



Perancangan Program Jasmani Terpadu Terintegrasi Aspek Kognitif Dan Sosial-Emosional Anak Usia Dini

Nur Barotu Takiyah¹, Ahmad Taufik², Nur Fitria Zulkarnain³, Muhamad Akip⁴

¹²³⁴STAI Bumi Silampari Lubuklinggau Indonesia

nurbarotu@gmail.com, ahmadtaufik201902@gmail.com,

fitriyazulkarnain03@gmail.com, muhammdaakip@gmail.com

Article History

Received: 17-01-2026

Revised : 17-05-2026

Accepted: 24-05-2026

Keywords:

Physical Education

Program;

Integrated Learning;

Social-Emotional;

Abstract

This study aims to describe the design of an integrated physical education program that incorporates motor, cognitive, and socio-emotional aspects in early childhood learning. Physical education in early childhood serves not only to develop physical abilities but also to stimulate cognitive and socio-emotional development in an integrated manner. This study employed a qualitative approach with a descriptive research design. Data were collected through classroom observations, in-depth interviews with teachers, and analysis of instructional documents used in planning and implementing physical activities. The findings indicate that the physical education program was systematically designed by integrating movement activities, cognitive stimulation, and socio-emotional interactions through play-based learning. Teachers considered children's developmental characteristics, learning objectives, and the learning environment when planning activities. The integration of these three developmental domains was found to support holistic child development, enhance learning engagement, and create meaningful learning experiences. Therefore, well-planned and integrated physical education programs are essential for optimizing various aspects of early childhood development.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perancangan program pendidikan jasmani terpadu yang mengintegrasikan aspek motorik, kognitif, dan sosial-emosional dalam pembelajaran anak usia dini. Pendidikan jasmani pada anak usia dini tidak hanya berfungsi mengembangkan kemampuan fisik, tetapi juga berperan dalam menstimulasi perkembangan kognitif

Kata Kunci:
Program Jasmani;
Pembelajaran
Terpadu;
Sosial-Emosional;

dan sosial-emosional secara terpadu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi kegiatan pembelajaran, wawancara mendalam dengan guru, serta analisis dokumen pembelajaran yang digunakan dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan jasmani. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program jasmani dirancang secara sistematis dengan mengintegrasikan aktivitas gerak, stimulasi kemampuan berpikir, serta interaksi sosial-emosional melalui pembelajaran berbasis permainan. Guru mempertimbangkan karakteristik perkembangan anak, tujuan pembelajaran, dan lingkungan belajar dalam menyusun kegiatan. Integrasi ketiga aspek tersebut terbukti mendukung perkembangan anak secara holistik, meningkatkan keterlibatan belajar, serta menciptakan pengalaman belajar yang bermakna. Oleh karena itu, perancangan program pendidikan jasmani yang terarah dan terpadu penting diterapkan untuk mengoptimalkan berbagai aspek perkembangan anak usia dini.

A. Pendahuluan

Pendidikan pada masa kanak-kanak awal adalah fase permulaan yang sangat mendasar, memiliki peran krusial pada membentuk dasar perkembangan individu secara menyeluruh. Dalam tahap ini, anak berada pada kondisi perkembangan yang responsif terhadap ditandainya dengan pesatnya proses peningkatan dan pematangan beragam dimensi, meliputi aspek jasmani, kemampuan berfikir, kebahasaan, serta sosial, maupun afektif. Setiap stimulasi yang diberikan fase ini berpotensi menimbulkan pengaruh yang berkelanjutan terhadap kesiapan anak dalam menjalani jenjang pendidikan berikutnya serta kehidupannya pada waktu yang akan datang. Maka karena ini, pembelajaran pada pendidikan prasekolah perlu disiapkan melalui optimal dalam memperhatikan karakteristik perkembangan anak yang bersifat holistik dan saling berkaitan antar aspek perkembangan. Salah satu dimensi pertumbuhan yang memiliki peran penting setiap pendidikan pada anak usia awal mencakup kemajuan kemampuan jasmani dan gerak (Fatmawati, 2020).

Perubahan tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan anak dalam menggerakkan tubuh, tetapi juga berhubungan kuat dengan kemajuan kemampuan berfikir dan ranah sosial dan afektif. Kegiatan jasmani yang dijalani oleh anak dapat membantu meningkatkan fungsi otak, melatih konsentrasi, mengembangkan kemampuan memecahkan masalah, serta membentuk kecakapan sosial, termasuk kemampuan bekerja secara bersama, empati, lalu pengendalian emosi. Maka dari itu, aktivitas jasmani memiliki potensi besar sebagai sarana proses pembelajaran yang tidak semata-mata menstimulasi dimensi fisik, melainkan turut berkontribusi terhadap kemajuan aspek lainnya secara terpadu. Pada ranah pendidikan awal masa kanak-kanak, pendidikan jasmani seharusnya tanpa dipahami secara sempit untuk kegiatan olahraga atau latihan gerak semata. Pendidikan jasmani

memiliki makna yang lebih luas sebagai bagian dari proses pembelajaran yang dirancang untuk membantu anak belajar melalui pengalaman gerak yang bermakna (Fitriasari dkk., 2016).

Melalui kegiatan jasmani yang dirancang dengan baik, anak dapat belajar mengenal konsep-konsep sederhana, mengikuti aturan, mengambil keputusan, serta berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebaya. Dengan demikian strategi pendidikan jasmani terpadu dinilai sesuai untuk diterapkan pada proses pembelajaran anak usia awal (Sahudi dkk., 2025). Pendidikan jasmani terpadu menekankan pada pengintegrasian aktivitas fisik dengan aspek daya pikir, hubungan sosial-emosional pada suatu rangkaian pembelajaran secara menyeluruh. Strategi ini selaras dengan prinsip-prinsip pembelajaran anak usia dini yang memosisikan bermain menjadi inti dari proses pembelajaran. Melalui permainan yang melibatkan gerak, anak bukan semata-mata meningkatkan keterampilan motorik, melainkan juga memperoleh wawasan pembelajaran yang beragam dan bermakna secara kognitif serta sosial. Anak-anak belajar mengenal pola, menghitung, mengingat instruksi, menyelesaikan masalah sederhana, serta berinteraksi secara positif dengan teman dan guru dalam suasana yang menyenangkan (Jasmani & 2025, t.t.).

Berbagai temuan penelitian mengindikasikan bahwa proses pembelajaran terpadu berlandaskan aktivitas jasmani memberi dampak yang menguntungkan bagi perkembangan anak pada usia awal. Anak yang berpartisipasi dalam aktivitas jasmani terpadu cenderung mengalami peningkatan pada kemampuan berpikir, keterampilan sosial, serta pengelolaan emosi. Aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan unsur kognitif dan sosial-emosional mampu mewujudkan pengalaman pembelajaran yang lebih sesuai konteks dan bernilai, sebab anak memperoleh pengetahuan lewat keterlibatan secara langsung melalui pengalaman konkret (Muhtar & Lengkana, 2021). Kondisi tersebut selaras dengan ciri-ciri proses belajar anak pada usia awal yang lebih efektif dengan kegiatan konkret dibandingkan pembelajaran yang bersifat abstrak. Meskipun demikian, implementasi pendidikan jasmani terpadu di lembaga kanak-kanak awal masih dihadapkan pada beragam kendala penyelenggaraan pendidikan pada masa. Dalam praktiknya, kegiatan jasmani sering kali dilaksanakan secara rutin tanpa perencanaan pembelajaran yang jelas dan terintegrasi.

Aktivitas gerak cenderung dipisahkan dari tujuan pembelajaran kognitif dan sosial-emosional, sehingga potensi pendidikan jasmani sebagai sarana pembelajaran holistik belum dimanfaatkan secara optimal. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara konsep ideal pendidikan jasmani terpadu dengan pelaksanaan pembelajaran di lapangan. Faktor lain yang berkontribusi terhadap kondisi tersebut ialah pemahaman serta kemampuan pendidik dalam merancang program jasmani terpadu. Tidak semua pendidik memiliki latar belakang atau pengalaman yang memadai dalam mengintegrasikan aktivitas jasmani dengan tujuan perkembangan kognitif dan sosial-emosional. Akibatnya, perencanaan pembelajaran sering kali berfokus pada aspek gerak semata, tanpa mempertimbangkan keterkaitan

dengan aspek perkembangan lainnya. Padahal, perancangan program pembelajaran yang terencana dan terarah merupakan kunci utama dalam menciptakan pembelajaran yang bermakna bagi anak usia dini (Anggraini & Nasriah, 2023).

Perancangan program jasmani terpadu membutuhkan pemahaman yang komprehensif mengenai karakteristik perkembangan anak, tujuan pembelajaran, serta konteks lingkungan belajar (Gusdiyanto dkk., 2022). Pendidik perlu mempertimbangkan kemampuan dan kebutuhan anak, memilih jenis aktivitas yang sesuai, serta merancang strategi pembelajaran yang memungkinkan terjadinya integrasi antara dimensi jasmani dan kognisi, dan ranah sosial serta afektif. Selain tersebut pendidik juga perlu menghadirkan suasana pembelajaran yang nyaman, menyenangkan, mendukung perkembangan, dan partisipasi aktif anak dalam setiap kegiatan. Bertolak dari pemaparan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran jasmani terpadu memiliki peran strategis saat menunjang proses perkembangan anak pada usia awal secara holistik. Namun, keberhasilan implementasi pendidikan jasmani terpadu sangat bergantung pada proses perancangan program yang dilakukan oleh pendidik. Oleh karena itu, kajian mengenai bagaimana pendidik merancang program jasmani terpadu menjadi penting untuk dilakukan (Arzaqiyah & Zulfahmi, 2025).

Pemahaman yang mendalam mengenai proses perancangan dihimbau dapat menggambarkan secara lebih jelas mengenai implementasi pendidikan jasmani terpadu di lapangan. Selaras dengan uraian tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengeksplorasi perancangan program pendidikan jasmani terpadu yang mengintegrasikan aspek kognitif dan ranah sosial dan afektif dalam proses pembelajaran anak usia awal. Studi ini diharapkan memberikan dampak positif, baik dalam ranah teoretis maupun aplikatif. Dari sisi teoretis, temuan ini dapat memperkaya literatur mengenai pendidikan jasmani terpadu dalam konteks pendidikan anak pada usia awal. Dari sisi praktis, kajian ini diharapkan bisa menjadi referensi untuk pembimbing dalam merancang serta melaksanakan program jasmani yang lebih terarah, integratif, dan bermakna bagi perkembangan anak.

B. Metode Penelitian

Kajian ini menerapkan metode kualitatif bersama tipe penelitian deskriptif. Partisipan kajian adalah guru pembelajaran anak usia awal yang berfungsi langsung pada menyusun serta melaksanakan program kegiatan jasmani pada institusi PAUD. Pengumpulan data diperoleh dengan pengamatan langsung terhadap pelaksanaan pembelajaran jasmani, wawancara secara mendalam dengan pendidik, serta penelaahan dokumen pendukung yang meliputi rencana pelaksanaan pembelajaran, bahan ajar, dan catatan hasil evaluasi kegiatan. Proses analisis data dilakukan secara bertahap, dimulai dari penyederhanaan dan pemilahan data, pengorganisasian serta penyajian data, hingga penarikan simpulan. Keandalan data dijamin dengan menerapkan validasi data melalui berbagai sumber ataupun teknik pengumpulan data. Pengarahan tersebut dipilih guna

memperoleh representasi yang utuh serta mendalam terhadap bagaimana program jasmani terpadu dirancang serta bagaimana integrasinya dengan pematangan kognitif dan dimensi sosial kemajuan kemampuan berfikir dan ranah sosial-afektif anak pada tahap usia awal.

C. Hasil dan Pembahasan

Perancangan Program Jasmani Terpadu pada Anak Usia Dini

Perancangan program jasmani terpadu di pembelajaran tahap awal pada anak tidak dijalankan dengan acak, melainkan berlandaskan pada pemahaman guru terkait ciri-ciri pertumbuhan anak dan prinsip proses yang menekankan aktivitas bermain. Temuan ini mengindikasikan bahwa guru berupaya menempatkan kegiatan jasmani sebagai termasuk elemen esensial dalam pembelajaran, bukan sekadar kegiatan fisik yang berdiri sendiri (Iswanto dkk., t.t.). Dengan demikian, program jasmani dirancang sebagai media pembelajaran yang mampu mengakomodasi kebutuhan pertumbuhan anak secara komprehensif, termasuk aspek jasmani, kognitif, maupun ranah sosial dan afektif. Dalam praktiknya, guru merancang aktivitas jasmani yang memadukan unsur gerak dengan tantangan berpikir sederhana. Anak tidak hanya diminta untuk bergerak, melompat, atau berlari, tetapi juga diarahkan untuk memahami aturan permainan, mengikuti instruksi, serta menyesuaikan strategi selama kegiatan berlangsung.

Proses ini menunjukkan bahwa aktivitas jasmani dimanfaatkan sebagai sarana untuk menstimulasi kemampuan kognitif anak, khususnya dalam hal pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan pengenalan konsep dasar (Sari dkk., 2017). Temuan ini menjawab rumusan masalah penelitian yang menyoroti bagaimana aspek kognitif diintegrasikan dalam perancangan program jasmani terpadu. Integrasi aspek kognitif dalam kegiatan jasmani terlihat jelas ketika anak dilibatkan dalam aktivitas yang menuntut kemampuan mengelompokkan objek, mengenali pola, serta menentukan langkah yang tepat selama permainan. Melalui situasi bermain yang dirancang secara terstruktur, anak mengembangkan pemahaman mengenai relasi sebab akibat dan mengasah kemampuan nalar anak secara sederhana. Kondisi ini selaras dengan pandangan konstruktivistik dimana menekankan anak berpartisipasi secara langsung melalui pengalaman langsung. Bersama hal yang lain, pembelajaran yang dikaitkan dengan aktivitas jasmani memungkinkan anak memperoleh dan mengembangkan pengetahuan melalui interaksi dengan lingkungan sekitar dan pengalaman gerak yang bermakna.

Berdasarkan perancangan program jasmani terpadu menuntut guru untuk menyusun kegiatan yang tidak hanya menarik bagi anak, tetapi juga selaras dengan capaian perkembangan yang ingin dicapai. Dalam proses perencanaannya, guru perlu menentukan tujuan pembelajaran, memilih bentuk permainan yang sesuai dengan usia anak, serta menyiapkan media dan lingkungan belajar yang mendukung keterlibatan aktif peserta didik. Perencanaan yang matang memungkinkan setiap aktivitas jasmani memiliki nilai edukatif yang jelas sehingga pembelajaran tidak hanya berorientasi pada aktivitas gerak, tetapi juga pada pencapaian aspek perkembangan lainnya

secara terintegrasi.

Selain itu, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada anak menjadi landasan penting dalam penyusunan program jasmani terpadu. Anak diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi lingkungan, berinteraksi dengan teman sebaya, dan memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui aktivitas bermain. Situasi pembelajaran yang demikian mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus menstimulasi berbagai potensi perkembangan anak. Oleh karena itu, program jasmani yang dirancang secara terencana dan sistematis dapat menjadi sarana yang efektif untuk menghubungkan aktivitas fisik dengan pengembangan kemampuan berpikir, pemecahan masalah, dan keterampilan sosial anak dalam kehidupan sehari-hari.

Integrasi Aspek Kognitif dalam Program Jasmani Terpadu

Selain aspek kognitif, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa program jasmani terpadu memiliki pengaruh yang signifikan pada pengembangan ranah sosial dan afektif (Syafuddin dkk., 2022). Aktivitas yang dirancang secara berkelompok mendorong anak untuk berinteraksi, bekerja sama, serta belajar menghargai peran teman sebaya. Dalam proses tersebut, anak dilatih untuk menunggu giliran, mematuhi aturan bersama, dan menunjukkan sikap sportif ketika menghadapi kemenangan maupun kekalahan. Temuan ini memperlihatkan bahwa kegiatan jasmani tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan fisik, namun juga berfungsi sebagai sarana pembinaan sikap sosial serta pengelolaan emosi anak. pertumbuhan kemampuan ranah sosial dan afektif dengan perantaraan program jasmani terpadu juga tampak pada peningkatan kemampuan komunikasi anak. Selama kegiatan berlangsung, anak didorong untuk menyampaikan pendapat, mengekspresikan perasaan, serta merespons arahan dari guru dan teman. Situasi ini menciptakan ruang belajar yang memungkinkan anak mengembangkan rasa percaya diri dan empati (Andriansyah dkk., 2025).

Aktivitas jasmani dapat menjadi media yang efektif untuk mengembangkan kemampuan berpikir anak usia dini apabila dirancang secara terarah dan sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik. Kegiatan yang mengombinasikan unsur gerak dan tantangan kognitif memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar sambil bermain, sehingga proses pembelajaran berlangsung secara alami dan menyenangkan. Melalui aktivitas tersebut, anak tidak hanya memperoleh pengalaman fisik, tetapi juga terlatih untuk berkonsentrasi, mengingat instruksi, mengenali pola, serta mengembangkan kemampuan memecahkan masalah sederhana yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Hal ini sejalan dengan pandangan Piaget yang menegaskan bahwa perkembangan kognitif anak dibangun melalui interaksi aktif dengan lingkungan dan pengalaman konkret yang dialaminya secara langsung. Aktivitas jasmani yang melibatkan eksplorasi, pengamatan, dan pengambilan keputusan memberikan stimulus yang mendukung pembentukan skema berpikir anak. Oleh karena itu, integrasi aspek kognitif dalam program jasmani terpadu tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan

kemampuan berpikir, tetapi juga membantu anak membangun pemahaman yang lebih bermakna terhadap berbagai konsep pembelajaran yang diperoleh selama proses pendidikan berlangsung.

Pengembangan Aspek Sosial-Emosional Melalui Aktivitas Jasmani

Integrasi aspek sosial-emosional dalam kegiatan jasmani berkontribusi pada pembentukan kepribadian anak melebihi adaptif serta siap berkomunikasi dalam konteks sosial yang lebih luas. Hasil penelitian ini konsisten dengan sejumlah studi terdahulu yang menyatakan bahwa pembelajaran jasmani memiliki potensi besar sebagai media pengembangan multidimensi anak usia dini. Sejumlah studi terdahulu mengungkapkan bahwa aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan unsur kognitif dan sosial mampu meningkatkan kualitas pengalaman belajar anak. Penelitian lain juga menegaskan bahwa pendekatan bermain dalam pendidikan jasmani berperan dalam meningkatkan motivasi belajar dan partisipasi aktif anak pada kegiatan pembelajaran, sehingga, hasil kajian ini memperkuat temuan terdahulu yang dimana menempatkan pendidikan jasmani sebagai bagian penting dari pendekatan belajar yang saling terhubung di layanan didik pada usia awal.

Jika dibandingkan dengan penelitian lain, persamaan utama terletak pada penekanan terhadap pentingnya integrasi aspek perkembangan dalam satu aktivitas pembelajaran (Ghufron, 2010). Namun, penelitian ini memiliki perbedaan pada fokus kajian, yaitu pada proses perancangan program jasmani terpadu yang dilakukan oleh guru. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih menitikberatkan pada hasil atau dampak pembelajaran jasmani, penelitian kondisi ini menggambarkan secara lebih rinci mengenai mekanisme guru merencanakan serta menyusun aktivitas jasmani agar selaras dengan tujuan perkembangan kognitif dan sosial-emosional anak. Perbedaan ini menunjukkan kontribusi penelitian dalam memperluas perspektif kajian pendidikan jasmani pada usia awal anak. Dalam perspektif proses perolehan hasil, hasil temuan ini didapatkan melalui pengamatan langsung pada pelaksanaan proses belajar jasmani, tanya jawab mendalam bersama pembimbing, lalu analisis dokumen pembelajaran.

Integrasi berbagai metode pengumpulan data tersebut memungkinkan penelaah memperoleh gambaran yang utuh mengenai praktik perancangan program jasmani terpadu. Observasi memberikan gambaran nyata tentang bagaimana aktivitas dirancang dan dilaksanakan, sementara wawancara menggali pertimbangan guru dalam merancang kegiatan. Dokumentasi pembelajaran berfungsi sebagai bukti pendukung yang memperkuat temuan penelitian.

Pengembangan aspek sosial-emosional melalui aktivitas jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kesiapan anak untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Melalui berbagai kegiatan permainan yang dilakukan secara berkelompok, anak belajar memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain, mengembangkan sikap empati, serta membangun kemampuan bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama. Pengalaman tersebut memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar

mengelola konflik sederhana, menghargai perbedaan, menunggu giliran, dan menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku dalam kelompok. Dengan demikian, aktivitas jasmani tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan fisik, tetapi juga menjadi media pembentukan karakter yang mampu mendukung perkembangan sosial dan emosional anak secara optimal. Kemampuan-kemampuan tersebut menjadi bekal penting bagi anak dalam membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya maupun lingkungan sosial yang lebih luas.

Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan sosial Vygotsky yang menekankan bahwa proses belajar dan perkembangan anak terjadi melalui interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya. Menurut teori tersebut, kemampuan sosial dan emosional berkembang ketika anak terlibat secara aktif dalam aktivitas yang melibatkan komunikasi, kerja sama, dan pertukaran pengalaman dengan orang lain. Dalam konteks program jasmani terpadu, berbagai aktivitas bermain yang dirancang secara kolaboratif memberikan ruang bagi anak untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun keterampilan komunikasi yang efektif. Oleh karena itu, integrasi aspek sosial-emosional dalam program jasmani tidak hanya mendukung perkembangan hubungan interpersonal anak, tetapi juga memperkuat pendekatan pembelajaran holistik yang menjadi karakteristik utama pendidikan anak usia dini. Dengan adanya integrasi tersebut, kegiatan jasmani dapat menjadi sarana yang efektif untuk menumbuhkan keseimbangan perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional secara berkelanjutan.

Peran Guru dalam Merancang Program Jasmani Terpadu

Penafsiran terhadap temuan penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan integrasi aspek kognitif dan sosial-emosional dalam program jasmani sangat dipengaruhi oleh kompetensi guru. Guru yang memiliki pemahaman yang baik mengenai perkembangan anak cenderung mampu merancang aktivitas jasmani yang lebih variatif dan bermakna. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dan pengalaman guru dapat menjadi hambatan dalam mewujudkan pembelajaran jasmani terpadu yang optimal (Taufan dkk., 2018). Temuan ini mengindikasikan bahwa peran guru tidak semata-mata berfungsi sebagai pelaksana pembelajaran, melainkan juga menjadi perancang program dimana menentukan kualitas pengalaman belajar anak.

Temuan kajian ini turut relevan dengan teori perkembangan anak dimana menekankan keterkaitan antara perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional (Nurafianti dkk., 2022). Teori tersebut menyatakan bahwa perkembangan anak berlangsung secara simultan dan saling memengaruhi antar aspek. Temuan penelitian ini mendukung pandangan tersebut dengan menunjukkan bahwa aktivitas jasmani yang dirancang secara terpadu mampu menstimulasi berbagai aspek perkembangan dalam satu kegiatan. Maka dari itu, penelaah berkontribusi dengan memperkuat relevansi teori perkembangan holistik dalam konteks pembelajaran anak pada tahap usia

awal. Selain itu, temuan kajian ini membuka peluang untuk pengembangan model perancangan program jasmani terpadu yang lebih sistematis. Model tersebut dapat mengintegrasikan tujuan perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional secara seimbang dalam setiap aktivitas. Pengembangan model ini dapat dipandang sebagai bentuk modifikasi dari pendekatan pendidikan jasmani konvensional yang selama ini cenderung berfokus pada aspek gerak semata (Muzakki dkk., 2024).

Dengan adanya model perancangan yang lebih terstruktur, pendidik diharapkan memiliki panduan yang jelas dalam merancang pembelajaran jasmani yang holistik. Meskipun memberikan kontribusi yang bermakna, penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diperhatikan dicermati. Di antara kelemahan utama yang ditemukan adalah keterbatasan waktu penelitian, sehingga pengamatan terhadap implementasi program jasmani terpadu belum dapat dilakukan secara berkelanjutan dalam jangka panjang. Selain itu, variasi kemampuan dan pengalaman guru dalam merancang aktivitas jasmani terpadu juga memengaruhi hasil penelitian. Kondisi ini menunjukkan bahwa temuan penelitian belum sepenuhnya merepresentasikan praktik perancangan program jasmani terpadu di berbagai konteks lembaga PAUD. Berdasarkan kelemahan ini, penelitian mendatang diharapkan mampu melibatkan lebih besar subjek dan dilakukan selama periode waktu yang lebih panjang. Kajian lanjutan juga dapat mengkaji efektivitas program jasmani terpadu terhadap perkembangan anak secara kuantitatif, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak pembelajaran jasmani terpadu. Selain itu, pengembangan dan uji coba model perancangan program jasmani terpadu yang sistematis dapat menjadi fokus penelitian berikutnya.

Perancangan program jasmani terpadu memegang peranan penting dalam menunjang pembelajaran anak usia dini yang menyeluruh. Integrasi unsur fisik, kognitif, dan ranah sosial dan afektif dalam kegiatan jasmani tidak sekadar memperluas pengalaman belajar anak, melainkan juga memperkuat peran pendidikan jasmani menjadi bagian integral dari pembelajaran terpadu. Temuan kajian ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan praktik sistem belajar jasmani melebihi terarah dan bermakna dalam lembaga pengajaran anak usia awal.

Guru memiliki posisi yang sangat strategis dalam keberhasilan pelaksanaan program jasmani terpadu karena kualitas integrasi aspek fisik, kognitif, dan sosial-emosional sangat ditentukan oleh kemampuan guru dalam merancang serta mengelola kegiatan pembelajaran. Dalam pelaksanaannya, guru tidak hanya berperan sebagai pendamping selama proses belajar berlangsung, tetapi juga sebagai perencana yang bertanggung jawab menyusun pengalaman belajar yang mampu mengakomodasi berbagai kebutuhan perkembangan anak. Kemampuan guru dalam memahami karakteristik peserta didik, menetapkan tujuan pembelajaran, memilih metode yang sesuai, serta menciptakan lingkungan belajar yang mendukung menjadi faktor utama dalam keberhasilan program. Oleh sebab itu,

kompetensi pedagogis yang memadai akan membantu guru mengembangkan aktivitas jasmani yang lebih variatif, menarik, dan sesuai dengan prinsip pembelajaran anak usia dini.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa peningkatan kompetensi guru perlu menjadi perhatian utama dalam upaya mengoptimalkan implementasi program jasmani terpadu. Pengembangan profesional yang dilakukan secara berkelanjutan melalui pelatihan, lokakarya, maupun kegiatan pendampingan dapat memperluas wawasan guru mengenai strategi pembelajaran terpadu yang mengintegrasikan berbagai aspek perkembangan anak. Selain itu, dukungan institusi pendidikan dalam penyediaan fasilitas, media pembelajaran, dan sumber belajar yang memadai turut berkontribusi terhadap keberhasilan pelaksanaan program. Sinergi antara kompetensi guru dan dukungan lembaga pendidikan diharapkan mampu menciptakan pembelajaran jasmani yang lebih efektif, sehingga dapat memberikan manfaat yang optimal bagi perkembangan fisik, kognitif, serta sosial-emosional anak usia dini secara menyeluruh.

D. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyusunan program pendidikan jasmani yang dirancang secara terpadu dengan memasukkan unsur perkembangan kognitif dan sosial-emosional memegang peranan yang penting dalam menunjang perkembangan anak usia awal secara menyeluruh. Perencanaan kegiatan jasmani yang diselaraskan dengan tahapan perkembangan anak, sasaran pengajaran, serta kondisi lingkungan belajar terbukti mampu menghasilkan wawasan yang luas, kontekstual serta bernilai bagi anak. Melalui pendekatan tersebut, aktivitas fisik bukan hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan kemampuan motorik, melainkan juga sebagai sarana untuk menstimulasi daya pikir, interaksi sosial, dan kemampuan pengelolaan emosi anak. Dengan demikian, penelitian ini merekomendasikan pentingnya penyusunan panduan yang sistematis serta pelaksanaan program pengembangan kompetensi bagi guru pendidikan anak usia ini supaya perancangan dan penerapan program jasmani terpadu dapat dilakukan secara lebih terarah, konsisten, dan berkelanjutan dalam praktik pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Andriansyah, R., Alwasi, M. N. D. I., Ramadhan, F. A., Zahra, E., & Riski, D. M. (2025). Strategi dan Peran Pendidikan Jasmani dan Olahraga dalam Membentuk Karakter Anak Bangsa. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 01–06.
- Anggraini, E., & Nasriah, M. (2023). *Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini*.

- Arzaqiyah, S., & Zulfahmi, M. N. (2025). Evaluasi Progam Fullday School pada Aspek Kebugaran Jasmani Anak Usia Dini RA Darul Hikmah Mengantu. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 5(3), 1429–1441.
- Fatmawati, F. (2020). *Pengembangan fisik motorik anak usia dini*.
- Fitriasari, R., Indonesia, E. S.-J. P. J., & 2025, undefined. (2016). Menelusuri aktivitas generasi bangsa: Studi fenomenologis eksplorasi pengalaman gerak yang bermakna pada peserta festival olahraga pendidikan. *jurnal.uny.ac.id*, IV(2), 2338–2163.
- Ghufron, A. (2010). *Integrasi nilai-nilai karakter bangsa pada kegiatan pembelajaran*. Yogyakarta State University.
- Gusdiyanto, H., Pusat, P. M.-J. L. P., & 2022, undefined. (2022). Evaluasi Rancangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri Bunulrejo 1 Kota Malang. *ojs.ummetro.ac.id*, 7(1).
- Iswanto, A., Olahraga, E. W.-M. M. I., & 2021, undefined. (t.t.). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *academia.edu*.
- Jasmani, A. P.-J. P. D. dan A., & 2025, undefined. (t.t.). Perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan aktivitas fisik: A literature review. *jurnal.uny.ac.id*, 4(2), 2025.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. (2021). *Kesehatan Dalam Pendidikan Jasmani*.
- Muzakki, A., Kobandaha, F., Annas, A. N., & Arifin, B. (2024). Tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar: Sebuah tinjauan literatur. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(5), 8511–8521.
- Nurafiati, S., Rahayu, T., & Pramono, H. H. (2022). *Strategi Implementasi Penguatan Pendidikan Karakter pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani* (Vol. 1). Zahira Media Publisher.
- Sahudi, U., Education, M. N.-J. E. C., & 2025, undefined. (2025). Pendidikan Jasmani Anak Usia Dini Berbasis Kearifan Lokal: Strategi Pengembangan Gerak Dasar Motorik. *ejournal-fip-ung.ac.id*, 7, 246–263. <https://doi.org/10.37411/jecej.v7i2.4047>
- Sari, W., Early, P. A.-R. R., & 2025, undefined. (2017). Strategi Stimulasi Kognitif Berbasis Bermain untuk Anak Usia Dini. *ejournal.stitqurrotaayun.ac.id*, 3(1).
- Syafruddin, M. A., Jahrir, A. S., & Yusuf, A. (2022). Peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam pembentukan karakter bangsa. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 10(2), 73–83.
- Taufan, J., Ardisal, A., Damri, D., & Arise, A. (2018). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi Anak dengan Hambatan Fisik dan Motorik. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 2(2), 19–24.