



Journal of Human And Education

Volume 5, No. 1, Tahun 2025, pp 363-366

E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876

Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Upaya Pengembangan Literasi Fisik Pada Anak Sekolah Dasar

Wahyu Setia Kuscahyaning Putri¹, Hasan Saifuddin², Agus Riyanto³, Johan Firmansyah⁴, Jil Kharisatus Sholihah⁵, Presdina Ade Paramita⁶, Umurrosyidah⁷

Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri

Email : wahyu10@unugiri.ac.id ^{1*}

Abstrak

ABSTRAK Penurunan aktivitas fisik di kalangan anak-anak menjadi tantangan besar yang memengaruhi kesehatan dan perkembangan mereka. Artikel ini bertujuan untuk menggambarkan upaya pengembangan literasi fisik melalui program pengabdian masyarakat di SD Negeri Pilang, Kabupaten Bojonegoro. Program ini melibatkan berbagai metode, termasuk sosialisasi, pelatihan, dan penerapan media pembelajaran inovatif seperti permainan ular tangga berbasis literasi fisik. Hasil program menunjukkan peningkatan signifikan dalam kesadaran dan partisipasi siswa terhadap aktivitas fisik. Artikel ini memberikan wawasan penting tentang pendekatan terstruktur untuk mempromosikan gaya hidup sehat pada anak-anak.

Kata kunci: *Literasi Fisik; Anak Sekolah Dasar; Aktivitas Fisik; Permainan Edukatif; Kesehatan.*

Abstract

The decline in physical activity among children has become a significant challenge affecting their health and development. This article aims to describe efforts to enhance physical literacy through a community service program at SD Negeri Pilang, Bojonegoro Regency. The program involves various methods, including socialization, training, and the implementation of innovative learning media such as a physical literacy-based snakes and ladders game. The program results show a significant increase in students' awareness and participation in physical activities. This article provides valuable insights into structured approaches to promoting a healthy lifestyle among children.

Keywords: *Physical Literacy; Elementary School Children; Physical Activity; Educational Games*

PENDAHULUAN

Di era globalisasi seperti saat ini, perkembangan teknologi dan informasi telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam dunia pendidikan. Salah satu tantangan yang dihadapi adalah penurunan aktivitas fisik di kalangan anak-anak, yang berdampak pada kesehatan dan perkembangan mereka. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anak-anak yang kurang aktif secara fisik memiliki risiko lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas,

penyakit jantung, dan gangguan mental (Lubis & Nasution, 2023). Permasalahan dalam kegiatan literasi fisik di sekolah dasar melibatkan berbagai aspek, mulai dari kurangnya fasilitas, rendahnya kesadaran, hingga masalah sosial dan budaya. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan kerjasama yang kuat antara sekolah, orang tua, dan komunitas. Dengan meningkatkan fasilitas, memberikan edukasi tentang pentingnya aktivitas fisik, dan menciptakan program yang menarik, kita dapat mendorong anak-anak untuk aktif bergerak dan menikmati manfaat dari literasi fisik (Suryo Putro et al., 2024). Penerapan kegiatan literasi fisik di SD Negeri Pilang Kecamatan Kanor adalah bentuk pengabdian masyarakat dengan tujuan meningkatkan derajat kesehatan dengan harapan membantu kualitas hidup anak menjadi lebih baik lagi. Upaya untuk mencapai hal ini diperlukan pemahaman terkait kegiatan tersebut oleh siswa di SD Negeri Pilang. Analisis situasi, potensi wilayah, kondisi sosial serta profil mitra dapat mendukung tercapainya kegiatan tersebut. Sekolah Dasar 2 Negeri Pilang terletak di Desa Pilang Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro sesuai dengan profil yang didapatkan tidak memiliki tempat bermain atau olahraga yang sesuai. Hal ini menjadi tantangan bagi guru dalam mengembangkan kegiatan literasi fisik di sekolah, khususnya bagi guru Pendidikan jasmani (Fahrianur et al., 2023).

Kegiatan literasi fisik di SD Negeri Pilang, Kecamatan Kanor, memainkan peran sangat penting dalam mendukung tujuan dan pelaksanaan pendidikan, berbagai khususnya program dalam kerangka Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) dan Indikator Kinerja Utama (IKU) di sektor pendidikan. Program MBKM bertujuan untuk menawarkan pengalaman belajar yang lebih luas dan bermakna bagi sekolah yang sarana dan prasarannya belum memadai, menghubungkan pengetahuan akademis dengan praktik nyata di masyarakat, serta mengembangkan keterampilan dan karakter siswa. Dalam hal ini, literasi fisik menjadi fokus yang tidak hanya berkontribusi pada kesehatan fisik anak, tetapi juga membantu dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional kepada siswa dan guru. Selain itu, fokus pada pengabdian kepada masyarakat dalam kegiatan literasi fisik di SD Negeri Pilang mencerminkan komitmen untuk memberdayakan komunitas lokal melalui promosi gaya hidup sehat kepada siswa sekolah dasar yang memiliki keterbatasan bermain/olahraga. tempat Kegiatan ini melibatkan tidak hanya siswa, tetapi juga orang tua dan masyarakat sekitar, yang berkontribusi pada penciptaan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kebugaran. Dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan, diharapkan akan terjalin sinergi yang kuat untuk mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan fisik dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan di kalangan anak-anak dan masyarakat. A. Profil Sekolah

1. Data Guru

Uraian	Guru	Tendik
Laki-laki	4	1
Perempuan	4	0
Total	8	1

2. Data siswa

Uraian	Peserta Didik
Laki-laki	46
Perempuan	24
Total	70

3. Data Sarpras

No	Jenis Sarpras	Semester 2023/2024 Ganjil	Semester 2023/2024 Genap
1	Ruang Kelas	5	5
2	Ruang Perpustakaan	1	1
3	Ruang Laboratorium	0	0
4	Ruang Praktek	0	0
5	Ruang Pimpinan	0	0
6	Ruang Guru	1	1
7	Ruang Bedah	0	0
8	Ruang UKS	1	1
9	Ruang Toilet	4	4
10	Ruang Oudang	1	1
11	Ruang Sirkulasi	0	0
12	Tempat Bermain / Olahraga	0	0
13	Ruang TV	0	0
14	Ruang Konseling	0	0
15	Ruang ODG	0	0
16	Ruang Berhujan	1	1
	Total	14	14

Berdasarkan data table terkait situasi mitra dilapangan, didapatkan data bahwa tidak adanya tempat bermain / olahraga untuk menunjang kegiatan belajar mengajar Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan (PJOK). Kegiatan belajar mengajar selama ini hanya dilakukan di dalam kelas atau didepan ruangan kelas. Hal ini perlu menjadi perhatian penting dikarenakan proses pembelajaran tidak dapat berjalan secara maksimal. Setelah melakukan analisis situasi dan memahami profil mitra secara mendalam, maka Langkah selanjutnya adalah merumuskan tujuan pelaksanaan kegiatan. Tujuan utama dalam kegiatan PKM ini adalah meningkatkan kualitas Guru dalam membuat perangkat pembelajaran dan Kesehatan anak/siswa melalui kegiatan sosialisasi literasi fisik. Sosialisasi ini juga bertujuan mengembangkan wawasan guru tentang pentingkan literasi fisik bagi Kesehatan anak. Tujuan kegiatan ini juga membantu guru dalam Upaya pencapaian hasil belajar dimana tujuan dari pembelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga dan Kesehatan adalah kebugaran siswa.

METODE

Metode pelaksanaan program melibatkan beberapa tahapan:

1. Sosialisasi: Memberikan pemahaman kepada guru dan siswa tentang literasi fisik melalui presentasi dan diskusi.
2. Pelatihan: Guru diajarkan cara memanfaatkan pembelajaran, permainan berbasis aktivitas fisik.
3. Penerapan media seperti ular tangga Teknologi: Pembuatan alat pembelajaran, termasuk papan ular tangga raksasa dan dadu besar, yang melibatkan siswa secara langsung dalam permainan edukatif.

