



**AKTIVASI KEGEMBIRAAN SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PERMAINAN
BERBASIS GERAK DASAR**

**ACTIVATION OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS' JOY THROUGH
FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILL-BASED GAMES**

Hikmad Hakim¹, Muhammad Zulfikar^{2*}, Abdul Rahman³, Nurliani⁴, Ihsan Abbas⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*email (muh.zulfikar@unm.ac.id)

Abstrak: Kegembiraan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani merupakan faktor penting yang memengaruhi motivasi dan partisipasi aktif anak, terutama di tingkat sekolah dasar. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengaktivasi kegembiraan siswa kelas 3 SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar melalui permainan berbasis keterampilan gerak dasar locomotor dan object control. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari dengan tiga tahapan, yaitu sosialisasi dan diskusi dengan guru pendidikan jasmani, implementasi praktik permainan kelompok, serta evaluasi kegembiraan siswa melalui wawancara. Permainan yang diterapkan dirancang untuk merangsang perkembangan motorik sekaligus meningkatkan interaksi sosial antar siswa. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam ekspresi kegembiraan siswa, seperti senyum dan tawa, serta semangat dan partisipasi yang lebih aktif selama pembelajaran. Selain pengembangan keterampilan fisik, metode ini juga memperkuat aspek sosial dan psikologis siswa. Disimpulkan bahwa permainan berbasis keterampilan gerak dasar efektif untuk meningkatkan kegembiraan dan motivasi belajar siswa, sehingga disarankan untuk diintegrasikan secara rutin dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Kata Kunci: kegembiraan; gerak dasar; sekolah dasar

Abstract: Student enjoyment in physical education plays a crucial role in influencing motivation and active participation, especially at the elementary school level. This community service aims to activate the joy of 3rd-grade students at SD Inpres BTN IKIP 2 Makassar through games based on fundamental locomotor and object control skills. The activity was conducted in one day with three stages: socialization and discussion with physical education teachers, implementation of group-based skill games, and evaluation of student enjoyment through interviews. The games were designed to stimulate motor development while enhancing social interaction among students. The results showed a significant increase in students' expressions of joy, such as smiling and laughing, along with higher enthusiasm and active participation during learning. Besides physical skill development, this method also strengthens social and psychological aspects of students. It is concluded that games based on fundamental movement skills are effective in enhancing student enjoyment and learning motivation, thus recommended to be routinely integrated into physical education lessons.

Keywords: enjoyment; fundamental movement; elementary school

Article History:

Received	Revised	Published
20 Maret 2025	10 Mei 2025	15 Mei 2025

Pendahuluan

Pembelajaran Pendidikan Jasmani (penjas) di sekolah dasar memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan fisik, mental, dan sosial anak sejak usia dini. Pada masa

sekolah dasar, khususnya kelas rendah seperti kelas 3, anak-anak berada pada tahap perkembangan motorik yang sangat pesat, di mana kemampuan gerak dasar seperti locomotor (berlari, melompat, berjalan, galloping, dll.) dan object control (melempar, menangkap, menendang, dll.) harus diasah secara optimal. Pengembangan keterampilan gerak dasar ini tidak hanya penting untuk menunjang aktivitas fisik sehari-hari, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter, kemandirian, serta rasa percaya diri anak (Howells et al., 2020; Martinez-Merino & Rico-González, 2024).

Salah satu aspek yang mendukung keberhasilan pembelajaran penjas adalah kegembiraan atau kesenangan yang dirasakan siswa saat mengikuti aktivitas pembelajaran (Ingulfsvann). Anak-anak yang merasa gembira cenderung lebih termotivasi, aktif, dan mudah memahami materi pelajaran (Leisterer & Jekauc, 2019). Sebaliknya, jika pembelajaran terasa membosankan atau monoton, maka siswa akan kehilangan minat dan partisipasi aktifnya menurun, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada perkembangan motorik dan psikososial mereka. Oleh karena itu, penting bagi guru penjas untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan memotivasi siswa.

Permainan merupakan salah satu metode pembelajaran yang efektif dalam mengaktivasi kegembiraan anak saat belajar (Engels & Freund, 2020). Melalui permainan, anak tidak hanya belajar secara formal, tetapi juga berinteraksi sosial dengan teman sebaya, melatih koordinasi gerak, serta mengasah kemampuan berpikir dan kreativitas (Kolovelonis & Goudas, 2023). Permainan berbasis keterampilan gerak dasar secara khusus menfokuskan aktivitas fisik pada gerak-gerak fundamental yang menjadi dasar kemampuan motorik anak. Pendekatan ini sangat relevan dengan prinsip perkembangan motorik yang menyatakan bahwa keterampilan motorik dasar harus dikuasai sebelum anak dapat mengembangkan keterampilan motorik kompleks (Gallahue & Donnelly, 2003).

Namun dalam praktiknya, masih banyak sekolah dasar yang menghadapi tantangan terkait rendahnya minat dan kegembiraan siswa dalam pembelajaran penjas. Penyebabnya beragam, antara lain metode pembelajaran yang kurang variatif, minimnya alat peraga dan fasilitas yang memadai, serta kurangnya pemahaman guru dalam mengimplementasikan permainan yang efektif. Kondisi ini menyebabkan siswa merasa jenuh dan tidak antusias dalam mengikuti pelajaran jasmani, sehingga menghambat perkembangan fisik dan mental mereka.

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar dengan sasaran 21 siswa kelas 3. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kegembiraan siswa melalui implementasi permainan kelompok yang mengandung unsur keterampilan gerak dasar locomotor dan object control. Dengan pendekatan ini, diharapkan siswa tidak hanya merasa senang saat belajar tetapi juga mampu mengembangkan kemampuan motorik dasar secara optimal. Permainan kelompok dipilih sebagai metode karena selain memberikan stimulasi fisik, juga mengajarkan nilai-nilai sosial seperti kerjasama, komunikasi, dan sportivitas (Mo et al., 2024). Metode ini juga memberikan kesempatan bagi guru untuk mengobservasi langsung perkembangan kemampuan motorik siswa serta respon emosional mereka terhadap pembelajaran.

Melalui pengabdian ini, diharapkan muncul kesadaran dan kemampuan baru bagi guru penjas dalam merancang pembelajaran yang menyenangkan dan efektif. Siswa pun diharapkan mengalami peningkatan kegembiraan dan motivasi belajar yang berdampak positif pada

perkembangan motorik dan psikososial mereka. Secara lebih luas, kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menjadi kontribusi nyata dalam upaya peningkatan mutu pendidikan jasmani di tingkat dasar, yang selama ini masih sering dianggap sebagai pelajaran sekunder dan kurang diperhatikan secara serius. Dengan inovasi pembelajaran berbasis permainan gerak dasar, diharapkan persepsi tersebut dapat berubah, sehingga penjas mendapat perhatian yang lebih besar dalam kurikulum dan praktik pembelajaran sehari-hari.

Lebih lanjut, penelitian dan pengembangan metode pembelajaran berbasis permainan ini juga sesuai dengan tuntutan pendidikan abad ke-21 yang menekankan pembelajaran aktif, kolaboratif, dan kontekstual. Anak-anak yang sejak dini terbiasa belajar dengan cara menyenangkan dan interaktif akan lebih siap menghadapi tantangan pembelajaran selanjutnya dan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pengabdian masyarakat ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kegembiraan siswa secara temporer, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan dasar keterampilan motorik dan sikap positif terhadap pembelajaran jasmani yang berkelanjutan.

Metode

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan intervensi yang mengintegrasikan tiga tahap utama, yaitu sosialisasi, implementasi permainan, dan evaluasi. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan transfer pengetahuan dan keterampilan secara efektif kepada guru pendidikan jasmani sekaligus memberikan pengalaman praktik langsung kepada siswa. Melalui metode ini, diharapkan tujuan peningkatan kegembiraan dan kemampuan motorik siswa dapat tercapai secara optimal.

Kegiatan pengabdian dilakukan di SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar dengan sasaran utama adalah 21 siswa kelas 3. Pemilihan kelas ini didasarkan pada tahap perkembangan motorik yang sangat penting pada usia tersebut, sehingga memberikan peluang besar untuk mengoptimalkan keterampilan gerak dasar melalui metode pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Pelaksanaan pengabdian berlangsung dalam satu hari mulai pukul 07.30 sampai pukul 10.00 WIB. Waktu tersebut dipilih agar kegiatan dapat disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tanpa mengganggu proses belajar lainnya.

Jenis permainan yang digunakan dalam pengabdian ini adalah permainan kelompok yang berfokus pada pengembangan keterampilan gerak dasar, khususnya locomotor dan object control. Permainan kelompok dipilih agar siswa tidak hanya berlatih gerak fisik, tetapi juga belajar berinteraksi sosial, membangun kerjasama, dan meningkatkan semangat kebersamaan. Keterampilan locomotor meliputi gerakan seperti berlari, melompat, berjalan, dan galloping, sementara keterampilan object control mencakup kemampuan melempar, menangkap, dan menendang. Dengan fokus pada dua jenis keterampilan ini, permainan dirancang untuk memberikan stimulasi gerak yang seimbang dan sesuai dengan perkembangan fisik anak usia sekolah dasar.

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahap utama, yaitu:

- 1. Sosialisasi dan Diskusi dengan Guru Pendidikan Jasmani**

Pada tahap awal, tim pengabdian melakukan sosialisasi kepada guru Pendidikan

Jasmani di SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar mengenai pentingnya penerapan permainan berbasis keterampilan gerak dasar dalam pembelajaran jasmani. Diskusi dilakukan secara mendalam untuk memahami kebutuhan dan kondisi di lapangan, serta untuk merancang strategi implementasi yang sesuai dengan situasi dan fasilitas yang tersedia. Pada sesi ini, guru diberikan pemahaman tentang tujuan kegiatan, metode permainan yang akan diterapkan, serta bagaimana cara mengintegrasikan permainan tersebut ke dalam pembelajaran reguler. Sosialisasi ini juga membuka ruang diskusi agar guru dapat memberikan masukan dan menyesuaikan kegiatan dengan karakteristik siswa dan lingkungan sekolah.

2. Implementasi Praktik Permainan Berbasis Keterampilan Gerak Dasar

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan pengabdian, di mana siswa secara langsung mengikuti rangkaian permainan yang telah disiapkan. Permainan dilakukan dalam kelompok kecil dengan pengawasan guru dan tim pengabdian. Setiap permainan dirancang secara sistematis untuk melatih keterampilan locomotor dan object control secara berkesinambungan. Contohnya, siswa diajak berlari dalam rintangan sederhana, melompat ke area tertentu, kemudian melanjutkan ke aktivitas melempar dan menangkap bola secara bergantian dalam kelompok. Selama kegiatan berlangsung, guru dan tim pengabdian memberikan motivasi dan arahan agar siswa dapat mengikuti permainan dengan antusias dan tepat. Aktivitas dilakukan dengan suasana yang menyenangkan dan tidak membebani sehingga siswa merasa nyaman dan termotivasi. Selain itu, pengamatan langsung dilakukan untuk mencatat respons fisik dan emosional siswa, seperti tingkat partisipasi, ekspresi kegembiraan, dan interaksi sosial antar teman. Implementasi ini menekankan aspek kesenangan dan pengembangan keterampilan secara simultan.

3. Evaluasi Kegembiraan Siswa melalui Sesi Wawancara

Setelah pelaksanaan permainan selesai, dilakukan evaluasi untuk mengukur sejauh mana kegembiraan dan pengalaman positif siswa selama mengikuti kegiatan. Evaluasi dilakukan dengan metode wawancara semi-terstruktur terhadap 5 siswa yang diambil secara random dari peserta pengabdian. Wawancara ini bertujuan untuk menggali perasaan, kesan, serta harapan siswa terkait permainan yang telah mereka ikuti. Pertanyaan yang diajukan mencakup apakah mereka merasa senang, apa permainan favorit mereka, dan bagaimana perasaan mereka selama dan setelah bermain. Data hasil wawancara kemudian dianalisis secara kualitatif untuk menemukan pola dan tema utama yang mencerminkan tingkat kegembiraan dan motivasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Hasil evaluasi ini juga digunakan sebagai masukan bagi guru dan tim pengabdian untuk melakukan perbaikan dan pengembangan metode pembelajaran ke depannya.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan permainan berbasis keterampilan gerak dasar di SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar menunjukkan hasil yang sangat positif dalam mengaktivasi kegembiraan siswa kelas 3. Pada tahap implementasi, siswa terbagi dalam kelompok kecil dan diajak mengikuti berbagai

aktivitas fisik yang mengkombinasikan keterampilan locomotor seperti berlari, melompat, dan mengguling, serta keterampilan object control seperti melempar dan menangkap bola. Permainan dirancang secara sistematis dan bervariasi sehingga mampu memicu antusiasme anak-anak. Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat sangat bersemangat dan aktif berpartisipasi. Ekspresi kegembiraan terlihat dari wajah-wajah ceria, tawa yang sering terdengar, serta interaksi sosial yang hangat antar teman sekelompok. Banyak siswa yang saling menyemangati dan bekerja sama untuk menyelesaikan permainan dengan baik, menunjukkan bahwa aspek sosial dalam permainan turut memberikan manfaat tambahan selain peningkatan kemampuan motorik.

Dari hasil observasi, terlihat adanya peningkatan signifikan dalam tingkat kegembiraan siswa dibandingkan dengan suasana pembelajaran pendidikan jasmani biasa. Indikator kegembiraan yang diukur meliputi frekuensi senyum dan tawa, keterlibatan aktif dalam permainan, serta inisiatif untuk mengikuti arahan dan berpartisipasi secara sukarela. Hal ini menandakan bahwa pendekatan pembelajaran melalui permainan yang menitikberatkan pada pengembangan keterampilan gerak dasar sangat efektif dalam menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan memotivasi siswa (Cañabate et al., 2018). Para siswa menyampaikan pengalaman positif mereka selama mengikuti permainan. Beberapa siswa menyatakan bahwa mereka merasa sangat senang karena dapat bermain bersama teman-teman dalam suasana yang tidak membosankan. Mereka juga mengungkapkan bahwa permainan yang melibatkan gerak-gerak seperti berlari dan melempar bola sangat menarik dan membuat mereka lebih bersemangat mengikuti pelajaran jasmani. Pernyataan-pernyataan tersebut menunjukkan bahwa permainan berbasis keterampilan gerak dasar bukan hanya membantu perkembangan motorik, tetapi juga meningkatkan rasa senang dan motivasi belajar siswa (Kalaja et al., 2010).

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa permainan yang menggabungkan unsur locomotor dan object control memberikan stimulasi gerak yang seimbang dan sesuai dengan tahap perkembangan fisik anak usia sekolah dasar (Barnett et al., 2016). Dengan berfokus pada keterampilan dasar tersebut, siswa dapat belajar menguasai gerak-gerak fundamental yang menjadi dasar bagi aktivitas fisik yang lebih kompleks di kemudian hari. Keberhasilan permainan ini juga dipengaruhi oleh pendekatan kelompok yang memungkinkan siswa berinteraksi, belajar bekerja sama, dan saling mendukung satu sama lain. Hal ini tidak hanya melatih kemampuan fisik tetapi juga memperkuat aspek sosial dan emosional yang sangat penting dalam perkembangan anak.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian masyarakat ini mengindikasikan bahwa penggunaan permainan berbasis keterampilan gerak dasar efektif dalam mengaktivasi kegembiraan siswa serta mengembangkan kemampuan motorik dan sosial mereka. Kegiatan ini sejalan dengan prinsip-prinsip pembelajaran aktif dan menyenangkan yang sangat diperlukan dalam pendidikan anak usia dini dan dasar. Pengembangan lebih lanjut direkomendasikan agar durasi kegiatan diperpanjang dan variasi permainan diperbanyak sehingga minat dan kegembiraan siswa dapat terus terjaga dalam jangka panjang.

Kesimpulan

Permainan berbasis keterampilan gerak dasar locomotor dan object control yang

diterapkan pada siswa kelas 3 SD Inpres BTN IKIP 2 Kota Makassar berhasil mengaktivasi kegembiraan dan meningkatkan motivasi belajar dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Melalui kegiatan ini, siswa tidak hanya mengalami peningkatan ekspresi kegembiraan seperti senyum dan tawa, tetapi juga menunjukkan partisipasi aktif dan semangat yang lebih tinggi dalam mengikuti pelajaran. Selain manfaat fisik dalam pengembangan keterampilan motorik, permainan kelompok ini juga memperkuat interaksi sosial dan kerjasama antar siswa. Oleh karena itu, disarankan agar metode pembelajaran berbasis permainan ini diadopsi secara rutin oleh sekolah untuk mendukung perkembangan motorik, sosial, dan psikologis anak secara menyeluruh. Pengembangan dan variasi permainan yang lebih banyak juga penting untuk menjaga minat dan antusiasme siswa dalam jangka panjang.

Referensi

- Barnett, L. M., Stodden, D., Cohen, K. E., Smith, J. J., Lubans, D. R., Lenoir, M., Iivonen, S., Miller, A. D., Laukkanen, A., Dudley, D., Lander, N. J., Brown, H., & Morgan, P. J. (2016). Fundamental movement skills: An important focus. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35(3). <https://doi.org/10.1123/jtpe.2014-0209>
- Cañabate, D., Martínez, G., Rodríguez, D., & Colomer, J. (2018). Analysing emotions and social skills in physical education. *Sustainability (Switzerland)*, 10(5). <https://doi.org/10.3390/su10051585>
- Engels, E. S., & Freund, P. A. (2020). Effects of cooperative games on enjoyment in physical education—How to increase positive experiences in students? *PLoS One*, 15(12), e0243608.
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2003). Developmental physical education for all children. In *Revista de investigación clínica; organo del Hospital de Enfermedades de la Nutrición*.
- Howells, K., Wellard, I., & Woolf-May, K. (2020). Young children's physical activity levels in primary (elementary) schools: what impact does physical education lessons have for young children? *Early Child Development and Care*, 190(5), 766–777.
- Kalaja, S., Jaakkola, T., & Liukkonen, J. (2010). Role of gender, enjoyment, perceived competence, and fundamental movement skills as correlates of the physical activity engagement of Finnish physical education students. *Scandinavian Sport Studies Forum (SSSF)*.
- Kolovelonis, A., & Goudas, M. (2023). Acute enhancement of executive functions through cognitively challenging physical activity games in elementary physical education. *European Physical Education Review*, 29(2), 268–285.
- Leisterer, S., & Jekauc, D. (2019). Students' emotional experience in physical education—a qualitative study for new theoretical insights. *Sports*, 7(1), 10.
- Martinez-Merino, N., & Rico-González, M. (2024). Effects of physical education on preschool children's physical activity levels and motor, cognitive, and social competences: A systematic review. *Journal of Teaching in Physical Education*, 43(4), 696–706.
- Mo, W., Saibon, J. Bin, Li, Y., Li, J., & He, Y. (2024). Effects of game-based physical education program on enjoyment in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 24(1), 517.