Kedudukan orangtua sangat berperan dalam mengantar anak menuju pergaulan diluar keluarga. Anak dapat bergaul dan mempelajari nilai-nilai budaya yang ada di dalam keluarga. Masing-masing keluarga mempunyai struktur yang termuat didalamnya. Struktur itu adalah pola interaksi keluarga yang di sebut kultur, dan kultur keluarga inilah yang mempengaruhi kemampuan berbahasa anak. Program yang baik termasuk keterampilan berbahasa dapat menuai tanggapan yang baik dari para orang tua (Nurhuda, Fatinova, & Wildan, 2020).

Peran orang tua berperan banyak dalam mengajar kemampuan berbicara dan memberikan peran sosial pada anak. Keluarga merupakan basik utama dalam tatanan masyarakat yang homogen. Tingkah laku pada keluarga merupakan contoh nyata yang diperlukan pada pembentukan kemampuan bahasa anak. Patmonodewo (2000) menyatakan bahwa tahapan kemampuan berbahasa anak dapat dibagi menjadi dua. Tahap pertama pada saat anak berumur 2 hingga 2.6 tahun yang bercirikan anak sudah mampu membuat kalimat tunggal, kalimat perbandingan, anak sudah dapat menanyakan nama tempat, dimana, kapan dan sisapa serta dapat membuat kalimat yang berakhiran dan berawalan. Tahap kedua ketika anak berumur 2.6 tahun hingga 6 tahun sudah mampu menggunakan kalimat sederhana.

Kemampuan fisik berolahraga pada anak pernah diteliti oleh Hasanah (2016) khususnya pada permainan tradisional anak. Berolahraga dapat membentuk fisik yang sehat. Selain itu badan akan bugar, unggul serta mampu bersaing. Berolahraga mampu membentuk moral yang peka, tulus dan jujur, disamping dapat berkerjasama, bersahabat dan mempunyai wawasan kebangsaan. Paramitha & Anggara (2018) mengemukakan bahwa sangat penting untuk mengembangkan kemampuan fisik dan mental anak. Kemampuan olahraga dapat dikenalkan dengan memberikan penjelasan tentang pemanasan dan pendinginan.

Pengenalan gerak dasar merupakan gerak minimum yang harus dikuasai oleh siswa TK. Kemampuan ini terus berkembang, sesuai dengan bertambahnya usia. Bertambahnya usia anak dapat meningkatkan kemampuan gerak yang lebih kompleks. Dari beberapa Lembaga formal TK menurut pengamatan peneliti, tidak semua TK memberikan olahraga yang cukup. Pemberian olahraga yang cukup pada anak usia dini, mempengaruhi tumbuh kembang anak serta kemampuan verbal bahasa anak. Merujuk dari penelitian terahulu di atas, maka peneltian ini sangat penting dan stratgis, guna melengkapi metoda pembelajaran kemampuan berbahasa pada siswa TK.

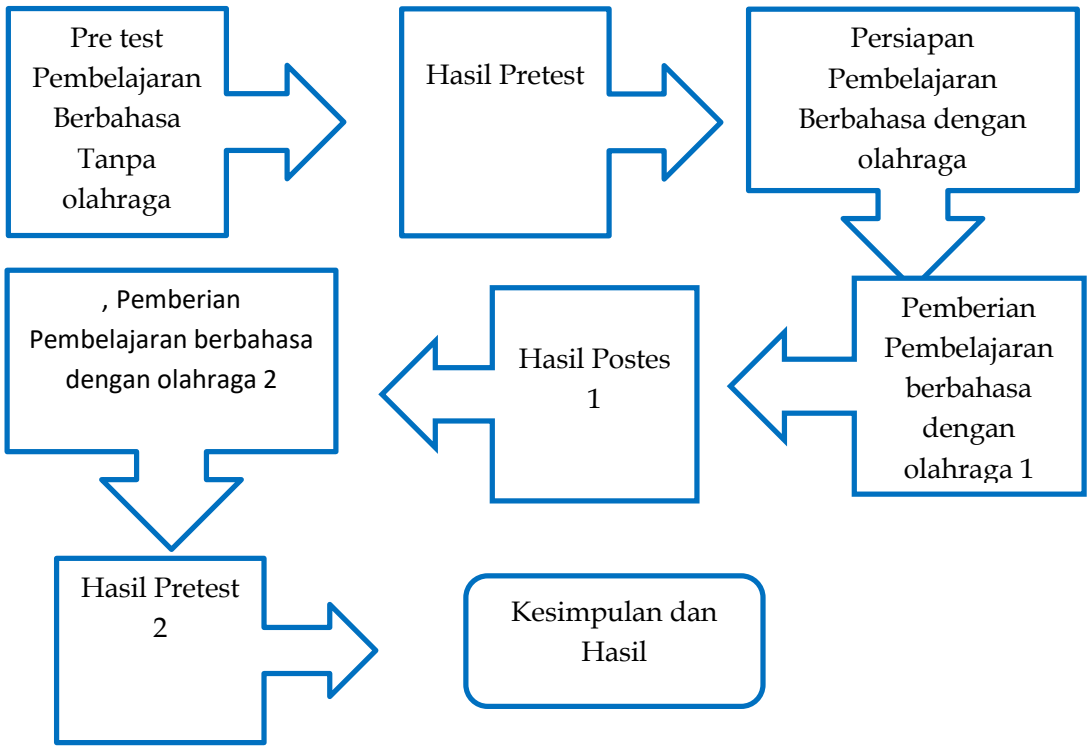
Peneliti menyoroti lembaga TK yang ada di kota Bekasi. Kota Bekasi yang menjadi kota penyangga Jakarta . Salah satu lembagaTK yang berdiri cukup lama dan mempunyai fasilitas olahraga yang cukup memadai adalah TK Ekasanti. TK ini berdiri sejak tahun 1995. TK ini mempunyai fasilitas kolam renang, alat olah raga dan terkareditasi A. TK ini mempunyai siswa sebanyak 121 siswa. TK B sebanyak 60 siswa, TK A sebanyak 40 siswa dan taman bermain sebanyak 21 siswa. Berdasarkan pengamatan, wawancara dengan para guru dan kepala sekolah program pengenalan olahraga masih perlu ditingkatkan, dan masih mempunyai beberapa kendala teknis dan nonteknis. Oleh Karena itu, peneliti akan

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

mengadakan penelitiaan dengan menerapkan pengenalan olahraga untuk membantu proses pembelajaran berbahasa anak. Berdasarkan pembahasan diatas, maka penelitian ini mendeskripsikan proses pengenalan olahraga pada siswa TK, peningkatan kemampuan berbahasa pada siswa TK dan kendala yang menjadi penghambat proses pengenalan olahraga pada siswa TK. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah pertama, untuk mengetahui proses pengenalan olahraga pada TK, mengetahui peningkatan kemampuan berbahasa pada siswa TK, dan ketiga untuk mendeskripsikan kendala yang menjadi hambatan proses pengenalan olahraga pada siswa TK.

Metodologi

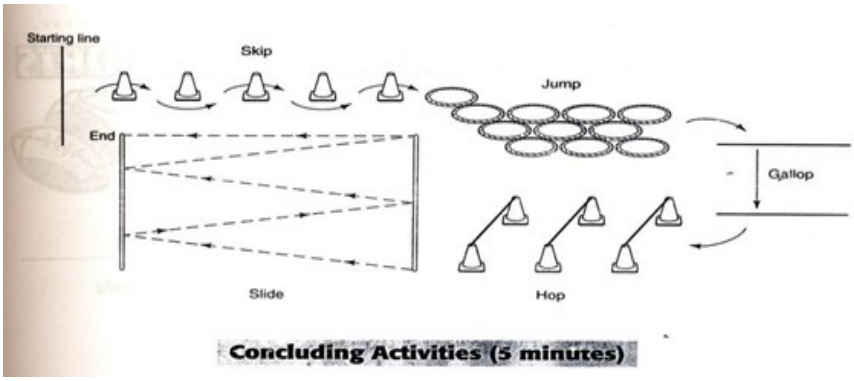
Pada penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang menggunakan beberapa tahapan penelitian. Penelitian diawali dengan persiapan rancangan pembelajaran berbahasa yang dibantu oleh pengenalan olahraga pada anak. Adapun tahapan penelitian merujuk kepada Kemmis, S & Mc Taggart, R.(1998) yang telah diadaptasi. Tahapan dapat dijelaskan pada gambar 1.



Gambar 1. PTK Kemmis, S & Mc Taggart, R.(1998) yang telah diadaptasi.

Jumlah populasi pada penelitian ini berjumlah 120 siswa . Adapun partisipan yang ikut pada penelitian adalah siswa kelas B TK Ekasanti yang sebanyak 60 yang terdiri 2 kelas. Kelas B1 dan kelas B2. Data dikumpulkan melalui wawancara, pengamatan dan tes. Peneliti merancang tes dan tujuan pembelajaran serta tahapan pembelajaran berbahasa dengan diselingi olahraga yang disesuaikan dengan usia anak. Instrumen yang digunakan adalah tes verbal yang diberikan kepada anak melalui wawancara terstruktur. Kegiatan penelitian dilakukan pada bulan Juli 2018 sd Oktober 2018. Adapun pola atau jenis pengenalan olahraga dilakukan dengan bermain dan bergembira. Peneliti dan guru berusaha untuk mengurangi keletihan yang berlebihan pada anak. Berikut ini adalah pola olahraga yang diterapkan oleh Thomas, Lee, & Thomas (2000) digunakan untuk berlari-lari kecil, seperti digambarkan pada gambar 2.

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605



Gambar 2. Pola Pengenalan Olahraga

Rangkaian kegiatan olahraga meliputi : lari zig zag melewati 5 *cone*, dengan jarak 0.5 meter, lari bolak balik, lari dan berhnri disetiap ada *Cone*, lalu memasuki terowongan kecil. Sedangkan pembelajaran berbahasa, siswa diajarkan kosa kata yang berhubungan dengan alam sekitarnya seperti Bulan, yang dapat diperluas dengan, cahaya *bulan* itu indah.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penelitian yang diawali dengan *pretest,* berjalan dengan baik. Para peneliti memberikan beberapa arahan kepada para siswa untuk mempersiapkan beberapa tes verbal tentang kosa kata yang berhubungan dengan alam. Guru kelas yang memandu kegiatan penelitian mengarahkan para siswa agar dapat menjawab beberapa pertanyaan yang sudah disiapkan oleh peneliti. Adapun hasil *pretest* siswa disajikan pada tabel 1.

Tabel. 1 Tabel Nilai *Pretest*

No	Nilai total keseluruhan	Rata-rata	Keterangan
1	3012	50.2	Mulai berkembang

Setelah melakukan diskusi dengan guru kelas, peneliti memberikan beberapa masukan kepada guru, agar pelaksanaan tindakan kelas berjalan dengan tertib. Peneliti mengadakan evaluasi tentang hasil *pretest*. Salah satu masukan dari guru dan pihak yayasan adalah, perlunya pemberian stimulus pada anak ketika belajar didalam kelas. Stimulus itu berapa hadiah (bingkisan kecil) yang berisi alat tulis dan stiker benda-benda alam.

Pelaksanaan tindakan kelas pembelajaran berbahasa yang berbantuan olahraga dilakukan pada saat pagi hari. Pukul 07 para siswa sudah bersiap setelah apel pagi. Kegiatan pembelajaran berbahasa dilakukan dalam kelas, dimulai dengan pengenalan benda-benda alam, lalu pembentukan kalimat sederhana. Siswa dilatih mengucapkan dan mendengar dengan baik kosa kata yang ditunjukkan oleh peneliti dan guru. Siswa antusias dan semangat dalam mengikuti kegiatan ini. Setelah itu dilanjutkan dengan pembelajaran pengenalan olahraga diluar kelas, seperti nampak pada gambar 3. Pola latihan ini bertujuan agar anak dapat mengembangkan psikomotorik kaki, dan konsentrasi. Selain itu dapat mengerjakan pengamatan, dan gerakan lari secara bertahap serta mengetahui kelincahan siswa. Disamping itu siswa diberikan competitor atau lawan berlari. Hal ini dapat memacu, dan melihat spotivitas dan kesetiakawanan siswa. Seperti nampak pada gambar 4.

Setelah melakukan kegiatan lari zig-zag, siswa melakukan kegiatan olahraga tahap dua, yaitu menerobos lubang segitiga (gambar 5). Peneliti dan guru menyiapkan lubang segitiga sebanyak 3 buah. Pada saat kegiatan olahraga berlangsung, peneliti mencatat kecepatan waktu yang dihabiskan oleh siswa. Hal ini untuk mengukur, agar siswa tidak terlalu letih, agar dapat meneruskan pembelajaran dikelas dengan baik. Pembelajaran

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

pengenalan olahraga pada TK Ekasanti, selalu memperhatikan usia dan kemampuan siswa. Durasi dan intensitas olahraga juga disesuaikan dengan kemampuan para siswa.

Gambar 3. Siswa Bersiap Melakukan Kegiatan

Gambar 4. Siswa berkompetisi lari Zig-Zag

Gambar 5. Kegiatan Menerobos

Setelah melaksanakan kegiatan olahraga fisik selama 15 menit, para siswa belajar didalam kelas. Peneliti menyiapkan beberapa pembelajaran kosa kata, selama 15 menit. Setelah itu dibantu oleh para guru yang berjumlah 2 orang, memberikan tes verbal. Berikut hasil nilai post test 1 sebagaimana disajikan pada tabel 2. Pada nilai post test 1 nampak ada kenaikan rata-rata yang diawal pretest hanya 50.2 meningkat menjadi 57.05. Hal ini terlihat ketika para siswa lebih mudah membentuk beberapa kalimat dari kosa kata yang sudah diajarkan.

Tabel 2. Nilai Post test 1

No.	Nilai total keseluruhan	Rata-rata	Keterangan
1	3423	57.05	Mulai berkembang

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

Beberapa catatan dari siswa ada yang menganggap pelajaran lebih mudah. Pembuatan kalimat sederhana lebih cepat, sebagai contoh guru memberikan kosa kata "Matahari", siswa mampu membentuk kalimat sederhana dari kata "matahari ", menjadi "Matahari itu bersinar terang". Peneliti berhasil merangkum beberapa jawaban para siswa pada saat post test 1 berlangsung sebagaimana disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Daftar kalimat sederhana

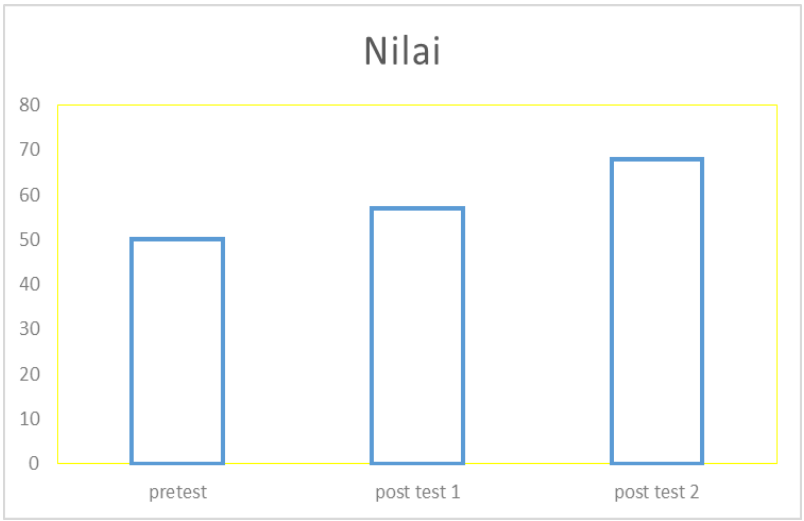
No	Kosa kata Alam	Pengembangan Kalimat Sederhana
1	Matahari	Matahari bersinar terang
2	Bulan	Sinar bulan malam hari
3	Angin	Angin malam
4	Gunung	Gunung merapi
5	Pantai	Pantai ancol
6	Gempa	Gempa bumi
7	Banjir	Banjirnya di pondok gede permai

Para siswa melakukan tes dengan cara mengembangkan kosa kata yang diberikan oleh peneliti dan guru dikelas. Siswa mempunyai kepercayaan diri yang lebih , daripada sebelum melakukan olahraga. Para siswa tidak malu lagi mengembangkan kosa kata terkait dengan alam, bumi dan yang lainya. Setelah melakukan pembelajaran berbahasa diselingi dengan aktivitas olahraga, maka peneliti mengadakan post test kedua, yang dibantu oleh para guru kelas. Post test kedua cenderung memakan waktu lebih cepat dari post test pertama. Para siswa dapat menjawab dengan cepat dan benar sehingga proses berlangsung lebih cepat. Adapun hasil post test kedua disajikan pada tabel 4.

Tabel. 4. Tabel Nilai Postes 2

No	Nilai total keseluruhan	Rata-rata	Keterangan
1	4110	68.50	Berkembang sesuai harapan

Nampak jumlah nilai kseluruhan berjumlah 4110 yang mempunyai rata-rata 68.50, katagori berkembang sesuai harapan. Para siswa sudah mampu meningkatkan kemampuan berbahasa sesuai kemampuan mereka. Jika dirangkum nilai pretes, postes 1 (siklus1), posttest 2 (siklus 2) dalam bagan pada gambar 6. Pada nilai pretes mencapai nilai 50.2, posttes 1 sebanyak 57.05 dan posttest 2 sebanyak 68.50.



Gambar 6. Nilai pretes, post test 1 dan post tes 2.

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

Pembahasan

Kegiatan pembelajaran berbahasa pada anak usia dini mempunyai peran dasar pengembangan komunikasi anak. Sebab masa usia 4-6 tahun kemampuan anak terpola dan mulai berkembang dengan cepat termasuk perkembangan fisik dan kemampuan berbahasa dan bahasa mampu menjadi anak prasekolah untuk mencapai apa yang diharapkan, mampu mengolah kreatifitas, serta menjaga diri (Bawono, 2017). Pembelajaran berbahasa anak yang dibantu dengan olahraga fisik yang terarah dan sesuai dengan usia anak akan dapat membentuk kemampuan berbahasa yang lebih baik. Pendidikan olahraga tidak hanya berfokus pada biologis ataupun aspek sosial yang dikembangkan (Basuki, 2020; Pradana, A. A., 2021), melainkan pada aspek kebahasaan dan aspek lain. Siswa TK yang masih mempunyai usia belia merupakan usia terbaik untuk mendapatkan stimulasi dengan cara bermain. Dengan bermain sembari berolahraga merupakan suatu kesyikan tersendiri, dapat membantu pertumbuhan serta perkembangan anak. Dilihat dari segi perkembangan otot besar dan otot halus anak akan lebih mudah meningkat disamping itu penalaran anak dan memahami daya imajinasinya sangat dimungkinkan dapat membantu peningkatan kreativitas anak.

Mengenalkan anak pada lingkungan merupakan salah satu strategi pembelajaran yang bervariatif. Pembelajaran variatif memungkinkan pengalaman belajar yang berbeda untuk siswa, serta dapat mengembangkan ranah psikomotorik, afektif dan kognitif . Demikian pula metoda yang menekankan kepada permainan gerak, seperti pengenalan olahraga dapat, berinteraksi langsung, dan menjembatani anak untuk mengenal dunia luar dan dapat menemukan jatidiri mereka sediri. Siswa dapat bersosialisasi dengan baik, mampu bertoleransi, tenggang rasa serta mendapat pengalaman baru. Lebih lanjut lagi dijelaskan, bahwa pengaruh pembelajaran sosial dan emosional prasekolah dapat meningkatkan peningkatan prestasi akademik (McClelland,dkk., 2017; Corcoran, Cheung, Kim, & Xie, 2018)

Pendidikan olahraga bagi siswa dapat diberikan sedini mungkin. Hal ini untuk menyeimbangkan otak kanan dan kiri sehingga otak mampu menekan rasa bosan dan serius dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar dikelas dengan konsentrasi penuh (Wicaksono, 2017). Penggunaan pembelajaran berbahasa dengan berbantuan olahraga dapat meningkatkan kemampuan berbahasa anak. Iyakrus (2018) dalam penelitiannya pada siswa TK menyatakan bahwa olahraga mampu mendukung perwujudan tujuan yang berkenaan dengan pengalaman yang menyenangkan, kerjasama, pengambilan keputusan yang tepat, kreatif dan kesegaran jasmani. Perkembangan sosial merupakan perkembangan kemampuan bermasyarakat pada siswa, termasuk kemampuan berbahasa, meskipun pada beberapa kasus di sekolah, ada beberapa anak yang mempunyai masalah sosial-emosional perlu pendampingan dan perhatian khusus. Selanjutnya penggunaan olahraga pada siklus dua dan ketiga menunjukkan *trend* kenaikan nilai berbahasa. Hal ini dapat diasumsikan bahwa, penerapan olahraga yang ajeg akan mendatangkan berbagai manfaat bagi anak itu sendiri, termasuk berbahasa. Anak lebih mudah mengutarakan dan merespon kosa kata yang diberikan.

Beberapa kemampuan olahraga dasar dapat meningkatkan pembelajaran dikelas, peningkatan pada penetapan tujuan pembelajaran, melatih perhatian belajar, citra mental dan menimbulkan kegairahan belajar pada anak (Griffin, 2008; Singer, R. N., 1988). Selain berolahraga pada *literature* lain menyebutkan bahwa kecukupan gizi untuk anak juga menentukan keberhasilan anak belajar (Hairunis, Salimo, & Dewi, 2018). Namun tidak semua orang tua yang dapat mengaplikasikan gaya hidup sehat kepada anaknya, ini merupakan salah satu kendala. Anak cenderung obesitas, dan malas bergerak. Ini diakibatkan tidak adanya *role model* dirumah. Pihak sekolah perlu mengadakan rapat dan penyuluhan kesehatan, agar siswa sehat dan cerdas. Pelaksanaan penyuluhan kesehatan diharapkan mampu menjadikan lingkungan sekolah lebih sehat dan dapat meningkatkan kemampuan sosial pendidik serta kemampuan emosional para siswa (Gregory & Fergus, 2017; Lewallen, et al. 2015)

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

Pada penelitian ini mempunyai beberapa implikasi lain. Implikasi penelitian meliputi persiapan yang harus dilakukan sebelum dimulai pembelajaran. Persiapan meliputi pemasangan alat alat permainan olahraga, daftar penilaian dan rencana pengajaran. Para guru dapat mengembangkan metode ini, dengan bantuan alat lain seperti alat permainan edukasi dan seperangkat alat olahraga anak (atletik kids).

Simpulan

Kegiatan pengenalan olahraga diawali dengan pembelajaran berbahasa dilakukan dalam kelas, dimulai dengan pengenalan benda-benda alam, lalu pembentukan kalimat sederhana. Siswa dilatih mengucapkan dan mendengar dengan baik kosa kata yang ditunjukkan oleh peneliti dan guru. Siswa antusias dan semangat dalam mengikuti kegiatan ini. Setelah itu siswa mengikuti kegiatan lari *zig-zag* di luar kelas, siswa melakukan kegiatan olahraga berikutnya dengan menerobos lubang segitiga. Setelah melaksanakan kegiatan olahraga fisik selama 15 menit, para siswa kembali belajar didalam kelas. Nilai *pretest* sebelum digunakan pengenalan olahraga pada pembelajaran bahasa sebesar 50.2 Hasil siklus pertama sebesar 57.85 siklus kedua sebesar 68.50. Pembelajaran pengenalan olahraga pada TK Ekasanti, selalu memperhatikan usia dan kemampuan siswa. Durasi dan intensitas olahraga juga disesuaikan dengan kemampuan para siswa. Kemampuan berbahasa siswa meningkat sebesar 7.65 pada siklus pertama dan 10.65 pada siklus kedua. Sesuai hasil pretes dan posttest, dapat dikatakan bahwa pengenalan olahraga dapat meningkatkan kemampuan berbahasa pada siswa TK Ekasanti. Kendala yang ditemui pada pengenalan olahraga, yaitu masih ada siswa yang belum terbiasa berolahraga karena faktor obesitas, selain itu faktor pola hidup sehat pada orang tua yang mempengaruhi anak.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lppm Universitas Indraprasta Pgri Jakarta.

Daftar Pustaka

Basuki, S. (2020). Penerapan Pendekatan Saintifik dalam Aktivitas Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *JURNAL PENJAKORA*, *7*(2), 78. https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i2.25633

Bawono, Y. (2017). Kemampuan Berbahasa pada Anak Prasekolah : Sebuah Kajian Pustaka. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 116–125. Retrieved from http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2181

Cendana, H., & Suryana, D. (2021). Pengembangan Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kemampuan Bahasa Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(2), 771–778. https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1516

Conny, S. (2002). *Belajar dan Pembelajaran dalam Taraf Usia Dini*. Jakarta: Prehalindo.

Corcoran, R. P., Cheung, A. C. K., Kim, E., & Xie, C. (2018). Effective Universal School-Based Social and Emotional Learning Programs for Improving Academic Achievement: a Systematic Review and Meta-Analysis Of 50 Years of Research. *Educational Research Review*, *25*, 56–72. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.12.001

Fajar, M. (2017). Peranan Intelegensi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motorik Peserta Didik Dalam Pendidikan Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, *16*(1), 58–66. https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3664

Gregory, A., & Fergus, E. (2017). Social and Emotional Learning and Equity in School Discipline. *The Future of Children*, *27*(1), 117–136. https://doi.org/10.1353/foc.2017.0006

Griffin, J. (2008). Sport psychology: myths in sport education and physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, *79*(8), 11–13. https://doi.org/10.1080/07303084.2008.10598223

Hairunis, M. N., Salimo, H., & Dewi, Y. L. R. (2018). Hubungan Status Gizi dan Stimulasi Tumbuh Kembang dengan Perkembangan Balita. *Sari Pediatri*, *20*(3), 146.

DOI: 10.31004/obsesi.v6i6.2605

https://doi.org/10.14238/sp20.3.2018.146-51

Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, *5*(1), 717–733. https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368

Hidayat, S., & Nur, L. (2018). Nilai Karakter, Berpikir Kritis Dan Psikomotorik Anak Usia Dini. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, *13*(1), 29–35. https://doi.org/10.21009/JIV.1301.4

Iyakrus. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Prestasi. *Altius*, *7*(2), 168–173. https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110

Lewallen, T. C., Hunt, H., Potts-Datema, W., Zaza, S., & Giles, W. (2015). The Whole School, Whole Community, Whole Child Model: A New Approach for Improving Educational Attainment and Healthy Development for Students. *Journal of School Health*, *85*(11), 729–739. https://doi.org/10.1111/josh.12310

Miyarso, E. (2017). Kultur Keluarga dan Kemampuan Berbahasa Anak. *Dinamika Pendidikan*, *22*(2), 98–111. https://journal.uny.ac.id/index.php/dinamika-pendidikan/article/view/19774

Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, *4*(1), 557–564. https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344

Nurhuda, Z., Fatinova, D., & Wildan, M. (2020). Metode Pengajaran Komunikatif Sebagai Strategi Pembelajaran Bahasa Bagi Siswa Usia Dini. *Jurnal Loyalitas Sosial: Journal of Community Service in Humanities and Social Sciences*, *2*(1), 1–14. https://doi.org/10.32493/jls.v2i1.p1-14

Paramitha, S. T., & Anggara, L. E. (2018). Revitalisasi Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini melalui Penerapan Model Bermain Edukatif Berbasis Alam. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, *3*(1), 41. https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612

Patmonodewo, S. (2000). *Pendidikan Anak Prasekolah. Rineka Cipta Bekerjasama dengan Departemen Pendidikan & Kebudayaan*.

Thomas, K. T., Lee, A., & Thomas, J. R. (2000). *Physical Education For Children: Dailly Lesson Plans for Elementary School* (2nd ed.). United States: Human Kinetic.

Ukkas, R., & Thaha, H. (2020). *Peranan Media Bermain bagi Perkembangan Aspek Psikomotorik Anak Usia Dini di TK Seatap Kampung Tangnga*. *9*(3), 140–151. https://p3i.my.id/index.php/konsepsi/article/view/55

Wahyundari, N. W. S., & Handayani, D. A. P. (2021). Meningkatkan Kemampuan Berbahasa Lisan pada Anak Usia Dini Melalui Media Gambar Berseri. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, *9*(1), 80. https://doi.org/10.23887/paud.v9i2.36877

Wicaksono, L. (2017). Pelaksanaan Pendidikan Jasmani dan Olahraga Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, *3*(2). http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/PAUD/article/view/14962

Widaningsih, E. (2018). Pendidikan Karakter Pada Taman Kanak Kanak Kenapa Tidak? *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *3*(2). https://doi.org/10.17509/cd.v3i2.10335