



Pelatihan Pembuatan Program *Outdoor Education* Berbasis *Experiential Learning* Untuk Peningkatan Keterampilan Motorik Anak Yanuar Kiram¹, Andri Gemaini²

^{1,2}Universitas Negeri Padang

E-mail: ¹yanuarkiram@fik.unp.ac.id ²andrigemaini@fik.unp.ac.id

Abstrak

Motorik merupakan proses konsekuensi yang terjadi sepanjang hidup, yang dapat diartikan bahwa sepanjang makhluk hidup bernyawa pasti akan mengalami gerak, motorik terjadi akibat adanya koordinasi antara organ-organ pada tubuh. Masa kecil adalah "saat ideal" untuk mempelajari kemampuan motorik. Hal ini dikarenakan organ tubuh anak masih mengalami pertumbuhan sehingga aktivitas gerak mudah diperbaiki dan diperhalus, anak belum memiliki banyak keterampilan sehingga mempermudah mempelajari keterampilan baru, pada masa kecil tingkat keberanian anak lebih tinggi sehingga menimbulkan motivasi yang tinggi untuk mencoba hal baru, anak kecil menyukai kegiatan pengulangan sehingga pola otot akan lebih terlatih, dan anak kecil memiliki waktu yang banyak untuk belajar melakukan keterampilan motorik.

Permasalahan mitra yaitu guru-guru PJOK Kota Padang yaitu dalam penyampaian proses pembelajaran motorik dengan program aktivitas bermain yaitu umumnya pembelajaran yang diberikan masih bersifat konvensional yaitu dengan menjelaskan isi buku, teks ataupun penjelasan secara langsung. Hal yang disampaikan ke anak sering tidak tersampaikan, sehingga menyebabkan tujuan pencapaian gerak tidak terlaksana. Solusinya antara lain: 1) Memberikan pengetahuan kepada guru-guru PJOK tentang pentingnya motorik dan metode-metode pengembangan motorik. 2) Melakukan Pelatihan dan pendampingan penyusunan program *Outdoor education* pengembangan motorik melalui permainan, 3) memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam metode tes gerak dasar.

Luaran dari kegiatan ini adalah: 1) Peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada guru tentang pentingnya Motorik anak, dan akibat bagi anak jika kemampuan motorik tidak dimiliki; 2) Peningkatan keterampilan dalam menyusun Program *Outdoor Education* dengan pendekatan *experiential learning* yang menarik bagi anak dan dapat membuat anak suka bergerak; 3) Produk dihasilkan Modul berisikan Program *Outdoor Education* dengan pendekatan *experiential learning*.

Kata kunci: *Motorik, Outdoor Education, Experiential learning.*

Abstract

Motor is a consequence process that occurs throughout life, which can be interpreted that as long as living things are animate, they will experience motion, motor skills occur due to coordination between organs in the body. Childhood is an "ideal time" for learning motor skills. This is because the child's organs are still growing so that movement activities are easily repaired and refined, the child does not yet have many skills making it easier to learn new skills, in childhood the child's level of courage is higher, causing high motivation to try

new things, young children like activities repetition so that muscle patterns will be better trained, and young children have plenty of time to learn to perform motor skills.

Partner problems, namely PJOK Padang City teachers, namely in delivering the motor learning process with play activity programs, namely generally the learning provided is still conventional, namely by explaining the contents of books, texts or direct explanations. Things that are conveyed to children are often not conveyed, thus causing the goal of achieving movement not to be carried out. The solutions include: 1) Providing knowledge to PJOK teachers about the importance of motor and motor development methods. 2) Conducting training and assistance in the preparation of Outdoor education programs for motor development through games, 3) providing knowledge and skills in basic motion test methods.

The outputs of this activity are: 1) Increased knowledge and understanding of teachers about the importance of children's motor skills, and the consequences for children if motor skills are not possessed; 2) Improve skills in preparing Outdoor Education Programs with an experiential learning approach that is attractive to children and can make children like to move; 3) The product produced by the module contains the Outdoor Education Program with an experiential learning approach.

Key Word: Motoric, Outdoor Education, Experiential learning.

1. Pendahuluan

Gerak merupakan unsur pokok kehidupan manusia. Tanpa gerak, manusia menjadi kurang sempurna dan dapat menyebabkan kelainan dalam tubuh maupun organ-organnya. Oleh karena itu, gerak menjadi kebutuhan yang sangat penting seperti kebutuhan hidup lainnyayang dapat membantu kelangsungan hidup. Menurut Kiram (2000:2) 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.

Masa lima tahun pertama adalah masa emas (*golden age*) bagi perkembangan motorik anak. Gerak merupakan unsur pokok kehidupan manusia. Tanpa gerak, manusia menjadi kurang sempurna dan dapat menyebabkan kelainan dalam tubuh maupun organ-organnya. Oleh karena itu, gerak menjadi kebutuhan yang sangat penting seperti kebutuhan hidup lainnya yang dapat membantu kelangsungan hidup. Menurut Kiram (2000:2) menjelaskan bahwa:“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”. Sementara Gallahue (2012:3) menjelaskan bahwa gerak adalah kehidupan semua yang kita lakukan dalam pekerjaan dan permainan melibatkan gerak. Memahami bagaimana kita mendapatkan kontrol gerak dan koordinasi gerak adalah dasar untuk mengerti bagaimana kita hidup.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa unsur gerak adalah hal yang sangat penting dikembangkan sedini mungkin dan lembaga yang tepat untuk mengembangkannya adalah

TK dan SD. Pendidikan anak usia dini adalah salah satu bentuk lembaga pendidikan anak usia dini, yang berada pada jalur formal sebagaimana tercantum pada UU Sisdiknas No. 20 tahun 2003 pasal 28 ayat 3 yang menjelaskan bahwa "Pendidikan anak usia dini pada jalur formal berbentuk Taman Kanak-Kanak (TK), Raudhatul Athfal (RA) atau bentuk lain yang sederajat". Pendidikan ini bertujuan membantu anak didik mengembangkan berbagai potensi baik psikis dan fisik yang meliputi moral dan nilai-nilai agama, sosial emosional, kognitif, bahasa, fisik/motorik, kemandirian, dan seni untuk siap memasuki pendidikan dasar.

Salah satu komponen yang penting untuk dikembangkan bagi murid dalam pendidikan adalah kemampuan motorik. Kemampuan motorik diartikan sebagai kualitas unjuk kerja/tampilan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Kemampuan motorik juga merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui aktivitas gerak. Pengembangan motorik 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.

Penyebab ini diduga karena kurang perhatian dari guru dalam mengembangkan kemampuan Motorik ini terlihat kurang bervariasi bentuk permainan yang diberikan. Selain itu kurikulum PJOK persentasenya sangat sedikit dalam mengembangkan kemampuan motorik anak, disamping itu minimnya sarana dan prasarana untuk bermain bagi anak yang akhirnya membuat anak malas untuk bergerak dan bermain.

Penyebab lain yang diduga berpengaruh adalah perkembangan teknologi pada saat sekarang ini anak-anak lebih cenderung untuk bermain *game online* 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 motorik anak. Karena kemampuan motorik akan sangat menunjang kemampuan anak untuk memasuki pendidikan berikutnya, kemampuan motorik yang baik nanti juga bisa membuat anak jadi lebih percaya diri dengan kemampuan gerak yang telah dimilikinya dari proses belajar.

Melihat permasalahan di atas maka tim yang terbentuk dalam tim Program kemitraan masyarakat ini berusaha memberikan solusi untuk mengatasi hal tersebut. Solusinya antara lain: 1) Memberikan pengetahuan kepada guru-guru PJOK tentang pentingnya motorik dan metode-metode pengembangan motorik. 2) Melakukan Pelatihan dan pendampingan penyusunan program *Outdoor education* pengembangan motorik melalui permainan, 3) memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam metode tes gerak dasar untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak. Target luaran dari kegiatan ini adalah: 1) Peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada guru tentang pentingnya Motorik anak, dan akibat bagi anak jika kemampuan motorik tidak dimiliki; 2) Peningkatan keterampilan dalam menyusun Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* yang menarik bagi anak dan dapat membuat anak suka bergerak; 3) Produk dihasilkan Modul berisikan Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* untuk meningkatkan kemampuan motorik bagi anak.

Penyusunan Program Outdoor Education untuk mengembangkan motorik dalam kegiatan ini akan disusun dengan pendekatan *experiential learning*. *Experiential Learning is Challenge and Experience followed by Reflection leading to Learning and Growth* (Association of Experiential Education, 2017). Adapun prinsip dasar *experiential learning*

adalah: 1) Pemilihan aktivitas dan pengalaman yang direfleksikan harus dipilih secara hati-hati sesuai dengan tujuan pembelajaran, 2) Pengalaman dibuat secara terstruktur untuk membuat pembelajar terlibat secara aktif secara fisik, emosional dan intelektual., 3) Hasil pembelajaran tidak dapat diprediksi sangat bergantung pada proses pembelajaran dan refleksi personal pembelajar, 4) Desain pembelajaran metode EL termasuk kesempatan belajar dari konsekuensi, kesalahan, kegagalan dan kesuksesan.

Manfaat Experiential Learning yaitu: a) Experience Learning membuat para peserta terikat, untuk melakukan atau mempraktikkan sesuatu yang harus mereka pelajari, membangun kepercayaan berdasarkan hasil yang mereka dapatkan, b) Peserta akan melewati beberapa pengalaman dan mendapatkan hasil yang menunjukkan apa yang telah mereka lakukan dan konsekuensi dari apa yang telah mereka lakukan, c) Keterlibatan secara utuh dari setiap pribadi, memiliki arti bukan hanya intelektualitas mereka saja tetapi juga perasaan, logika, dan kepribadian mereka, d) Experiential Learning memberi lompatan! Peserta akan mempelajari sesuatu yang seharusnya dilakukan dalam waktu yang lama hanya dalam waktu yang sebentar, f) Tidak hanya memberi peserta sesuatu untuk dipelajari/ilmu tapi juga memberi peserta suasana yang nyaman dan menyenangkan dalam proses belajar

2. Metode Pelaksanaan

Metode pendekatan yang ditawarkan dalam pemecahan permasalahan mitra adalah sebagai berikut:

1. Diskusi langsung dengan Guru PJOK tentang kegiatan yang akan dilaksanakan.
2. Pelatihan tentang pengembangan Program Outdoor Education
3. Pelatihan tentang pengukuran keterampilan gerak dasar murid.
4. Diskusi lanjutan dalam rangka monitoring dan evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program.

Pelatihan tentang pengembangan Program Outdoor Education Berbasis Experiential Learning. Pelatihan dan pendampingan dalam pembuatan Program Outdoor Education adalah dengan menggunakan pendekatan experiential Learning (Kolb Cycle)



image by Karin Kirk

Gambar 3. Tahapan EL

3. Hasil Dan Pembahasan

3.1 Hasil

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul "Pelatihan Dan Pendampingan Pembuatan Program *Outdoor Education* Berbasis *Experiential Learning* Untuk Peningkatan Keterampilan Motorik Anak" dapat di deskripsikan sebagai berikut :

1. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman guru pjok tentang pentingnya Motorik , dan akibat bagi anak jika kemampuan motorik tidak dimiliki. Pemahaman yang dijelaskan oleh pemateri mendapatkan antusiasme peserta, pada saat diskusi para peserta banyak memberikan informasi terkait realita yang terjadi di sekolah, hal tersebut mendapatkan suatu hal baru yang berguna bagi para peserta dalam peningkatan motorik anak melalui penyusunan program outdoor education dengan pendekatan *experiential learning*.
2. Meningkatnya Keterampilan guru pjok dalam menyusun Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* yang berisikan permainan yang menarik bagi anak dan dapat membuat anak suka bergerak
3. Dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini menghasilkan Modul Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* berisikan beberapa permainan yang didesain untuk meningkatkan kemampuan motorik bagi anak.
4. Meningkatnya pengetahuan para guru pjok tentang metode tes gerak dasar untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak.



Gambar 4 : Foto bersama Guru PJOK Se Kota Padang

3.2 Pembahasan

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul "Pelatihan Dan Pendampingan Pembuatan Program *Outdoor Education* Berbasis *Experiential Learning* Untuk Peningkatan Keterampilan Motorik Anak terjadi peningkatan, pengetahuan akan motorik dan terselesaikannya beberapa permasalahan yang dihadapi. Permasalahan yang terselesaikan adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan akan pengetahuan motorik

Setelah melaksanakan kegiatan pengabdian bagi guru pjok se kota Padang terjadi peningkatan pengetahuan motorik pada guru-guru. Pada awalnya guru-guru kurang memahami konsep motorik sehingga pada proses pembelajaran guru kurang memperhatikan tingkat kematangan siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Setelah terlaksananya pengabdian guru mengetahui tingkatan kematangan siswa dan gerakan apa saja yang boleh dan dapat dilakukan oleh siswa sesuai dengan katagori umur dan kondisi kemampuan siswa.

2. peningkatan Keterampilan guru pjok dalam menyusun Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning*

Setelah melaksanakan kegiatan pengabdian bagi guru pjok se kota Padang terjadi peningkatan Keterampilan guru pjok dalam menyusun Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning*. Pada awalnya guru kurang memahami akan pentingnya menyusun program outdoor education. Mainset para guru awalnya hanya mendidik

peserta didik melalui aktifitas olahraga sehingga pelaksanaan pembelajaran menjadi kurang menarik

3. Modul Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning*

Setelah melaksanakan kegiatan pengabdian bagi guru pjok se kota Padang. Pada awal para guru dalam model pembelajaran hanya mempergunakan modul pembelajaran sederhana yang mengakibatkan siswa merasa bosan. Setelah mengikuti pengabdian para guru mulai mengembangkan model pembelajaran motorik salah satunya dengan mendesain Modul Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning*.

4. Meningkatkan pengetahuan guru-guru tentang metode tes gerak dasar untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak.

Setelah melaksanakan kegiatan pengabdian bagi guru Pjok se kota Padang terjadi peningkatan kemampuan guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran yaitu tentang metode tes gerak dasar untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak. Pada awal guru kekurangan metode tes gerak dasar sehingga pada proses pembelajaran guru terkadang kekurangan materi. Setelah mengikuti pengabdian para guru memiliki banyak metode sehingga dalam pelaksanaan pembelajaran guru lebih mudah melaksanakan kegiatan pembelajaran.

4. Kesimpulan

Simpulan dari pengabdian masyarakat yang berjudul “Pelatihan Dan Pendampingan Pembuatan Program *Outdoor Education* Berbasis *Experiential Learning* Untuk Peningkatan Keterampilan Motorik Anak adalah sebagai berikut:

1. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman guru pjok tentang pentingnya Motorik , dan akibat bagi anak jika kemampuan motorik tidak dimiliki.
2. Meningkatnya Keterampilan guru pjok dalam menyusun Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* yang berisikan permainan yang menarik bagi anak dan dapat membuat anak suka bergerak
3. kegiatan pengabdian pada masyarakat ini menghasilkan Modul Program Outdoor Education dengan pendekatan *experiential learning* berisikan beberapa permainan yang didesain untuk meningkatkan kemampuan motorik bagi anak.
4. Meningkatnya pengetahuan para guru pjok tentang metode tes gerak dasar untuk mengukur keterampilan gerak dasar anak.

5. Daftar Pustaka

- Depdikbud. 1992. *Pedoman Prasarana dan Sarana Taman Kanak-kanak*. Jakarta.
- Depdiknas. 2004. *Profil Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar Model*. Jakarta.
- 2004. *Kurikulum TK Pedoman Penyusunan Silabus*, Jakarta: Depdiknas.
- 2005. *Pedoman Pembelajaran Di Taman Kanak-Kanak*, Jakarta: Depdiknas.
- Gallahue, David L., Ozmun, John C dan Goodway, Jacqueline D. 2012. *Understanding Motor Development*. New York: Mc Graw Hill, Seventh Edition.
- Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Hirlock. 1993. *Perkembangan Anak* . Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini. 1995. *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*. Bandung: CV. Monora.
- Kiram, Yanuar. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

- Lutan, Rusli. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Mahyuddin, Nenny. 2008. *Asesmen Anak Usia Dini*. Padang: UNP Press.
- Moeslichaton R. 1999. *Metode Pengajaran di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mutohir, Toho Cholik dan Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Nolihar, Purnomo. Tinjauan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Madobag Mentawai. 2018. Fakultas Ilmu Keolahragaan
- Rakhimawati. 2003. *Buletin Pembelajaran Universitas Negeri Padang (Pelaksanaan Kurikulum Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Padang Utara)*. Padang: UNP Press.
- Savitri Hanny Wrekso. *Bermain Bagi Anak Balita*. Pelatihan Pengelola.
- Semiawan, Conny R. 2002. *Belajar dan Pembelajaran dalam Taraf Usia Dini*. Jakarta: PT Ikrar Mandiri Abadi.
- Sujiono, Bambang., dkk. 2005. *Metode Pengembangan Fisik*. Universitas Terbuka.
- Syahara, Sayuti. 2007. *Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik-Motorik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.