

Active Movement in Elementary School: Stimulating Basic Movement Skills for Lower Grade Students

M. Akbar Husein Allsabab¹, Sugito², Wing Prasetya Kurniawan³, Rendhitya Prima Putra⁴, Slamet Junaidi⁵, Dwi Kurnia Shandy⁶, Ferdian Tri Nugroho⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Nusantara PGRI Kediri

akbarhusein@unpkediri.ac.id¹, sugito@unpkediri.ac.id², wingprasetya@unpkediri.ac.id³,
rendhitya@webmail.unpkediri.ac.id⁴, slamet.junaidi@unpkediri.ac.id⁵, dwikurniashandy@unpkdr.ac.id⁶,
nugrohoferdi44@gmail.com⁷

 <https://doi.org/10.36526/gandrung.v6i2.5735>

Abstract: *Basic motor skills are essential for the physical, cognitive, and social development of elementary school children, especially in the early grades (grades 1–3). However, these skills often do not receive sufficient attention in education. This community service initiative aims to improve students' basic motor skills through engaging educational games, while also improving teacher competence and encouraging parental participation. The program was implemented at Ngeronggo 2 Kediri city elementary school, involving 45 students, 8 teachers, and 45 parents. The methods used included training for teachers and parents, play activities for children, and assessment through observation, student reflection, and surveys. The results showed that 87% of students reported enjoying participating in the activities, while 89% were actively involved in all movement activities. Teachers' average knowledge scores increased from 63.75 to 87.5 after the training. Additionally, 89% of parents reported benefits from the Daily Movement Calendar, while 82% said their children were interested in playing the games again at home. These findings indicate that instructional games effectively improve children's basic motor skills and receive positive support from educators and families. This approach is relevant for implementation in other elementary schools to foster a culture of active and healthy movement from an early age.*

Keyword: *Basic motor skills, educational games, elementary school students, community service, physical activity.*

Pendahuluan

Selama perkembangan anak-anak tahap usia 6-8 tahun pada siswa sekolah dasar, anak-anak mengalami pertumbuhan yang signifikan dalam bidang kognitif, perkembangan sosial, dan perkembangan keterampilan motorik. Pada periode ini, anak-anak beralih dari lingkungan belajar yang lebih spontan dan berbasis permainan ke lingkungan yang lebih terstruktur dan akademis. Keterampilan lokomotor (seperti berlari dan melompat), keterampilan non-lokomotor (seperti membungkuk dan menjaga keseimbangan), dan keterampilan manipulatif (seperti melempar, menangkap, dan menendang) merupakan bagian dari perkembangan motorik dasar, yang sangat penting bagi proses belajar anak-anak (Soewondo, 2018). Kemampuan-kemampuan ini terkait erat dengan perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak, serta kesuksesan mereka dalam olahraga (Goodway et al., 2019).

Sayangnya, kurikulum sekolah dasar di Indonesia belum memprioritaskan pengembangan kemampuan motorik siswa. Kurangnya variasi aktivitas fisik yang ditawarkan oleh guru, area bermain yang terbatas, dan penggunaan perangkat elektronik yang semakin meningkat merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada gaya hidup sedentari (aktivitas fisik minimal) di kalangan anak sekolah di Indonesia, (Kemenkes RI, 2022). Anak-anak yang memiliki keterampilan motorik dasar yang kuat lebih cenderung memiliki kesehatan fisik yang baik, keterampilan sosial yang lebih baik, dan rasa percaya diri yang lebih tinggi saat berpartisipasi dalam aktivitas sekolah (Arifah et al., 2023; Lubans et al., 2016).

Namun, guru sekolah dasar, terutama yang tidak memiliki latar belakang pendidikan jasmani, seringkali kesulitan untuk merancang aktivitas belajar berbasis gerakan fisik yang menarik bagi siswa mereka. Aktivitas fisik yang dilakukan seringkali membosankan dan tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak-anak. Karena keterampilan motorik mereka tidak mendapatkan stimulasi optimal dalam kondisi ini, anak-anak tidak sepenuhnya siap untuk belajar. Banyak guru sekolah dasar kurang memahami metode pembelajaran motorik yang menarik dan adaptif (Nurlaily et al., 2024).

Kekurangan area bermain fisik yang aman dan ruang terbuka hijau di lingkungan tempat tinggal anak-anak merupakan faktor utama yang berkontribusi pada masalah ini. Di dalam ruangan, anak-anak lebih banyak terlibat dalam aktivitas pasif seperti bermain video game atau menonton televisi. Hal ini menyoroti kebutuhan akan program intervensi di sekolah yang dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan motorik mereka secara menyenangkan dan terstruktur. Salah satu strategi adalah mengintegrasikan permainan edukatif ke dalam kurikulum, terutama permainan tradisional yang interaktif, mendorong gerakan fisik, dan mendalam dalam budaya asli anak-anak.

Memainkan permainan klasik seperti lompat tali, kejar-kejaran, petak umpet, atau lompat tali dapat menjadi cara yang indah untuk membantu anak-anak mengembangkan kemampuan motorik mereka (Fauzi et al., 2023). Permainan ini tidak hanya membuat anak-anak bergerak, tetapi juga membantu mereka menjadi komunikator yang lebih baik, pemimpin, dan pengelola emosi yang lebih baik. Permainan ini sangat cocok untuk lingkungan sekolah dasar karena dapat dengan mudah disesuaikan dengan ruang atau peralatan yang tersedia. Penggunaan permainan tradisional di kelas dapat meningkatkan minat anak-anak terhadap gerakan dan kemampuan mereka dalam menggunakan keterampilan motorik kasar dan halus (Dian Apriani, 2013; Utsman et al., 2018).

Untuk mempromosikan keterampilan motorik dasar menggunakan metode permainan edukatif yang menarik, organisasi layanan masyarakat sebaiknya memberikan pelatihan dan bimbingan kepada guru sekolah dasar dan siswa kelas bawah (Afandi et al., 2022). Melalui program ini, guru akan memahami pentingnya mengembangkan keterampilan motorik siswa, serta mendapatkan contoh latihan

gerakan yang sesuai usia dan mudah dilakukan, serta mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam permainan mereka sendiri. Kami yakin bahwa dengan menggunakan pendekatan ini, kita dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya aktivitas fisik sejak usia dini dan meningkatkan kualitas stimulasi gerakan di sekolah dasar.

Selain itu, terdapat korelasi antara kesiapan akademik dan perkembangan keterampilan motorik dasar. Kemahiran keterampilan motorik terkait dengan kesuksesan akademik yang lebih besar pada anak-anak, menurut penelitian (Fogel et al., 2023; Luz et al., 2015). Hal ini disebabkan karena aktivitas fisik anak-anak meningkatkan kemampuan otak mereka dalam mengatur emosi, fokus, dan fungsi eksekutif. Oleh karena itu, program ini dapat membantu pencapaian tujuan pendidikan dasar secara tidak langsung.

Kebijakan nasional, termasuk Program Sekolah Sehat dan Gerakan Hidup Sehat Masyarakat (GERMAS), keduanya mendorong peningkatan kesempatan untuk aktivitas fisik di sekolah. Inisiatif ini dipimpin oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Salah satu komponen kunci pedoman GERMAS adalah promosi olahraga di sekolah sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular sejak usia dini. Oleh karena itu, kegiatan sukarela ini membantu baik dalam perbaikan kesehatan jangka pendek maupun pendidikan kesehatan jangka panjang.

Mengingat hal di atas, tujuan dari kegiatan ini adalah: memberikan bimbingan dan saran kepada guru sekolah dasar mengenai berbagai latihan pengembangan keterampilan motorik. Bermain dengan permainan edukatif kepada anak-anak untuk membantu mereka mengembangkan kemampuan motorik dasar. Meningkatkan kesadaran orang tua, guru, dan siswa tentang pentingnya olahraga bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Tujuan program ini adalah untuk mengumpulkan sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam upaya kolaboratif untuk memberikan anak-anak kesempatan beraktivitas fisik yang sehat guna mendukung perkembangan optimal mereka.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan pelatihan dan latihan praktis bersama siswa sekolah dasar, guru kelas, atau guru pendidikan jasmani, serta orang tua sebagai mitra pendukung. Acara ini diselenggarakan di sekolah dasar negeri Ngeronggo 2 kota Kediri, Jawa Timur. Program ini berlangsung selama dua minggu dan mencakup tiga sesi tatap muka. Setiap sesi dirancang untuk berlangsung selama 60–90 menit, tergantung pada kondisi dan kesiapan peserta di lapangan.

1. Metodologi dan Rencana Pelaksanaan

Program ini menggunakan metodologi partisipatif-edukatif, di mana semua aktivitas dirancang untuk mendorong partisipasi aktif peserta (siswa dan guru) sepanjang proses. Strategi

ini dipilih untuk memastikan bahwa pengetahuan dan keterampilan yang ditransfer dapat segera diterapkan, sehingga menumbuhkan rasa kepemilikan terhadap program di sekolah. Strategi yang digunakan adalah:

- 1) Workshop Interaktif untuk guru dan orang tua
- 2) Aktivitas berbasis permainan untuk siswa
- 3) Model demonstrasi langsung dan latihan terbimbing

Kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik dasar yang meliputi:

- 1) Gerakan lokomotor: lari cepat, melompat, melangkah
- 2) Gerakan non-lokomotor: keseimbangan, rotasi tubuh, dan peregangan
- 3) Gerakan manipulatif: melempar, menangkap, menggiring bola

Kegiatan ini dipimpin oleh M. Akbar Husein Allsabab, pemimpin tim pelaksanaan kegiatan, yang mengawasi semua kegiatan, termasuk perencanaan, komunikasi dengan mitra pendidikan, dan pelaporan hasil. Sugito bertindak sebagai koordinator pelatihan guru dan orang tua, membuat materi pendidikan, dan memimpin diskusi interaktif selama sesi workshop. Wing Prasetya Kurniawan mengawasi pelaksanaan teknis kegiatan siswa di lapangan, yang mencakup desain stasiun kegiatan dan demonstrasi keterampilan motorik dasar. Rendhitya Prima Putra memfasilitasi proses observasi partisipatif, bertanggung jawab atas dokumentasi lapangan, termasuk foto dan video, dan aktif memfasilitasi permainan edukatif. Slamet Junaidi melakukan analisis kualitatif hasil wawancara, observasi, dan refleksi siswa, serta mensintesis interpretasi hasil kegiatan. Dwi Kurnia Shandy mengawasi penilaian kegiatan, termasuk pengumpulan dan pengolahan data dari pendidik dan peserta didik, serta pengamatan partisipasi siswa dalam setiap sesi. Secara bersamaan, Ferdian Tri Nugroho membuat alat bantu visual dan alat refleksi siswa.

Tabel 1. Peran Tim Pelaksana

No.	Nama	Peran dalam Kegiatan
1.	M. Akbar Husein Allsabab	Ketua Tim, Koordinator kegiatan, komunikasi dengan mitra sekolah, dan pelaporan akhir.
2.	Sugito	Koordinator Workshop guru & orang tua, penyusun materi edukatif.
3.	Wing Prasetya Kurniawan	Penanggung jawab teknis kegiatan siswa, perancang pos aktivitas & demonstrasi.
4.	Rendhitya Prima Putra	Fasilitator permainan edukatif, Pendamping onservasi partisipan.
5.	Slamet Junaidi	Analisis data, dan interpretasi kegiatan.
6.	Dwi Kurnia Shandy	Evaluasi dan pengumpul data.
7.	Ferdian Tri Nugroho	Pengembangan instrument refleksi dan alat bantu visual.

Setiap keterampilan diajarkan melalui aktivitas menarik yang diadaptasi dari permainan pendidikan dan tradisional, seperti lompat tali, bentengan, lompat tali, estafet bola, dan gobak sodor.

2. Tahap Kegiatan

a) Persiapan dan Koordinasi

Tim pelaksana melakukan observasi awal dan koordinasi dengan kepala sekolah dan guru kelas. Pada tahap ini, kebutuhan dan kesiapan sekolah untuk pelaksanaan aktivitas juga dievaluasi.

b) Pelatihan Guru dan Orang Tua

Guru mendapatkan pengarahan tentang pentingnya meningkatkan keterampilan motorik dasar dan metode untuk merancang latihan fisik yang menarik dan menyenangkan. Orang tua menerima pendidikan dasar untuk memfasilitasi dukungan mereka terhadap aktivitas fisik anak-anak di rumah.

c) Pelaksanaan Kegiatan untuk Siswa

Kegiatan utama melibatkan siswa dalam serangkaian aktivitas gerak. Siswa dibagi menjadi kelompok dan berputar di antara pos-pos aktivitas (station-based learning). Kegiatan ini dilakukan oleh tim pelaksana dengan dukungan guru kelas.

d) Penilaian dan Refleksi

Setelah kegiatan dilakukan refleksi kepada Guru dan siswa setelah latihan. Guru diminta untuk membuat rencana aktivitas fisik mingguan, sementara anak-anak mengisi kalender aktivitas gerakan harian bekerja sama dengan orang tua mereka.

Metode Pengumpulan Data

Untuk mendokumentasikan dan mengevaluasi keberhasilan kegiatan, digunakan beberapa instrumen dan metode:

- 1) Partisipasi observasional dalam aktivitas fisik siswa di setiap pos kegiatan
- 2) Wawancara semi-terstruktur dengan guru dan orang tua
- 3) Formulir refleksi siswa (dengan simbol ekspresi dasar)
- 4) Dokumentasi visual berupa foto dan video kegiatan.

Analisis Data

Data kualitatif dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi perubahan perilaku siswa, pemahaman Guru, dan penerimaan program di sekolah. Hasil studi ini menjadi dasar rekomendasi untuk keberlanjutan program di sekolah mitra dan replikasi di institusi lain.

Hasil dan Diskusi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat "Gerak Aktif di Sekolah Dasar" dilaksanakan di SDN Ngeronggo 2 Kota Kediri, dengan melibatkan 42 siswa kelas 1–3, 6 guru wali kelas, dan 30 orang tua siswa sebagai mitra pendukung. Seluruh kegiatan terlaksana dalam tiga tahap: pelatihan guru dan orang tua, aktivitas stimulasi gerak dasar siswa, serta evaluasi dan refleksi akhir. Berikut adalah hasil dari masing-masing tahapan:

1. Pelatihan Guru dan Orang Tua

Sesi pelatihan awal yang dilaksanakan selama 90 menit berhasil meningkatkan pemahaman guru mengenai pentingnya keterampilan motorik dasar. Kegiatan ini di berikan dengan mengumpulkan beberapa guru pada sekolah mitra dengan memberikan penjelasan untuk mendapatkan data yang kredibel.



Gambar 1. Koordinasi penyampaian kegiatan pemahaman guru terhadap pentingnya aktivitas fisik

Berikut data hasil kegiatan pemahaman guru terhadap pentingnya aktivitas fisik dalam mendukung perkembangan akademik anak.

Tabel 2. Peningkatan Skor Pemahaman Guru (Pra dan Pasca Kegiatan Pelatihan)

No	Inisial Guru	Skor Pra Pelatihan	Skor Pasca Pelatihan	Keterangan
1.	Guru A	65	90	Meningkat
2.	Guru B	60	85	Meningkat
3.	Guru C	65	90	Meningkat
4.	Guru D	65	85	Meningkat
5.	Guru E	60	85	Meningkat

6.	Guru F	70	90	Meningkat
7.	Guru G	65	85	Meningkat
8.	Guru H	60	90	Meningkat
Rata-rata		63,75	87,5	Meningkat

Skor ini diperoleh dari pre-test dan post-test menggunakan instrumen angket berisi 15 soal pilihan ganda dan 5 soal isian singkat yang mengukur pemahaman guru terkait keterampilan gerak dasar, fungsi aktivitas motorik dalam pembelajaran, serta implementasi permainan edukatif. Skor dikonversi ke skala 100. Berdasarkan kuesioner pra dan pasca pelatihan, terjadi peningkatan skor pemahaman guru dari rata-rata 63,75 menjadi 87,5 (skala 100). Materi pelatihan mencakup:

- 1) Teori keterampilan gerak dasar (lokomotor, non-lokomotor, manipulatif)
- 2) Strategi pembelajaran aktif di kelas bawah
- 3) Contoh permainan tradisional yang dapat dimodifikasi sebagai media pembelajaran PJOK

Guru mengaku baru menyadari bahwa beberapa permainan yang sering dimainkan anak-anak ternyata memiliki nilai edukatif motorik yang tinggi, seperti engklek untuk koordinasi dan keseimbangan, serta bentengan untuk melatih kelincahan dan keberanian.

Orang tua juga mengikuti sesi edukasi ringan berdurasi 45 menit. Respons mereka sangat positif; sebanyak 90% orang tua mengaku belum pernah mendapatkan informasi mengenai pentingnya aktivitas fisik dalam mendukung perkembangan akademik anak. Mereka juga menyambut baik Kalender Gerak Harian yang dibagikan, dan menyatakan akan mencoba mengisi bersama anak selama seminggu ke depan.

2. Aktivitas Gerak Dasar untuk Siswa

Pada sesi kegiatan utama, siswa dibagi menjadi lima kelompok kecil dan bergiliran mengunjungi lima pos aktivitas motorik:

- 1) Lari Zigzag dan Lompat Kon (lokomotor)
- 2) Engklek dan Berdiri Satu Kaki (keseimbangan)
- 3) Tangkap Bola Berpasangan (manipulatif)
- 4) Gobak Sodor Mini (reaksi dan kelincahan)
- 5) Estafet Bola dan Lompat Tali (kombinasi gerak)

Sebelum melakukan kegiatan siswa di berikan penjelasan mendalam terkait kegiatan dan proses pelaksanaannya, penyaringan permasalahan pada siswa juga di lakukan agar siswa dapat melakukan kegiatan dengan baik dan menghasilkan data yang kredibel.



Gambar 2. Koordinasi dengan siswa sebagai subjek data

Dari kegiatan yang di berikan kepada siswa pada pos-pos aktivitas fisik yang dilakukan, berikut data yang dihasilkan.

Tabel 3. Tingkat Keterlibatan Siswa Selama Kegiatan

Kategori Partisipasi	Jumlah Siswa	Persentase
Sangat Aktif dan Antusias	37	82%
Aktif Sebagian	6	13%
Pasif/Tidak Tertarik	2	4%
Total	45	100%

Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif selama kegiatan berlangsung. Tiga observer dari tim pelaksana menggunakan lembar observasi dengan skala kualitatif: "Sangat Aktif", "Aktif Sebagian", dan "Pasif/Tidak Terlibat". Setiap pos dilakukan selama 10–15 menit. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh tim pelaksana dan guru pendamping, sebanyak 82% siswa menunjukkan keterlibatan aktif dan antusias tinggi selama kegiatan. Anak-anak tampak senang bergerak, tertawa, dan berinteraksi dengan teman sekelompoknya.

Guru mencatat adanya perubahan perilaku pada siswa yang semula cenderung pasif di kelas. Beberapa siswa yang biasanya malu dan pendiam, terlihat aktif dan berpartisipasi dalam permainan tangkap bola dan memberikan semangat kepada teman-temannya. Hal ini mengindikasikan bahwa permainan motorik tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada perkembangan sosial dan emosional anak.

3. Evaluasi dan Refleksi

Pada akhir kegiatan, dilakukan refleksi bersama guru dan siswa. Guru diminta menyusun rencana aktivitas gerak mingguan dan mengidentifikasi aktivitas yang paling sesuai dengan konteks kelas masing-masing. Hasilnya, seluruh guru berhasil menyusun minimal dua aktivitas gerak baru yang akan diintegrasikan dalam pembelajaran tematik kelas rendah, seperti “lompat huruf vokal” dan “estafet berhitung”.

Tabel 4. Hasil Refleksi Siswa Terhadap Kegiatan

Ekspresi yang dihasilkan	Jumlah siswa	Persentase
Senang	39	87%
Biasa saja	5	11%
Bosan	1	2%
Total	45	

Kegiatan penyampaian refleksi kepada siswa di sampaikan memberi penjelasan secara mendalam terkait kegiatan yang telah dilakukan. Penyampaian pemahaman ini di berikan untuk mempertegas tujuan dari kegiatan ini kepada siswa,



Gambar 3. Penyampaian persepsi refleksi pada siswa

Setiap siswa diminta mengisi lembar refleksi sederhana menggunakan simbol ekspresi (😊 senang, 😐 biasa saja, 😞 bosan) yang mudah dipahami oleh siswa kelas 1–3. Sebuah lembar refleksi singkat yang diisi oleh 45 anak setelah sesi stimulasi keterampilan motorik dasar memberikan data tentang reaksi emosional siswa. Sebagian besar siswa menyukai aktivitas tersebut. Dari 39 siswa (87%) yang memilih simbol ekspresi gembira (😊) pada lembar refleksi, mereka melaporkan merasa sangat puas. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas tersebut menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, melibatkan siswa, dan membuat belajar menjadi menyenangkan. Lima siswa (11%)

mengklasifikasikan diri mereka sebagai “netral.” Meskipun kurang antusias, kelompok ini tetap berpartisipasi tanpa rasa tidak nyaman. Hanya 1 siswa (2%) yang mengatakan merasa “bosan,” kemungkinan disebabkan oleh kondisi fisik, kesulitan mengikuti instruksi, atau preferensi bermain game. Statistik ini menunjukkan bahwa strategi berbasis permainan edukatif untuk mempromosikan keterampilan motorik dasar sangat efektif dalam membangun keterlibatan emosional positif pada siswa, yang esensial untuk pembelajaran di sekolah dasar. Dukungan aktif guru dan lingkungan belajar kolaboratif antar teman sebaya mungkin berkontribusi pada mayoritas respons positif.

Orang tua juga memberikan umpan balik setelah satu minggu penggunaan Kalender Gerak Harian. Dari umpan balik yang diberikan mendapatkan beberapa data yang menunjukkan sebagai berikut. Penyampaian evaluasi dan refleksi kegiatan dilakukan secara Bersama dilakukan kepada orang tua siswa dan guru. Pada kegiatan ini juga diberikan penyampaian hasil kegiatan yang telah dilakukan.



Gambar 4. Pelaksanaan evaluasi dan refleksi pada kegiatan

Tabel 5. Tanggapan Orangtua Terhadap Gerak Harian

Tanggapan Orang tua	Jumlah Responden	Persentase
Anak lebih aktif bergerak di rumah	32	71%
Anak tertarik memainkan ulang permainan	37	82%
Orang tua merasa terbantu dengan aktivitas Gerak harian	40	89%
Total Responden.	45	

Setelah satu minggu penggunaan Kalender Gerak Harian, orang tua diminta mengisi kuesioner singkat (5 pertanyaan tertutup dan 2 pertanyaan terbuka). Setelah anak-anak mereka mengikuti program Gerakan Aktif di Sekolah Dasar dan menggunakan Kalender Gerakan Harian di rumah selama satu

minggu, 45 orang tua siswa kelas bawah mengisi kuesioner. Tanggapan positif dan dukungan untuk kelanjutan program ditemukan. Setelah kegiatan ini, 32 orang tua (71%) mengatakan anak-anak mereka lebih aktif di rumah. Anak-anak lebih sering bermain permainan fisik bersama orang tua dan secara individu. Selain itu, 37 orang tua (82%) menyatakan anak-anak mereka tertarik bermain hopscotch, lompat tali, dan gobak sodor. Permainan klasik dan gerakan instruktif dalam aktivitas ini menarik, sederhana, dan menyenangkan bagi siswa sekolah dasar. 40 orang tua (89%) mengatakan kalender aktivitas fisik harian bermanfaat bagi mereka.

Hasil kegiatan Gerak Aktif di Sekolah Dasar di sekolah dasar menunjukkan bahwa metode permainan edukatif yang berfokus pada keterampilan motorik dasar secara signifikan meningkatkan keterlibatan siswa, pemahaman guru, dan dukungan keluarga terhadap aktivitas fisik bagi anak-anak di pendidikan dasar. Pengamatan lapangan, refleksi siswa, dan masukan orang tua secara bersama-sama menunjukkan bahwa program ini tidak hanya menyenangkan tetapi juga transformatif secara pendidikan. Proporsi yang signifikan dari siswa yang melaporkan kesenangan dalam aktivitas (87%) menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang disajikan sebagai permainan memfasilitasi pengalaman belajar yang baik dan menyenangkan. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan anak, yang menyatakan bahwa pembelajaran lebih efektif ketika melibatkan komponen emosional seperti kesenangan, kenyamanan, dan keterlibatan aktif (Ghaida Yunita Rahmani et al., 2024; Goodway et al., 2019). Kesenangan anak-anak selama aktivitas terlihat melalui partisipasi aktif mereka di setiap stasiun permainan; bahkan mereka yang awalnya pasif mulai menunjukkan inisiatif untuk berinteraksi dan berkolaborasi dengan teman-teman mereka.

Faktor emosional, seperti kesenangan, kenyamanan, dan keterlibatan aktif siswa, meningkatkan efektivitas pembelajaran (Dapp et al., 2021). Ketika anak-anak merasa rileks dan bahagia, mereka cenderung kurang cemas dan lebih terbuka terhadap informasi baru. Merasa baik tentang diri sendiri membantu otak memproses informasi baru dengan lebih baik dengan menjembatani kesenjangan antara masukan pembelajaran dan pusat pemrosesan. Selain itu, ketika siswa berpartisipasi secara aktif, mereka dapat mengalami materi pelajaran secara langsung, yang meningkatkan kemampuan mereka untuk mengingat dan memahami materi tersebut. Oleh karena itu, mengembangkan perkembangan holistik anak-anak tidak hanya memerlukan teknik pengajaran, tetapi juga penciptaan lingkungan belajar yang ramah dan interaktif (Goodway et al., 2019).

Dari sudut pandang Guru, peningkatan skor pemahaman dari rata-rata 63,75 menjadi 87,5 setelah pelatihan menandakan transformasi dalam pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya meningkatkan

kemampuan motorik pada kelas awal. Siswa sekolah dasar kelas rendah mengalami masa perkembangan fisik yang cepat, sehingga sangat penting bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan motorik. Kemampuan untuk duduk tenang, menulis, dan mengikuti instruksi secara mandiri merupakan contoh keterampilan motorik yang baik yang berkontribusi pada kesiapan belajar (Valensia et al., 2025). Selain itu, saat berinteraksi dengan teman sekelasnya, anak-anak mengembangkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri melalui aktivitas motorik. Permainan edukatif dan aktivitas berbasis gerakan lainnya secara efektif mempromosikan perkembangan yang seimbang antara keterampilan motorik halus dan kasar (Honrubia-Montesinos et al., 2021). Oleh karena itu, stimulasi motorik tidak boleh dianggap sebagai kegiatan ekstrakurikuler, melainkan sebagai komponen inti dari pendidikan anak usia dini.

Guru memperoleh pengetahuan teoretis dan keterampilan praktis dalam mengembangkan aktivitas gerak yang sesuai untuk integrasi pembelajaran tematik. Hal ini menegaskan bahwa pelatihan berorientasi praktik sangat penting untuk memberikan guru keterampilan praktis, bukan hanya pengetahuan teoretis. Kegiatan pengasahan keterampilan dan penguatan keterampilan guru sangat penting untuk meningkatkan kompetensi guru, dan pengalaman sesuai dengan perkembangan teknologi dal ilmu (Fitriawati, 2024; Suwarga & Resmiati, 2023). Umpan balik orang tua sangat positif. 90% melaporkan manfaat dari Kalender Gerakan Harian, sementara delapan puluh dua persen menyatakan bahwa anak-anak mereka menunjukkan minat untuk mengulang permainan di rumah. Hal ini menunjukkan bahwa kurikulum melampaui lingkungan kelas dan berlanjut ke konteks keluarga.

Kegiatan ini menjembatani sekolah dan rumah, sekaligus meningkatkan pemahaman orang tua tentang pentingnya aktivitas fisik dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Hasil kegiatan ini sejalan dengan temuan penelitian lain yang menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar meningkatkan kebugaran fisik dan mempengaruhi kepercayaan diri, keterampilan sosial, serta kesiapan belajar anak-anak (Ghaida Yunita Rahmani et al., 2024; Utsman et al., 2018). Oleh karena itu, metode yang digunakan dalam kegiatan ini relevan untuk diterapkan di sekolah dasar lain sebagai bagian dari upaya meningkatkan pendidikan karakter dan mempromosikan kesehatan anak sejak dini.

Kesimpulan

Hasil utama kegiatan ini menunjukkan bahwa mengajarkan keterampilan motorik kepada siswa kelas bawah sekolah dasar melalui penggunaan permainan edukatif merupakan strategi yang berhasil. Sebanyak 85,7% siswa berpartisipasi secara aktif, dan 87% dari mereka menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap kegiatan tersebut. Setelah menerima pelatihan, skor guru mengenai pentingnya stimulasi

motorik meningkat secara signifikan, dengan rata-rata 87,2 dari total 65,4. Selain itu, orang tua lebih terlibat dalam mendorong aktivitas fisik di rumah; 89% orang tua mengatakan kalender harian sangat membantu, dan 82% mengatakan anak-anak mereka ingin memainkan permainan tersebut lagi di rumah. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis permainan edukatif membantu anak-anak belajar dan juga membantu guru dan keluarga bekerja sama untuk menjadikan kelas sebagai tempat yang lebih sehat, aktif, dan seimbang bagi anak-anak.

Daftar Referensi

- Afandi, A., Laily, N., Wahyudi, N., Umam, M. H., Kambau, R. A., Rahman, S. A., Sudirman, M., Jamilah, Kadir, N. A., Junaid, S., Nur, S., Parmitasari, R. D. A., Nurdiyanah, Wahyudi, J., & Wahid, M. (2022). Metodologi Pengabdian Masyarakat. In Suwendi, A. Basir, & J. Wahyudi (Eds.), *Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Kementerian Agama Republik Indonesia* (1, Vol. 4, Issue 1). Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Kementerian Agama Republik Indonesia.
- Arifah, N. H., Harfah, M. F. K., Wahyuningtias, R., & Mustar, Y. S. (2023). Eskalasi Aktivitas Fisik dan Keterampilan Motorik Anak Melalui Permainan Olahraga Usia Dini. *Abimanyu: Journal of Community Engagement*, 4(2), 21–27. <https://doi.org/10.26740/abi.v4n2.p21-27>
- Dapp, L. C., Gashaj, V., & Roebers, C. M. (2021). Physical activity and motor skills in children: A differentiated approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 54(March), 101916. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101916>
- Dian Apriani. (2013). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B RA Al Hidayah2 Tarik Sidoarjo. *PAUD Teratai*, 2(1), 1–13.
- Fauzi, R. A., Mulyanto, R., & Lengkana, A. S. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri Budiharja. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 301–312. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.7612>
- Fitriawati. (2024). Pentingnya Pelatihan Kompetensi Guru dalam Menghadapi Tantangan Pendidikan Masa Kini. *Pendidikan Tematik*, 5(3), 258–265.
- Fogel, Y., Stuart, N., Joyce, T., & Barnett, A. L. (2023). Relationships between motor skills and executive functions in developmental coordination disorder (DCD): A systematic review. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 30(3), 344–356. <https://doi.org/10.1080/11038128.2021.2019306>
- Ghaida Yunita Rahmani, Riski Septiadevana, Henanda Nur Rizki, & Muhammad Hasan Abdillah. (2024). Perkembangan Motorik Pada Siswa Sekolah Dasar Usia 7 - 8 Tahun. *Tadzkirah : Jurnal Pendidikan*

- Dasar, 8(1), 13–23. <https://doi.org/10.55510/tadzkirah.v8i1.270>
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults: Infants, Children, Adolescents, Adults*. Jones & Bartlett Learning. <https://books.google.co.id/books?id=h5KwDwAAQBAJ>
- Honrubia-Montesinos, C., Gil-Madrona, P., & Losada-Puente, L. (2021). Motor development among spanish preschool children. *Children*, 8(1). <https://doi.org/10.3390/children8010041>
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J., Raine, L., & Biddle, S. (2016). Physical Activity for Cognitive and Mental Health in Youth: A Systematic Review of Mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>
- Luz, C., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2015). The relationship between motor coordination and executive functions in 4th grade children. *European Journal of Developmental Psychology*, 12(2), 129–141. <https://doi.org/10.1080/17405629.2014.966073>
- Nurlaily, K. S. D., Noordia, A., Sudijandoko, A., Sulistyarto, S., & Susanto, I. H. (2024). Pengaruh Latihan Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Agility Pada Siswa Sekolah Dasar. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 12(1), 9–23. <https://doi.org/10.32682/bravos.v12i1/2>
- Soewondo, S. (2018). *Perkembangan Motorik pada Anak*. Gramedia.
- Suwarga, G., & Resmiati, A. R. (2023). Pengaruh Pendidikan dan Pelatihan terhadap Kinerja Guru. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2), 2583–2596. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v4i2.635>
- Utsman, A. F., Nikmah, R., & Rohana. (2018). PERAN PERMAINAN TRADISIONAL DALAM MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 DI RA AL FATTAH PACING PARENGAN TUBAN. *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(II), 132–141.
- Valensia, V., Nata, A. D., & Sanusi, R. (2025). The Effect Of Physical Activity And Motor Skills On Social Interaction In Children Aged 3-5 Years. *Journal Physical Health Recreation (JPHR) Volume*, 5(2), 394–402.