

# IMPLEMENTASI GERAK MANIPULATIF PENGGERAK OLAHRAGA PADA ANAK SD USIA 6-12 TAHUN DI KELURAHAN JATINEGARA KAUM

<sup>1</sup>Bazuri Fadillah Amin, <sup>2</sup>Abdul Sukur

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keolahragaan, <sup>2</sup>Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta  
bazuriamin@gmail.com, abdul-sukur@unj.ac.id

## **Abstract**

*The implementation of this PKM aims to implement manipulative movements to drive sports in elementary school children aged 6-12 years in Jatinegara Kaum Village. The method used is the expository method, which is a learning method given by providing explanations in advance, definitions, principles, and concepts of the subject matter and providing examples of problem-solving exercises in the form of lectures, demonstrations, questions, and answers and assignments. And after understanding the form of activities that will be given, the face-to-face method will be carried out with a note that the activity is carried out in an open space with strict health protocols, it is said that you must continue to maintain health even though at this time you have been given dose 3 of the vaccine.*

**Keywords:** implementations, manipulative movements, sport movement, elementary school children age 6-12 years

## **Abstrak**

*Pelaksanaan PKM ini bertujuan untuk mengimplementasikan gerak manipulatif penggerak olahraga pada anak SD usia 6-12 tahun di Kelurahan Jatinegara Kaum. Metode yang dipakai yaitu, dengan metode expositori, yaitu metode pembelajaran yang diberikan dengan cara memberikan penjelasan terlebih dahulu, definisi, prinsip dan konsep materi pelajaran serta memberikan contoh-contoh latihan pemecahan masalah dalam bentuk ceramah, demonstrasi, tanya jawab dan penugasan. Dan setelah memahami bentuk kegiatan yang akan diberikan selanjutnya akan dilaksanakan metode tatap muka langsung dengan catatan bahwa kegiatan dilaksanakan di ruang terbuka dengan protokoler kesehatan yang ketat dikaenakan harus tetap menjaga kesehatan walau pada saat sekarang ini telah diberikan vaksin dosis 3.*

**Kata Kunci:** implementasi, gerak manipulatif, penggerak olahraga, anak SD usia 6-12 tahun

## **1. PENDAHULUAN (Introduction)**

Perkembangan gerak dimasa anak-anak sangat menonjol pada kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Penyempurnaan atau perbaikan gerak dasar terjadi pada masa anak-anak. Menjelang masa remaja gerak yang makin kompleks bisa dikuasai dnegan kemampuan memanfaatkan keterampilan gerak sesuai dengan kebutuhannya. Pada akhirnya masa awal dewasa berbagai organ tubuh mencapai puncak perkembangan fungsi dan fisik mencapai puncak kematangan.

Permainan merupakan kesibukan yang dipilih sendiri tanpa ada unsur paksaan, tanpa didesak oleh rasa tanggung jawab. Permainan tidak memiliki tujuan tertentu. Tujuan permainan terletak pada permainan itu sendiri dan dicapai pada waktu bermain. Bermain tidak sama dengan bekerja. Bekerja mempunyai tujuan yang lebih lanjut, tujuannya tercapai setelah pekerjaan itu selesai. Anak-anak suka bermain karena di dalam diri mereka terdapat dorongan batin dan dorongan mengembangkan diri (Nurlela et al., 2022).

Bermain merupakan sebuah “pekerjaan” yang sangat menyita waktu dan seringkali dilakukan oleh anak-anak. Oleh sebab itu tidak dapat dipungkiri bahwa “dunia anak adalah dunia hiburan (permainan)”. Bermain (play) merupakan istilah yang digunakan secara bebas sehingga makna esensinya menjadi hilang. Artinya dalam setiap kegiatan bermain dilakukan untuk kesenangan tanpa memperhatikan hasil akhirnya. Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Itulah sebabnya mengapa bermain

dikatakan sebagai kegiatan inklusif dan inheren, yaitu muncul atas dasar motivasi dari dalam diri dan tidak perlu diajarkan lagi. Permasalahannya, sejak bayi apalagi anak-anak permainan merupakan kebutuhan yang asasi (Yudho Bawono, 2007). Anak dan permainan merupakan dua pengertian yang hampir tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Berpikir mengenai anak selalu menimbulkan asosiasi mengenai bermain.

Permainan juga merupakan salah satu bentuk aktivitas sosial yang dominan pada masa awal anak-anak. Sebab, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktunya di luar rumah untuk bermain dengan teman-temannya dibanding terlibat dengan aktivitas lainnya. Karena itu, permainan bagi anak-anak adalah suatu bentuk aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan semata-mata untuk aktivitas itu sendiri, bukan karena ingin memperoleh suatu hasil dari aktivitas tersebut. Hal ini disebabkan karena bagi anak-anak proses melakukan sesuatu lebih menarik daripada hasil yang akan didapatkannya (Desmita, 2005).

Dengan bermain banyak aspek kecerdasan yang terasah dari anak. Hanya sayangnya, orang tua kadang tidak suka jika anaknya terlalu banyak bermain. Mereka menganggap bermain tidak banyak manfaatnya, bahkan kadangkala orang tua complain dengan pihak sekolah ketika mereka mengetahui bahwa di sekolah anak-anak hanya bermain, yang seharusnya diajarkan tentang membaca, menulis dan berhitung. Padahal sesungguhnya masa pra sekolah adalah masa bermain, maka tepat jika pembelajaran di TK dilakukan dengan bermain sambil belajar dan belajar seraya bermain (Arri Handayani, 2009). Bermain itu penting bagi anak, karena bermain merupakan bagian sangat penting dari proses tumbuh kembang anak. Melalui kegiatan bermain, anak akan belajar berbagai hal tentang kehidupan sehari-hari. Anak akan mendapatkan pengalaman yang berkaitan dengan lingkungannya, baik lingkungan sosial budaya, lingkungan sosial ekonomi, maupun lingkungan fisik atau alam, yang sangat berguna untuk meningkatkan kemampuan berbahasa, berpikir, bersikap, bergaul, berkarya dan sebagainya. Dalam permainan anak mencurahkan perhatian, perasaan dan pikiran pada proses bermain serta sifat dan bentuk alat permainannya. Dengan demikian anak-anak akan belajar mengenali dan menjajaki lingkungannya.

Adapun manfaat bermain bagi anak adalah sebagai berikut: a. Bermain yang melibatkan fisik seperti berlari, melompat dan menendang bermanfaat untuk menguatkan dan menterampilkan anggota badan anak. b. Bermain yang melibatkan indra atau pikiran seperti menggunakan alat-alat bermain yang mengeluarkan perasaan seperti menggambar dan bermain musik atau mendengarkan aba-aba memberikan peluang pada anak untuk belajar tentang pengertian baru, sifat-sifat dan bentuk barang tertentu. c. Bermain balok-balok mainan, membentuk lilin atau tanah liat, menggambar dan sebagainya, dapat mendorong kreativitas anak. d. Bermain dapat membantu mengembangkan kepribadian seperti bertanggung jawab, bekerjasama, mematuhi peraturan dan sebagainya. e. Bermain dapat membantu anak mengenal dirinya, baik yang berkaitan dengan kelemahan dan kekurangannya, maupun kelebihanannya, misalnya dengan bermain seorang anak akan mengetahui dirinya ternyata lebih mampu berlari dengan cepat dibanding dengan teman-temannya atau lebih mampu menggambar lebih baik. f. Bermain dapat digunakan sebagai penyalur keinginan dan kebutuhan anak yang tidak terpenuhi, misalnya keinginan untuk berlaku seperti orang tuanya dengan bermain peran orang tua, bermain sebagai sopir mobil mobilan dan sebagainya. g. Bermain bersama anggota keluarga dapat mengkratkan hubungan antara anak dengan anggota keluarga lain. Selain itu, bermain juga dapat bermanfaat bagi anak, yaitu: 1. Bermain secara aktif dapat mengembangkan

otot-otot dan melatih seluruh bagian tubuh menjadi kuat. 2. Gerakan dalam bermain seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, mendorong, melatih kemampuan motorik kasar dan koordinasi visual motorik, keseimbangan, ketepatan, kelenturan, kemampuan mengontrol gerakan dan bertindak spontan. 3. Kelebihan energi anak dapat tersalurkan sehingga mengurangi kemungkinan munculnya perilaku agresif yang bersifat merusak dan merugikan. 4. Kebutuhan dan keinginan yang tidak dapat dipenuhi dengan cara lain seringkali dapat dipenuhi dengan bermain.

Anak yang tidak mampu mencapai peran pemimpin dalam kehidupan nyata mungkin dapat memperoleh pemenuhan keinginan itu dengan menjadi pemimpin saat bermain peran. 5. Melalui eksperimen dalam bermain, anak-anak menemukan bahwa merancang suatu hal baru dan berbeda dapat menimbulkan kepuasan. Selanjutnya mereka dapat mengalihkan minat kreatif ke situasi di luar dunia bermain. 6. Bermain dapat digunakan sebagai media pengenalan dan pengembangan diri. Anak dapat mengetahui sejauhmana kemampuannya dibandingkan dengan teman bermain lain, hal ini memungkinkan mereka mengembangkan konsep diri dengan lebih pasti dan nyata. 7. Melalui bermain anak belajar berkomunikasi, bagaimana membentuk hubungan sosial dan menghadapi serta memecahkan masalah yang timbul dalam hubungan tersebut (Latifah Wibowo, 2008).

Dengan demikian bermain bukanlah hal sia-sia karena selama bermain sebenarnya anak juga melakukan proses belajar. Sehingga perlu kita sadari dunia anak adalah dunia bermain dan anak berkembang dengan cara bermain. Oleh karena itu sudah seharusnya kita tidak merampas waktu bermain dari kehidupan mereka.

Aktifitas di luar ruangan yang terbatas membuat anak menjadi kekurangan gerak dan dapat membuat berbagai efek yang tidak baik bagi tubuh mereka. Meluasnya pandemi wabah covid-19 membuat seluruh dunia merasa kesulitan dan terpaksa dalam memulai pembelajaran melalui teknologi dengan cara unik dengan metode pembelajaran jarak jauh atau PJJ dalam sistem jaringan atau daring. Walaupun dalam keadaan terpaksa hal ini yang membuat perputaran roda inovasi menjadi lebih cepat. Secara fakta dilapangan, saya mengakui bahwa pembelajaran online ini saat ini membuat semua orang merasakan kesulitan dalam hal menjalankan proses belajar mengajar yang tidak hanya dikalangan SD, SMP, SMA bahkan PT. Akan tetapi hal inilah yang menjadikan kita lebih terbuka, dimana para orang tua siswa mencoba suatu kegiatan baru yakni mencoba membuka aplikasi baru yang berkaitan dengan internet. Dimana terlihat pada situasi covid-19 saat ini terjadi perkembangan inovasi yang sangat pesat.

## **2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)**

Gerak manipulatif adalah gerak yang dikembangkan Ketika anak tengah menguasai bermacam objek (Arif, 2022). Gerak manipulatif adalah gerak memainkan benda atau alat tertentu, misalnya bola, raket atau kayu pemukul (Pramono, 2010). Menurut (Bambang Sujiono dkk, 2007) mengatakan bahwa gerak manipulatif adalah aktivitas yang dilakukan tubuh dengan bantuan alat. Sedangkan menurut (Suyantini, 2013) keterampilan gerak manipulatif merupakan Gerakan yang memerlukan koordinasi ruang dan benda yang ada di sekitarnya atau aktivitass yang dilakukan tubuh dengan bantuan alat. Berdasarkan pendapat diatas gerak manipulatif mempunyai peran yang sangat penting dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, terutama pada

cabang olahraga yang menuntut melakukan sesuatu bentuk Gerakan dari anggota badannya secara lebih terampil seperti sepakbola, bolavoli, bola basket, bola kasti dan sebagainya.

Kemampuan keterampilan gerak dasar manipulatif ini sangat berpengaruh untuk dikembangkan secara optimal agar anak mencapai peran perkembangan manipulatif dengan maksimal. Keterampilan dalam bergerak secara langsung dipengaruhi oleh pertumbuhan fisik pada anak. Kemudian secara tidak langsung pertumbuhan fisik akan menentukan keterampilan anak dalam bergerak, ketika anak merasa tidak mampu dalam kemampuan tersebut dan anak akan langsung menyadari tentang persepsi dirinya dan oranglain ketika anak kurang mampu mengembangkan aspek yang anak punya contohnya dalam kemampuan gerak manipulatif anak seperti menendang, memukul atau menangkap bola anak akan cepat menyadari bahwa dirinya tidak mampu mengikuti permainan tersebut (Sasi, 2011).

Gerak dasar manipulatif ini penting untuk dikembangkan secara maksimal agar anak dapat mencapai tugas perkembangan motoriknya secara optimal (Mirawati, 2017). Kegiatan menggiring bola akan menjadikan tumbuh kembang anak menjadi lebih optimal (Sulistiyani, 2016). Berdasarkan pendapat tersebut seharusnya menggiring bola dapat memberikan keterampilan dasar gerak manipulatif bagi anak dengan menyenangkan.

### 3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode yang dipakai yaitu, dengan metode expositori, yaitu metode pembelajaran yang diberikan dengan cara memberikan penjelasan terlebih dahulu, definisi, prinsip dan konsep materi pelajaran serta memberikan contoh-contoh latihan pemecahan masalah dalam bentuk ceramah, demonstrasi, tanya jawab dan penugasan. Dan setelah memahami bentuk kegiatan yang akan diberikan selanjutnya akan dilaksanakan metode tatap muka langsung dengan catatan bahwa kegiatan dilaksanakan di ruang terbuka dengan protokoler kesehatan yang ketat dikaenakan harus tetap menjaga kesehatan walau pada saat sekarang ini telah diberikan vaksin dosis3. Pelaksanaan pembinaan meliputi 2 hal yaitu:

- a. Metode kegiatan dengan 2 pendekatan:
  1. Pendekatan teoritis yang terdiri dari pemberian instruksi dan menjelaskan apa yang akan kita laksanakan dan tujuan dari pelaksanaan kegiatan tersebut
  2. Pendekatan praktek terdiri dari praktek yang melaksanakan kegiatan fun games gerak manipulatif langsung kepada anak

- b. Metode pelaksanaan kegiatan

Secara rinci metode penerapan PKM WBUF ini terdapat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Metode Penerapan Gerak Manipulatif

Pendekatan	Materi
Tahap 1: Teori	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pengenalan <i>fun games</i> penggerak olahraga .</li><li>• Cara untuk menjadi fasilitator yang menyenangkan untuk anak.</li><li>• Tata cara pelaksanaan kegiatan langsung dengan protokoller kesehatan yang ketat.</li></ul>

Tahap 2: Praktek	• Praktek langsung di lapangan.
Tugas Mandiri	Memberikan report dari hasil implementasi yang dilakukan oleh mahasiswa dan mahasiswi penggerak olahraga kepada anak-anak di Kelurahan Jatinegara Kaum, Kecamatan Pulo Gadung, Jakarta Timur.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Setelah berbagai kesulitan yang terjadi dan sekarang kondisi sudah mulaikondusif kita dihadapkan pada sebuah fenomena dimana anak-anak mengalami kegalan pemahaman dalam proses pembelajarannya atau bisa disebut sebagai *Loss Learning*. Kegagalan pembelajaran ini tidak hanya berdampak dari pola pikir saja akan tetapi kekayaan gerak yang harusnya bisa dikembangkan juga mengalami keterlambatan yang membuat anak menjadi kurang memahami bagaimana gerak yang baik itu dapat dilakukan.

Melaksanakan sebuah kegiatan yang berorientasi kepada sifat dasar anak merupakan sebuah solusi dalam meningkatkan kemampuan gerak pada anak-anak. Pada usia dini anak masih memiliki keterbatasan baik dari segi karakter ataupun kemampuan dalam mengambil keputusan. Selain itu anak cenderung lebih egois, merasa ingin tersu di perhatikan, manja, keras kepala, dan gemar melakukan aktifitas yang dibarengi dengan permainan yang menarik dan menyenangkan (Bajuri, 2018). Dimana hakekatnya bermain adalah untuk mengekspresikan diri anak tanpa ada tuntutan apapun yang membuat anak menjadi bebas dalam melakukan aktifitas yang sedang dijalani.

Keberhasilan penyelenggaraan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan selama kegiatan berlangsung, yaitu :

1. Ketekunan dan keterlibatan anak serta diawasi oleh orang tua yang nantinya akan direport dalam bentuk lembar observasi sebagai bentuk laporan pada kegiatan implementasi *fun games* gerak manipulatif yang dilaksanakan di kelurahan jatinegara kaum.
2. Terjadinya peningkatan kemampuan gerak dasar dari aktifitas kegiatan yang dilaksanakan.
3. Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah makin terampilnya serta sinergitas antara peran fasilitator dengan mitra yakni anak-anak kecamatan duren sawit, Jakarta Timur.

Sumber daya manusia yang terlibat dalam kegiatan ini adalah dosen yang memiliki kepakaran untuk menyelesaikan persoalan mitra dan mahasiswa yang membantu aspek teknis. Berikut disajikan dalam tabel 2 adalah kepakaran masing-masing dosen yang tertuang dalam bentuk tugas dan kewajiban.

Tabel 2. Kepakaran dan Tugas

Nama Dosen	Kepakaran	Tugas
Bauri Fadillah Amin, M.Pd	Renang	• Membuat instrument pengabdian dan juga menyusun metodologi yang dapat di implementasikan kepada masyarakat dan mengolah hasil dari pengabdian

---

Dr. Abdul Sukur, S.Pd., M.Si Ilmu Gizi Masyarakat	• Penanggung jawab dalam pengolahan hasil dan membimbing mahasiswa dalam melakukan kegiatan PPM
---------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------

---

## 5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

**Kesimpulan:** hasil dari kegiatan ini yaitu anak dapat memberikan alternatif/ pilihan gerak pada anak-anak setelah kondisi dimana gerak dibatasi.

**Saran:** diharapkan kegiatan implementasi gerak manipulatif ini berkelanjutan agar nantinya dapat menjadi gerak otomatisasi.

## 6. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Arif, H. (2022). Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar. *Peningkatan Aktivitas Gerak Locomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar*.
- Arri Handayani. (2009). Anak Cerdas Lewat Bermain. *Majalah Psikologi Plus Volume III No.10 April 2009*, .
- Bajuri, D. A. (2018). *JIP:Jurnal Ilmiah PGMI Volume 4, Nomor 1, Juni 2018 Analisis Kebutuhan Anak... Dian Andesta Bajuri. 4*.
- Bambang Sujiono dkk. (2007). *Metode Pengembangan Fisik*.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Remaja Rosdakarya.
- Latifah Wibowo. (2008). Dunia Anak Dunia Bermain. *Majalah Psikologi Plus Volume II No. 12 Juni 2008*.
- Mirawati, E. R. (2017). Permainan Modifikasi untuk Gerak Dasar Manipulatif Anak Usia 2-4 Tahun. *Early Childhood* , 1 No.2.
- Nurlela, N., Astuti, W., & Amelia, Z. (2022). PENGGUNAAN VIDEO PEMBELAJARAN DALAM MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 4-6 TAHUN. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(2), 64–71.
- Pramono, dkk. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Pusat Perbukuan Kemendiknas.
- Sasi, D. N. (2011). Meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak melalui senam irama. *Portal Jurnal UPI Edisi Khusus, 1*.
- Sulistiyani, B. (2016). Meningkatkan Kemampuan Gerak Manipulatif Melalui Menggiring Bola pada Anak Kelompok A di TK Aba Tlogolelo Kokap Kulon Progo. *Pendidikan Guru PAUD S-I*, 5(9), 918–929.
- Suyantini, I. (2013). *Peningkatan Gerak Manipulatif melalui Permainan Bola Beranting pada Anak Usia 5-6 Tahun*.

Yudho Bawono. (2007). Memilih Mainan Buat Si Kecil. *Majalah Psikologi Plus Vol. II No. 11*  
*Juli 2007.*