



PELATIHAN MOTORIK BAGI GURU PJOK SD SE- KAPANEWON IMOGIRI BANTUL

Sujarwo^{1*}, Ridho Gata Wijaya², Nurul Huda³, Samsul Arifin⁴

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

⁴ Universitas Pertahanan Republik Indonesia, Indonesia

*Korespondensi : jarwo@uny.ac.id

ABSTRACT

The problem experienced by Mira in this case is the Elementary School Physical Education Teacher in Imogiri Sub-district, Bantul is the low knowledge of teachers in developing motor skills/movement of students. The purpose of this community service is to educate elementary school physical education teachers in Imogiri Sub-district in developing motor skills of students both fine motor skills and gross motor skills. The service method is with lectures and interactive discussions between resource persons and participants about the material of motor development concepts, gross motor skills and fine motor skills. The Community services result based on the pre-test and post-test questions about teacher knowledge, the average pre-test result was 76.33 and after being given training and the average post-test result was 90.33. There was an increase in the knowledge of elementary school physical education teachers in Imogiri Sub-district about the development of motor skills of students. Of the 30 participants, 3 did not meet the service target because their scores were below 80. The conclusion of community service about motor development can increase the knowledge of elementary school physical education teachers in developing motor skills of students.

Keywords: Community service, Motoric; Physical education teacher.

ABSTRAK

Permasalahan yang dialami oleh mira dalam hal ini Guru PJOK Sekolah Dasar di Kapanewon Imogiri Bantul adalah rendahnya pengetahuan guru dalam mengembangkan motorik/gerak peserta didik. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengedukasi guru PJOK SD di kapanewon Imogiri dalam mengembangkan gerak motorik peserta didik baik motorik halus, maupun motorik kasar. Metode pengabdian dengan ceramah dan diskusi interaktif antara narasumber dengan peserta tentang materi konsep perkembangan motorik, motorik kasar dan motorik halus. Hasil pengabdian berdasarkan skor pre test dan post test soal tentang pengetahuan guru, diperoleh hasil rerata pre test: 76.33 dan setelah diberikan pelatihan dan hasil rerata post test yaitu: 90.33. Terjadi peningkatan pengetahuan Guru PJOK SD di Kapanewon Imogiri tentang pengembangan motorik peserta didik. Dari 30 orang peserta yang 3 orang tidak sesuai target pengabdian karena skornya dibawah 80. Kesimpulan pengabdian kepada masyarakat tentang pengembangan motorik dapat meningkatkan pengetahuan guru PJOK Sekolah Dasar dalam mengembangkan kemampuan motorik peserta didik.

Kata Kunci: Pelatihan; Motorik; Guru PJOK.



PENDAHULUAN

Kemampuan motorik peserta didik saat ini menjadi suatu tantangan bagi guru PJOK, orang tua juga mengeluh putra-putrinya enggan untuk bergerak dengan adanya gadget dan juga media sosial lainnya. Dampak kurang gerak peserta didik khususnya pada anak Sekolah Dasar adalah menurunnya imunitas, kemampuan motorik rendah, kesehatan menurun, hasil belajar menurun, anak mengalami kecemasan. Potensi peserta didik dalam hal ini anak-anak usia Sekolah Dasar di Kecamatan Imogiri sangat diuntungkan dengan letak geografis secara kemampuan motorik harusnya lebih bagus dibandingkan dengan peserta didik yang tinggal di daerah kota atau dekat laut. Kontur alam dan medan didekat pegunungan seribu maka anak-anak Sekolah Dasar memiliki komponen fisik yang baik. Permasalahan yang terjadi adalah bagaimana mengatur porsi belajar gerak peserta didik baik di rumah ataupun di sekolah. Perlu adanya pembagian waktu kapan bermain dengan gadget dan bergerak dengan mengoptimalkan kemampuan motorik. Mitra pengabdian dalam hal ini KKG PJOK Sekolah Dasar di Kapanewon Imogiri terdiri atas 33 orang. Tiga permasalahan mitra yang dirangkum dari hasil wawancara awal pengabdian dengan guru PJOK di Kapanewon Imogiri adalah 1) perkembangan motorik atau gerak anak SD sesuai dengan zamannya; 2) keterampilan motorik halus yang ideal seperti apa?; dan 3) keterampilan motorik kasar yang seharusnya seperti apa? Mitra dalam pengabdian ini adalah KKG PJOK Sekolah Dasar di Kapanewon Imogiri Bantul dengan jumlah 30 orang guru. Kondisi secara ekonomi tergolong menengah ke atas dikarenakan banyak di antara mereka yang sudah PNS, P3K dan hanya beberapa yang masih honorer. Secara aksesibilitas mitra mudah dijangkau dari letak geografis antara sekolah, hanya untuk melaksanakan pembelajaran PJOK beberapa sekolah terkendala oleh lapangan atau daerah yang kosong untuk pembelajaran. Untuk akses informasi sangat mudah karena terletak di daerah yang dekat dengan pusat kota kabupaten dan sudah tergolong maju wilayahnya. Hanya masih terdapat beberapa sekolah yang terpencil di pereng sisi pegunungan Imogiri dengan perbatasan Gunung Kidul.

Secara konsep permasalahan perkembangan motorik terkini peserta didik di level Sekolah Dasar adalah munculnya pola atau kebiasaan kurang gerak atau sedentary lifestyle sehingga motorik mereka akan terganggu. Menurut Sriyanah, dkk (2023) bahwa perkembangan maksimal keterampilan motorik halus terjadi pada usia 6-12 Tahun. Salah satu indikator terjadinya perkembangan menyeluruh pada peserta didik adalah berkembangnya keterampilan motorik halus (Bukva & Memisevic, 2024). Pembelajaran dengan pengalaman langsung gerakan dalam suatu permainan memberikan dampak yang signifikan untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik (Komaini, dkk, 2019). Perkembangan motorik baik secara proses maupun produk dipengaruhi oleh berbagai hal yang saling berkaitan (Jones & Barlett, 2026). Bermain merupakan media yang bagus untuk perkembangan motorik (Trawick-Smith, 2026). Keterampilan motorik halus adalah suatu keterampilan gerak yang menggunakan otot kecil yang dilakukan secara presisi dan kontrol tinggi dalam pelaksanaannya (Little-Hayes, 2026). Keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan yang sangat penting untuk mengembangkan keterampilan seseorang (NHS Forth Valley, 2026). Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh faktor individu, masing-masing memiliki pola perkembangan yang berbeda (Hasbro Children's Hospital, 2026). Keterampilan motorik kasar dapat dikembangkan melalui permainan tradisional (Nissa, dkk, 2020). Koordinasi dan kontrol gerak pada anak perlu dikembangkan untuk anak dapat memiliki gerakan yang terkontrol dengan baik (Elizabeth, & Barnett, 2011).



METODE

Tim pengabdian melakukan koordinasi tentang pengabdian yang akan dilakukan sesuai dengan bidang keilmuan. Tim pengabdian melakukan survei tentang permasalahan dan juga mitra yang akan diajak kerjasama dalam pengabdian. Tim pengabdian mengkaji dan berkoordinasi dengan mitra dan mengumpulkan materi untuk bahan memberikan solusi kepada mitra. Pelaksanaan pengabdian kepada mitra. Evaluasi dan pendampingan terhadap mitra setelah dilaksanakan pengabdian. Metode tahapan pelaksanaan pengabdian: a) Sosialisasi Untuk tahap sosialisasi pengabdian tim akan membuat leaflet kegiatan pengabdian kepada masyarakat agar mitra mengetahui kegiatan ini; b) Pelatihan dilaksanakan dengan teori, untuk teori akan dilaksanakan di ruang pertemuan SD; c) Penerapan teknologi dalam hal ini adalah konsep perkembangan motorik, ketrampilan motorik halus dan ketrampilan motorik kasar yang disusun menjadi modul ajar; d) Pendampingan dilaksanakan secara kontinyu selama berjalannya proses pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan kerjasama kedua belah pihak, evaluasi dengan menggunakan tes baik pre test maupun post test; Keberlanjutan program Program berlanjut dengan materi atau dengan subjek masalah yang lain yang dibutuhkan oleh mitra. Partisipasi mitra sebelum kegiatan adalah menyampaikan permasalahan yang dihadapi di lapangan kepada tim pengabdian untuk diberikan solusi terbaik. Pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian mitra berpartisipasi aktif dalam kegiatan dengan diskusi dan melakukan aktif dalam kegiatan. Setelah kegiatan mitra mengimplementasikan materi dalam pengabdian atau solusi yang diberikan. Evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program, keberhasilan program pengabdian dengan menggunakan tes pengetahuan peserta yang akan dilaksanakan sebelum kegiatan dan setelah kegiatan, dan target nilai di atas 80 bagi semua peserta. Peningkatan pengetahuan peserta dengan diuji t.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian berdasarkan skor pre test dan post test soal tentang pengetahuan guru, diperoleh hasil rerata pre test: 76.33 dan setelah diberikan pelatihan dan hasil rerata post test yaitu: 90.33. Terjadi peningkatan pengetahuan Guru PJOK SD di Kapanewon Imogiri tentang pengembangan motorik peserta didik. Dari 30 orang peserta yang 3 orang tidak sesuai target pengabdian karena skornya dibawah 80.

a. Pelaksanaan Kegiatan PKM di SD Sriharjo Imogiri

Kegiatan dilaksanakan sehari bertempat di ruang pertemuan SD Sriharjo Imogiri. Materi disampaikan oleh narasumber yaitu: Materi Konsep Perkembangan Motorik bagi anak Sekolah Dasar; Materi *Gross Motor Skill*; Materi *Fine Motor Skill*. Berikut dokumentasi setelah kegiatan pengabdian terlaksana:

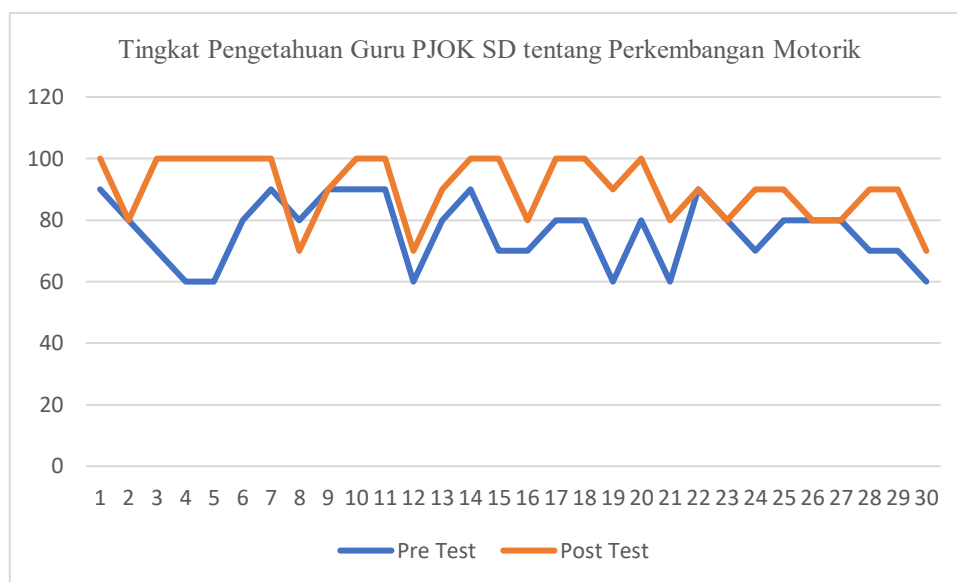


Gambar 1. Foto bersama pemateri dan peserta PKM.



Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung lancar, terdapat beberapa pertanyaan tentang materi pengabdian, di antaranya sebagai berikut: 1) Penerapan secara praktek di lapangan tentang motorik seperti apa? 2) seperti apa modul ajar PJOK untuk mengembangkan motorik anak? dan 3) Bagaimana teknik pengembangan pembelajaran PJOK bagi peserta didik inklusi?

Tabel 1. Hasil Tes Pengetahuan Guru PJOK SD Kapanewon Imogiri



Hasil tes tingkat pengetahuan guru PJOK SD sebelum dan sesudah diberikan pelatihan tentang perkembangan motorik adalah sebagai berikut: skor rerata pre test adalah: 76.33, sedangkan post test adalah: 90.33. Peningkatan pengetahuan guru sebesar 14% merupakan suatu peningkatan yang signifikan. Walaupun demikian target tim pengabdian belum sepenuhnya sukses hal ini dikarenakan terdapat 3 orang yang mendapatkan skor di bawah 80.

Berdasarkan hasil pengabdian dapat dibahas tentang pengetahuan guru PJOK tentang konsep perkembangan motorik, hal ini sesuai dengan penelitian Mustafa & Sugiharto (2020) bahwa pertumbuhan dan perkembangan motorik dikembangkan melalui pembelajaran PJOK di sekolah. Salah satu penyakit dampak kurang gerak yang dialami oleh anak dengan kurang bergerak adalah hipokinetik, hal ini sesuai dengan (Herliana, dkk, 2023). Antropometri digunakan sebagai salah satu alat ukur tinggi badan dalam perkembangan motorik anak, hal ini sesuai dengan penelitian (Rosidi & Syamsianah, 2012), Komponen biomotor yang harus dimiliki anak Sekolah Dasar, di antaranya koordinasi, keseimbangan dan kecepatan hal ini sesuai dengan penelitian (Fahmi, dkk, 2017). kemampuan motorik halus dan contohnya.



SIMPULAN

Kesimpulan pengabdian kepada masyarakat ini menemukan bahwa pengembangan motorik dapat meningkatkan pengetahuan guru PJOK Sekolah Dasar dalam mengembangkan kemampuan motorik peserta didik. Harapannya kegiatan ini dapat diberlakukan di wilayah yang berbeda dan melalui kegiatan yang berkelanjutan dan digunakan pada jenjang pendidikan yang berbeda.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan dana pengabdian kepada masyarakat ini. Berikutnya kami sampaikan juga kepada para guru PJOK SD/MI se Kapanewon Imogiri telah bersedia belajar bersama menjadi peserta dalam kegiatan PKM DLK motorik ini.

DAFTAR REFERENSI

- Sriyanah, Dkk. (2023). Development Of Fine Motor Skills And Language In Infants Aged 6-12 Months At Puskesmas Karuwisi, Makassar City. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan, Volume 8, Nomer 3*, DOI: 10.30604/Jika.V8i3.2145.
- Bukva, A, and Memisevic, H. (2024). Development of fine motor skills in elementary school students: Gender and age effects. *Multidisciplinari Pristupi U Edukaciji I Rehabilitaciji. Development of Fine Motor Skills*, 6(8), 14-22. DOI: 10.59519/mper6202.
- Komaini, dkk. (2019). Improving Children's Motor Skills with Experiential Learning-Based Games. *Proceedings of the 1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019). Advances in Health Sciences Research*, volume 35.
- Jones and Barlett. (2026). Selected Factors Related to Motor Development. *Chapter 4. Not for sale or distribution*.
- Trawick-Smith, J. (2026). The Physical Play and Motor Development of Young Children: A Review of Literature and Implications for Practice. *Center for Early Childhood Education Eastern Connecticut State University*.
- Little-Hayes, P. (2026). Motor Development. *Occupational Therapy and Physical Therapy Therapeutic Recreation. Cincinnati Childrens*.
- NHS Forth Valley. (2026). Gross Motor Skill. *Children's Occupational Therapy*.
- Hasbro Children's Hospital. (2026). *Fine and Gross Motor Skill Development. The Pediatric Division of Rhode Island Hospital*.
- Nissa, dkk. (2020). Gross Motor and Social Development of Children Development Media of Traditional Jumping Rope Modification Game. *International Journal for Educational and Vocational Studies*, 2 (9), 776-783 Volume 2, Number 9. DOI: <https://doi.org/10.29103/ijevs.v2i9.2706>.
- Elisabeth, L. and Barnett, A. (2011). Movement difficulties in children. *Psychologist*, 24 (1), pp. 34-37.
- Mustafa, P. S; & Sugiharto. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Jurnal Sporta Saintika. Volume 5, Nomor 2*.
- Herliana, M.N; Rubiana, I; Indrawan, B; & Mulyana, F.R. (2023). Sosialisasi Bahaya Penyakit Hipokinetik terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak pada Guru dan Orang Tua KOPER dan TAAM di Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya. *JPOM Vol 4 No 1, hal 34-39*.
- Rosidi, A; & Syamsianah, A. (2012). Optimalisasi Perkembangan Motorik Kasar Dan Ukuran Antropometri Anak Balita Di Posyandu "Balitaku Sayang" Kelurahan Jangli Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Jurnal UNIMUS. Seminar Hasil-Hasil Penelitian – LPPM UNIMUS*.



Fahmi, D. A; Bertika, K; Hudah, M; & Pradipta, G.D. (2017). Profil Kondisi Fisik Siswa Sekolah Dasar Dalam Pelaksanaan Kurikulum 2013 Di Kabupaten Pemalang. *Jendela Olahraga, Volume 2 Nomer 1*.