



Volume 6, Nomor 2, Juni 2026

## JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/IPKM>

E-ISSN: 2774-3055

---

### Penerapan Model Permainan Futsal Untuk Meningkatkan Aktivitas Gerak Anak Usia Sekolah Dasar

Harry Syahputra Nasution<sup>1</sup>, Annisa Sulistianingsih<sup>2</sup>, Doki Harpinus<sup>3</sup>, Ahmad Rizal<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pamulang, Banten, Indonesia

Email: saputraharry66@gmail.com

---

#### ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Penerapan Model Permainan Futsal Untuk Meningkatkan Aktivitas Gerak Anak Usia Sekolah Dasar" bertujuan untuk memperkenalkan dan mengajarkan keterampilan gerak kepada peserta didik serta mengembangkan keterampilan gerak dan nilai-nilai sosial seperti kerja sama tim, sportivitas, dan disiplin. Sasaran kegiatan ini adalah 25 orang siswa SD Fajar Indah. Metode kegiatan pengabdian ini mencakup sesi teori dan praktik yang terstruktur. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan gerak. Instrument test yang digunakan adalah Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3) bertujuan untuk menilai keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar di SD Fajar Indah. Dampak yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa aspek. Peserta didik yang terlibat menunjukkan peningkatan dalam keterampilan motorik kasar nilai 14,8 pada pre-test menjadi 19,92 pada post-test. Kedua, guru PJOK memperoleh metode baru yang dapat diterapkan dalam pembelajaran PJOK yaitu model-model permainan futsal, meningkatkan efektivitas dan variasi dalam kurikulum pendidikan jasmani. Kesimpulannya, sosialisasi penerapan model permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak anak usia sekolah dasar berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan, memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi peserta didik dan guru.

**Kata kunci: Keterampilan Gerak; Anak Usia Sekolah Dasar; Permainan Futsal**

#### ABSTRACT

The community service activity with the theme "Implementation of Futsal Game Models to Increase the Motor Activities of Elementary School Children" aims to introduce and teach motor skills to students as well as develop motor skills and social values such as teamwork, sportsmanship, and discipline. The target of this activity is 25 students of Fajar Indah Elementary School. The method of this community service activity includes structured theory and practice sessions. The results of this activity show that students experienced a significant increase in knowledge and motor skills. The test instrument used was the Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3) aimed at assessing the basic motor skills of elementary school students at Fajar Indah Elementary School. The impact obtained from this community service activity includes several aspects. The students involved showed an increase in gross motor skills, a score of 14.8 in the pre-test to 19.92 in the post-test. Second, PJOK teachers obtained new methods that can be applied in PJOK learning, namely futsal game models, increasing the effectiveness and variety in the physical education curriculum. In conclusion, the socialization of the application of the futsal game model to increase the motor activity of elementary school-aged children succeeded in achieving the stated objectives, providing sustainable benefits for students and teachers.

**Keywords: Motor Skills; Elementary School Children; Playing Futsal**

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang berfungsi sebagai wadah perkembangan anak didik dalam berolahraga di sekolah, (Rohmah & Muhammad, 2021). Pendidikan jasmani memberikan peluang bagi peserta didik untuk mempelajari serta mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas fisik secara sistematis dan terarah, (Hanania et al., 2022). Melalui pembelajaran yang terstruktur, pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada aktivitas gerak semata, tetapi juga pada proses pembentukan kemampuan dasar yang menunjang perkembangan peserta didik secara menyeluruh, (Yuliawan et al., 2025).

Aktivitas fisik dalam konteks pendidikan jasmani didefinisikan sebagai segala bentuk kegiatan gerak yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar serta nilai-nilai fungsional peserta didik, meliputi aspek pengetahuan (kognitif), sikap (afektif), dan keterampilan gerak (psikomotorik), (Prawibowo et al., 2025). Dengan demikian, pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, baik dari segi fisik, mental, maupun social, (Musto et al., 2025). Implementasi pembelajaran yang inovatif dan berbasis aktivitas terbukti mampu meningkatkan partisipasi siswa serta mendorong terbentuknya gaya hidup aktif sejak usia dini, (Fabio & Kartiko, 2022).

Pembelajaran gerak dasar merupakan pondasi penting pada kehidupan anak, (Budiawan & Awaluddin, 2021). Gerak merupakan sesuatu yang sangat vital dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya, dikatakan vital karena melalui gerak manusia dapat mengatasi berbagai persoalan dalam hidupnya. Tanpa gerak, manusia merupakan manusia yang sangat lemah dan mempunyai tingkat ketergantungan yang sangat tinggi terhadap lingkungannya (Kiram, 2019).

Salah satu komponen yang penting untuk dikembangkan bagi peserta didik dalam pendidikan jasmani adalah keterampilan gerak. Keterampilan gerak diartikan sebagai kualitas unjuk kerja/tampilan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Salah satu ruang lingkup pendidikan jasmani adalah pembentukan gerak, yang meliputi keinginan untuk bergerak, menghayati ruang waktu dan bentuk termasuk perasaan irama, mengenal kemungkinan gerak diri sendiri, memiliki keyakinan gerak dan perasaan sikap (kinestetik) dan memperkaya kemampuan gerak, (Hidayat, 2017). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah media pendorong

perkembangan keterampilan motorik dan aktivitas gerak peserta didik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap sportifitas, pembiasaan pola hidup sehat dan pembentukan karakter (mental, emosional, spiritual dan sosial) dalam rangka mencapai tujuan system pendidikan Nasional, (Ferdian & Syafruddin, 2022).

Aktivitas gerak adalah segala bentuk gerakan tubuh yang dilakukan oleh seseorang, baik secara sadar maupun tidak sadar, yang bertujuan untuk mempertahankan atau meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, atau sekadar memenuhi kebutuhan fungsional sehari-hari, (Humaedi et al., 2022). Aktivitas ini sangat penting dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA) mengindikasikan bahwa pada usia 5-6 tahun, anak diharapkan mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelincahan, kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan, (Rahman et al., 2020). Perkembangan motorik kasar terbentuk seiring meningkatnya kemampuan koordinasi dan keseimbangan anak yang semakin matang, (Purwanto & Baan, 2022). Perkembangan motorik kasar memiliki peranan yang sama pentingnya dengan aspek perkembangan lainnya, sehingga pendidik perlu memberikan stimulasi yang optimal melalui berbagai aktivitas fisik di lembaga pendidikan anak usia dini, (Safitri & Izzati, 2021). Pengembangan motorik kasar pada anak usia dini sangat penting karena dapat mendukung pertumbuhan fisik, meningkatkan keseimbangan tubuh, serta melatih kelenturan, kecepatan, dan kelincahan, (Tahira et al., 2022). Selain itu, aktivitas motorik juga berperan dalam meningkatkan koordinasi mata, tangan, dan kaki serta kemampuan gerak dasar seperti melompat dengan satu kaki, (Nuridayu et al., 2020). Namun, pada kenyataannya masih banyak lembaga pendidikan yang belum optimal dalam memberikan stimulasi motorik kasar, sehingga berdampak pada rendahnya kemampuan gerak anak, (Juliana, 2022).

Hasil pengamatan yang dilakukan pada tanggal 20-22 September 2025 diperoleh pengamatan bahwa Berdasarkan observasi awal dan wawancara dengan tenaga pendidik serta orang tua, terungkap bahwa banyak peserta didik di SD Fajar Indah mengalami kendala dalam pengembangan aktivitas gerak mereka. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa sekitar 42% peserta didik mengalami keterlambatan dalam aktivitas gerak ini. Indikator keterlambatan aktivitas gerak yang ditemukan di SD Fajar Indah untuk peserta didik meliputi kesulitan dalam menangkap dan menendang bola dengan benar, ketidakmampuan dalam berjalan, melompat, ayunan tangan, serta kurangnya koordinasi tangan-mata. Keterlambatan ini dapat berdampak negatif pada

kemampuan akademik dan sosial anak, sehingga penting untuk segera mengidentifikasi dan mengatasi masalah ini.

Beberapa faktor utama yang menyebabkan keterlambatan aktivitas gerak di SD Fajar Indah meliputi kurangnya stimulasi permainan yang berorientasi pada pengembangan keterampilan ini, dominasi penggunaan gawai di rumah, serta terbatasnya alat bantu edukatif di sekolah. Dalam era digital saat ini, banyak anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan gawai, yang mengurangi kesempatan mereka untuk terlibat dalam aktivitas fisik dan permainan yang dapat merangsang perkembangan aktivitas gerak, (Panggabean et al., 2025).

Minimnya kesadaran orang tua mengenai pentingnya stimulasi aktivitas gerak di rumah juga menjadi faktor yang memperburuk situasi. Banyak orang tua yang lebih mengutamakan aspek akademik dan kurang memberikan perhatian pada aktivitas gerak sederhana seperti bermain dengan bola, berlari, melompat atau melakukan permainan yang melibatkan aktivitas gerak. Padahal, aktivitas-aktivitas tersebut berperan besar dalam meningkatkan aktivitas gerak peserta didik.

Menambah variasi pembelajaran pada anak yang berbasis permainan akan menambah semangat anak dalam beraktivitas. Melalui kegiatan yang menarik, anak cenderung akan lebih senang melakukan kegiatan motorik (Titi Sutiarti S, 2020). Melalui aktivitas jasmani di sekolah yang dilakukan oleh anak diharapkan anak akan mulai terbiasa menggerakkan anggota badan mulai dari gerakan dasar lokomotifnya, (Widiarti et al., 2021).

Selain itu, lingkungan perkotaan yang padat juga menjadi tantangan tersendiri. Ruang bermain anak semakin terbatas, dan aktivitas yang seharusnya merangsang aktivitas gerak, seperti bermain di lapangan atau menggunakan alat permainan yang memerlukan koordinasi tangan, menjadi semakin jarang dilakukan. Banyak keluarga di Jakarta tinggal di apartemen atau rumah dengan lahan terbatas, sehingga anak-anak kurang mendapatkan kesempatan untuk beraktivitas fisik secara optimal.

#### 1. Analisis Situasi

Mengacu kepada butir analisis situasi, maka diketahui permasalahan mitra sebagai berikut:

- a. Kurikulum PJOK persentasenya sangat sedikit dalam mengembangkan keterampilan gerak peserta didik.

- b. Terbatasnya sarana dan prasarana untuk bermain bagi anak yang akhirnya membuat anak malas untuk bergerak dan bermain.
- c. Kurang nya pemahaman orang tua, guru dan peserta didik tentang penting nya pembelajaran gerak dasar.
- d. Penyebab lain yang diduga berpengaruh adalah perkembangan teknologi pada saat sekarang ini anak-anak lebih cenderung untuk bermain gawai yang sama sekali tidak menuntut banyak aktifitas fisik yang bisa menghambat perkembangan motorik, dimana kita ketahui dunia bermain bisa memberikan dampak yang positif terhadap perkembangan gerak peserta didik.

Berdasarkan uraian pada analisis situasi, diketahui bahwa peserta didik dan guru PJOK maupun guru mata pelajaran yang lainnya di Sekolah Dasar belum mengetahui tentang pentingnya pembelajaran aktivitas gerak berbasis permainan pada peserta didik di sekolah dasar. Padahal disekolah dasar pembelajaran aktivitas gerak harus benar-benar di ajarkan agar pertumbuhan dan perkembangan peserta didik dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

Melihat kondisi ini, kami tergerak untuk mengadakan peningkatan keterampilan gerak pada peserta didik sekolah dasar melalui penerapan model permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak untuk peserta didik di Sekolah Dasar dan guru PJOK, dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan aktivitas gerak pada peserta didik.

## 2. Permasalahan Mitra

Program pengabdian kepada masyarakat ini memiliki sasaran yaitu peserta didik, guru PJOK dan dosen di Banten. Program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan adalah penyebarluasan pengetahuan dan keterampilan tentang keterampilan gerak. Melalui pengenalan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terhadap keterampilan aktivitas gerak sehingga pertumbuhan dan perkembangan peserta didik di Sekolah Dasar tumbuh dan berkembang dengan baik. Selain itu, program pengabdian masyarakat ini juga nantinya akan melaksanakan penerapan model permainan futsal yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan gerak pada peserta didik dan menambah pengetahuan guru-guru yang ada di Sekolah Dasar.

Salah satu upaya peningkatkan keterampilan gerak anak usia sekolah dasar melalui penerapan model permainan futsal adalah dengan IPTEK, hal ini dilakukan untuk menumbuhkan semangat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Pengembangan aktivitas gerak ini dilakukan dengan bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih gerakan dan gerakan halus, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan tubuh dan keterampilan tubuh dan koordinasi serta meningkatkan keterampilan tubuh.

Pengabdian kepada masyarakat ini merupakan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi mitra dengan pendekatan terpadu, agar dapat mensosialisasikan peningkatan keterampilan gerak anak usia sekolah dasar melalui penerapan model permainan futsal, memberikan pengetahuan bagi guru-guru dan peserta didik dengan harapan pertembuhan dan perkembangan peserta didik dapat bertumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Rencana strategi pengabdian kepada masyarakat Universitas Pamulang disusun mengacu kepada hasil-hasil riset unggulan Universitas Pamulang 5 tahun terakhir, isu-isu global, isu-isu nasional, isu-isu wilayah dan rencana pembangunan jangka menengah daerah.

### 3. Solusi Permasalahan

Program pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan dalam bentuk “Penerapan Model Permainan Futsal Untuk Meningkatkan Aktivitas Gerak Anak Usia Sekolah Dasar”. Penerapan ini akan difokuskan pada penerapan permainan edukatif yang secara langsung merangsang koordinasi gerak, kekuatan otot kecil, dan kelincahan gerak. Berdasarkan analisis terhadap kendala pengembangan aktivitas gerak di SD Fajar Indah, solusi yang ditawarkan akan disusun secara sistematis sesuai dengan prioritas permasalahan. Solusi ini mencakup pendekatan berbasis permainan, intervensi edukatif bagi guru dan orang tua, serta optimalisasi lingkungan belajar.

Pengembangan aktivitas gerak pada anak usia sekolah dasar merupakan aspek penting dalam proses tumbuh kembang mereka, terutama dalam konteks pendidikan jasmani (Penjas). Aktivitas gerak mencakup keterampilan yang melibatkan koordinasi gerak, fleksibilitas gerak, serta kemampuan memegang dan mengendalikan objek kecil dengan presisi. Dalam konteks pembelajaran Penjas, pengembangan keterampilan ini dapat diintegrasikan melalui berbagai aktivitas permainan yang dirancang khusus untuk meningkatkan aktivitas gerak secara menyenangkan dan edukatif. Program ini akan menghubungkan siswa sekolah dasar dengan mahasiswa dan dosen dari program studi Pendidikan Jasmani, menciptakan lingkungan belajar yang interaktif, kolaboratif, dan berbasis praktik.

## **METODE**

Untuk mengatasi tantangan dalam penerapan model permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak anak usia sekolah dasar, langkah pertama yang dilakukan adalah melaksanakan survei awal untuk mengukur tingkat pengetahuan dan minat peserta didik terhadap aktivitas gerak pada anak usia sekolah dasar melalui aktivitas bermain dimana aktivitas bermain merupakan materi dari pembelajaran PJOK. Survei ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal mengenai pemahaman peserta didik serta mengidentifikasi kendala dan harapan mereka. Hasil survei akan digunakan sebagai dasar untuk merancang program yang sesuai dengan kebutuhan dan minat peserta didik, sehingga dapat meningkatkan partisipasi dan antusiasme mereka.

Solusi di atas dirancang melalui 4 tahap, yaitu: 1) perencanaan kegiatan, 2) pelaksanaan kegiatan, 3) monitoring dan evaluasi (monev), dan 4) refleksi dan tindak lanjut. Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 25 peserta didik dan guru-guru SD Fajar Indah. Tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah di SD Fajar Indah dengan waktu pelaksanaan pada hari Jumat 14 November 2025. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi peningkatan dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut:

### **1. Perencanaan Kegiatan**

Hal-hal yang dilakukan dalam perencanaan kegiatan antara lain: 1) melakukan koordinasi dengan tim PKM untuk pembagian tugas, 2) melakukan koordinasi dengan pihak SD Fajar Indah, 3) membuat proposal kegiatan, 4) membuat materi kegiatan, 5) menyiapkan berbagai peralatan aktivitas bermain dan instrumen keterlaksanaan program mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, monev, dan tindak lanjut.

### **2. Pelaksanaan Kegiatan**

Data awal (pre-test) dilaksanakan dengan menggunakan instrumen Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3) bertujuan untuk menilai keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar di SD Fajar Indah. Tahap selanjutnya, anak-anak melakukan praktik dan pengenalan langsung model aktivitas bermain untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar di lapangan. Tahap terakhir adalah pengukuran data akhir (post-test) dilaksanakan dengan menggunakan instrumen Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3) bertujuan untuk menilai keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar di SD Fajar Indah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang berbentuk sosialisasi ini dimulai dengan persiapan pelaksanaan yaitu melakukan observasi serta persiapan materi dan peralatan yang akan digunakan berkaitan dengan penggunaan tes TGMD-3 untuk mengukur keterampilan gerak dasar siswa di SD Fajar Indah. Pelatihan diawali dengan melakukan pre-test, dilanjutkan dengan praktik model permainan futsal, dilanjutkan dengan pelaksanaan post-test. Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan sesi refleksi dan ditutup dengan kegiatan wawancara sebagai bagian dari evaluasi kegiatan sosialisasi.

Adapun hasil pre-test dan post-test menggunakan instrumen Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3).

Table 1. hasil pre-test dan post-test menggunakan instrumen Test of Gross Motor Development 3 (TGMD-3).

<b>No</b>	<b>Pre-Total</b>	<b>Post-Total</b>
1	16	21
2	14	20
3	16	20
4	12	18
5	17	23
6	15	21
7	15	21
8	13	17
9	16	19
10	14	20
11	16	20
12	12	18
13	17	22
14	15	19
15	15	20
16	13	17
17	16	21
18	14	20
19	16	21
20	12	18
21	17	23
22	15	20
23	15	21
24	13	17
25	16	21
<b>JUMLAH</b>	<b>370</b>	<b>498</b>
<b>RATA-RATA</b>	<b>14,8</b>	<b>19,92</b>
<b>STANDAR DEVIASI</b>	<b>1,6</b>	<b>1,7</b>
<b>VARIANS</b>	<b>2,5</b>	<b>2,91</b>
<b>MAX</b>	<b>17</b>	<b>23</b>
<b>MIN</b>	<b>12</b>	<b>17</b>

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, rata-rata skor lokomotor siswa SD Fajar Indah mengalami peningkatan dari 14,8 pada pre-test menjadi 19,92 pada post-test. Nilai minimum meningkat dari 12 menjadi 17, yang menunjukkan bahwa seluruh siswa mengalami peningkatan kemampuan. Standar deviasi pre-test (1,6) dan post-test (1,7) yang relatif stabil mengindikasikan bahwa peningkatan terjadi secara merata pada seluruh peserta didik. Berdasarkan analisis data di atas, dapat disimpulkan bahwa perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan kemampuan lokomotor siswa SD Fajar Indah.

### **1. Perencanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Berbentuk Penerapan Model Permainan Futsal Untuk Meningkatkan Aktivitas Gerak Anak Usia Sekolah Dasar.**

Perencanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan identifikasi kebutuhan dan analisis situasi di SD Fajar Indah. Berdasarkan hasil survei awal, ditemukan bahwa sebagian besar peserta didik belum memiliki keterampilan gerak yang baik, dan terdapat keinginan dari pihak sekolah untuk pembelajaran tambahan dari ahli bidang pendidikan jasmani spesifikaasi keterampilan gerak dasar. Tim pengabdian kemudian merancang program sosialisasi yang mencakup teori dan praktik dalam keterampilan gerak melalui aktivitas bermain. Jadwal kegiatan dirancang selama dua hari dengan tujuan memberikan waktu yang cukup bagi peserta didik dan guru untuk memahami dan menguasai olahraga ini.

Koordinasi dengan tim dilakukan melalui percakapan *Whatsapp*, pertemuan insidental, dan virtual meeting menggunakan *Zoom Meeting*. Hasil koordinasi susunan kepanitiaan tersaji pada tabel 1 berikut.

**Tabel 2. Susunan Kepanitiaan Tim PKM**

<b>No</b>	<b>Nama Pengabdi</b>	<b>Tugas</b>
1	Harry Syahputra Nasution, S.Pd., M.Pd.	Ketua Pengabdi
2	Annisa Sulistianingsih, S.Pd.,M.Pd.	Narasumber
4	Isyana Aisyah Maharani	Anggota Pengabdi
5	Nur Atikah Alivia	Anggota Pengabdi
6.	Rizqi Farisa Ramadhannisa	Anggota Pengabdi

### **2. Proses Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan pengambilan data pre-test, dilanjutkan dengan sosialisasi teori dan praktik yang

melibatkan narasumber yang ahli di bidang pendidikan jasmani spesifikaasi keterampilan gerak dasar. Sesi pertama dimulai dengan pengenalan keterampilan motorik secara umum dan keterampilan motorik kasar, diikuti dengan demonstrasi permainan yang mengarah kepada peningkatan keterampilan gerak melalui aktivitas bermain futsal. Selanjutnya, peserta didik dan guru diajak untuk berpartisipasi dalam sesi praktik di lapangan yang telah disiapkan. Selama sesi praktik, instruktur memberikan bimbingan langsung dan melakukan evaluasi terhadap keterampilan motorik kasar peserta didik melalui aktivitas bermain. Guru pendidikan jasmani juga diberikan pelatihan khusus agar mereka dapat melanjutkan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan melalui aktivitas bermain untuk meningkatkan keterampilan gerak peserta didik.

Berikut beberapa dokumentasi terkait penyampaian materi:



Gambar 1. Pemberian Arahan PkM

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang berfokus pada peningkatan keterampilan gerak melalui aktivitas bermain futsal terlihat pada situasi di mana instruktur memberikan arahan secara langsung kepada peserta didik sebelum memulai permainan. Dalam proses ini, pemberi arahan menjelaskan teknik dasar seperti menggiring bola, mengoper, dan mengontrol bola dengan pendekatan yang menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik anak. Anak-anak yang duduk dan memperhatikan menunjukkan kesiapan belajar melalui metode bermain, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih interaktif dan tidak membosankan. Melalui pendekatan ini, aktivitas futsal tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik kasar, tetapi juga melatih koordinasi, keseimbangan, serta kerja sama tim. Arahan yang diberikan secara komunikatif dan demonstratif menjadi kunci keberhasilan dalam

membantu anak memahami gerakan dengan benar, sehingga tujuan PKM dalam meningkatkan keterampilan gerak dapat tercapai secara optimal.



Gambar 2. Penyampaian materi PKM

Penyampaian materi dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilakukan secara komunikatif dan interaktif sejalan dengan pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani berbasis. Penyampaian instruksi secara langsung yang disertai demonstrasi gerakan dasar seperti menggiring, bola mengoper bola, dan mengontrol bola menunjukkan penerapan prinsip belajar melalui observasi dan praktik, yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa, (Mahendra, 2020). Pendekatan pembelajaran berbasis bermain yang digunakan juga selaras dengan temuan penelitian bahwa model permainan dapat meningkatkan motivasi, partisipasi aktif, serta keterlibatan emosional peserta didik dalam proses pembelajaran, (Suherman, 2019).

Selain itu, pemberian umpan balik secara langsung oleh instruktur merupakan faktor penting dalam mempercepat pemahaman gerak dan meningkatkan kepercayaan diri siswa, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Gusril dan Putra (2021) yang menunjukkan bahwa interaksi aktif antara guru dan siswa berkontribusi signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik dan kerja sama tim, (Gusril, G., & Putra, 2021). Lebih lanjut, efektivitas pembelajaran futsal berbasis permainan dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar juga didukung oleh hasil penelitian Pratama dan Winarno, (Pratama, R. Y., & Winarno, 2022), serta Hidayat dan Rahayu (2023) yang menegaskan bahwa model *Teaching Games for Understanding* (TGfU) mampu mengintegrasikan aspek teknik, taktik, dan nilai sportivitas secara lebih optimal, (Hidayat, T., & Rahayu, 2023). Dengan demikian, penyampaian materi yang sistematis, interaktif, dan kontekstual dalam kegiatan PKM ini memiliki landasan teoritis dan empiris yang kuat dalam mendukung peningkatan keterampilan gerak peserta didik.



Gambar 3. Foto Bersama Tim PkM

Setelah kegiatan penyampaian materi dan tanya jawab, kegiatan selanjutnya adalah praktik dan pengenalan langsung pembelajaran peningkatan keterampilan gerak melalui aktivitas bermain, ini di lapangan SD Fajar Indah. Setelah beberapa kali praktik dan merasakan langsung terlihat para peserta didik sebagai pemula sudah lebih baik dalam melakukan pembelajaran peningkatan aktivitas bermain melalui aktivitas bermain kemudian dilakukan post-test untuk menilai sejauh mana perubahan pada keterampilan motorik peserta didik. Kemudian acara selanjutnya adalah foto bersama. Kegiatan ini dilakukan di lapangan SD Fajar Indah dengan melibatkan para dosen pengabdian dan seluruh peserta didik SD Fajar Indah.

### **3. Dampak yang Diperoleh Guru dan Peserta Didik Setelah Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak yang signifikan bagi guru dan peserta didik di SD Fajar Indah. Bagi peserta didik, sosialisasi penerapan model permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak anak usia sekolah dasar telah meningkatkan pengetahuan mereka tentang variasi aktivitas bermain dalam meningkatkan keterampilan gerak dan memberikan pengalaman baru yang menyenangkan.

Partisipasi peserta didik dalam kegiatan olahraga juga meningkat, terlihat dari antusiasme mereka dalam mengikuti sesi praktik. Bagi guru PJOK, pelatihan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan baru yang dapat diaplikasikan dalam pembelajaran sehari-hari. Guru merasa lebih percaya diri dalam mengajarkan permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak dan mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih interaktif dan bervariasi. Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai

tujuan yang telah direncanakan, yaitu memperkenalkan model-model permainan futsal untuk meningkatkan keterampilan gerak pada anak usia sekolah dasar, meningkatkan minat dan partisipasi peserta didik dalam olahraga, serta memperkaya kurikulum pendidikan jasmani di SD Fajar Indah.

Penyampaian materi dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dilakukan secara komunikatif dan interaktif, di mana instruktur memberikan arahan langsung kepada peserta didik sebelum praktik aktivitas bermain futsal dimulai, sebagaimana terlihat ketika peserta duduk memperhatikan penjelasan dan demonstrasi gerakan. Materi disampaikan dengan bahasa sederhana, disertai contoh teknik dasar seperti menggiring, mengoper, dan mengontrol bola melalui pendekatan bermain agar sesuai dengan karakteristik anak. Secara kritis, penggunaan model peningkatan keterampilan gerak melalui aktivitas bermain futsal dipilih karena memiliki keunggulan dalam mengintegrasikan aspek motorik, kognitif, dan sosial secara bersamaan; anak tidak hanya belajar gerakan, tetapi juga pengambilan keputusan, kerja sama, dan respon terhadap situasi permainan yang dinamis. Dibandingkan metode drill yang cenderung monoton, model berbasis permainan lebih efektif meningkatkan motivasi, keterlibatan aktif, serta transfer keterampilan ke situasi nyata permainan. Namun demikian, keberhasilan model ini sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, antara lain kompetensi instruktur dalam mengelola pembelajaran, kesesuaian desain permainan dengan tingkat perkembangan anak, ketersediaan sarana dan prasarana, serta karakteristik individu peserta seperti minat, kemampuan awal, dan kepercayaan diri. Selain itu, lingkungan belajar yang suportif dan pemberian umpan balik yang tepat juga menjadi faktor penentu agar tujuan peningkatan keterampilan gerak dapat tercapai secara optimal. Selain itu, keberhasilan program ini membuka peluang untuk mengembangkan kegiatan serupa di masa depan, baik di SD Fajar Indah maupun di sekolah-sekolah lain yang tertarik untuk memperkenalkan model-model permainan futsal untuk meningkatkan keterampilan gerak pada anak usia sekolah dasar.

## **KESIMPULAN**

Program sosialisasi penerapan model permainan futsal untuk meningkatkan aktivitas gerak anak usia sekolah dasar di SD Fajar Indah terbukti mampu mencapai tujuan yang telah direncanakan secara optimal, ini terbukti dari hasil pre-test dan post-test yang mengalami peningkatan yang signifikan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pemahaman baru kepada peserta didik mengenai keterampilan gerak dasar, tetapi juga

menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan partisipatif. Melalui pendekatan berbasis permainan, siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan pendidikan jasmani, sehingga proses pembelajaran tidak lagi bersifat monoton, melainkan lebih kontekstual dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar.

Selain itu, dampak positif juga terlihat dari aspek afektif dan sosial peserta didik. Nilai-nilai seperti kerja sama tim, sportivitas, tanggung jawab, dan komunikasi antar teman berkembang dengan baik selama pelaksanaan kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa model permainan futsal tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kemampuan motorik, tetapi juga berperan penting dalam pembentukan karakter siswa. Guru pun mendapatkan wawasan baru dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan variatif, sehingga dapat meningkatkan kualitas proses belajar mengajar di sekolah.

Peningkatan partisipasi peserta didik dalam aktivitas olahraga menjadi keberhasilan utama dari program ini. Ketertarikan siswa terhadap aktivitas gerak yang dikemas dalam bentuk permainan menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam mendorong gaya hidup aktif sejak dini. Oleh karena itu, model permainan futsal dapat dijadikan sebagai alternatif yang relevan dan berkelanjutan dalam program Pendidikan jasmani di sekolah dasar, serta berpotensi untuk dikembangkan lebih lanjut pada konteks dan jenjang pendidikan yang berbeda.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Budiawan, A., & Awaluddin. (2021). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 1(2), 139–148. <https://doi.org/https://ijophya.org/index.php/ijophya>
- Fabio, S., & Kartiko, D. C. (2022). Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Pada Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya*, 10(01). <https://doi.org/https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- TINGKAT
- Ferdian, R., & Syafruddin. (2022). Upaya Meningkatkan Aktivitas Gerak Peserta Didik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Bola Besar di SMP Negeri 6 Pariaman. *JP&O: Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 5(6), 6–11.
- Gusril, G., & Putra, A. (2021). Pengaruh model pembelajaran berbasis permainan terhadap keterampilan motorik dan kerja sama siswa. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 150–160. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jk.v9i2>
- Hanania, R., I, E. Z., Utomo, R. S., & Dwiyo, W. D. (2022). Peran Pendidikan Jasmani Terhadap Aktivitas Fisik Siswa Melalui Pembelajaran Berbasis Blended Learning. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 10(4), 325–332. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32682/bravos.v10i4/2798> Peran

- Hidayat, T., & Rahayu, S. (2023). Model pembelajaran TGfU dalam meningkatkan keterampilan bermain futsal siswa. *Jurnal SPORTIF*, 9(2), 200–210. [https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v9i2](https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v9i2)
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 21. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8175>
- Humaedi, Saparia, A., Nirmala, B., & Abduh, I. (2022). Deteksi Dini Motorik Kasar pada Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 558–564. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1368>
- Juliana, S. N. (2022). Keterlambatan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2), 560–568. <https://doi.org/DOI:http://dx.doi.org/10.35473/ijec.v4i2.1660>
- Kiram, P. H. Y. (2019). *Belajar keterampilan motorik* (1st ed.). Prenada Media.
- Mahendra, A. (2020). Pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 120–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i2>
- Musto, A., Darussalam, A., Dillah, M. S. U., Triputri, Y., Sabrin, L. O. M., & Ibrahim. (2025). Peningkatan Aktivitas Fisik Siswa Melalui Pembelajaran Pjok Yang Inovatif Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 6(2), 188–195. <https://doi.org/https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JOK>
- PENINGKATAN**
- Nuridayu, Kiya, A., & Wahyuni, I. W. (2020). Pengembangan motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Gerakan Binatang. *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 107–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.32678/assibyan.v5i2.10552>
- Panggabean, M. L., Putri, L. S., Siregar, F. J. F., Aulia, P., & Azhima, I. (2025). Deteksi Dini Motorik Kasar Pada Anak 4-5 Tahun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 4605–4611. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v9i1.25101>
- Pratama, R. Y., & Winarno, M. E. (2022). Efektivitas pembelajaran futsal berbasis game terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1>
- Prawibowo, M., Jannah, Z., Umari, T. F., Saputra, A., & Hedrin, D. (2025). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran PJOK Daring. *JPJA Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Adaptif*, 02(08), 66–72. <https://doi.org/10.21009/jpja.v8i02.61681>
- Purwanto, D., & Baan, A. B. (2022). Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5669–5678. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3158>
- Rahman, T., Sumardi, & Cahyani, D. D. (2020). Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling Universitas Pahlawan*, 2(2), 143–151. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v2i2.894>
- Rohmah, L., & Muhammad, H. N. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya*, 9(1), 511–519. <https://doi.org/https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- Safitri, S., & Izzati. (2021). Pelaksanaan Pengembangan Motorik Kasar Di Taman Kanak-Kanak Harapan Pangian Lintau Buo. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Din*, 3(2), 141–151. <https://doi.org/10.35473/ijec.v3i2.985>
- Suherman, A. (2019). Pendekatan bermain dalam meningkatkan keterampilan dasar

- futsal pada siswa sekolah dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 45–56. [https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v5i1](https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i1)
- Tahira, A., Muslihin, H. Y., & Rahman, T. (2022). Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Tari Kreasi. *Jurnal Jendela Bunda*, 9(2), 22–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.32534/jjb.v9i2.2731>
- Titi Sutiarti S, M. N. (2020). Aplikasi Gerak Lokomotor Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Kelompok B1. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 5(1), 1.
- Widiarti, W., Yetti, E., & Siregar, N. (2021). Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Anak melalui Modifikasi Seni Tradisional Burok. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1787–1798. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1005>
- Yuliawan, E., Andini, I. P., Muhammad, A., Pratama, J. D., & Sapitri, N. (2025). Review Literatur Pengaruh Aktivitas Kebugaran Jasmani Terhadap Perkembangan Motorik Dan Kesehatan Fisik Peserta Didik. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 2548–6950. <https://doi.org/https://doi.org/10.23969/jp.v10i4.38014>