

**LAPORAN KEGIATAN PPM**



**JUDUL KEGIATAN**

**PELATIHAN PENYUSUNAN MODEL PEMBELAJARAN FISIK-MOTORIK BAGI  
GURU TAMAN KANAK-KANAK DI KABUPATEN KLATEN JAWA TENGAH**

Oleh:

Prof. Dr. Suharjana, M.Kes  
Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd  
Dr. Ria Lumintuarso, M.Si

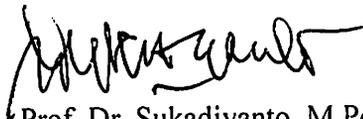
Kegiatan ini Dibiayai oleh Dana DIPA UNY Tahun Anggaran 2013

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2013**

## Lembar Pengesahan

1. Judul PPM : Pelatihan Penyusunan Model Pembelajaran Fisik-Motorik Bagi Guru-guru TK di Kabupaten Klaten Jawa Tengah
  2. Nama Ketua Tim Pengabdi : Prof. Dr. Suharjana, M.Kes
  3. NIP Ketua Tim Pengabdi : 19610816 198803 1 003
  4. Nama Unit Kerja : Program Pascasarjana  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
  5. Alamat : Kampus UNY Karangmalang-  
Yogyakarta
- No. Telpon/Fax : (0274) 520326  
E-mail : ppsuny@yogya.wasantara.net.id

Menyetujui  
Kaprosdi S2 IK UNY



Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd  
NIP.19611207198702 001

Yogyakarta, 6 September 2013  
Ketua Tim Pengabdi



Prof. Dr. Suharjana, M.Kes.  
NIP. 19610816 198803 1 003



Mengetahui  
Direktur PPs UNY

Prof. Dr. Zuhdan Kun Prasetyo, M.Ed.  
NIP.19550415 198502 1 001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur disampaikan kehadirat Allah SWT, atas karunianya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul: Pelatihan Penyusunan Model Pembelajaran Fisik-Motorik Bagi Guru-guru TK di Kabupaten Klaten Jawa Tengah telah tersusun dengan baik. Pengabdian kepada masyarakat ini Dibiayai oleh Dana DIPA UNY tahun 2013. Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan oleh:

1. Prof. Dr. Suharjana, M.Kes (Ketua)
2. Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd (Anggota)
3. Dr. Ria Lumintuarso, M.Si. (Anggota)
4. Nur Sita Utami (Mahasiswa)
5. Anung Probo Ismoko (Mahasiswa)
6. Danang Endarto Putro (Mahasiswa)

Pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu tim pengabdian menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Direktur Program Pascasarjana UNY yang telah memberi kesempatan pada Prodi S2 Ilmu Keolahragaan untuk melakukan pengabdian pada masyarakat ini
2. Pengurus MGMP Guru TK Kecamatan Bayat, Klaten yang telah dengan ikhlas dan sungguh-sungguh bekerjasama dengan tim pengabdian dari S2 IK PPs UNY
3. Mahasiswa S2 Prodi Ilmu Keolahragaan PPs UNY yang telah membantu pelaksanaan pengabdian pada masyarakat ini.
4. Segenap Guru TK di Kabupaten Klaten yang telah berperan aktif dan berpartisipasi mengikuti kegiatan ini dengan tekun, antusias, dan bersemangat serta sungguh-sungguh.

Semoga kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bermanfaat bagi para peserta dan laporan kegiatannya dapat berguna bagi para pihak yang terkait.

Yogyakarta, 6 September 2013

Ketua Pengabdian,



Prof. Dr. Suharjana, M.Kes.  
19610816 198803 1 003

## DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
ABSTRAK .....	v
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Analisis Situasi .....	1
B. Kajian Teori .....	2
C. Identifikasi Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Kegiatan PPM .....	8
F. Manfaat Kegiatan PPM .....	8
BAB II. METODE KEGIATAN .....	10
A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM .....	10
B. Metode Kegiatan PPM .....	10
C. Langkah-langkah Kegiatan PPM.....	10
D. Faktor Pendukung dan Penghambat .....	11
BAB III. PELAKSANAAN KEGIATAN PPM .....	12
A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM .....	12
B. Penambahan Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM .....	12
C. Realisasi dengan Pihak Terkait .....	15
BAB IV. KESIMPULAN DAN SARAN .....	16
A. Kesimpulan .....	16
B. Saran .....	16
DAFTAR PUSTAKA .....	17
LAMPIRAN .....	18
Foto Kegiatan .....	46
Daftar Peserta Kegiatan .....	50
Contoh Program Aktivitas Fisik Motorik bagi Anak Usia Dini .....	

# **PELATIHAN PENYUSUNAN MODEL PEMBELAJARAN FISIK-MOTORIK BAGI GURU TAMAN KANAK-KANAK DI KABUPATEN KLATEN JAWA TENGAH**

## **ABSTRAK**

Guru TK di Indonesia diampu oleh guru lulusan Pendidikan Guru Taman Kanak-Kanak atau Pendidikan Guru PAUD dan tidak ada guru khusus pengampu bidang pengembangan fisik motorik yang berlatar belakang pendidikan aktivitas jasmani. Pelatihan penyusunan program aktivitas fisik motorik untuk anak usia dini diperlukan guru untuk meningkatkan kemampuan menyusun program.

Pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik untuk anak usia dini diselenggarakan melalui program pengabdian pada masyarakat prodi S2 Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode ceramah, diskusi, demonstrasi, tanya jawab dan pelaksanaan tugas. Materi yang disampaikan adalah konsep bermain untuk mengembangkan kreativitas anak, tes kemampuan motorik untuk anak TK, konsep pembelajaran fisik motorik pada anak usia dini, tinjauan praktis hidup sehat dan aktivitas jasmani untuk anak TK dan praktek penyusunan model pembelajaran aktivitas fisik motorik untuk anak TK.

Hasil pelatihan antara lain: (1) pelaksanaan pelatihan berjalan lancar; (2) antusiasme peserta terlihat dari keaktifan peserta dalam menyampaikan pertanyaan dan tanggapan selama pelatihan; dan (3) peserta mengumpulkan hasil penyusunan program aktivitas fisik-motorik yang telah disusun secara berkelompok.

Kata kunci: aktivitas, fisik-motorik, dan guru

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

Di Indonesia seseorang tidak diwajibkan mengikuti pendidikan Taman Kanak-kanak, tetapi pendidikan untuk anak bangsa dimulai sejak usia dini, yaitu dimulai pada pendidikan Taman Kanak-kanak. Pendidikan pada taman kanak-kanak akan menjadi pijakan pertama untuk menuju jenjang pendidikan berikutnya. Seperti dinyatakan dalam <http://id.wikipedia.org/wiki>, bahwa Taman kanak-kanak (TK) adalah jenjang pendidikan anak usia dini (yakni usia 6 tahun atau di bawahnya) dalam bentuk pendidikan formal. Kurikulum TK ditekankan pada pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Lama masa belajar seorang murid di TK biasanya tergantung pada tingkat kecerdasannya yang dinilai dari rapor per semester. Secara umum untuk lulus dari tingkat program di TK selama 2 (dua) tahun, yaitu: TK 0 (nol) Kecil selama 1 (satu) tahun dan TK 0 (nol) Besar selama 1 (satu) tahun. Umur rata-rata minimal kanak-kanak mula dapat belajar di sebuah taman kanak-kanak berkisar 4-5 tahun sedangkan umur rata-rata untuk lulus dari TK berkisar 6-7 tahun. Setelah lulus dari TK, kemudian melanjutkan ke jenjang pendidikan lebih tinggi di atasnya, yaitu Sekolah Dasar atau yang sederajat.

Salah satu tujuan pembelajaran di TK adalah pengembangan kemampuan fisik-motorik bagi anak-anak yang dikemas dalam model belajar sambil bermain. Pengalaman anak yang didapat di jenjang TK akan mempengaruhi pembelajaran berikutnya. Dengan demikian jika pengalaman gerak pada masa kanak-kanak diperkaya dan beragam bentuk, maka akan memberikan bekal pada anak untuk mencapai keberhasilan gerak yang lebih luas. Seperti

dinyatakan oleh Singer (1975: 38) bahwa pola gerak yang disampaikan guru dan dipelajari dengan baik oleh anak-anak pada masa kanak-kanak akan mempengaruhi tingkat keterampilan yang dicapai pada masa-masa berikutnya. Karena itu pemberian pengalaman gerak melalui aktivitas bermain harus diberikan sejak usia taman kanak-kanak agar anak memiliki konsep gerak yang benar dan kelak dapat dengan mudah mengikuti belajar gerak pada tingkat pendidikan selanjutnya.

Perlu diketahui bahwa guru TK di Indonesia diampu oleh guru lulusan Pendidikan Guru Taman Kanak-Kanak atau Pendidikan Guru PAUD dan tidak ada guru khusus pengampu bidang pengembangan fisik motorik yang berlatar belakang pendidikan aktivitas jasmani. Berbeda dengan pendidikan di SD, SMP dan SMA pendidikan jasmani diampu khusus oleh guru pendidikan pendidikan jsmani. Untuk mengatasi permasalahan tersebut harus dilakukan langkah kongkret untuk membekali para guru TK agar memiliki pengetahuan dalam menyusun model-model pembelajaran fisik motorik yang bisa diimplementasikan pada murid-muridnya. Menyadari keadaan di atas maka pengabdian ingin memberikan perhatian kepada para guru TK dengan menyelenggarakan pelatihan penyusunan model aktivitas fisik motorik bagi para guru TK di Kabupaten Klaten.

## **B. Kajian Teori**

Keterampilan fisik motorik menurut Schmidt & Wrisberg (2004: 5) menyatakan, "Keterampilan fisik motorik adalah sebuah keterampilan yang keberhasilannya ditentukan oleh kualitas gerak yang ditampilkan pelaku gerak". Perkembangan fisik motorik didefinisikan oleh McCall & Craft (2000: 152) sebagai studi tentang bagaimana gerakan manusia berasal dan terjadi perubahan di seluruh jangka hidup. Definisi tersebut diperkuat oleh pendapat Bempa (1999: 80) bahwa perkembangan fisik motorik merupakan proses konsekuensi yang terjadi

sepanjang hidup. Kedua definisi menunjukkan karakteristik keberlangsungan perkembangan motorik setiap individu adalah seumur hidup. Perkembangan keterampilan fisik motorik berfungsi untuk membantu individu belajar gerak secara efisien.

Pengayaan fisik motorik dibedakan menjadi dua macam, yaitu motorik kasar dan halus. Berdasarkan penjelasan Bempa (1994: 64) bahwa pengayaan motorik kasar menggunakan otot-otot besar untuk beraktivitas. Keterampilan motorik kasar antara lain lari, lompat, dan lempar. Pengayaan motorik halus merupakan penggunaan otot-otot kecil untuk beraktivitas ringan mengontrol koordinasi tangan dan jari dengan mata. Aktivitas seperti menggambar, menulis, dan meremas akan mengembangkan keterampilan motorik halus.

Tingkatan perkembangan motorik janin sampai usia kelahiran 7 tahun meliputi fase gerak reflek, gerak dasar belum sempurna, dan gerak dasar fundamental. Anak yang berada pada tahap perkembangan gerak dasar fundamental memerlukan banyak aktivitas jasmani untuk memperbanyak pengalaman gerak. Menurut Gallahue (McCall & Craft, 2000: 153) fase gerak dasar fundamental terjadi pada usia 2-7 tahun dengan pembagian sebagai berikut: (1) usia 2-3 tahun tahapan inisial, (2) usia 4-5 tahun tahapan dasar, dan (3) usia 6-7 tahun tahapan matang.

Gerak dasar fundamental terdiri dari tiga macam gerak, yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor didefinisikan oleh Pica (2008: 44) sebagai gerak tubuh yang mengakibatkan perpindahan tempat dan penting bagi transportasi manusia. Bentuk gerak lokomotor antara lain jalan, lari, lompat, loncat, meluncur, mendaki, dan tubuh bergulir. Gerak non lokomotor merupakan gerakan tubuh tanpa mengakibatkan perpindahan tempat. Bentuk gerak non lokomotor, yaitu meregang, membungkuk, mengayun, bergoyang, menghindar, mengubah, mendorong, menarik, dan tiarap. Gerak manipulatif diartikan sebagai gerakan memberikan gaya pada penerima gaya. Gerak manipulatif dibedakan menjadi dua macam, yaitu

gerakan menggerakkan dan menerima obyek. Macam-macam gerak menggerakkan objek antara lain menyerang, melambungkan, melemparkan, menggulung, dan menendang. Gerakan menerima objek dapat berupa menerima dan menerkam.

Dalam konteks umum kemampuan fisik motorik disebut sebagai kebugaran jasmani. Pendapat Hinson (1995: 16) mengemukakan bahwa kebugaran jasmani terdiri dari dua komponen, yaitu kebugaran berhubungan dengan kesehatan dan kebugaran berhubungan dengan keterampilan. Menurut Sadoso Sumosardjuno (1994) kebugaran jasmani terdiri dari beberapa unsur fisik- motorik, yaitu seperti:

1. Daya tahan paru jantung. Daya tahan paru jantung yaitu kemampuan paru jantung menyuplai oksigen untuk kerja otot dalam waktu yang lama.
2. Kekuatan. Kekuatan otot yaitu kemampuan sekelompok otot-otot melawan beban dalam satu usaha.
3. Daya tahan otot. Daya tahan otot yaitu kemampuan otot untuk melakukan serangkaian kerja dalam waktu yang cukup lama.
4. Kelentukan. Kelentukan yaitu kemampuan persendian untuk bergerak secara leluasa.
5. Komposisi tubuh. Komposisi tubuh yaitu perbandingan berat badan atau tubuh tanpa lemak dinyatakan dengan prosentase lemak tubuh.
6. Kecepatan. Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.
7. Daya ledak. Daya ledak adalah kombinasi antara kekuatan dan kecepatan yang merupakan dasar dari setiap melakukan aktivitas. Daya ledak adalah kemampuan kerja otot yang dalam satuan waktu. Daya ledak merupakan hasil kali antara kekuatan dan kecepatan.
8. Keseimbangan. Keseimbangan tubuh adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap tubuh yang tepat saat melakukan gerakan atau pada saat berdiri
9. Kelincahan. Kelincahan Adalah kemampuan untuk merubah arah dengan cepat dan tepat.

10. Koordinasi. Koordinasi adalah perpaduan antara beberapa unsur gerak dengan cara memperkecil resiko guna memperoleh hasil maksimal dan efisien.

Berdasarkan unsur fisik-motorik tersebut, terdapat beberapa unsur yang penting untuk dikembangkan sejak usia taman kanak-kanak, antara lain daya tahan paru jantung, koordinasi, kecepatan dan kelincahan. Upaya peningkatan daya tahan paru jantung dapat dilakukan dengan aktivitas berjalan, berlari atau kombinasi jalan dan lari. Untuk meningkatkan koordinasi dapat dilakukan dengan aktivitas yang melibatkan gerakan tangan, kaki dan mata seperti misalnya melempar dan menangkap bola dari balon. Pengembangan kecepatan dapat dilakukan dengan aktivitas lari mengambil benda untuk dipindahkan ke suatu tempat yang lain dengan gerakan secepat-sepatnya. Kelincahan dapat dikembangkan dengan lari-lari merubah arah. Keseimbangan dapat dikembangkan dengan berdiri satu kaki, berjalan pada garis lurus.

Ketahanan kardiorespirasi tidak hanya meliputi kekuatan jantung dan paru-paru dalam menyediakan oksigen, tetapi termasuk kemampuan distribusi asupan nutrisi yang dapat diterima oleh otot. Struktur tulang dan otot siswa TK belum matang. Aktivitas aerobik yang dilakukan lebih baik berupa bermain sehingga bebas berpetualang melakukan gerak yang dirasa tepat ditampilkan dalam permainan dan sesuai kemampuan. Karakteristik bermain yang dijelaskan oleh Rubin, Fein, & Vandenberg (Hughes, 2010: 4-5) terdiri dari lima karakter utama, yaitu:

1. Bermain mengandung motif, setiap pelaku memiliki motif dalam melakukan aktivitas bermain.
2. Bermain tidak mengandung unsur pemaksaan, partisipan bebas menentukan untuk bergabung atau tidak dalam aktivitas bermain.
3. Partisipan merasakan kenyamanan berpartisipasi dalam bermain.
4. *Non literal*, bermain sebagai distorsi realitas untuk mengakomodasi kepentingan pemain. Bermain dapat disebut sebagai miniatur kehidupan yang mengandung nilai-

nilai pembelajaran teori dan moral. Siswa Taman Kanak-kanak merupakan usia perkembangan pembelajaran yang membutuhkan banyak pengalaman untuk mengembangkan kemampuan berimajinasi. Bermain peran mampu membantu siswa untuk melatih berimajinasi. Siswa ditugaskan menggunakan baju profesi sesuai yang diharapkan siswa, kemudian bermain peran sebagaimana tugas profesi yang dipilih.

5. Partisipan terlibat secara aktif dalam aktivitas bermain. Keterlibatan yang dimaksud adalah keterlibatan keseluruhan aspek yang meliputi kognitif, afektif, psikomotor, dan perseptual motor.

Berikut merupakan beberapa contoh aktivitas fisik-motorik dalam bentuk bermain (Mochamad Djumidar, 2004) sebagai berikut:

- (1) Melempar bola ekor. Anak disuruh melempar bola ekor (bola tenes) ke arah depan, teman yang lain berjaga untuk mengambil bola. Lemparan bola juga dapat dilempar ke arah atas. Bola juga dapat di lempar ke bawah sehingga bola memantul ke atas
- (2) Berjalan kelompok memegang bahu. Anak-anak disuruh berdiri berbanjar menjadi 3-6 kelompok dengan posisi memegang bahu. Kemudian disuruh berjalan dari satu tempat ke tempat yang lain yang ditentukan oleh guru. Aktivitas ini juga dapat dilombakan dengan berjalan dari satu garis strat menuju garis finis
- (3) Berjalan formasi bintang empat. Guru membuat lapangan berbentuk bintang dengan 4 mata. Pada sudut-sudut dibuat penanda (diberi con). Anak disuruh berjalan mengikuti garis bintang. Sebagai variasi dapat dilakukan dengan cara berlari pelan, engklek, lompat-lopmpat, atau berjalan mundur

(4) Lompat tali/karet. Guru menyiapkan tali karet dengan panjang 3-4 meter. Dua anak disuruh memegang tali pada masing-masing ujung karet dengan posisi berdiri pada lutut. Anak-anak yang lain disuruh melompati karet secara bergantian

Upaya untuk meningkatkan unsur-unsur fisik-motorik tersebut harus dilakukan pembelajaran dengan menggunakan metode yang benar. Jika pembelajaran fisik-motorik dilakukan dengan benar akan memberikan suatu perubahan pada sistem tubuh, baik itu sistem metabolisme, sistem saraf dan otot maupun sistem hormonal. Pendapat Rushall & Pyke (1990: 11) menyatakan pada dasarnya aktivitas fisik merupakan suatu proses sistematis yang dirancang untuk meningkatkan kinerja dan meningkatkan kemampuan fisik maupun motorik.

Pola pembelajaran fisik-motorik pada anak TK berdasarkan penjelasan Samsudin (2008: 39) mengikuti tahapan:

a. Latihan pemanasan

Tujuan untuk menciptakan, menyesuaikan, dan membawa anak siap beraktivitas.

b. Latihan inti

Tujuan untuk meningkatkan keterampilan intelektual, sosial, emosional, dan kualitas fisik.

c. Latihan penenangan

Tujuan untuk menyiapkan fisik dan mental anak untuk dapat mengikuti pembelajaran berikutnya.

Lebih lanjut Samsudin (2008: 30) menyatakan bahwa pengembangan kemampuan dasar ranah fisik-motorik di TK bertujuan meningkatkan kemampuan pengelolaan, kontrol, dan koordinasi gerakan tubuh. Hasil yang diharapkan adalah anak memiliki keterampilan tubuh dan cara hidup sehat untuk mendukung pertumbuhan jasmani.

### **C. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan tinjauan pustaka, maka dapat masalahnya dapat diidentifikasi sebagai berikut: Pendidikan guru TK di kabupaten Klaten diperkirakan sama dengan di daerah lain yang kecenderungannya bukan berlatar belakang pendidikan S1 pendidikan guru TK dan PAUD melainkan dari SPGTK atau S1 keguruan yang non linier, sehingga Guru TK di kabupaten Klaten masih mengalami kesulitan dalam menyusun program aktivitas fisik-motorik bagi anak usia dini.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka permasalahannya dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan guru TK di kabupaten Klaten dalam menyusun program aktivitas fisik-motorik?

### **E. Tujuan Kegiatan**

1. Memberikan bekal para guru akan konsep pembelajaran fisik motorik secara ilmiah, sehingga guru memiliki pengetahuan tentang manfaat siswa melakukan kegiatan fisik-motorik
2. Memberikan bekal para guru tentang contoh-contoh model pembelajaran fisik-motorik sehingga guru dapat akan dapat menyusun mode-model pembelajaran fisik-motorik yang cocok untuk anak TK
3. Agar guru TK memiliki gambaran kongkret dan dapat mengimplementasikan dalam pembelajaran fisik motorik bagi siswanya.
4. Peserta menguasai berbagai pengetahuan pendukung yang berhubungan dengan permainan anak.

### **F. Manfaat**

Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini adalah:

### 1. Bagi Lembaga

Kegiatan PPM ini merupakan kegiatan Prodi S2 IK PPs UNY, untuk menjalankan misinya yaitu pengabdian pada masyarakat. Karena itu kegiatan ini merupakan bentuk untuk merealisasikan Tri Dharma Perguruan Tinggi khususnya Pengabdian Masyarakat Prodi S2 IK PPs UNY.

### 2. Bagi Sasaran

Bagi sasaran yaitu para guru TK, kegiatan ini akan memberi manfaat terutama para guru akan mendapatkan pengetahuan dan ketrampilan dalam membuat model-model aktivitas fisik motorik untuk siswa TK.

### 3. Bagi Pelaksana

Bagi pengabdian kegiatan ini merupakan bentuk nyata untuk menyumbangkan pemikiran, pengalaman dan menularkan ilmu pengetahuannya bagi para peserta, sekaligus sebagai wahana untuk menerima masukan dari para peserta yang setiap harinya bergumul langsung dengan para peserta didik.

## **BAB II METODE KEGIATAN PPM**

### **A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan di Gedung Serbaguna Kecamatan Bayat, Klaten. Sasaran peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 30 guru TK, namun karena ada keinginan dari guru Penjas SD sekitar yang akan ikut menimba ilmu pengetahuan maka kegiatan ini juga diikuti oleh 11 guru penjas SD di kabupaten Klaten.

### **B. Metode Kegiatan PPM**

Bentuk kegiatan yang dilakukan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah pemberian pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik. Adapun bentuknya adalah pelatihan dengan penyajian teori dan praktik, selama 12 jam, dengan rincian 8 jam tatap muka dan 4 jam tugas mandiri. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode ceramah, diskusi, demonstrasi, tanya jawab dan pelaksanaan tugas.

### **C. Langkah-langkah Kegiatan PPM**

1. Langkah pertama sebelum PPM adalah melakukan Studi pendahuluan dilakukan untuk mengetahui kebutuhan pengetahuan penyusunan program aktivitas fisik-motorik bagi guru TK di Kabupaten Klaten. Pelaksanaan studi pendahuluan dengan cara berdiskusi antara mahasiswa dengan ketua MGMP, dan dilanjutkan dengan komunikasi intensif oleh ketua pengabdian dengan ketua MGMP melalui telepon untuk menentukan materi, peserta dan jadwal pelaksanaannya.
2. Tim pelaksana pengabdian bekerjasama dengan ketua MGMP untuk mempersiapkan pelaksanaan pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik di gedung serbaguna kecamatan Bayat, Klaten dengan mengundang 30 guru TK dan 11 guru penjas SD di kabupaten Klaten.

3. Pelaksanaan pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik pada tanggal 11 Juli 2013 dengan materi sebagai berikut:

- a. Konsep bermain untuk mengembangkan kreativitas anak.
- b. Tes Kemampuan Motorik untuk anak TK.
- c. Konsep pembelajaran fisik motorik pada anak usia dini.
- d. Tinjauan praktis hidup sehat dan aktivitas jasmani untuk anak TK.
- e. Praktek Penyusunan model pembelajaran aktivitas fisik motorik untuk akan TK.

#### **D. Faktor Pendukung dan Penghambat**

##### **1. Faktor Pendukung**

- a. Jumlah peserta mencapai 41 orang, terdiri atas 30 guru TK dan 11 guru penjas SD dan didukung oleh perhatian dari pengawas TK SD dan para kepala sekolah yang hadir pada pembukaan kegiatan.
- b. Antusiasme peserta terlihat ketika pelaksanaan pelatihan ditandai dengan tidak ada guru yang meninggalkan tempat pelatihan sebelum kegiatan selesai.
- c. Perhatian peserta cukup responsip karena sebagian guru menanyakan tentang berbagai hal berkaitan dengan pembuatan model permainan dan pembuatan alat permainan yang digunakan dalam aktivitas jasmani di TK

##### **2. Faktor Penghambat**

- a. Latar belakang pendidikan guru bukan dari penjasorkes sehingga dibutuhkan penjelasan yang berulang-ulang dan diikuti contoh untuk memudahkan penjelasan.
- b. Pengalamam peserta untuk mengikuti kegiatan serupa sangat minim, serta buku pedomam pembelajaran aktivitas jasmani di TK masih kurang memadai untuk mendukung kegiatan pelatihan ini.

dalam suasana belajar yang menarik, dan berkelanjutan. Keluhan guru yang kekurangan bahan ajar dapat diatasi melalui pencarian bahan lewat internet. Selain itu guru perlu didorong untuk meningkatkan motivasi untuk belajar lebih lanjut melalui seminar, workshop, atau pelatihan.

Hasil pengabdian menunjukkan bahwa motivasi para guru TK untuk mengikuti kegiatan ini cukup tinggi. Yang dimaksud motivasi guru adalah untuk kemauan melibatkan diri dalam aktivitas tertentu untuk memperoleh hasil tertentu. Motivasi merupakan orientasi seseorang untuk tetap berusaha untuk memperoleh hasil maksimal dengan dasar kemampuan untuk tetap bertahan sekalipun gagal, dan tetap menyelesaikan tugas dengan baik sampai mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Selain motivasi peserta dalam mengikuti kegiatan ini juga cukup baik, hal ini mungkin disebabkan oleh keinginan para guru TK agar dapat memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam pembuatan program aktivitas fisik motorik pada anak usia dini. Bagi para guru TK yang berlatar belakang pendidikan bukan guru pendidikan jasmani kegiatan ini dapat dibilang jarang ditemukan. Motivasi adalah situasi menarik yang dapat membangkitkan minat seseorang sehingga ada upaya untuk mendekatinya. Sumber motivasi terletak pada diri individu yang bersangkutan. Jadi motivasi merupakan bentuk kecenderungan pribadi atau "trait" seseorang. Namun demikian motivasi pribadi saja tidak cukup, dan sebaiknya lingkunganlah yang harus memberikan peluang dan memupuk motivasi individu.

Dengan adanya kegiatan ini akan dapat menambah rasa percaya diri dari para guru untuk berani mengajarkan aktivitas fisik motorik. Keinginan guru untuk memiliki pengetahuan tentang pembelajaran fisik motorik cukup tinggi, dan kegiatan pengabdian ini membuat para guru percaya diri. Dengan percaya diri yang dimiliki, seorang guru akan mengembangkan perasaan bahwa dirinya akan mampu mengatasi segala hambatan dalam pembelajaran karena

sudah memiliki segala yang dibutuhkan dalam merancang maupun dalam pelaksanaan pembelajaran. Untuk mengembangkan percaya diri ini dapat dilaksanakan dengan cara sebagai berikut yaitu :

1. Penampilan yang berhasil, artinya setiap guru yang dapat mengajar dengan baik maka akan merasakan dan menghayati bahwa dia sudah menampilkan sesuatu yang terbaik sesuai kemampuan yang dimiliki. Agar perasaan berhasil ini dapat dicapai seorang guru sebaiknya guru harus selalu belajar untuk meningkatkan kemampuan yang dimilikinya.
2. Pengalaman yang membanggakan, yaitu pemberian apresiasi atas apa yang pernah dilakukan guru, terutama bila guru dapat mengajar dengan baik sebaiknya ada penghargaan dari kepala sekolah atau dinas terkait. Guru yang jeli akan membuat model yang diberikan lewat media audio visual yang memberikan kesempatan kepada anak untuk menirukan secara langsung dari modelnya.
3. Persuasi verbal, adalah merupakan pernyataan yang membesarkan hati guru, bisa berasal dari sesama guru, kepala sekolah, atau orangtua. Pernyataan yang bersifat positif ini dapat menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu terbaik, dan akan menimbulkan dorongan untuk melakukan hal yang lebih baik di kesempatan berikutnya. Pada situasi demikian atasan seyogyanya menghindari tindakan mencela, dan berusaha memberikan pernyataan yang bernada positif.
4. Membangkitkan emosi, merupakan faktor yang akan mempengaruhi kesiapan untuk melakukan proses pengembangan berikutnya. Hal ini sangat penting artinya bagi guru agar selalu kreatif dan bekerja secara inovatif.

### **C. Realisasi dengan Pihak Terkait**

Pengabdian masyarakat berupa pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik untuk anak usia dini mendapat tanggapan positif dari para peserta dan ketua MGMP dan pengawa Guru TK AD di wilayah Kecamatan Bayat Klaten. Peserta mengharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan kembali di kabupaten Klaten pada tahun-tahun mendatang

## **BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pemantauan selama kegiatan pengabdian masyarakat di Kabupaten Klaten dapat disimpulkan bahwa, kemampuan guru TK di kabupaten Klaten dalam menyusun program aktivitas fisik-motorik dapat ditingkatkan dengan cara mendapatkan pelatihan penyusunan program aktivitas fisik-motorik untuk anak usia dini, yang berlangsung selama 12 jam. Hasil karya pembuatan model pembelajaran fisik motorik untuk anak usia dini dapat dikategorikan cukup menggembirakan.

### **B. Saran-saran**

1. Kerjasama dengan Dikpora Kabupaten Klaten perlu dilakukan untuk memperluas publikasi pelatihan di masa akan datang.
2. Pelatihan seperti ini perlu dilaksanakan minimal satu kali dalam satu tahun, dengan penambahan jam praktikum langsung di TK.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, Tudor O. (1999). *Periodization, Theory and Methodology of Training*. 4<sup>th</sup>ed. Dubuque: Kendall/ Hunt Publishing Company.
- Bompa, Tudor O. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Canada: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Hinson, C. (1995). *Fitness for Children*. Leeds. England: Human Kinetics.
- [http://id.wikipedia.org/wiki/Taman\\_Kanak-kanak](http://id.wikipedia.org/wiki/Taman_Kanak-kanak). diunduh 5 Mei 2012.
- Hughes, Fergus P. (2010). *Children, Play, and Development*. 4<sup>th</sup> ed. USA: SAGE Publications, Inc.
- McCall & Craft. (2000). *Moving with a purpose: developing programs for preschoolers of all abilities*. New York: Human Kinetics.
- Mochamad Djumidar A.W. (2004). *Belajar berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Pica, Rae. (2008). *Physical Education for Young Children: Movement ABCc for the Little One*. Champaign; Human Kinetics
- Rushall B.S, & Pyke, F.S. (1990). *Training for Sport and Fitness*. Melbourne: MacMillan Company.
- Schmidt & Wrisberg. (2004). *Motor Learning and Performance*. 1<sup>th</sup> ed. Champaign. Human Kinetics
- Sadoso Sumosardjuno, S. (1994). *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Singer, Robert N. (1975). *Motor Learning and Human Performance: An Application to Physical Education Skill*. New York: Mcmillan Publishing Co., Inc.