

Assistance and Improvement of Locomotor, Non-Locomotor and Manipulative Movement Skills for Elementary School Students in the Karang Taruna Region, Muara Gembong District By Using Rapid Motion Media (GeCe) during the Covid 19

Juli Candra¹, Faridatul Ala², Desy Tya Maya Ningrum³

^{1,2,3} Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email: ¹juli.candra@dsn.ubharajaya.ac.id, ²faridatul@dsn.ubharajaya.ac.id,

³desy.tya@dsn.ubharajaya.ac.id

 <https://doi.org/10.36526/gandrung.v3i2.2045>

Abstract: *Lecturers of the Sports Coaching Education Study Program in collaboration with the Youth Organization of Muara Gembong District conducted Community Service activities to arouse children's interest to be even more enthusiastic in carrying out sports activities. PKM activities are carried out using GeCe (Fast Motion) media. Community service activities using socialization and training methods for 8 meetings with the duration of implementation, 2 meetings for the initial test and final test and 6 meetings for basic movement improvement activities. Based on the results of the initial test results for locomotor, non-locomotor and manipulative movements of elementary school students, the results of the 30M running speed test with an average of 78% and the initial test results for the agility ability of the Illinois agility test with an average of 71.56% then after PKM activities were carried out then the results of the second test obtained speed test results with an average of 84% and agility test results with an average of 82.22%. From the final results, PKM activities can improve locomotor, non-locomotor and manipulative movement abilities in elementary school students in the Karang Taruna area, Muara Gembong District.*

Keyword: *Muara Gembong, Lokomotor, Non Lokomotor, Manipulatif, GeCe.*

Pendahuluan

Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong Kabupaten Bekasi yang terletak pada bagian utara Profingsi Jawa Barat, yang terdiri dari 6 Desa dengan jumlah penduduk hampir 35.503 jiwa dengan luas wilayah yang lebih banyak diapit oleh sungai dan dekat dengan muara membuat wilayah kecamatan Muara gembong banyak penduduknya berprofesi sebagai pengelola tambak, nelayan dan petani. Kemudian Kehidupan masyarakat di Kecamatan Muara Gembong dilatar belakangi oleh kehidupan pertanian, perikanan, dan peternakan yang membentuk nilai budaya tersendiri. Masyarakat yang ada di Kecamatan Muara Gembong menggunakan potensi alam yang dimiliki dalam memehi kebutuhan sehari-hari, termasuk para anak-anak yang tergabung dalam wadah Karang Taruna selalu mengembangkan potensi diri supaya dapat membantu orang tua dan melatih kemandirian masing-masing individu. Karang Taruna yang ada di Kecamatan Muara Gembong selalu aktif dalam setiap kegiatan yang mengembangkan sumber daya manusia setiap anggotanya, karena didukung penuh

Volume 3, Number 2, Juli 2022 | 510

Assistance and Improvement of Locomotor, Non-Locomotor and Manipulative Movement Skills for Elementary School Students in the Karang Taruna Region, Muara Gembong District By Using Rapid Motion Media (GeCe) during the Covid 19

Juli Candra, Faridatul Ala, Desy Tya Maya Ningrum

oleh pemerintah desa supaya memiliki generasi muda yang tangguh dan memiliki daya saing yang tinggi walupun posisi secara geografis berada diwilayah pesisir Kabupaten Bekasi.



Gambar 1. Pelantikan karang Taruna Kecamatan Muara Gembong (sumber; Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong)

Berdasarkan hasil obserfasi yang kami lakukan, Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong terus berproses dengan peningkatan setiap generasi muda dalam pengembangan setiap sumbar daya manusia baik dalam pendidikan,ekonomi , olahraga, sentra kreatifitas yang sesuai dengan potensi wilayah yang menjadi pengembangan potensi pariwisata di Kecamatan Muara Gembong. Secara perlahan kegiatan Karang Taruna di Kecamatan Muara Gembong mulai mengeliat dalam berbagai kegiatan sesuai dengan potensi dan bidang masing – masing anggota Karang Taruna dan tidak terlepas juga pembinaan dalam bidang seni budaya, pendidikan dengan aktifnya beberapa sanggar dan Klub olahraga di Kecamatan Muara gembong Kabupaten Bekasi.



Gambar 2. Remaja Karang Taruna Muara Gembong Juara II Gala Desa (sumber; Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong)

Program kerja Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong khususnya pada bidang olahraga membawa hasil dengan berprestasinya anak - anak dalam kejuaraan sepak bola pada berbagai ivent turnamen yang di ikuti,sehingga hampir setiap sore sebelum terjadinya covid 19 anak - anak di Kecamatan Muara Gembong selalu melatih kemampuan fisik dengan melakukan latihan olahraga sepak bola secara rutin walaupun belum dibantu oleh tenaga pelatih yang mempuni dalam olahraga sepak bola, kemudian juga ada dalam pengembangan seni budaya yang ada di Kecamatan Muara

Gembong yang terbentuk dalam sebuah sanggar sehingga anak-anak putri juga terlibat aktif dalam mengembangkan seni budaya tradisional yang ada. Sebelum terjadinya covid 19 dan PPKM semua unit kegiatan anak-anak dibawah naungan Karang Taruna berjalan dengan baik untuk mawadahi setiap potensi yang ada di masyarakat serta memberikan dampak positif terhadap perkembangan anak-anak yang ada di Kecamatan Maura Gembong Kabupaten Bekasi.



Gambar 3. Aktifitas Kesenian Karang Taruna
(sumber; Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong)

Pada saat sekarang ini seluruh dunia dihantui dengan penyebaran covid 19 yang menyebabkan terjadinya pembatas aktifitas yang dilakukan oleh masyarakat khususnya dalam aktifitas bekerja, beribadah, sekolah dan berolahraga. Pemerintah melakukan pembatasan terkait aktifitas masyarakat . Sudah setahun lebih proses belajar dirumah masih tetap dilakukan, hal tersebut sangat berdampak sekali terhadap hasil pembelajaran yang dilakukan oleh siswa khususnya pada pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah sehingga berdampak terhadap kebugaran jasmani yang dialami oleh anak -anak Kecamatan Muara Gembong. Anak adalah tunas harapan orang tua dan juga merupakan generasi penerus suatu bangsa, maka tak berlebihan kiranya bila dinyatakan bahwa suatu bangsa akan kokoh dan tangguh apabila anak-anak sebagai generasi penerusnya memiliki kepribadian dan mentalitas yang positif dan kuat serta berperilaku sesuai dengan yang diharapkan oleh orang tua mereka (Santoso & Siti Asiah, 2018). Sejalan dengan hal tersebut, pemerintah tengah gencar melaksanakan berbagai program pembangunan sumber daya manusia, khususnya terkait dengan proses peningkatan kualitas generasi penerus bangsa namun dengan situasi dalam penyebaran covid 19 tim PKM Ubharajaya dan karang Taruna Kecamatan Muara gembong melakukan obserfasi terkait penyelesaian situasi dan kondisi yang terjadi pada anak - anak selama kegiatan pembelajaran dirumah dan pemberhentian sementara waktu aktifitas olahraga banyak memberikan dampak negatif terhadap anak-anak. Permasalahan yang terjadi pada anak - anak saat ini karena aktifitas pembelajaran dilakukan secara daring sehingga tidak ada terkonrol dalam penggunaan handphon, pada saat ini anak-anak lebih banyak mengabdikan waktu dirumah untuk bermain Game Onlain sepanjang hari bahkan

dilakukan sampai larut malam sehingga terkadang banyak yang tidak melakukan kegiatan sekolah secara daring. Kemudian yang menjadi masalah banyak anak-anak yang menuju remaja yang terpengaruh oleh permainan judi online yang menggunakan chip sehingga beberapa informasi yang kami dapatkan di lapangan sudah melakukan hal-hal negatif yang menjerumus ke dalam kenakalan remaja. Kemudian setelah dibukanya sarana olahraga di Kecamatan Muara Gembong sangat sedikit sekali anak-anak yang melakukan aktifitas olahraga seperti bermain bola dan voli yang menjadi olahraga yang digemari, menurut Karang Taruna keadaan ini sangat berbanding terbalik sebelum covid 19, hampir setiap sore anak-anak berinteraksi di lapangan untuk bermain bola bersama sambil membantu orang tua mengembala hewan ternak masing-masing. Melihat hasil observasi banyak anak-anak yang mengalami obesitas, penurunan kondisi fisik karena selalu bergadang untuk bermain game online. Melihat situasi dan kondisi saat ini berdasarkan hasil diskusi dengan Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong kita perlu melakukan sebuah terobosan dalam mengembalikan semangat anak-anak untuk kembali aktif dalam kegiatan yang sudah dirancang oleh Karang Taruna terutama dalam kegiatan olahraga supaya anak-anak memiliki kemampuan kebugaran jasmani yang lebih baik sehingga aktifitas olahraga yang sebelum covid 19 dapat berjalan dengan normal kembali. Tim PKM Ubharaja Bersama-sama dengan Karang Taruna akan melakukan aktifitas yang dapat meningkatkan minat anak-anak untuk kembali bersemangat dalam melakukan aktifitas olahraga sehingga nantinya akan berdampak terhadap peningkatan kemampuan gerak lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif masing-masing individu dan dapat menghindarkan anak-anak ketergantungan menggunakan handphone sehingga tidak disibukkan lagi dengan bermain game online dan bisa menjauhi judi online. Kegiatan ini akan dilakukan secara terencana dan berkelanjutan dengan menggunakan sebuah media yang menunjang aktifitas kegiatan olahraga yang bernama Gerak Cepat (GeCe). Media latihan gerak cepat (GeCe) merupakan hasil penelitian pada awal covid 19 yang dilakukan oleh ketua peneliti untuk tetap mendukung anak-anak, remaja dan orang dewasa untuk tetap melakukan kegiatan olahraga di rumah dan menjaga kebugaran jasmani supaya imunitasnya tetap terjaga dan terhindar dari penyebaran virus covid 19. Dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kami melibatkan 2 orang mahasiswa yang nantinya akan berkonferensi ke dalam program Merdeka Belajar Kampus Merdeka dengan mendukung program IKU yaitu kepada 8 indikator Kerja Utama untuk program perguruan tinggi yaitu: IKU kedua mahasiswa mendapat pengalaman diluar kampus. Dalam kegiatan PKM Bersama Karang Taruna, mahasiswa akan berinteraksi dan melakukan aktifitas bersama dalam membantu permasalahan yang terjadi pada remaja, hal ini akan memberikan pengalaman kepada mahasiswa bagaimana menyelesaikan persoalan di masyarakat dan ikut menjadi bagian pelaksana dari kegiatan

PKM. Mahasiswa lebih kurang 5 bulan akan mendapatkan pembelajaran langsung dimasyarakat terkait kehidupan dan bagaimana mengimplementasikan ilmu yang sudah diperoleh selama 5 semester belajar di program studi. Kegiatan nantinya yang akan dilakukan mahasiswa adalah berperan aktif dalam meningkatkan kebugaran jasmani remaja dengan memberika program Latihan fisik secara terencana dan sistematis dengan menggunakan media Gece. Mahasiswa belajar langsung mempraktekkan ilmu pengetahuan yang didapat dikelas dalam bidang kepelatihan olahraga sehingga pengalaman praktek olahraga secara langsung memberikan pengetahuan tersendiri bagaimana pengaplikasian ilmu pengetahuan dimasyarakat.

IKU ketiga, Dosen Berkegiatan Diluar kampus, aktifitas ini dapat mengembangkan pengetahuan yang dimiliki dosen untuk membantu menyelesaikan persoalan yang terjadi di masyarakat terutama yang terjadi Karang taruna Kecamatan Muara Gembong dalam mengatasi rendanya Kemampuan gerak Lokomotor, non Lokomotor dan Manipulatif serta manipulative yang terjadi akibat dampak penggunaan handphone secara berlebihan, mengetahui Langkah – Langkah strategis dimasyarakat supaya pengetahuan yang dimiliki benar – benar bermanfaat untuk kemashalatan. Kemudian aktifitas diluar kampus jadi menjadi strategi dalam pembelajaran didalam kelas terhadap mahasiswa supaya metode yang digunakan benar – benar tepat sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang terjadi dimasyarakat sehingga mahasiswa memiliki kecakapan lebih dalam peningkatan kemampuan kognitif, afektif dan psikotorik. Kemudian kegiatan diluar kampus yang dilakukan dapat melaksanakan tridarma dengan baik khususnya pada penelitian dan PKM yang memberikan sumbangsi terhadap beban kinerja dosen dan pengisian komponen jabatan fungsional secara baik. IKU kelima, Hasil Kerja dosen digunakan masyarakat. Dalam Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di Kecamatan Muara Gembong menggunakan media penunjang aktifitas untuk kegiatan remaja dengan nama gerak cepat (Gece). Media GeCe merupakan hasil penelitian dosen yang sudah siap digunakan dimasyarakat untuk membantu dalam melakukan aktifitas fisik. Media gerak cepat (GeCe) sangat tepat sekali digunakan untuk meningkatkan Kemampuan gerak dasar Lokomotor, Non lokomotor dan manipulative anak – anak di kecamatan Muara gembong karena media GeCe dilengkapi dengan teknologi sensor yang dipadukan dengan lampu LED dan bunyi dalam memberikan tanda saat melakukan kegiatan olahraga. Serta media GeCe sudah di program sedemikian rupa sehingga banyak program yang bisa digunakan dalam melakukan aktifitas fisik sehingga membuat remaja tidak merasa bosan dan menjadi menarik dalam melakukan setiap kegiatan. Media GeCe juga memiliki buku panduan dalam penggunaan alat serta memiliki buku petunjuk pelaksanaan dalam aktifitas olahraga sehingga dengan media GeCe anak – anak bisa melakukan kegiatan olahraga secara mandiri dan terstruktur secara baik dalam membantu

peningkatan kebugaran jasmani. Perumusan Masalah, berdasarkan latar belakang masalah yang terjadi Berdasarkan dari analisis dan permasalahan yang telah dijabarkan, permasalahan yang terjadi pada anak - anak di wilayah Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong yang menjadi prioritas dan perlu untuk diselesaikan dalam program PKM ini adalah:

1. Rendanya kemampuan gerak dasar Lokomotor, non lokomotor dn manipulatif selama masa covid 19
2. Terjadinya dampak negative penggunaan Handphon secara berlebihan pada anak – anak di kecamatan Muara Gembong
3. Kurangya minat anak – anak untuk melakukan kegiatan olahraga sepak bola pasca diberlakukanya kegiatan PPKM dimasa covid 19

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah dengan memberikan sosialisasi dan pelatihan langsung kepada anak – anak yang ada di Kecamatan Muara Gembong terkait peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulative . Goldstsein & Gressner (1988) dalam Trianto (2007) mendefinisikan pelatihan sebagai usaha sistematis untuk menguasai keterampilan, peraturan, konsep, ataupun cara berperilaku yang berdampak pada peningkatan kinerja. Selanjutnya menurut Dearden (1984) dalam Nuryani (2005) yang menyatakan bahwa pelatihan pada dasarnya meliputi proses belajar mengajar dan latihan bertujuan untuk mencapai tingkatan kompetensi tertentu atau efisiensi kerja. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan peningkatan gerak dasar harus dilakukan dalam bentuk pelatihan yang terstruktur dan sistematis supaya tujuan dalam mencapai kebugaran jasmani dapat terwujud dengan baik. Kemudian dari definisi diatas dapat kita liat bahwa metode pelatihan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat merupakan sebuah usaha peningkatan keterampilan dalam pelaksanaan peningkatan gerak dasar terhadap anak-anak Kecamatan Muara gembong sehingga kualitas kemampuan kondisi fisik yang dihasilkan setiap remaja dapat memberikan kontribusi terhadap tumbuh kembang dalam penguasaan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor. Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode pelatihan langsung ada beberapa tahap yang harus diperhatikan Berikut langkah pengelolaan pelatihan menurut Sudjana (2012):

- a. Rekrutmen peserta pelatihan, Rekrutmen peserta dapat menjadi kunci yang bisa menentukan keberhasilan langkah selanjutnya dalam pelatihan. Dalam melakukan rekrutmen peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat kami mengajak setiap anak-anak yang telah ditentukan oleh

- karang taruna supaya dapat mengikuti kegiatan peningkatan Gerak Dasar Lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Untuk penguatan supaya anak-anak dapat bergabung kami melakukan Kerjasama dengan berbagai pihak pemerintah dan orang tua yang memiliki anak supaya dapat diarahkan untuk bisa mengikuti kegiatan peningkatan kebugaran jasmani secara baik dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.
- b. Identifikasi kebutuhan dalam proses kegiatan abdimas, kami akan mengidentifikasi apa saja yang dibutuhkan dalam proses kegiatan abdimas terkait pelatihan peningkatan kemampuan gerak dasar diantaranya membuat rancangan pelatihan, menentukan tempat dan waktu dalam proses kegiatan serta sarana dan prasarana apa saja yang dibutuhkan dalam proses penunjang kegiatan pelatihan peningkatan kemampuan gerak dasar. Tim PKM Ubharajaya berbagi tugas dengan karang taruna Muara gembong untuk menentukan kebutuhan yang diperoleh dalam menunjang proses kegiatan. Ketika sarana penunjang belum dapat dipenuhi secara baik maka akan berdampak terhadap hasil dari kegiatan PKM yang dilakukan yang menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada anak-anak di Kecamatan Muara gembong.
 - c. Menentukan dan merumuskan tujuan pelatihan, Tujuan pelatihan secara umum berisi hal-hal yang harus dicapai oleh pelatihan. Tujuan umum itu dijabarkan menjadi tujuan-tujuan yang lebih spesifik. Untuk memudahkan penyelenggara, perumusan tujuan harus dirumuskan secara konkret dan jelas tentang apa yang harus dicapai dengan pelatihan tersebut. Tujuan pelatihan adalah dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan meminimalisir ketergantungan penggunaan HP yang dapat membawa dampak negative terhadap para remaja. Dalam menentukan tujuan dilakukan secara Bersama-sama antara tim PKM dan mitra supaya semua dapat berjalan sesuai dengan keinginan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi.
 - d. Menyusun Urutan Kegiatan Pelatihan Pada tahap ini penyelenggara pelatihan menentukan bahan belajar, memilih dan menentukan metode dan teknik pembelajaran, serta menentukan media yang akan digunakan. Dalam proses kegiatan PKM dirancang dengan program yang terstruktur supaya tujuan dengan kegiatan dapat tercapai dengan baik. Program-program yang akan diberikan dengan media Geraka Cepat (GeCe) sudah tersusun rapi dalam buku panduan penggunaan media GeCe dalam aktifitas olahraga tinggal memberikan arahan dan motivasi kepada anak-anak supaya melakukan kegiatan dengan penuh semangat dan semaksimal mungkin. Kami dari tim abdimas selama delapan bulan pelaksanaan kegiatan abdimas akan merancang pelaksanaan kegiatan selama 4 kali pertemuan dengan rentang waktu 4 bulan.
 - e. Melaksanakan evaluasi awal bagi peserta Evaluasi awal yang biasanya dilakukan dengan pretest

dapat dilakukan secara lisan maupun tulisan. Dalam tahap evaluasi awal kami akan melakukan tes kebugaran jasmani dengan lari 1,6km kepada anak-anak, kemudian dari hasil tes akan menjadi rujukan dalam penyusunan program kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kemudian setelah 4 kali pertemuan kita akan melakukan tes yang kedua sejauh mana pencapaian yang dimiliki oleh setiap individu dalam kegiatan kebugaran jasmani. Dari hasil tes kedua akan menjadi bahan pertimbangan untuk program berikutnya sampai pada 2 kali pertemuan dengan dilakukan tes yang ke 3. Dari hasil tes yang ke 3 diharapkan semua kemampuan yang dimiliki dalam kondisi baik pada norma tes 1,6Km untuk kemampuan kondisi fisik.

- f. Mengimplementasikan pelatihan Tahap ini merupakan kegiatan inti dari pelatihan yaitu proses interaksi edukatif antara sumber belajar dengan peserta dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam proses pelaksanaan setiap remaja wajib mengikuti setiap arahan dan bimbingan yang diberikan terhadap peningkatan kemampuan. remaja melakukan kegiatan latihan menggunakan media GeCe yang sudah dirancang dengan program pelaksanaan 4 kali pertemuan.
- g. Evaluasi akhir Tahap ini dilakukan untuk mengetahui keberhasilan belajar. Dengan kegiatan ini diharapkan diketahui daya serap dan penerimaan peserta pelatihan terhadap berbagai materi yang telah disampaikan. Dengan begitu penyelenggara dapat menentukan langkah tindak lanjut yang harus dilakukan. Pada evaluasi tahap akhir nanti tim PKM akan melihat sejauh mana kemampuan Gerak dasar yang dimiliki oleh anak-anak sehingga hasilnya benar-benar bisa dirasakan dalam mewujudkan anak-anak yang sehat, bugar dan memiliki daya saing yang tinggi dalam persaingan global. Kemudian hasil dari evaluasi kegiatan nanti menjadi rujukan anak-anak untuk terus lebih baik melakukan kegiatan olahraga supaya bisa berprestasi dalam kejuaraan yang dihadapi.

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program PKM adalah dengan menyediakan sarana dan prasarana pendukung dalam kegiatan peningkatan gerak dasar baik dalam kegiatan sosialisasi maupun dalam pelaksanaan kegiatan praktek. Dalam pelaksanaan sosialisasi Karang Taruna menyediakan fasilitas tempat pelaksanaan kegiatan di aula kecamatan lengkap dengan fasilitas pendukung seperti bangku, kursi dan sound system sebagai pendukung kegiatan sosialisasi dalam peningkatan kebugaran jasmani dapat berjalan dengan lancar. Dalam pelaksanaan kegiatan praktek Karang Taruna memfasilitasi dengan menyediakan lapangan desa yang dapat digunakan selama kegiatan berlangsung. Karang Taruna juga memberikan sekretariat Karang Taruna sebagai tempat yang dapat digunakan sebagai sarana untuk melakukan rapat dan diskusi dalam merencanakan program kegiatan PKM selama 4 bulan. Karang Taruna juga menjamin keamanan selama kegiatan PKM berlangsung sehingga kegiatan harus dipastikan dapat berjalan sesuai dengan program yang sudah disepakati secara Bersama-sama dalam

meningkatkan kebugaran jasmani dan meminimalisir ketergantungan anak-anak dalam kecanduan penggunaan gadget yang dapat menimbulkan hal-hal yang menjerumus kedalam kenakalan remaja. Karang Taruna juga akan membantu dalam pengadaan logistic untuk mensupport kegiatan dilapangan seperti membantu mencari tempat penyediaan konsimsi bagi peserta kegiatan PKM dan mencari tempat kegiatan alternatif Ketika ada hal-hal yang diluar perencanaan seperti terjadi banjir. Kemudian dalam pelaksanaan kegiatan pertandingan karang taruna akan mensupport penuh dengan mencari sponsor supaya kegiatan pertandingan sepak bola dapat terlaksana dengan baik.

Hasil dan Diskusi

Kecamatan Muara Gembong merupakan wilayah yang terletak pada bagian pesisir pantai bagian ujung Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Sebagian wilayah Kecamatan Muara Gembong hamper 70% berada pada wilayah perairan pesisir pantai di ujung laut jawa sehingga rata-rata mata pencaharian penduduk Kecamatan Muara Gembong berprofesi sebagai nelayan dan petani tambak. Beberapa tahun belakangan tingkat kemiskinan masyarakat di muara gembong terus meningkat dikarenakan sering terjadinya gagal panen tambak yang merupakan mata pencarian masyarakat disana hal ini disebabkan karena sering terjadinya gempa di pulau Sumatera yang menyebabkan naiknya air laut sehingga ketika terjadinya pasang air laut semua ikan yang berada di tambak terlepas ke laut. Sering terjadinya hal seperti ini menyebabkan penurunan pendapatan masyarakat yang ada di kecamatan muara gembong.

Tabel 1. Data Rekap Desil Status Kesejahteraan Kecamatan Muara Gembong Bekasi

No	Nama Kelurahan / Desa	Desil 1 <=10%	Desil 2 11%-20%	Desil 3 21% -30%	Desil 4 31% -40%	Total KRT
1	Pantai Harapan Jaya	544	366	177	2	1,089
2	Pantai Mekar	235	177	111	3	526
3	Pantai sederhana	146	132	82	2	362
4	Pantai Bakti	408	224	152	4	778
5	Pantai bahagia	709	173	35	0	917
6	Jaya sakti	221	264	222	14	721

Sumber: data rekap desil kesejahteraan Muara Gembong, 2021

Dengan penurunan kesejahteraan masyarakat berdampak terhadap Kesehatan dan Pendidikan masyarakat yang ada di wilayah muara gembong hal ini terlihat dari belum meratanya masyarakat yang

mendapatkan Pendidikan yang layak untuk anak-anak yang ada dimasing-masing desa di kecamatan muara gembong. Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan banyak sekali fasilitas Pendidikan yang rusak dikarenakan terendam banjir Rob sehingga proses pembelajaran tidak berlangsung secara baik. Kemudian juga di perburuk dengan penyebaran Covid 19 sehingga keluarnya aturan pemerintah supaya aktifitas belajar dilakukan secara daring dari rumah masing-masing. Pembelajaran yang dilakukan secara daring tidak efektif dilakukan karena tidak semua siswa yang memiliki alat pendukung sehingga banyak para siswa di kecamatan muara Gembong tidak melakukan Pendidikan bagaimana semestinya. Kemudian juga diperburuk dengan rendahnya kebugaran jasmani anak-anak yang disebabkan kurangnya aktifitas fisik yang dilakukan sehingga kami melihat rendahnya kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Melihat kondisi seperti itu Universitas Bhayangkara Jakarta Raya bekerjasama dengan Karang Taruna Muara Gembong melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dalam peningkatan kebugaran siswa sekolah dasar dengan memberikan pelatihan dan bimbingan secara terstruktur dengan menggunakan media Gece sehingga kemampuan kebugaran fisik anak-anak di muara gembong bisa menjadi lebih baik.

1. Penggunaan Media GeCe (Gerak Cepat)

Media Gece (Gerak Cepat) merupakan sebuah media pembelajaran, Latihan dan tes Pengukuran dalam membantu aktifitas olahraga khususnya melatih kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulative untuk siswa sekolah dasar yang ada di kecamatan muara gembong. Media Gece merupakan hasil penelitian dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang dilengkapi dengan sensor dan penggunaan teknologi arduino yang dikombinasikan dengan penggunaan lampu LED sehingga hasil Media GeCe dapat membantu anak-anak di kecamatan muara gembong untuk lebih semangat dalam melakukan aktifitas fisik sehingga dapat membantu dalam peningkatan kebugaran jasmani siswa dan anak-anak lebih termotivasi dalam melakukan kegiatan olahraga sehingga bisa terlepas dari kecanduan penggunaan Gejet. Harapan dari orang tua di muara gembong ketika anak-anak sudah tidak menggunakan handphone secara berlebihan mereka bisa terhindar dari hal-hal negative dan bisa mengembangkan diri lebih baik lagi dalam meraih masa depan yang lebih baik sehingga mampu mengangkat derajat keluaraga dan masyarakat muara gembong.

Dalam pelaksanaan kegiatan menggunakan media Gece atau Gerak Cepat kami melakukan kegiatan pengabdian masyarakat selama 4 bulan dengan durasi delapan kali pertemuan yaitu dengan melakukan 1 kali kegiatan penyuluhan terkait dengan kegiatan yang akan dilakukan kemudian 5 kali pendampingan aktifitas fisik dalam melatih kemampuan kebugaran jasmani terhadap gerak dasar lokomotor, non lokomotor serta manipulative dan melakukan kegiatan tes menggunakan media GeCe

yaitu pada kemampuan kecepatan dan kelincahan setiap siswa sekolah dasar.

2. Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di daerah Kecamatan Muara Gembong kami menfokuskan pada 3 wilayah yang sebelumnya sudah menjadi rekomendasi karang taruna yaitu pada Desa Pantai Mekar, Desa Pantai Sederhana dan Desa Pantai Bahagia, dengan jumlah peserta lebih kurang 75 orang yang merupakan siswa sekolah dasar perwakilan dari masing – masing sekolah. Dalam peningkatan kemampuan gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulative kegiatan ini nanti lebih menekankan pada peningkatan kebugaran dengan menggunakan media GeCe yaitu pada kemampuan kecepatan dan kelincahan yang baik oleh setiap siswa berdasarkan tes yang dilakukan oleh setiap siswa sekolah dasar. Seperti yang dijelaskan dalam teori Bredekamp dan Coople (Aisyah, et.al., 2007) bahwa prinsip perkembangan anak harus mementingkan beberapa aspek yaitu perkembangan fisik dan motorik, aspek fisik, kognitif dan sosial emosional yang saling terkait dan anak adalah pembelajar aktif, yang berusaha membangun pemahamannya tentang lingkungan sekitar dari pengalaman fisik, social, dan pengetahuan yang diperolehnya. Hal yang didapatkan dalam kegiatan ini bahwa alat Gece terbukti bisa membantu mengembangkan kemampuan fisik dan motorik kasar pada anak dan juga memberikan pengalaman baru kepada anak tentang lingkungan di sekitarnya. Gambaran peningkatan rata-rata kemampuan kecepatan dan kelincahan pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Muara Gembong dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Tabel hasil Tes Kegiatan PKM

No	Nama Desa	Tes Awal		Tes Setelah Kegiatan		Peningkatan	
		Kecepatan	Kelincahan	Kecepatan	Kelincahan	Kecepatan	Kelincahan
1	Desa Pantai Bahagia	78,65%	72,35	83,38%	82,11	4,73%	9,76%
2	Desa Pantai Mekar	77,67%	70,25	85,23%	81,23	7,58%	10,98%
3	Desa Pantai Sederhana	77,87%	72,10	83,57%	83,34	5,7%	11,24%
	Rata – Rata	78%	71,56%	84%	82,22%	6%	10,66%

Peningkatan rata-rata kemampuan motorik kasar dan rata-rata indikator penilaian pada motorik kasar dengan menggunakan alat GeCe. Seperti yang dijelaskan dalam teori Bredekamp dan Coople

(Aisyah, et.al., 2007) bahwa prinsip perkembangan anak harus mementingkan beberapa aspek yaitu perkembangan fisik dan motorik, aspek fisik, kognitif dan sosial emosional yang saling terkait dan anak adalah pembelajar aktif, yang berusaha membangun pemahamannya tentang lingkungan sekitar dari pengalaman fisik, social, dan pengetahuan yang diperolehnya sehingga kemampuan siswa sekolah dasar dalam melakukan kegiatan gerak dasar dapat meningkat dengan baik.

Dari hasil diatas dapat kita lihat bawah dengan responden 75 orang yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat bahwa untuk hasil tes kemampuan kecepatan pada tes awal pada wilayah Desa Pantai Bahagia yaitu 78,65% kemudian setelah diberikan perlakuan selama lima kali pertemuan, kemudian dilakukan tes dengan hasil 83,38% maka untuk kemampuan kecepatan terjadi peningkatan 4,73%. Kemudian untuk kemampuan kelincahan pada tes awal diperoleh hasil 72,35% kemudian setelah dilakukan kegiatan maka diperoleh hasilnya 82,11% maka untuk kemampuan kelincahan diperoleh peningkatan 9,76%. Kemudian untuk Desa Pantai Mekar hasil tes pertama diperoleh hasil untuk kemampuan kecepatan 77,67% kemudian setelah dilakukan kegiatan selama lima kali pertemuan dan dilakukan tes maka hasilnya 85,23% jadi untuk kemampuan kecepatan diperoleh peningkatan dengan hasil 7,58%. Kemudian untuk kelincahan di Dasa Pantai Mekar pada tes awal diperoleh hasil 70,25%, setelah dilakukan pelatihan selama 5 kali pertemuan maka hasil yang diperoleh 81,23 jadi peningkatan yang diperoleh dari kegiatan ini adalah 10,98%. Kemudian untuk hasil di Desa Pantai Sederhana hasil tes awal kemampuan kecepatan diperoleh 77,87%, setelah dilakukan pembinaan selama 5 kali pertemuan maka hasil yang dicapai 83,57% dan peningkatan yang diperoleh untuk kemampuan kecepatan adalah 5,7%. Kemudian untuk kemampuan kelincahan pada tes awal diperoleh hasil 72,10% setelah dilakukan kegiatan pengabdian maka diperoleh hasil 83,34% dengan peningkatan 11,24%. Berdasarkan data tersebut secara keseluruhan terjadi peningkatan kemampuan kecepatan dan kelincahan dalam melkukan kegiatan lokomotor dan non lokomotor dan manipulative dikecamatan Muara Gembong dengan hasil rata-rata 84,06% kemudian untuk kemampuan kelincahan diperoleh hasil 82,22. Melihat hasil yang diperoleh pada pelaksanaan tes akhir dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat di kecamatan muara gembong kota Bekasi dapat meningkatkan kempuan kegara lokomotor, non lokomotor dan manipulative secara baik.

Kesimpulan

Bersadarkan hasil dari kegiatan sosialisasi dan pelatihan dalam peningkatan kemampuan gerak dasar yang dilakukan terhadap siswa sekolah dasar yang ada di Kecamatan Muara Gembong antara Dosen Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga dengan Karang Taruna Kecamatan Muara Gembong

dengan hasil sebagai berikut Dari hasil diatas dapat kita liat bawah dengan responden 75 orang yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat bahwa untuk hasil tes kemampuan kecepatan pada tes awal pada wilayah Desa Pantai Bahagia yaitu 78,65% kemudian setelah diberikan perlakuan selama lima kali pertemuan, kemudian dilakukan tes dengan hasil 83,38% maka untuk kemampuan kecepatan terjadi peningkatan 4,73%. Kemudian untuk kemampuan kelincahan pada tes awal diperoleh hasil 72,35% kemudian setelah dilakukan kegiatan maka diperoleh hasilnya 82,11% maka untuk kemampuan kelincahan diperoleh peningkatan 9,76%. Kemudian untuk Desa Pantai Mekar hasil tes pertama diperoleh hasil untuk kemampuan kecepatan 77,67% kemudian setelah dilakukan kegiatan selama lima kali pertemuan dan dilakukan tes maka hasilnya 85,23% jadi untuk kemampuan kecepatan diperoleh peningkatan dengan hasil 7,58%. Kemudian untuk kelincahan di Dasa Pantai Mekar pada tes awal diperoleh hasil 70,25%, setelah dilakukan pelatihan selama 5 kali pertemuan maka hasil yang diperoleh 81,23 jadi peningkatan yang diperoleh dari kegiatan ini adalah 10,98%. Kemudian untuk hasil di Desa Pantai Sederhana hasil tes awal kemampuan kecepatan diperoleh 77,87%, setelah dilakukan pembinaan selama 5 kali pertemuan maka hasil yang dicapai 83,57% dan peningkatan yang diperoleh untuk kemampuan kecepatan adalah 5,7%. Kemudian untuk kemampuan kelincahan pada tes awal diperoleh hasil 72,10% setelah dilakukan kegiatan pengabdian maka diperoleh hasil 83,34% dengan peningkatan 11,24%. Berdasarkan data tersebut secara keseluruhan terjadi peningkatan kemampuan kecepatan dan kelincahan dalam melkukan kegiatan lokomotor dan non lokomotor dan manipulative dikecamatan Muara Gembong dengan hasil rata-rata 84,06% kemudian untuk kemampuan kelincahan diperoleh hasil 82,22. Melihat hasil yang diperoleh pada pelaksanaan tes akhir dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat di kecamatan muara gembong kota Bekasi dapat meningkatkan kemampuan kegara lokomotor, non lokomotor dan manipulative secara baik.

Daftar Referensi

- Santoso, M. B., & Siti Asiah, D. H. (2018). Pelatihan Ibu Pembelajar : Upaya Peningkatan Kapasitas Ibu Dalam Mengasuh Anak Di Desa Pantai Bahagia Kecamatan Muara Gembong Kabupaten Bekasi Jawa Barat. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 416. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18621>
- Candra, J., Prasetyo, E. T., Pratama, G. A., Kustanto, P., & Tri, E. (2021). Peningkatan Kemampuan Gross Motor Skill Terhadap Anak-Anak di Kecamatan Muara Gembong Kabupaten Bekasi Dengan Menggunakan Media GECE (Gerak Cepat). *Jurnal Kajian Ilmiah*, 21(4), 413–420. <https://doi.org/10.31599/jki.v21i4.927>

- Trianto. 2007. Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Sudjana, D. (2012). metode dan teknik pembelajaran partisipasif. Bandung: Nusantara Pres
- Siti Aisyah dkk. 2007. Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini. Jakarta:
Universitas Terbuka
- Lubis. Johansyah. (2017) Pencak Silat. Panduan Praktis, Jakarta : Raja Ghafindo Persada