

Received: 4 Juli 2021

Accepted: 16 Agustus 2021

Published: 16 Agustus 2021

Article DOI:

Pelatihan Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Dikelurahan Margamulya

Times New Roman, Font Size 14 and Bold

Juli Candra¹

*Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
juli.candra@dsn.ubharajaya.ac.id*

Suharjuddin²

*Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
suharjuddin@dsn.ubharajaya.ac.id
Rejal wijaya
Rejal.wijaya18@mhs.ubharajaya.ac.id*

Abstrak

Abstrak ditulis melingkupi 200-500 words. Font Size 12, Times New Roman.

Penyebaran covid 19 yang menyebabkan terjadinya pembatas aktifitas yang dilakukan oleh masyarakat khususnya dalam proses pembelajaran. Pemerintah melalui Kementerian Pendidikan melakukan aturan untuk proses belajar mengajar dilakukan secara daring dari rumah masing – masing. 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 siswa sekolah dasar. Rendahnya kemampuan motorik kasar siswa dikarenakan kurangnya kegiatan praktek pembelajaran olahraga yang dialami siswa sehingga kualitas gerak motorik kasar yang dilakukan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat adalah meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa sekolah dasar sesuai dengan tumbuh kembang siswa serta membantu peningkatan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor serta meningkatkan kesegaran jasmani yang dimiliki oleh masing – siswa dengan memberikan pelatihan secara kontiniu lebih kurang 12 kali pertemuan dengan jangka waktu tiga bulan. Trobosan yang dilakukan dalam proses kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan media pembelajaran yang diberi nama PEMBAL. Media pembelajaran PEMBAL merupakan hasil sebuah inofasi yang diciptakan yang bertujuan untuk membantu peningkatan kemampuan motorik kasar khususnya untuk siswa sekolah dasar. Selama kegiatan abdimas dilakukan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa dengan baik serta dapat meningkatkan imunitas tubuh dalam menghibari penyebaran virus corona. Selama kegiatan abdimas dilakukan dapat meningkatkan kemampuan hasil motorik kasar siswa yang pada tes awal denga rata – rata 63,4 kemudian dilakukan kegiatan secara terstruktur dalam peningkatan kemampuan motorik kasar maka hasil yang dicapai dengan nilai rata rata 87,5. Jadi media pembelajaran pembal dalam kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa sekolah dasar di kelurahan marga mulya kota bekasi.

Kata Kunci: Peningkatan, motorik siswa Sekolah Dasar di Margamulya

Pendahuluan

Pendahuluan harus ada di bagian ini. Font Size 12, Times New Roman.

Pada saat sekarang ini seluruh dunia dihantui dengan penyebaran covid 19 yang menyebabkan terjadinya pembatas aktifitas yang dilakukan oleh masyarakat khususnya dalam proses pembelajaran. Pemerintah melalui Kementrian Pendidikan melakukan aturan untuk proses belajar mengajar dilakukan secara daring dari rumah masing – masing. 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 dasar. Kami melakukan kegiatan obserfasi kepada siswa sekolah dasar yang ada di Kelurahan Marga Mulya dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani khususnya pada kemampuan Motorik Kasar, hasilnya kemampuan siswa belum sesuai dengan tumbuh kembang karena proses pembelajaran Pendidikan Jasmani yang dilakukan secara daring belum sesuai dengan harapan sehingga sangat berdampak terhadap penurunan kemampuan Motorik Kasar dan menurunnya kebugaran jasmani yang dimiliki oleh masing – masing siswa. Melihat kondisi seperti itu Tim Abdimas FIP UBJ bekerjasama dengan Guru Penjas Sekolah Dasar dan Karang Taruna Marga Mulya mencari solusi untuk meningkatkan kemampuan Motorik Kasar siswa sekolah dasar yang ada diwilayah Kelurahan Marga Mulya. Kami melihat kemampuan Motorik Kasar siswa belum sesuai dengan tumbuh kembang masing – masing siswa dikarenakan minimnya aktifitas fisik yang dilakukan serta belum adanya media pembelajaran yang menunjang proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk siswa sekolah dasar dapat berjalan dengan baik. Untuk memperoleh kemampuan Motorik Kasar yang baik perlu adanya sebuah kegiatan aktifitas yang dilakukan secara kontiniu supaya kemampuan fisik siswa dapat terlatih dengan baik dan berpengaruh terhadap kualitas kebugaran yang dimiliki oleh siswa sehingga membantu tumbuh kembang siswa terutama dalam peningkatan kecerdasan kognitif, afektif 2 dan psikomotor. Namun untuk menunjang proses pembelajaran pendidikan jasmani perlu adanya sebuah proses latihan secara rutin dan berkelanjutan yang dapat melatih kemampuan motorik kasar siswa. Untuk membantu menyelesaikan masalah yang terjadi terhadap siswa sekolah dasar di kelurahan marga mulya Fakultas Ilmu Pendidikan melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pelatihan peningkatan kemampuan motorik kasar terhadap siswa sekolah dasar dalam peningkatkan kebugaran jasmani serta mengembangkan kecerdasan kognitif, afektif dan psikomotor

Metode

Detail dari metode yang dipakai harus ada di bagian ini. Font Size 12, Times New Roman.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah dengan memberikan pelatihan langsung kepada siswa terkait peningkatan kemampuan motorik kasar. Goldstsein dan Gressner (1988) dalam Trianto (2007, hlm. 6) mendefinisikan pelatihan sebagai usaha sistematis untuk menguasai keterampilan, peraturan, konsep, ataupun cara berperilaku yang berdampak pada peningkatan kinerja. Selanjutnya menurut Dearden (1984) dalam R Nuryani (2005, hlm.7) yang menyatakan bahwa pelatihan pada dasarnya meliputi proses belajar mengajar dan latihan bertujuan untuk mencapai tingkatan kompetensi tertentu atau efisiensi kerja. Dari dafenisi diatas dapat kita liat bahwa metode pelatihan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat merupakan sebuah usaha peningkatan keterampilan dalam pelaksanaan motorik kasar oleh siswa sekolah dasar sehingga kualitas gerak yang dihasilkan siswa 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 sepuluh langkah pengelolaan pelatihan menurut Sudjana (2012, hlm.17) :

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 siswa sekolah dasar yang ada di sekitar kelurahan marga mulya supaya dapat mengikuti kegiatan peningkatan motorik kasar. Untuk penguatan supaya siswa dapat bergabung kami melakukan kerjasama dengan guru penjas disekitar sekolah dasar di kelurahan marga mulya dan karang taruna marga mulya.

b. Identifikasi kebutuhan dalam proses kegiatan abdimas, kami akan mengidentifikasi apa saja yang dibutuhkan dalam proses kegiatan abdimas terkait pelatihan peningkatan kemampuan motorik kasar 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 motorik kasar siswa sekolah dasar dikelurahan marga mulya.

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.

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. Kami dari tim abdimas selama tiga bulan pelaksanaan kegiatan abdimas akan merancang pelaksanaan kegiatan selama 16 kali pertemuan dengan rentang waktu tiga 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 keterampilan motorik kasar kepada siswa untuk melihat sejauh mana kemampuan awal yang dimiliki oleh setiap masing – masing individu.

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 siswa wajib mengikuti setiap arahan dan bimbingan yang diberikan terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar. Siswa melakukan kegiatan latihan menggunakan media pembelajaran PEMBAL yang sudah dirancang dengan program pelaksanaan 12 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.

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat selama tiga bulan pelaksanaan dengan 12 kali pertemuan diharapkan nantinya setiap siswa dapat melakukan semua proses yang telah direncanakan supaya memberikan dampak positif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa serta peningkatan kemampuan kebugaran jasmani masing – masing individu.

Dalam proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kami akan melakukan praktek secara langsung dari setiap metode yang telah dibuat untuk proses pelaksanaan 12 kali pertemuan sehingga bisa melihat dan memantau langsung proses setiap kegiatan yang

dilakukan oleh siswa. Berikut kami lampirkan rancangan proses latihan pengembangan motorik kasar yang akan di buat.

NO	Motorik Kasar	Materi Kegiatan	Pelaksanaan
1	Gerak Lokomotor	1. Kemampuan berjalan 2. Kemampuan melompat 3. Kemampuan berlari 4. Kombinasi	Bermain dan inquiri learning
2	Gerak Non Lokomotor	5. menekuk, mendorong, menarik 6. mengangkat, menurunkan, melipat, memutar 7. mengocok, melingkar, melambungkan 8. Kombinasi semua unsur gerak	Bermain dan inquiri learning
3	Gerak Manipulatif	9. melontarkan, memukul, menendang 10. menangkap, mengumpulkan, mengambil 11. bawa, memantul-mantulkan 12. kombinasi semua kegiaitan	Bermain dan inquiri learning

Dalam proses pelaksanaan kegiatan abdimas juga melibatkan mahasiswa pendidikan kepelatihan olahraga. Mahasiswa bertugas mengawasi setiap siswa supaya proses pelaksanaan kegiatan dapat pelatihan dapat berjalan dengan lancar supaya hasilnya dapat diperoleh sesuai dengan apa yang diharapkan. Serta penyiapan tempat, perizinan serta keamanan dalam proses pelaksanaan selama abdimas dibantu langsung oleh anggota karang tarunan kelurahan marga mulya.

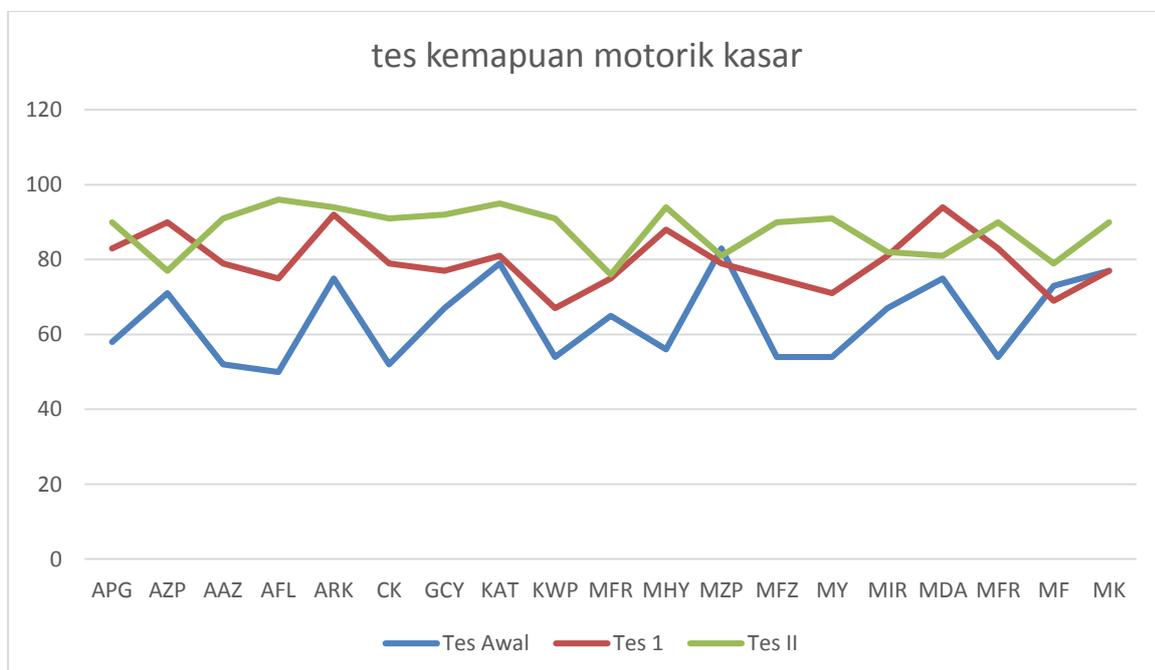
Hasil dan Pembahasan

Font Size 12, Times New Roman.

Dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat untuk melihat hasil dari sejauhmana perkembangan dan capaian terhadap perkembangan motorik kasar siswa, kami melakukan 3 kali tes yang pertama dilakukan tes awal sebelum melakukan kegiatan, kemudian dilakukan tes yang kedua pada pertemuan yang ke 7 dan tes yang terakhir dilakukan pada pertemuan yang ke 12. Berikut hasil tes kemampuan motorik kasar siswa dengan analisis teknik kemampuan motorik kasar siswa.

siswa	tes awal	tes 1	tes 2
APG	58	83	90

AZP	71	90	77
AAZ	52	79	91
AFL	50	75	96
ARK	75	92	94
CK	52	79	91
GCY	67	77	92
KAT	79	81	95
KWP	54	67	91
MFR	65	75	76
MHY	56	88	94
MZP	83	79	81
MFZ	54	75	90
MY	54	71	91
MIR	67	81	82
MDA	75	94	81
MFR	54	83	90
MF	73	69	79
MK	77	77	90
NKH	52	73	79
Rata	63,4	79,4	87,5



Dari hasil data diatas dapat kita lihat bahwa kemampuan motorik kasar pada tes awal yang dimiliki oleh siswa SD di kelurahan marga mulya dengan rata – rata 63,4 kemudia dilakukan kegiatan peningkatan kemampuan motorik dengan menggunakan media pembal dan hasil yang diperoleh dengan tara – rata 79,4. Melihat hasil ini tim abdimas sepakat untuk menambah samapai 12 kali petemuan dan hasil tes yang diperoleh 87,5. Dari hasil tersebut kegiatan

pengabdian masyarakat dengan menggunakan media pembelajaran PEMBAL dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa 87,5

Simpulan dan rekomendasi

Kesimpulan harus ada di bagian ini. Font Size 12, Times New Roman.

Dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dikelurahan marga mulya kota bekasi terhadap siswa sekolah dasar, setelah dilakukan kegiatan secara kontiniu dan terprogram secara baik selama 12 kali pertemuan terdapat peningkatan yang signifikan dalam peningkatan kemampuan motorik kasar siswa serta secara otomatis dapat meningkatkan kemampuan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar dikelurahan marga mulya kota bekasi.

Daftar Pustaka

Nuryani R. (2005). *Strategi Belajar Mengajar*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Muhibbun Syah, *op. cit.*, h.126.

Sudjana, D. (2012). *metode dan teknik pembelajaran partisipasif*. Bandung: Nusantara Pres

Slamet Riyadi. *Pemrosesan Informasi Dalam Belajar Gerak*, Jurnal Ilmiah SPIRIT, ISSN; 1411-8319 Vol. 11 No. 2 Tahun 2011. h. 2-3.

Trianto. 2007. *Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

DOKUMENTASI KEGIATAN ABDIMAS



Kegiatan Peningkatan Motorik Kasar



PEMBERIAN MATERI TEKNIK DASAR MOTORIK KASAR



Pengembangan Motorik Kasar dengan media PEMBAL



Pengembangan Motorik Kasar dengan media PEMBAL



Pengembangan Motorik Kasar dengan media PEMBAL



Pengembangan Motorik Kasar dengan media PEMBAL