



Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah Pada Anak Usia Dini

Isllyanto

Institut Agama Islam Dar Aswaja Rokan Hilir

Email: islyantorohil@gmail.com

Cara Mensitasi Artikel ini:

Isllyanto. (2024). Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Payung Sekaki: Kajian Keislaman* 1(2), 154-161

ABSTRACT

Keywords:

Tarbiyah jasadiyah,
Earlychildhood, Health

Kata Kunci:

Tarbiyah jasadiyah, Anak
usia dini, Kesehatan

This study aims to elaborate the importance of tarbiyah jasadiyah in early childhood education. Given the phenomenon where children at an early age are reported to have suffered from various health problems that have been suffered by parents, such as obesity and kidney failure. With literature research and a qualitative approach, this study tries to explore various information from various literatures related to the issue of tarbiyah jasadiyah in early childhood. The results concluded that physical education in early childhood is important and affects the development of the child. In addition, physical development and health in early childhood will affect the next development in the future.

ABSTRAK

Informasi Artikel:

Diterima:
15/08/2024
Direvisi:
29/08/2024
Diterbitkan
31/08/2024

Penelitian ini bertujuan untuk mengelaborasi pentingnya tarbiyah jasadiyah pada pendidikan anak usia dini. Mengingat adanya fenomena dimana anak-anak dalam usia dini dilaporkan telah menderita berbagai masalah kesehatan yang selama ini diderita oleh orang tua, seperti obesitas dan gagal ginjal. Dengan penelitian kepustakaan dan pendekatan kualitatif, penelitian ini mencoba menelusuri berbagai informasi dari berbagai literatur terkait persoalan tarbiyah jasadiyah pada anak usia dini. Hasilnya disimpulkan bahwa pendidikan jasmani pada anak usia dini merupakan hal yang penting dan berpengaruh pada perkembangan diri anak tersebut. Selain itu, perkembangan dan kesehatan jasmani pada naka usia dini akan berpengaruh pada perkembangan berikutnya dimasa depan.

***Corresponding Author**

islyantorohil@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada anak usia dini merupakan komponen penting dari perkembangan anak, yang menawarkan banyak manfaat di seluruh ranah fisik, kognitif, dan sosial. Namun, tantangan dalam implementasi dan integrasi kurikulum perlu ditangani melalui program terstruktur, strategi pedagogis yang efektif, dan dukungan guru yang komprehensif. Dengan mengatasi tantangan ini, pendidikan anak usia dini dapat memainkan peran penting dalam membina kesehatan dan kesejahteraan seumur hidup. Meskipun efek positif dari aktivitas fisik terhadap perkembangan kognitif, sosial, dan fisik anak usia dini secara umum telah diakui, hanya ada sedikit penekanan secara nasional untuk memastikan pengalaman pendidikan fisik yang sesuai dalam kurikulum anak usia dini. (Stork & Sanders, 2008)

Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah Pada Anak Usia Dini

Aktivitas fisik sangat penting selama masa kanak-kanak untuk perkembangan secara keseluruhan. Namun, banyak anak yang tidak aktif, sehingga tidak memenuhi tingkat aktivitas yang direkomendasikan. Metodologi aktif selama jam sekolah, seperti sesi motorik terstruktur dan peningkatan waktu istirahat, dapat meningkatkan tingkat aktivitas fisik secara signifikan. (Nielsen-Rodríguez et al., 2021)

Guru memegang peranan penting dalam mempromosikan aktivitas fisik pada anak usia dini. Pendekatan multi-strategi, termasuk pengembangan profesional dan dukungan berkelanjutan, direkomendasikan untuk meningkatkan aktivitas fisik pada anak usia dini secara efektif. (Mak et al., 2021)

Di tengah fenomena meningkatnya jumlah obesitas pada anak sebagaimana data yang dirilis oleh Paudpedia Kementerian Pendidikan RI (2023), bahwa berdasarkan data SSGI 2022 menunjukkan bahwa 10,8% anak usia 5-12 gemuk dan 9,2% obesitas. Ini menunjukkan bahwa 64,4% anak usia 5-12 tahun gemuk atau obesitas karena tidak melakukan aktifitas fisik.

Selain itu, fenomena dimana 8 dari 10 anak mengalami gagal ginjal, seperti yang dilansir oleh media-media online. (Widiyana, 2024) Selain itu, glomerulonefritis, yang merupakan peradangan bagian glomerulus, tidak respons terhadap obat-obatan, dan lupus, yang berdampak pada ginjal, adalah alasan mengapa anak berusia 5 hingga 18 tahun sering menjalani cuci darah. (Puspapertiwi & Nugroho, 2024)

Pola makan anak-anak termasuk banyak konsumsi makanan manis, makanan instan, dan makanan siap saji (terutama di kota-kota) dan protein yang kurang, serta peningkatan konsumsi makanan siap saji (terutama di kota-kota). Sebagian besar anak-anak di usia tersebut adalah anak stunting (terlalu pendek menurut usianya) sehingga rentan terhadap obesitas. Risiko obesitas termasuk diabetes, penyakit jantung, stroke, dan penyakit tidak menular lainnya. Selain itu, perawatan psikologis anak harus dipertimbangkan karena obesitas anak menyebabkan mereka terlalu sibuk, sulit beraktivitas, dan dapat menyebabkan rasa tidak percaya diri pada anak.

Kecenderungan kurangnya gerak fisik pada anak usia dini juga sangat berpengaruh terhadap kualitas jasmani anak. Hal ini diakibatkan oleh pengaruh pemakaian gawai yang berlebihan dimana pada dasarnya anak usia dini belum cocok untuk mendapatkan paparan *screen* dari *gadget*. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengelaborasi peran pendidikan Islam anak usia dini dalam mengembalikan peran penting pendidikan jasmani bagi anak usia dini.

Isliyanto

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari konsep dan penerapan tarbiyah jasmani pada anak usia dini dengan melakukan penelitian literatur dan teori yang relevan. Data yang dikumpulkan melalui teknik studi kepustakaan, yaitu dengan mencari dan mengumpulkan berbagai referensi tentang teori pendidikan fisik, psikologi anak, dan pendidikan jasmani yang relevan. Sumber data utama berasal dari literatur, termasuk buku, artikel ilmiah, jurnal, dan dokumen yang berkaitan dengan tarbiyah jasadiyah dalam konteks pendidikan anak. Metode analisis konten digunakan untuk menganalisis data, di mana peneliti menemukan dan mengkategorikan tema utama dari literatur yang dikaji.

Tujuan dari proses ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang ide tarbiyah jasadiyah dan bagaimana hal itu berpengaruh pada perkembangan fisik dan psikologis anak usia dini. Penelitian ini menggunakan sumber yang dapat dipercaya yang relevan dengan topik penelitian dan telah diterbitkan dalam jurnal atau buku yang diakui secara akademis untuk memastikan validitas dan reliabilitas data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Defenisi Tarbiyah Jasadiyah

Definisi *tarbiyah jasadiyah* atau pendidikan jasmani secara umum, menurut Abdul Halim Mahmud, adalah semua prinsip yang mendasari kegiatan yang mengarah pada kedewasaan individu secara berkesinambungan dalam berbagai fase dalam kehidupannya. (Mahmud, 1996) Lebih lanjut menurut Abdul Halim Mahmud, definisi tarbiyah jasmani dalam perspektif Islam menyatakan bahwa berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW, Islam memandang pendidikan jasmani secara proporsional, tidak kurang dan tidak berlebihan, karena merupakan pandangan yang benar dan adil yang dibawa oleh agama penutup, lengkap, menyeluruh dan merupakan pendidikan yang tidak kalah pentingnya dengan pendidikan jiwa, akal, akhlak dan semua aspek pendidikan Islam yang kesemuanya bertujuan untuk membentuk pribadi yang ikhlas, beriman, dan kuat, yang dapat memenuhi hak-hak dan melaksanakan kewajibannya dalam kehidupan.

Sangat penting bagi seorang mukmin untuk menjadi kuat, seperti yang dikatakan Nabi Muhammad (saw), "Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada seorang mukmin yang lemah" (HR. Muslim). Tarbiyah Jasadiyah

Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah Pada Anak Usia Dini

menawarkan tempat bagi siswa untuk memaksimalkan potensi mereka yang luar biasa. Kami menyadari bahwa potensi siswa harus diberikan arah yang tepat. Jika tidak pasti, agama mungkin melarang penyebaran melalui media alternatif. Seni bela diri, senam, memanjat, PBB, dan banyak lagi adalah contoh tarbiyah jasadiyah. (Fakhrurrozi et al., 2023)

Implementasi pendidikan Islam di lembaga ini diwujudkan secara eksplisit dalam pernyataan misi lembaga yaitu menyelenggarakan pendidikan integral berbasis tauhid yang memadukan memadukan tarbiyah ruhiyah (pendidikan spiritual), aqliyah (intelektual), dan jismiyah (fisik).(Rossidy et al., 2023)

Islam tidak mengabaikan pendidikan jasmani karena tubuh adalah sarana penting sarana penting bagi manusia untuk memenuhi kewajiban agama dan melaksanakan urusan dunia. Oleh karena itu, dalam sebuah hadis sahih disebutkan: “Sesungguhnya pada tubuhmu ada hak atas dirimu”. tubuhmu, ada hak atas dirimu”. Mengenai Tarbiyah Jasadiyah (Pendidikan Jasmani), Al-Ghazali menyatakan bahwa agar tubuh anak dapat tumbuh dan berkembang secara sehat, ia menekankan pentingnya menjaga hak-hak dan kesehatan serta berlatih olahraga, dan membiasakan diri untuk bekerja dan makan makanan dengan gizi yang cukup adalah suatu keharusan dalam kehidupan.(Mahmud, 1996)

Tanggung jawab pendidikan jasmani yang harus dipikul oleh pendidik/orang tua adalah untuk memastikan bahwa anak-anak dapat tumbuh dan memiliki tubuh yang kuat, sehat, dan dinamis. Tanggung jawab tersebut meliputi kewajiban untuk menafkahi keluarga dan anak-anak; mengikuti aturan kesehatan dalam kesehatan dalam hal makan dan minum; membentengi diri dari penyakit menular; mengobati penyakit; menerapkan menerapkan prinsip tidak merugikan diri sendiri dan orang lain; membiasakan anak untuk olahraga dan berkuda; membiasakan anak untuk zuhud dan tidak larut dalam kesenangan; menanamkan sifat bersungguh-sungguh dan perwira pada diri anak.(Ulwan, 2019)

Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah

Tarbiyah Jasadiyah/jismiyah pada anak usia dini adalah pendidikan jasmani pendidikan jasmani agar siswa memiliki tubuh yang sehat dengan keterampilan yang sehat dengan keterampilan yang profesional. Tarbiyah jismiyah adalah tujuan khusus ketiga, yang merupakan konsekuensi dari perhatian Islam terhadap ilmu-ilmu teknis dan praktis serta pelatihan keterampilan dan keahlian. Pembentukan tubuh yang kuat dan kuat dan tubuh yang sehat serta penguasaan keterampilan profesional yang bersifat material merupakan suatu keharusan bagi umat Islam dalam rangka mengemban amanah sebagai khalifah Allah SWT di muka bumi ini.

Isliyanto

Hal ini tercermin dari banyaknya ayat-ayat dalam Al-Qur'an dan Hadis yang mengisyaratkan dan mendorong seorang Muslim untuk mempelajari dan ilmu pengetahuan umum atau keterampilan dan ilmu-ilmu teknis. Seperti halnya ilmu pengetahuan dan teknologi, Islam juga menjadikan penguasaan teknologi, teknik, dan keterampilan sebagai fardlu kifayah, teknologi, teknik, dan keterampilan sebagai fardlu kifayah, yaitu suatu kewajiban yang harus dilakukan oleh sebagian orang dari umat Islam jika ilmu-ilmu tersebut dibutuhkan oleh umat, seperti kedokteran, teknik, industry penerbangan, pertukangan, dan ilmu pengetahuan dan teknologi lainnya untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh umat Islam.

Penelitian kuasi-eksperimental yang dilakukan oleh (Wu et al., 2024) mengungkapkan bahwa program pendidikan jasmani berbasis permainan bola lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik dasar dan pengaturan diri pada anak-anak taman kanak-kanak dibandingkan dengan bermain bebas. Signifikansi penelitian ini terletak pada penekanan pada manfaat potensial dari intervensi pendidikan jasmani yang terstruktur untuk perkembangan anak usia dini. Penelitian (Rudd et al., 2020) juga memberikan bukti ilmiah yang kuat mengenai kemampuan pedagogi penjas yang mendasari dengan teori-teori pembelajaran motorik untuk mendorong perkembangan literasi fisik.

Disatu sisi, penelitian (Tsangaridou, 2017) menunjukkan bahwa pendidikan jasmani pada anak usia dini cenderung terpinggirkan jika dibandingkan dengan pendidikan yang nuansa akademik dan kognitif. Dimana pembelajaran kognisi lebih ditekankan oleh para guru di sekolah sebagai standar keberhasilan pendidikan anak usia dini.

Untuk itu perlu adanya instruksi yang sesuai dengan perkembangan anak usia dini. Banyak pendidik yang menggunakan praktik pengajaran generik daripada metode khusus konten, yang dapat membatasi efektivitas pelajaran (Tsangaridou et al., 2021) Integrasi aktivitas fisik yang berkualitas ke dalam lingkungan anak usia dini menghadapi tantangan, termasuk keterbatasan sumber daya dan dukungan. Utamanya support dari intruksi kurikulum pendidikan anak usia dini.

Kurikulum yang beragam yang mencakup sesi jasmani yang terstruktur dan teratur dapat meningkatkan tingkat aktivitas fisik dan keterampilan motorik anak secara signifikan. Program latihan yang dipersonalisasi dan beragam telah terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian latihan fisik pada anak usia dini. (Lum et al., 2022) Selain itu penerapan pendekatan interdisipliner yang mengintegrasikan aspek fisik, kognitif, dan

Revitalisasi Tarbiyah Jasadiyah Pada Anak Usia Dini

afektif dalam pembelajaran dapat mendukung pengembangan literasi fisik dan perilaku aktivitas pada anak kecil, terutama di daerah tertinggal. Sebab guru sering menghadapi kendala seperti pelatihan dan sumber daya yang tidak memadai. Program pengembangan profesional dan dukungan berkelanjutan direkomendasikan untuk meningkatkan kemampuan guru dalam memberikan pelajaran jasmani yang efektif.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan jasmani sangat penting untuk perkembangan anak usia dini. Tarbiyah jasadiyah membantu anak-anak membangun karakter, disiplin, dan keterampilan sosial yang penting untuk kehidupan di masa depan. Dalam sistem pendidikan anak usia dini, pendidikan jasmani harus menjadi fokus yang lebih besar karena membantu pertumbuhan seimbang, perkembangan motorik, dan peningkatan kesehatan dan kebugaran. Hal ini penting agar anak-anak dapat memanfaatkan pendidikan fisik yang sejalan dengan perkembangan kognitif mereka sebaik mungkin.

Pendidikan jasmani seharusnya tidak dianggap sebagai hal yang kurang penting dibandingkan dengan pendidikan kognitif, karena keduanya saling mendukung dan berperan dalam membentuk individu yang seimbang, cerdas, dan sehat. Untuk menciptakan generasi yang siap menghadapi tantangan kehidupan, peningkatan kualitas dan fokus pendidikan jasmani pada anak usia dini sangat penting, karena keduanya saling mendukung dan berkontribusi pada pembentukan individu yang sehat, seimbang, dan sehat.

REFERENSI

- 'Ulwan, A. N. (2019). *Pendidikan Anak Dalam Islam*. Insan Kamil.
- Fakhrurrozi, H., Minabari, M., Saguni, F., & Nadirah, S. (2023). Integration of Islamic Education Curriculum to Enhance the Social Character of Vocational High School Students. *Ta'dib*, 26(1), 171. <https://doi.org/10.31958/jt.v26i1.7237>
- Lum, M., Wolfenden, L., Jones, J., Grady, A., Christian, H., Reilly, K., & Yoong, S. (2022). Interventions to Improve Child Physical Activity in the Early Childhood Education and Care Setting: An Umbrella Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19. <https://doi.org/10.3390/ijerph19041963>
- Mahmud, A. H. (1996). *Tarbiyah Aqliyah*. Darut Tauzi' wa Nasyr.
- Mak, T. C. T., Chan, D. K. C., & Capio, C. M. (2021). Strategies for teachers to promote

Isliyanto

- physical activity in early childhood education settings—a scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030867>
- Nielsen-Rodríguez, A., Romance, R., & Dobado-Castañeda, J. C. (2021). Teaching Methodologies and School Organization in Early Childhood Education and Its Association with Physical Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3836), 1–25. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073836>
- Puspapertiwi, E. R., & Nugroho, R. S. (2024). *Benarkah Banyak Anak Jalani Cuci Darah di RSCM, Apa Penyebabnya?* Kompas.com. <https://www.kompas.com/tren/read/2024/07/26/103000765/benarkah-banyak-anak-jalani-cuci-darah-di-rscm-apa-penyebabnya-?page=all#:~:text=Penjelasan dokter RSCM&text=Eka mengungkapkan%2C RSCM memiliki total,sakitnya sudah siap%2C%22 tuturnya.>
- RI, K. P. (2023). *Obesitas Anak Usia 5-19 Tahun Meningkatkan 10 kali Lipat Dalam 4 Dekade di Indonesia, Penggunaan ASI Eksklusif Sangat Dianjurkan*. Paudpedia. <https://paudpedia.kemdikbud.go.id/galeri-ceria/ruang-artikel/obesitas-anak-usia-5-19-tahun-meningkat-10-kali-lipat-dalam-4-dekade-di-indonesia-penggunaan-asi-ekklusif-sangat-dianjurkan?ref=MTY5MC1hNGI1YTIyMw==&ix=NDctNGJkMWM0YjQ=#:~:text=PAUDPEDIA - Obesitas Anak Usia 5,Penggunaan ASI Eksklusif Sangat Dianjurkan>
- Rossidy, I., Barizi, A., Haris, A., & Wahyuni, E. N. (2023). Concept of Islamic Integrated Education and Its Implementation At Ar-Rohmah Educational Institute. *Didaktika Religia : Journal of Islamic Education*, 11(1), 61–84.
- Rudd, J. R., Crotti, M., Fitton-Davies, K., O’Callaghan, L., Bardid, F., Utesch, T., Roberts, S., Boddy, L. M., Cronin, C. J., Knowles, Z., Foulkes, J., Watson, P. M., Pesce, C., Button, C., Lubans, D. R., Buszard, T., Walsh, B., & Foweather, L. (2020). Skill Acquisition Methods Fostering Physical Literacy in Early-Physical Education (SAMPLE-PE): Rationale and Study Protocol for a Cluster Randomized Controlled Trial in 5–6-Year-Old Children From Deprived Areas of North West England. *Frontiers in Psychology*, 11(June). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01228>

- Stork, S., & Sanders, S. (2008). Physical Education in Early Childhood. *The Elementary School Journal*, 108(3), 197–206. <https://doi.org/10.1086/529102>
- Tsangaridou, N. (2017). Early childhood teachers' views about teaching physical education: challenges and recommendations. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(3), 283–300. <https://doi.org/10.1080/17408989.2016.1192593>
- Tsangaridou, N., Pieroua, M., Kyriakides, E., & Charalambous, C. (2021). Teaching Physical Education in Early Years: Focusing on Teachers' Practices. *Journal of Teaching in Physical Education*, 41(2), 278–287. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0294>
- Widiyana, E. (2024). *Ada 8-10 Anak Cuci Darah Per Hari gegara Gagal Ginjal di Jatim*. detik.com. <https://www.detik.com/jatim/berita/d-7483502/ada-8-10-anak-cuci-darah-per-hari-gegara-gagal-ginjal-di-jatim#:~:text=Ada 8-10 Anak Cuci,gegara Gagal Ginjal di Jatim>
- Wu, H., Eungpinichpong, W., Ruan, H., Chen, W., Yang, Y., & Dong, X. (2024). Towards Sustainable Early Education Practices: A Quasi-Experimental Study on the Effects of Kindergarten Physical Education Programs on Fundamental Movement Skills and Self-Regulation in Haikou City, China. *Sustainability*, 16(1400), 1–13. <https://doi.org/10.3390/su16041400>