

PENDEKATAN PERMAINAN GERAK DASAR UNTUK PENGALIHAN BERMAIN GADGET SISWA SEKOLAH DASAR

Sudradjat Wiradihardja, Rina Ambar Dewanti, Aryati, Rizka Antoni
Universitas Negeri Jakarta

djatoid@yahoo.com, rad_jakarta@yahoo.com.au, aryatimowll@gmail.com,
rizkaantonii@gmail.com

Abstract

Children's world is often associated with the world of play, play is part of their lives. The form of game approach that can be used to improve children's basic movement skills includes individual and team game approaches. Play is a good vehicle for children to channel the tension caused by the environment towards children's activities. Through play children are accustomed to the rules that are more agreed upon in play, such as prohibitions that must be obeyed, sportsmanship discipline, cooperation, respect for other friends, honesty and others, indirectly these conditions shape the child's personality. Basic movement games can be done by students in their daily lives, both at school and at home. But along with the times at this time children prefer to play gadgets rather than playing outside with their friends. So this service will provide a reference game for children to divert children from playing gadgets.

Keywords: children's basic movement games; distraction from screen time

Abstrak

Dunia anak-anak kerap di kaitkan dengan dunia bermain, bermain merupakan bagian dari hidup mereka. Bentuk pendekatan permainan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar anak diantaranya adalah pendekatan permainan perorangan dan beregu. Bermain merupakan wahana yang baik bagi anak untuk menyalurkan ketegangan yang disebabkan lingkungan terhadap aktivitas anak. Melalui bermain anak terbiasa dengan aturan-aturan yang lebih disepakati dalam bermain, seperti larangan-larangan yang harus ditaati, disiplin sportivitas, kerjasama, menghargai teman lain, jujur dan lain-lain, secara tidak langsung kondisi tersebut membentuk kepribadian anak. Permainan gerak dasar bisa dilakukan siswa dalam kehidupannya sehari-hari, bisa dilakukan di sekolah maupun di rumah. Namun seiring dengan perkembangan zaman pada saat ini anak-anak lebih banyak memilih untuk bermain gadget daripada bermain keluar rumah bersama teman-temannya. Maka pengabdian ini akan memberikan referensi permainan bagi anak untuk mengalihkan anak-anak dalam bermain gadget.

Kata Kunci: permainan gerak dasar anak; pengalihan bermain gadget

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Gerak dasar mempunyai arti yang hampir sama dengan kemampuan motorik atau motor ability yang menunjukkan gambaran tentang keterampilan di dalam aktivitas olahraga atau motor ability indicates present athletic ability, yang berarti tingkat kemampuan seseorang dalam melakukan suatu keterampilan gerak yang luas. Oleh sebab itu salah satu pengembangan kemampuan gerak dasar dapat dilakukan melalui pendidikan jasmani di sekolah. Pendidikan jasmani berperan penting dalam pembinaan dan pengembangan baik individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan serta perkembangan jasmani dan rohani.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan antara perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain

dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Mengingat gerak dasar merupakan pondasi bagi siswa siswi dalam kehidupan sehari-hari. Hurlock dalam Agus Supriyoko (2018) menyatakan bahwa : “ Masa kecil sering disebut sebagai masa ideal untuk mempelajari keterampilan gerak “. Hal ini ada sejumlah alasan yang mendasarinya, yaitu : (1) karena tubuh anak lebih lentur ketimbang tubuh orang dewasa, sehingga anak lebih mudah menerima semua pelajaran, (2) anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru dipelajarinya, maka bagi anak mempelajari keterampilan baru lebih mudah, (3) secara keseluruhan anak lebih berani pada waktu kecil ketimbang ketika anak besar. Oleh karena itu, mereka lebih berani mencoba sesuatu yang baru. Hal yang demikian menimbulkan motivasi yang diperlukan untuk belajar. (4) orang dewasa merasa bosan melakukan pengulangan, tetapi sebaliknya anak-anak justru menyenangkan yang demikian. Oleh karena itu, anak-anak bersedia mengulangi suatu tindakan hingga pola otot terlatih untuk melakukannya secara efektif. (5) karena anak memiliki tanggung jawab dan kewajiban yang lebih kecil ketimbang yang akan mereka miliki pada waktu mereka bertambah besar, maka mereka memiliki waktu yang lebih banyak untuk belajar menguasai keterampilan ketimbang yang dimiliki remaja atau orang dewasa (Supriyoko, 2018).

Bermain merupakan kegiatan yang paling penting di lakukan anak anak, hamper di seluruh kegiatan anak anak di sibukkan dengan bermain seperti yang di kemukakan oleh MJ Langeveld (Khobir, 2009) bahwa hal tersibuk yang dilakukan anak adalah kegiatan bermain. Bermain merupakan dunia anak, melalui bermain anak akan mempelajari bermacam hal mengenai kehidupan. Orang tua perlu menyisipkan unsur pendidikan dalam permainan yang dimainkan anak. Anak sangat membutuhkan bermain dan permainan untuk tumbuh kembangnya (Lestari et al., 2018). Permainan yang diberikan tidak harus membuat orang tua dan guru merogoh saku terlalu dalam karena permainan anak dapat juga dibuat sendiri dengan memanfaatkan barang di sekitar maupun barang bekas yang ada. Seperti contoh memanfaatkan daun kering untuk mengasah kognitif anak seperti mengelompokkan warna daun atau menghitung jumlah daun. Setiap permainan yang dilakukan oleh anak mempunyai manfaat yang berbeda-beda, oleh sebab itu dapat diketahui betapa pentingnya bermain bagi anak usia dini. Siti Nur Hayati (2021) menjelaskan bahwa Permainan yang sesuai untuk anak usia dini adalah permainan yang dapat mengasah perkembangan bahasa, kognitif, fisik motorik, sosial emosional, moral agama dan juga seni pada anak. Penataan lingkungan yang aman dan nyaman serta pengawasan perlu dilakukan orangtua di rumah maupun guru di sekolah karena saat anak melakukan penjelajahan ketika bermain disitulah anak akan mendapatkan stimulasi untuk tumbuh kembangnya (Hayati & Putro, 2021).

Seiring dengan tumbuh kembang anak, pada zaman teknologi pun sangat berkembang, games pun sudah tersedia dalam bentuk digital. Anak anak sekarang cenderung menggunakan gadget mereka untuk bermain games. Refa Adinda Fauziah Isni (2021) menyimpulkan bahwa penggunaan gadget pada anak usia sekolah dapat berdampak negatif, antara lain : (1) anak malas membaca buku karena dapat materi dari internet; (2) anak malas aktifitas; (3) anak mudah marah; (4) Tergangunya konsentrasi; (5) dapat merusak mata. Pengguna Gadget pada anak perlu pendampingan serta bimbingan dari orang tua, maka dari itu harus menerapkan kebiasaan dan teguran dari orang tua ketika menggunakan Gadget (Hayati & Putro, 2021).

Maka itu dari uraian diatas di dapat kan tema Pendekatan Permainan Gerak Dasar Pengalihan Bermain Gadget Siswa Sekolah Dasar.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Adapun rujukan melakukan pelaksanaan pengabdian pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

1. Penerapan Model Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan - Adi Prastyo Kurniawan.
2. Model Gerak Dasar Melalui Pendekatan Bermain Berbasis Aplikasi Untuk Anak Usia 9 Tahun- Lismayana.
3. Penerapan Teknik Game Teraphy Untuk Mengurangi Kecanduan Gadget Siswa Di Smp Negeri 3 Mutiara- Vicki Ahmad Karisman.
4. Upaya Pengalihan Perhatian Anak Terhadap Gadget Ke Permainan Tradisional Indonesia- Anes Chairuni Siregar.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode pelaksanaan pengabdian ini sebagai berikut

- a) Jenis model sosialisasi : Diskusi dan Praktek
- b) Langkah-langkah :
 1. Menciptakan suasana diskusi yang tenang dan baik
 2. Mengajukan permasalahan
 3. Memberi komentar and tanggapan
 4. Menetapkan tindak lanjut dari permasalahan
 5. Praktek lapangan
 6. Menilai kepuasan peserta

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

Pengabdian kepada masyarakat mengenai “PENDEKATAN PERMAINAN GERAK DASAR UNTUK PENGALIHAN BERMAIN GADGET SISWA SEKOLAH DASAR” telah dilaksanakan pada Agustus 2023. Kegiatan ini di laksanakan di cikole, Lembang, JAWA BARAT. Acara ini terdiri dari sosiali dan praktek dari beberapa permainan, yang membangun kemampuan gerak dasar serta kebugaran fisik bagi peserta didik ditujukan agar peserta didik teralih dari bermain gadget. Adapun permainannya yang di sosialisai dan di praktek terdiri permainan individu dan praktek.



Gambar 1 Spanduk Kegiatan



Gambar 1 Spanduk Kegiatan



Gambar 3 Spanduk Kegiatan



Gambar 4 Spanduk Kegiatan

5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

Telah terlaksana pengabdian kepada masyarakat yang bertemakan Pendekatan Permainan Gerak Dasar Untuk Pengalihan Bermain Gadget Siswa Sekolah Dasar dilaksanakan pada Agustus 2023. Terlaksana dengan baik, antusias para peserta sangat terlihat dengan melaksanakan game dengan sportif, mengakui kekalahan dan menghargai kekalahan. Anak-anak sangat banyak melakukan aktifitas gerak dengan perlombaan-perlombaan yang pengabdian laksanakan. Di harapkan kegiatan ini akan selalu terlaksana agar anak-anak memiliki banyak permainan dan teralih dari bermain gadget.

6. UCAPAN TERIMA KASIH (*Acknowledgement*)

Kami ucapkan terimakasih kepada semua yang terlibat di pengabdian kepada masyarakat ini, kepada universitas negeri Jakarta yang sudah membantu pendanaan sehingga kami bisa melaksanakan pengabdian ini, kepada sekolah dasar yang terlibat dan kepada mahasiswa yang telah membantu jalannya pengabdian.

7. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Anes Chairuni SiregarHayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan permainan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 52–64.
- Amirzan, A. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa SD Kelas V. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(1), 85. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i1.7843>
- hanief, y. n. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif*, 1(1), 60–73.
- Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan permainan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 52–64.
- Kurniawan, R. (2018). http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/j_pud Volume 12 Edisi 2 November 2018. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 311–320.
- Lutan, R. (1988). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Akademi.

- Nia, T. A., Sumaryanti, & Suhartini, B. (2022). Implementasi Keterampilan Gerak Dasar Dalam Perkembangan Motorik Anak Di Tk Al-Azhar Bandar Lampung. *Jurnal Pelita Ilmu Keolahragaan*, 02(01).
- Prayitno, B., & Sukadiyanto, S. (2014). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Untuk Anak Usia 2-4 Tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 11–21. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i1.2566>
- Supriyoko, A. (2018). Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Anak Usia Dini Melalui Pendekatan Pembelajaran Barmain. *Research Physical Education and Sports*, 1(1), 21–25.
- Zulfikar, M., Hasyim, A. H., Ikadarny, I., & Anwar, N. I. A. (2021). Penguasaan Keterampilan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Sport Science*, 11(1), 27. <https://doi.org/10.17977/um057v11i1p27-34>