



Optimalisasi Pemahaman *Physical Literacy* Dan Penggunaan Instrumen *PL-C Quest* Pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Gita Febria Friskawati¹, Rizal Ahmad Maulana², Kolbi Setra³, Siti Halimah⁴
^{1,2,3,4}Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi STKIP Pasundan

STKIP Pasundan

Abstrak. *Physical literacy* merupakan sebuah konsep baru di dunia pendidikan jasmani. *Physical literacy* sangat penting dikembangkan dan diukur pada masa anak usia dini untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara holistik. Kegiatan ini fokus pada optimalisasi pemahaman mengenai pentingnya *physical literacy* dan pengukurannya menggunakan instrumen *PL-C Quest* bagi anak pendidikan usia dini. Metode pelatihan yang digunakan melibatkan ceramah, demonstrasi dan diskusi. Kegiatan diikuti oleh enam orang guru pendidikan anak usia dini di TK Negeri Pembina Cimahi beserta satu orang kepala sekolahnya. Hasil penelitian menunjukkan adanya pemahaman dan kesiapan guru dalam menerapkan pengukuran *physical literacy* menggunakan instrumen *PL-C Quest*. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran dan kemampuan guru dalam memahami konsep dan pentingnya *physical literacy* di lingkungan pendidikan anak usia dini, terutama bagi anak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya secara holistik. Kesimpulan dari penelitian ini menekankan pentingnya pelatihan dan sosialisasi dalam implementasi pembelajaran aktivitas fisik untuk mendukung *physical literacy* dan pengukuran yang tepat bagi anak menggunakan *PL-C Quest*.

Keyword: Physical literacy, instrumen PL-C Quest, Pendidikan Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Literasi fisik telah muncul sebagai pemahaman canggih tentang mengapa dan bagaimana membuat anakanak bergerak. Asosiasi Literasi Fisik Internasional (IPLA) mendefinisikan literasi fisik sebagai motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman untuk menghargai dan mengambil tanggung jawab untuk terlibat dalam aktivitas fisik seumur hidup (Margaret et al., 2018). Di Australia, proses pembuatan definisi mereka sendiri dianggap penting agar kepemilikan dapat dicapai oleh para pemangku kepentingan. Literasi jasmani kemudian didefinisikan secara lebih luas sebagai integrasi kemampuan fisik, psikologis, sosial dan kognitif yang membantu kita menjalani gaya hidup yang aktif, sehat dan memuaskan. Kerangka Literasi Fisik Australia menyajikan literasi jasmani yang terdiri dari empat domain (fisik, psikologis, sosial dan

kognitif) dengan 30 elemen dalam domain tersebut (12 elemen dalam domain fisik, tujuh dalam domain psikologis dan kognitif, dan empat dalam domain sosial) (Dudley et al., 2017).

Untuk memahami apakah pengembangan literasi jasmani dapat berkontribusi terhadap peningkatan aktivitas fisik anak, perlu dilakukan kajian terhadap domain-domain tersebut. Ada langkah-langkah yang tersedia untuk menilai unsur-unsur literasi fisik terpisah, misalnya ada banyak langkah untuk menilai keterampilan gerak anak namun, tidak ada satu pun ukuran literasi fisik yang tervalidasi untuk anak-anak yang sejalan dengan kerangka komprehensif Australia (Dudley et al., 2017). Tinjauan internasional mengenai pengukuran literasi fisik pada tahun 2018 menunjukkan hanya satu pengukuran yang menggabungkan tiga domain (fisik, psikologis, juga disebut afektif dan kognitif) dan tidak ada satupun yang menilai keempat domain tersebut (E J Durden-Myers et al., 2022). Oleh karena itu, sedikit yang diketahui tentang prevalensi literasi fisik di seluruh elemen populasi. Misalnya, perkiraan prevalensi melek huruf fisik sebesar >10.000 anak-anak Kanada berusia 8–12 tahun didasarkan pada ukuran yang sebagian besar berfokus pada ukuran obyektif kompetensi fisik (L. Barnett et al., 2018).

Meskipun pengukuran obyektif sering dianggap sebagai standar emas untuk elemen fisik dari literasi fisik (misalnya, keterampilan gerak dan kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan), konstruksi literasi fisik menggabungkan elemen yang memungkinkan penilaian diri, seperti motivasi dan kepercayaan diri (dalam konteks domain psikologis), etika (domain sosial), dan strategi dan perencanaan (domain kognitif) (Whitehead, 2019). Oleh karena itu, laporan mandiri anak dapat memberikan wawasan di semua bidang literasi fisik. Penilaian subyektif (yaitu, laporan diri) terhadap literasi fisik dapat memberikan wawasan komprehensif mengenai perspektif anak-anak mengenai tingkat literasi fisik mereka sendiri dan hal ini dapat memungkinkan para pendidik, pelatih, dan orang tua untuk memahami posisi anak dalam perjalanan literasi fisik mereka dan di mana mereka memerlukannya. pengembangan lebih lanjut (Shearer et al., 2018).

Menanggapi kesenjangan pengukuran ini, Kuesioner Literasi Fisik pada Anak (PL-C Quest) dikembangkan untuk menilai secara komprehensif persepsi literasi fisik anak. Skala ini dirancang untuk mengukur masing-masing dari 30 item dalam Kerangka Literasi Fisik. Australia. Format dikotomis bergambar dipilih untuk memaksimalkan kemampuan anak-anak dalam memahami konstruksi dengan kebutuhan terbatas akan literasi tertulis; mirip dengan skala lain di bidang aktivitas fisik. Anak-anak diwawancarai di berbagai tahap selama pengembangan PL-C Quest untuk memberikan bukti validitas konten termasuk bagaimana anak-anak memahami dan memproses pertanyaan. Meskipun proses ini bersifat komprehensif, ini hanyalah langkah pertama dalam menentukan sifat pengukuran alat dalam kaitannya dengan konten pengukuran (L. M. Barnett et al., 2022).

Walaupun sudah terdapat beberapa penelitian mengenai physical literacy di Indonesia, akan tetapi pengukuran yang dilakukan masih beragam. Seperti penelitian (Irmansyah et al., 2021) yang menyarankan untuk menggunakan penilaian dari Kanada yaitu CAPL yang telah memberikan petunjuk praktis dalam menilai/mengukur setiap variabel pada komponen inti Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (PFTI) untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. Tentunya, pengukuran seperti ini hanya menghasilkan satu capaian domain dari physical literacy saja, yaitu aspek physical. Ini menimbulkan kebingungan diantara para guru untuk dapat mengukur physical literacy khususnya di kalangan anak usia dini. Secara spesifik, guru pendidikan anak usia dini belum mengenal dan mengetahui mengenai pengukuran physical literacy yang cocok untuk anak didiknya (Vidoni

et al., 2015). Oleh sebab itu, sosialisasi ini berusaha untuk memberikan pemahaman kepada para guru pendidikan anak usia dini agar mampu mengenali dan memahami pengukuran physical literacy bagi anak menggunakan instrumen PL-C Quest.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Waktu dan Tempat

Sosialisasi mengenai pemahaman instrumen PL-C Quest untuk mengukur physical literacy anak dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 5 Oktober 2023, bertempat di TK Negeri Pembina Cimahi. Alasannya, TK Negeri Pembina Cimahi merupakan TK yang dijadikan percontohan untuk seluruh TK, PAUD atau RA se Kota Cimahi. Peserta pelatihan adalah guru TK Negeri Pembina Cimahi sebanyak enam orang guru. Pada pelatihan ini juga dihadiri juga oleh Kepala Sekolah TK Negeri Pembina Cimahi.

Prosedur Pelaksanaan

Metode pelatihan yang digunakan melibatkan ceramah, demonstrasi dan diskusi. Peserta mendapatkan penjelasan tentang pengukuran physical literacy menggunakan instrumen PL-C Quest. Adapun materi yang akan disampaikan meliputi definisi physical literacy, pemahaman pedoman penggunaan instrumen PL-C Quest, tahapan-tahapan pengukuran menggunakan instrumen PL-C Quest, dan cara intepertasi hasil pengukuran menggunakan instrumen PL-C Quest. Berikut adalah penjelasan rinci tahap pelaksanaan kegiatan ini:

1. Tahap awal. Sebelum penjelasan materi, guru mengikuti pemaparan mengenai konsep dan pentingnya physical literacy pada anak usia dini.
2. Tahap penyampaian materi. Pada tahap ini, bapak/ibu guru mendengarkan penjelasan mengenai tahapan pengukuran menggunakan instrumen PL-C Quest.
3. Tahap praktik. Di tahap ini, bapak/ibu guru mencoba mensimulasikan pengukuran physical literacy menggunakan instrumen PL-C Quest.
4. Tahap akhir. Tahap ini mencakup refleksi dan intepertasi hasil penilaian physical literacy menggunakan instrumen PL-C Quest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil yang sudah dicapai dalam pengabdian ini adalah: Pertama, memberikan pembelajaran dan pemahaman yang baru sekaligus memperkenalkan physical literacy dan pengukurannya menggunakan instrumen PL-C Quest sebagai upaya untuk meningkatkan kompetensi guru pendidikan anak usia dini dalam hal pendidikan gerak anak usia dini. Berdasarkan hasil diskusi pada kegiatan yang telah berlangsung ditemukan bahwa banyak guru yang orientasinya pada pengajaran gerak saja tanpa memperhatikan komponen lain dari makna pembelajaran gerak seperti komponen sosial, psikologis dan kognitif anak usia dini dan tidak mengukur secara konperhensif dari proses pembelajaran gerak tersebut. Kedua, kegiatan ini berusaha memahami guru pendidikan anak usia dini mengenai physical literacy dan pentingnya pengukuran physical literacy bagi anak usia dini. Ketiga, setelah pelaksanaan pelatihan diberikan, guru akhirnya mampu memahami konsep dan cara pengukuran physical literacy menggunakan instrumen physical literacy bagi anak usia dini.



Gambar 1. Proses pelaksanaan diskusi mengenai physical literacy anak usia dini

Secara umum, pengetahuan dan pemahaman guru pendidikan anak usia dini sangatlah minim mengenai physical literacy dan cara mengukurnya. Mereka hanya mengetahui aktivitas pembelajaran fisik motorik anak saja. Mereka menyadari bahwa konsep mengenai physical literacy belum sampai pada tataran pembelajaran fisik motorik di lingkungan pendidikan anak usia dini. Setelah dilakukan pemalaran dan diskusi bersama ahli, para guru mengakui bahwa ternyata physical literacy sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini secara holistik. Tidak hanya pada komponen physical saja, akan tetapi komponen lainnya seperti sosial, psikologi dan kognitif anak juga akan terstimulasi dengan baik.

Selain itu, setelah diskusi ini selesai para guru mengakui bahwa mereka tidak merasa kebingungan lagi untuk melakukan pengukuran physical literacy. Adanya instrumen PL-C Quest dengan gambar-gambar yang disajikan di dalamnya sesuai dengan karakter kesukaan anak, maka tidak sulit bagi mereka untuk dapat mengukur physical literacy anak. Gambar 2 memperlihatkan guru yang sudah selesai melakukan simulasi pengukuran physical literacy pada anak usia dini.



Gambar 2. Kegiatan akhir setelah simulasi penggunaan PLC-Quest pada anak

Pelatihan dan diskusi ini ternyata mampu meningkatkan antusias dan pemahaman guru pendidikan anak usia dini mengenai physical literacy dan pengukurannya menggunakan PL-C Quest. Hal ini juga tercermin dalam inisiatif-inisiatif guru yang berupaya untuk mempromosikan physical di lingkungan sekolah, dan hanya sedikit dari inisiatif-inisiatif tersebut yang memahami definisi physical literacy tersebut atau menghasilkan bukti kuat

mengenai efektivitas pembelajaran fisik motorik di kalangan pendidikan anak usia dini. Jadi, selain kendala umum seperti kurangnya waktu untuk mengajar pendidikan jasmani/fisik motorik di sekolah/kurikulum, guru kelas merasa kurang terlatih dan tidak mampu secara efektif mempromosikan physical literacy, dan sering kali guru pendidikan jasmani yang terlatih karena belum terbiasa dengan konsep physical literacy, terdapat hambatan tambahan bahwa bahasa dan konsep yang berkaitan dengan physical literacy dapat dianggap padat dan tidak dapat ditembus oleh guru kelas di kalangan pendidikan anak usia dini.

Pembahasan

Kurangnya pengetahuan guru pendidikan anak usia dini mengenai konsep physical literacy dan cara pengukurannya biasanya disesbakan oleh kurangnya sosialisasi. Sebagai pertimbangan tambahan, kita juga dapat merenungkan cara guru pendidikan anak usia dini mengalami dan mengatur praktik pengajaran aktivitas gerak bagi anak sesuai dengan persepsi mereka sendiri, jarang didampingi oleh ahli pendidikan jasmani (Porter et al., 2022). Guru cenderung terisolasi dan terisolasi dalam pekerjaannya dan akibatnya, praktik dan pemikiran mereka sering kali hanya berada di dalam kelas mereka sendiri (Roach, 2016). mengamati bahwa guru pendidikan anak usia dini perlu mendiskusikan praktik pengajaran dengan orang lain yang lebih ahli misalnya guru pendidikan jasmani, namun yang terpenting, mereka perlu terlibat dalam dialog kritis tentang pekerjaan dan keadaan pengajaran mereka (Elizabeth J. Durden-Myers & Keegan, 2019). Dengan melakukan dialog kritis ini, guru dapat merefleksikan pedagogi dan praktik pengajaran fisik motorik melalui aktivitas fisik yang menyenangkan sehari-hari mereka sendiri, baik sebagai pendidik maupun sebagai pembelajar. Proses seperti itu memerlukan lingkungan di mana guru merasa aman untuk berbagi tanpa takut dihakimi.

Untuk meningkatkan aktivitas fisik anak, perlu dilakukan penilaian terhadap domain-domain tersebut. Terdapat ukuran-ukuran yang tersedia untuk menilai unsur-unsur literasi fisik secara terpisah, misalnya ada banyak ukuran untuk menilai keterampilan gerak anak-anak (L. M. Barnett et al., 2022) namun, tidak ada satu pun ukuran literasi fisik yang tervalidasi untuk anak-anak yang menyelaraskan dengan kerangka komprehensif. Tinjauan internasional mengenai pengukuran literasi fisik menunjukkan hanya satu pengukuran yang menggabungkan tiga domain (fisik, psikologis – juga disebut afektif dan kognitif) dan tidak ada satupun yang menilai keempat domain tersebut. Oleh karena itu, sedikit yang diketahui tentang prevalensi literasi fisik di seluruh elemen populasi apalagi di kalangan guru yang ,menjadi ujung tombak promosi physical literacy bagi siswa.

Instrumen penilaian literasi fisik yang diperkenalkan ke komunitas guru seringkali diwarnai ketidaktahuan, penolakan, dan/atau penerimaan menyeluruh terhadap instrumen tersebut dengan sedikit atau tanpa dialog, pertanyaan, atau kritik substantif (Robinson & Randall, 2021). Oleh karena itu, kami berharap kritik konseptual kami dapat memotivasi orang lain untuk mempertimbangkan (kembali) penggunaan instrumen penilaian literasi fisik. Selain itu, kami juga menyarankan agar pertimbangan (ulang) tersebut terutama dilakukan jika guru pendidikan jasmani ingin mengikuti konsepsi literasi fisik Whitehead (2001). Dengan harapan dan saran ini, kami juga mengundang rekan-rekan kami di pendidikan tinggi untuk bergabung dalam usaha menantang beberapa praktik yang dipertanyakan dan asumsi yang dianggap remeh terkait dengan penilaian literasi fisik. Artinya, kami mengundang para guru pendidikan anak usia dini untuk mempertimbangkan perspektif kami sehingga mereka juga dapat mengambil jeda dan bertanya-tanya apakah penilaian semacam ini benar-benar menandai literasi fisik atau meleset dari literasi fisik.

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan dan diskusi yang sudah dilakukan membantu kepala sekolah dan guru-guru di kalangan pendidikan anak usia dini untuk memahami pentingnya physical literacy bagi anak usia dini dan bagaimana mengukurnya menggunakan instrumen PLC-Quest agar mampu menerapkan pada proses pembelajaran. Kegiatan ini menambah pengetahuan kepada guru dalam mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran aktivitas fisik bagi anak usia dini sesuai dengan kompetensi yang diharapkan dan pengukuran menggunakan instrumen PLC-Quest. Melalui kegiatan ini diharapkan guru dapat memperlengkapi diri dengan pengetahuan yang baru tentang physical literacy dan pengukurannya agar membantu siswa dalam mempromosikan pertumbuhan dan perkembangannya secara holistik.

REFERENSI

- Barnett, L., Dudley, D., Telford, R., Lubans, D., & ... (2018). Paper 5: How can we assess physical literacy? *Journal of Science and ...* [https://www.jsams.org/article/S1440-2440\(18\)30761-8/abstract](https://www.jsams.org/article/S1440-2440(18)30761-8/abstract)
- Barnett, L. M., Mazzoli, E., Bowe, S. J., Lander, N., & Salmon, J. (2022). Reliability and validity of the PL-C Quest, a scale designed to assess children's self-reported physical literacy. *Psychology of Sport and Exercise*, 60(August 2021), 102164. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102164>
- Dudley, D. A., Keegan, R. J., & Barnett, L. M. (2017). *Physical Literacy: Informing a Definition and Standard for Australia Physical Literacy: Informing a Definition and Standard for Australia* (Issue October 2018).
- Durden-Myers, E J, Bartle, G., Whitehead, M. E., & ... (2022). Exploring the notion of literacy within physical literacy: a discussion paper. *Frontiers in Sports and ...* <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.853247>
- Durden-Myers, Elizabeth J., & Keegan, S. (2019). Physical Literacy and Teacher Professional Development. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 90(5), 30–35. <https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1580636>
- Irmansyah, J., Susanto, E., Lumintuarso, R., Sugiyanto, F. X., & Syarif, A. (2021). *Physical Literacy in the Culture of Physical Education in Elementary Schools: Indonesian Perspectives*. 9(5), 929–939. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090514>
- Margaret, E., Orcid, E., & Whitehead, M. E. (2018). The Value of Fostering Physical Literacy. *Human Kinetics*, 37(3), 252–261. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0139>
- Porter, J. E., Dabkowski, E., Missen, K., Barbagallo, M., & James, M. (2022). *An exploration into early childhood physical literacy programs: A systematic literature review*. <https://doi.org/10.1177/18369391221118698>
- Roach, L. (2016). *Project PLaY: Physical Literacy in the early Years*. 44–59. <http://dalspace.library.dal.ca/handle/10222/72576>
- Robinson, D. B., & Randall, L. (2021). *Physical Literacy (Mis) understandings : What do Leading Physical Education Teachers Know About Physical Literacy? Physical Literacy (Mis) understandings : What do Leading Physical Education Teachers Know About Physical Literacy? Physical Literacy : October*. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0135>
- Shearer, C., Goss, H. R., & Keegan, R. J. (2018). *How Is Physical Literacy Defined? A Contemporary Update How Is Physical Literacy De fi ned? A Contemporary Update. August*. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0136>
- Vidoni, C., Samalot-rivera, A., & Sato, T. (2015). Physical Literacy in Early Childhood : *Early Years Bulletin*, 2(September), 1–14.
- Whitehead, M. (2019). Charting the physical literacy journey. *Physical Literacy across the World*. <https://doi.org/10.4324/9780203702697-6>