

SOSIALISASI PENINGKATAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK USIA SEKOLAH DASAR MELALUI PROGRAM AKTIVITAS BERMAIN

Harry Syahputra Nasution^{1*}, Muh. Ali Akbar², Kevin Ramadhan³,
^{1,2,3}*Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pamulang*
Email: 02925@unpam.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain" bertujuan untuk memperkenalkan dan mengajarkan keterampilan motorik kasar kepada siswa, serta mengembangkan keterampilan motorik dan nilai-nilai sosial seperti kerja sama tim, sportivitas, dan disiplin. Sasaran kegiatan ini adalah 20 orang siswa SD Fajar Indah. Metode kegiatan pengabdian ini mencakup sesi teori dan praktik yang terstruktur. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan motorik kasar. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan dalam keterampilan motorik dan kemampuan bekerja sama dalam pembelajaran PJOK. Dampak yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa aspek. Siswa yang terlibat menunjukkan peningkatan dalam keterampilan motorik kasar dan halus, serta kemampuan bekerja sama dalam tim. Kedua, guru PJOK memperoleh metode baru yang dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK, meningkatkan efektivitas dan variasi dalam kurikulum pendidikan jasmani. Kesimpulannya, sosialisasi peningkatan keterampilan motorik kasar anak usia sekolah dasar melalui program aktivitas bermain berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan, memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi siswa dan guru.

Kata kunci: keterampilan motorik kasar anak usia sekolah dasar.

ABSTRACT

Community service activities with the theme "Socialization of Improving Gross Motor Skills for Elementary School Age Children Through the Play Activity Program" aims to introduce and teach gross motor skills to students, as well as develop motor skills and social values such as teamwork, sportsmanship and discipline. The target of this activity is 20 Fajar Indah Elementary School students. This service activity method includes structured theory and practical sessions. The results of this activity show that students experienced a significant increase in knowledge and gross motor skills. Apart from that, students also show improvements in motor skills and the ability to work together in learning PJOK. The impact obtained from this community service activity includes several aspects. Students involved showed improvements in gross and fine motor skills, as well as the ability to work together in teams. Second, PJOK teachers obtain new methods that can be applied in PJOK learning, increasing effectiveness and variety in the physical education curriculum. In conclusion, the socialization of improving gross motor skills of elementary school aged children through play activity programs has succeeded in achieving the stated goals, providing sustainable benefits for students and teachers.

Key words: gross motor skills of elementary school age children

PENDAHULUAN

Pembelajaran gerak dasar merupakan pondasi penting pada kehidupan anak (Hasil et al., 2021). Gerak merupakan sesuatu yang sangat vital dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya, dikatakan vital karena melalui gerak manusia dapat mengatasi berbagai persoalan dalam hidupnya. Tanpa gerak, manusia merupakan manusia yang sangat lemah dan mempunyai

tingkat ketergantungan yang sangat tinggi terhadap lingkungannya (Kiram, 2019).

Sementara Gallahue (2012) menjelaskan bahwa gerak adalah kehidupan semua yang kita lakukan dalam pekerjaan dan permainan melibatkan gerak. Memahami bagaimana kita mendapatkan kontrol gerak dan koordinasi gerak adalah dasar untuk mengerti bagaimana kita hidup.

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang berfungsi sebagai wadah perkembangan anak didik dalam berolahraga di sekolah. Yang mana pendidikan jasmani sendiri dapat memberikan peluang atau kesempatan pada anak untuk mempelajari dan mengembangkan pengetahuan serta keterampilannya yang berhubungan dengan aktivitas fisik (Nadi et al., 2018). Aktivitas fisik didefinisikan sebagai kegiatan anak yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar serta nilai-nilai fungsional seperti pengetahuan (kognitif), sikap (afektif) dan keterampilan gerakan (psikomotorik), sehingga peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara optimal melalui kegiatan pendidikan jasmani (Nugroho, 2015).

Salah satu komponen yang penting untuk dikembangkan bagi peserta didik dalam pendidikan jasmani adalah keterampilan motorik. Kemampuan motorik diartikan sebagai kualitas unjuk kerja/tampilan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar memacu kemampuan anak saat sedang melakukan aktivitas dengan otot-otot besarnya, seperti lokomotor, nonlokomotor, dan manipulative (Utari, Hariyanti, Lutfiah Aini, Wahyuni, & Khadijah, 2022). Contoh dari motorik kasar adalah Berlari, berjalan, dan melompat yang melibatkan otot besar dan membutuhkan banyak energi. Sedangkan gerakan motorik halus, seperti melipat, memotong, dan menulis, melibatkan penggunaan otot kecil dan harus fokus antara mata dan tangan (Ariani, Lubis, Sari, Fransisca, & Nasution, 2022).

Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA) mengindikasikan bahwa pada usia 5-6 tahun, anak diharapkan mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelincahan, kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan (Shankarappa & Mullins, 2013). Perkembangan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan, seperti orang dewasa. Perkembangan motorik kasar mempunyai proporsi yang

sama pentingnya dengan perkembangan aspek lainnya sehingga pendidik harus siaga membantu mengembangkan dan melatih kemampuan motorik anak dilembaga pendidikan anak usia dini (Amini et al., 2020).

Menurut Asmudin dkk, juga menuturkan pentingnya motorik kasar karena pengembangan motorik kasar anak usia dini dapat membantu pertumbuhan fisik pada anak, meningkatkan keseimbangan tubuh anak, melatih kelenturan, kecepatan, dan kelincahan, melatih koordinasi mata, tangan, dan kaki, dan membantu perkembangan kemampuan melompat dengan satu kaki (Asmuddin et al., 2022). Namun kenyataannya masih banyak dijumpai beberapa sekolah yang kurang dalam menstimulus motorik kasar anak, sehingga anak kurang dalam kemampuan motorik kasarnya.

1. Analisis Situasi

Mengacu kepada butir analisis situasi, maka diketahui permasalahan mitra sebagai berikut:

- a. Kurikulum PJOK persentasenya sangat sedikit dalam mengembangkan kemampuan motorik anak.
- b. Minimnya sarana dan prasarana untuk bermain bagi anak yang akhirnya membuat anak malas untuk bergerak dan bermain.
- c. Kurangnya pemahaman orang tua, guru dan peserta didik tentang pentingnya pembelajaran gerak dasar.
- d. Penyebab lain yang diduga berpengaruh adalah perkembangan teknologi pada saat sekarang ini anak-anak lebih cenderung untuk bermain game online yang sama sekali tidak menuntut banyak aktifitas fisik yang bisa menghambat perkembangan motorik, dimana kita ketahui dunia bermain bisa memberikan dampak yang positif terhadap perkembangan motorik anak.

Berdasarkan uraian pada analisis situasi, diketahui bahwa peserta didik dan guru PJOK maupun guru mata pelajaran yang lainnya di Sekolah Dasar belum mengetahui tentang pentingnya pembelajaran motorik kasar pada peserta didik di sekolah dasar. Padahal disekolah dasar lah pembelajaran motorik harus benar-benar di ajarkan agar pertumbuhan dan perkembangan peserta didik dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

2. Permasalahan Mitra

Program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan adalah penyebarluasan pengetahuan dan keterampilan tentang keterampilan motorik kasar. Melalui pengenalan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terhadap keterampilan motorik kasar sehingga pertumbuhan dan perkembangan peserta didik di Sekolah Dasar tumbuh dan berkembang dengan baik. Selain itu, program pengabdian masyarakat ini juga nantinya akan melaksanakan sosialisasi aktivitas bermain yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar pada peserta didik dan menambah pengetahuan guru-guru di Sekolah.

Melalui kegiatan pengenalan ini diharapkan hal-hal teoritis mengenai keterampilan motorik kasar dapat diaplikasikan secara nyata. Program ini berlanjut pada pelaksanaan sosialisasi pada guru-guru dan peserta didik, diharapkan melalui pelaksanaan sosialisasi ini menambah wawasan guru-guru sekolah dasar dan menjadi referensi dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui anak usia sekolah dasar aktivitas bermain.

3. Solusi Permasalahan

Melalui kegiatan peningkatan keterampilan motorik kasar anak usia sekolah dasar melalui aktivitas bermain ini diharapkan hal-hal teoritis mengenai peningkatan keterampilan motorik kasar melalui aktivitas bermain dapat diaplikasikan secara nyata. Program ini berlanjut pada pelaksanaan sosialisasi keterampilan motorik kasar melalui aktivitas bermain pada Sekolah Dasar, diharapkan melalui pelaksanaan sosialisasi ini peserta didik di sekolah dasar bertumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya.

Dengan adanya pelatihan yang berkualitas, peserta akan lebih termotivasi dan merasa percaya diri untuk terlibat aktif dalam aktivitas gerak. Terakhir, tidak kalah pentingnya, adalah memastikan bahwa program sosialisasi ini terus dipromosikan secara aktif dan didukung melalui kampanye berkelanjutan. Solusinya adalah dengan menggunakan berbagai saluran komunikasi seperti media sosial, surat kabar sekolah, dan pengumuman di lingkungan sekolah.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Untuk mengatasi tantangan dalam Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain, langkah pertama yang dilakukan adalah melaksanakan survei awal untuk mengukur

tingkat pengetahuan dan minat peserta didik terhadap keterampilan motorik kasar pada anak usia sekaloah dasar melalui aktivitas bermain dimana aktivitas bermain merupakan materi dari pembelajaran PJOK. Survei ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal mengenai pemahaman peserta didik serta mengidentifikasi kendala dan harapan mereka. Hasil survei akan digunakan sebagai dasar untuk merancang program yang sesuai dengan kebutuhan dan minat peserta didik, sehingga dapat meningkatkan partisipasi dan antusiasme mereka.

Solusi di atas dirancang melalui 4 tahap, yaitu : 1) perencanaan kegiatan, 2) pelaksanaan kegiatan, 3) monitoring dan evaluasi (monev), dan 4) refleksi dan tindak lanjut.

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 20 peserta didik dan guru-guru SD Fajar Indah. Tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah di SD Fajar Indah dengan waktu pelaksanaan pada hari kamis 28 November 2024 hingga jumat 29 November 2024.

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi peningkatan dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut:

1. Perencanaan Kegiatan

Hal-hal yang dilakukan dalam perencanaan kegiatan antara lain: 1) melakukan koordinasi dengan tim PKM untuk pembagian tugas, 2) melakukan koordinasi dengan pihak SD Fajar Indah, 3) membuat proposal kegiatan, 4) membuat materi kegiatan, 5) menyiapkan berbagai peralatan aktivitas bermain dan instrumen keterlaksanaan program mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, monev, dan tindak lanjut.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Setelah perencanaan disusun, langkah selanjutnya adalah melaksanakan kegiatan. Kegiatan ini dilakukan selama 1 hari dengan jadwal pelaksanaan tersaji pada tabel berikut 3.1 berikut:

Tabel 1: Jadwal Kegiatan

Waktu	Uraian Kegiatan	Penanggung Jawab
09.00 - 09.15	Pembukaan dan Sambutan oleh Kepala	Muh. Ali Akbar, S.Pd.M.Pd

	Sekolah SDS Yayasan Fajar Indah	
09.15 - 09.25	Sambutan Ketua Pelaksana PKM	Harry Syahputra N, S.Pd,M.Pd
09.25 – 10.00	Pemberian Materi oleh Narasumber 1	Kevin Ramadhan, S.Pd,M.Pd
10.00 - 10.15	Istrahat	
10.15 - 11.00	Praktik dan pengenalan langsung model aktivitas bermain untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar di lapangan	Muh. Ali Akbar, S.Pd,M.Pd
11.00 - 11.30	Tanya Jawab	Muh. Ali Akbar, S.Pd,M.Pd
11.30 - 11.40	Sesi foto bersama	Kevin Ramadhan, S.Pd,M.Pd
11.40 - 12.00	Penutup	Harry Syahputra N, S.Pd,M.Pd



Gambar 1. Pemberian Arahan PkM



Gambar 2. Pelaksanaan PkM



Gambar 3. Foto bersama PkM

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Perencanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Berbentuk Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain.

Perencanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan identifikasi kebutuhan dan analisis situasi di SD Fajar Indah. Berdasarkan hasil survei awal, ditemukan bahwa sebagian besar peserta didik belum memiliki keterampilan motorik yang baik, dan terdapat keinginan dari pihak sekolah untuk pembelajaran tambahan dari ahli bidang pendidikan jasmani spesifikaasi keterampilan gerak dasar. Tim pengabdian kemudian merancang program sosialisasi yang mencakup teori dan praktik dalam keterampilan motorik kasar melalui aktivitas bermain. Jadwal kegiatan dirancang selama dua hari dengan tujuan memberikan waktu yang cukup bagi peserta didik dan guru untuk memahami dan menguasai olahraga ini.

Koordinasi dengan tim dilakukan melalui percakapan Whatsapp, pertemuan insidental, dan virtual meeting menggunakan Zoom Meeting. Hasil koordinasi susunan kepanitiaan tersaji pada tabel 4.1 berikut.

Tabel 4.1. Susunan Kepanitiaan Tim PKM

No	Nama Pengabdi	Tugas
1	Harry Syahputra Nasution, S.Pd., M.Pd.	Ketua Pengabdi
2	Muh. Ali Akbar, S.Pd.,M.Pd.	Narasumber

3	Kevin Ramadhan, S.Pd., M.Pd.	Anggota Pengabdian
4	Isyana Aisyah Maharani	Anggota Pengabdian
5	Nur Atikah Alivia	Anggota Pengabdian
6.	Hafidzuddin Abdussalam	Anggota Pengabdian

2. Proses Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan sosialisasi teori dan praktik yang melibatkan narasumber yang ahli di bidang pendidikan jasmani spesifikasi keterampilan gerak dasar. Sesi pertama dimulai dengan pengenalan keterampilan motorik secara umum dan keterampilan motorik kasar, diikuti dengan demonstrasi permainan yang mengarah kepada peningkatan keterampilan motorik kasar. Selanjutnya, peserta didik dan guru diajak untuk berpartisipasi dalam sesi praktik di lapangan yang telah disiapkan. Selama sesi praktik, instruktur memberikan bimbingan langsung dan melakukan evaluasi terhadap keterampilan motorik kasar peserta didik melalui aktivitas bermain. Guru pendidikan jasmani juga diberikan pelatihan khusus agar mereka dapat melanjutkan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan melalui aktivitas bermain untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar peserta didik.

Berikut beberapa dokumentasi terkait penyampaian materi.



Gambar 4. Penyampaian materi PKM

Setelah kegiatan penyampaian materi dan tanya jawab, kegiatan selanjutnya adalah praktik dan pengenalan langsung pembelajaran peningkatan keterampilan motorik kasar melalui aktivitas bermain, ini di lapangan SD Fajar Indah. Setelah beberapa kali praktik dan merasakan langsung terlihat para peserta didik sebagai pemula sudah lebih baik dalam melakukan pembelajaran peningkatan aktivitas bermain melalui aktivitas bermain.

Kemudian acara selanjutnya adalah foto bersama. Kegiatan ini dilakukan di lapangan SD Fajar Indah dengan melibatkan para dosen pengabdian dan seluruh peserta didik SD Fajar Indah.



Gambar 5. Foto Bersama Tim PkM

3. Dampak yang Diperoleh Guru dan Peserta Didik Setelah Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak yang signifikan bagi guru dan peserta didik di SD Fajar Indah. Bagi peserta didik, Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain telah meningkatkan pengetahuan mereka tentang variasi aktivitas bermain dalam meningkatkan keterampilan motorik dan memberikan pengalaman baru yang menyenangkan. Partisipasi peserta didik dalam kegiatan olahraga juga meningkat, terlihat dari antusiasme mereka dalam mengikuti sesi praktik. Bagi guru PJOK, pelatihan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan baru yang dapat diaplikasikan dalam pembelajaran sehari-hari. Guru merasa lebih percaya diri dalam mengajarkan petanque dan mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih interaktif dan bervariasi. Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai tujuan yang telah direncanakan, yaitu memperkenalkan model-model peningkatan keterampilan motorik kasar pada anak usia sekolah dasar melalui aktivitas bermain, meningkatkan minat dan partisipasi peserta didik dalam olahraga, serta memperkaya kurikulum pendidikan jasmani di SD Fajar Indah.

Selain itu, keberhasilan program ini membuka peluang untuk mengembangkan kegiatan serupa di masa depan, baik di SD Fajar Indah maupun di sekolah-sekolah lain yang tertarik untuk memperkenalkan model-model peningkatan keterampilan motorik kasar pada anak usia sekolah dasar melalui aktivitas bermain.

KESIMPULAN

Program Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain di SD Fajar Indah telah berhasil mencapai tujuan-tujuan yang direncanakan. Kegiatan ini memberikan dampak positif yang signifikan bagi peserta didik dan guru. Peserta didik mendapatkan pengetahuan baru tentang keterampilan motorik kasar dan mengembangkan nilai-nilai sosial seperti kerja sama tim dan sportivitas. Partisipasi peserta didik dalam kegiatan olahraga meningkat secara signifikan, menunjukkan bahwa peningkatan keterampilan motorik kasar melalui aktivitas bermain berhasil menarik minat mereka dan menawarkan alternatif baru dalam program pendidikan jasmani.

SARAN

Berdasarkan hasil dan dampak positif dari program Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain ini, terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat berikutnya:

1. Untuk mendukung keberlanjutan program, disarankan agar sekolah mempertimbangkan pengadaan fasilitas dan peralatan yang lebih lengkap dan permanen.
2. Diharapkan sosialisasi serupa dapat diadakan secara berkala untuk guru pendidikan jasmani. Pengembangan profesional yang berkelanjutan akan memastikan bahwa guru tetap up-to-date dengan teknik dan strategi terbaru dalam pembelajaran pendidikan jasmani serta olahraga lainnya.
3. Melibatkan orang tua dan komunitas dalam kegiatan ini melalui acara komunitas dapat memperkuat dukungan dan partisipasi yang lebih luas. Hal ini akan membantu membangun budaya olahraga yang positif di lingkungan sekolah.
4. Melakukan evaluasi berkala terhadap program dan mengumpulkan feedback dari peserta didik, guru, dan orang tua akan memberikan wawasan berharga untuk perbaikan di masa mendatang. Pengembangan program berdasarkan evaluasi ini akan memastikan bahwa kegiatan Sosialisasi Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar Melalui Program Aktivitas Bermain terus relevan dan efektif dalam mencapai tujuannya.

REFERENSI

- Amini, M., Sujiono, B., & Aisyah, S. (2020). *Metode Pengembangan Fisik*. In Pustaka.Ut. Universitas Terbuka.
- Ariani, I., Lubis, R. N., Sari, S. H., Fransisca, Y., & Nasution, F. (2022). Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini Indri. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349-1358. Retrieved from <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/10444/8008>
- Asmuddin, A., Salwiah, S., & Arwih, M. Z. (2022). Analisis Perkembangan Motorik Kasar Anak di Taman Kanak – Kanak Buton Selatan. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3429–3438.
- Gallahue, David L. dkk. 2012. *Understanding Motor Development. Infants. Children. Adolescents. Adults. Seventh Edition*. New York: McGraw Hill.
- Hasil, P., Passing, B., Bola, B., Melalui, V., Bermain, M., & Budiawan, A. (2021). Indonesian Journal of Physical Activity. *Psikologi Pendidikan*, 1(1), 139–148.
- Kiram, P. H. Y. (2019). *Belajar Keterampilan Motorik*. Prenada Media.
- Nadi, A., Triansyah, A., & Haetami, M. (2018). Pengaruh Penggunaan Media Bangku Terhadap Hasil Belajar Kayang Terhadap Peserta Didik SMAN 1 Sekadau Hilir. *Artikel Penelitian, Fakultas dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjung Pura Pontianak*.
- Nugroho, D. P. (2015). *Kemampuan Gerak Dasar Peserta didik Kelas V SD Negeri 1 Prembun, Kecamatan Prembun Kabupaten Kebumen Tahun 2016/2017*. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Shankarappa, R., & Mullins, J. I. (2013). Inferring viral population structures using heteroduplex mobility and DNA sequence analyses. *Journal of Virological Methods*, 194(1–2), 169–177.
- Sukintaka. (2001). *Teori Bermain, Untuk D-II PGSD PENJASKES*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Utari, E. R. R., Hariyanti, Lutfiah Aini, Wahyuni, & Khadijah. (2022). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Engklek. *CERDAS - Jurnal Pendidikan*, 1(2), 52–60. <https://doi.org/10.58794/cerdas.v1i2.208>.