

## PENDAMPINGAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR SENAM LANTAI BERBASIS PERMAINAN EDUKATIF BAGI ANAK USIA DINI DI KB DAN TK ALAM SURYA MENTARI SURAKARTA

Vera Septi Sistiasih<sup>1</sup>, Satrio Sakti Rumpoko<sup>2</sup>, Putri Rindi Antika<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Surakarta, <sup>2,3</sup>Pendidikan Jasmani Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

[vss538@ums.ac.id](mailto:vss538@ums.ac.id)

### Abstract

*This community service activity is motivated by the importance of developing gross motor skills in early childhood through enjoyable physical education learning that aligns with the characteristics of children. Basic floor gymnastics learning at KB and TK Alam Surya Mentari Surakarta has not been optimally implemented due to limited interesting and interactive teaching methods. This activity aims to improve the gross motor skills of early childhood through guidance in basic floor gymnastics learning based on educational games. The methods used are participatory guidance through direct practice, movement demonstrations, educational games, and activity evaluations. The target of the activity consists of children aged 4–6 years and accompanying teachers at KB and TK Alam Surya Mentari Surakarta. The results of the activities show that learning based on educational games is able to improve children's courage, movement coordination, body balance, and active participation in following floor gymnastics activities. In addition, teachers gain an understanding of the application of educational games in gross motor learning. This community service activity shows that the educational game approach is an effective method for creating active, enjoyable motor learning that is appropriate for early childhood development.*

**Keywords:** *early childhood; gross motor; educational games; floor gymnastics; community service*

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilatarbelakangi oleh pentingnya pengembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui pembelajaran pendidikan jasmani yang menyenangkan dan sesuai dengan karakteristik anak. Pembelajaran gerak dasar senam lantai di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta belum dilaksanakan secara optimal karena keterbatasan metode pembelajaran yang menarik dan interaktif. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui pendampingan pembelajaran gerak dasar senam lantai berbasis permainan edukatif. Metode yang digunakan adalah pendampingan partisipatif melalui praktik langsung, demonstrasi gerakan, permainan edukatif, dan evaluasi kegiatan. Sasaran kegiatan terdiri atas anak usia 4–6 tahun dan guru pendamping di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan edukatif mampu meningkatkan keberanian, koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan partisipasi aktif anak dalam mengikuti aktivitas senam lantai. Selain itu, guru memperoleh pemahaman mengenai penerapan permainan edukatif dalam pembelajaran motorik kasar. Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan edukatif menjadi metode yang efektif untuk menciptakan pembelajaran motorik yang aktif, menyenangkan, dan sesuai dengan perkembangan anak usia dini.

**Kata Kunci:** anak usia dini; motorik kasar; permainan edukatif; senam lantai; pengabdian masyarakat

Submitted: 2026-05-01

Revised: 2026-05-20

Accepted: 2026-06-02

### Pendahuluan

Anak usia dini merupakan fase penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia, khususnya pada aspek fisik motorik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada masa ini, stimulasi yang tepat sangat diperlukan untuk membantu anak mengembangkan kemampuan gerak dasar sebagai fondasi aktivitas fisik di tahap perkembangan berikutnya. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan adalah melalui aktivitas pendidikan jasmani yang menyenangkan, aman, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Pembelajaran berbasis bermain menjadi pendekatan yang efektif karena anak usia dini cenderung belajar melalui aktivitas eksploratif dan pengalaman langsung.

Gerak dasar merupakan kemampuan fundamental yang perlu dikenalkan sejak dini karena berperan dalam mendukung koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, fleksibilitas, serta keberanian anak dalam melakukan aktivitas fisik. Dalam konteks pendidikan jasmani anak usia dini, senam lantai menjadi salah satu aktivitas yang dapat digunakan untuk melatih kemampuan motorik kasar melalui berbagai gerakan sederhana seperti berguling, melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi anggota tubuh. Selain meningkatkan kemampuan fisik, aktivitas senam lantai juga dapat membantu membangun rasa percaya diri, disiplin, dan keberanian anak.

Namun demikian, pelaksanaan pembelajaran gerak dasar senam lantai pada lembaga pendidikan anak usia dini masih menghadapi beberapa kendala. Guru sering kali mengalami keterbatasan dalam mengembangkan model pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak. Pembelajaran cenderung dilakukan secara monoton sehingga anak mudah merasa bosan dan kurang aktif dalam mengikuti kegiatan. Selain itu, keterbatasan sarana, metode, dan pemahaman tentang aktivitas motorik dasar juga menjadi faktor yang memengaruhi optimalisasi pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat KB dan TK.

Pendekatan permainan edukatif dapat menjadi solusi dalam meningkatkan keterlibatan anak selama proses pembelajaran gerak dasar senam lantai. Permainan edukatif memungkinkan anak belajar melalui aktivitas yang menyenangkan sehingga mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, kreatif, dan interaktif. Melalui pendekatan ini, anak tidak hanya melakukan gerakan secara mekanis, tetapi juga memperoleh pengalaman belajar yang bermakna melalui aktivitas bermain yang terstruktur. Penggunaan permainan edukatif dalam pembelajaran motorik juga dinilai mampu meningkatkan motivasi, partisipasi, serta kemampuan koordinasi gerak anak usia dini.

KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini yang memiliki perhatian terhadap pengembangan aktivitas fisik dan motorik peserta didik. Berdasarkan hasil observasi awal, kegiatan pembelajaran motorik kasar khususnya gerak dasar senam lantai belum dilaksanakan secara optimal dan masih memerlukan pendampingan dalam penerapan metode pembelajaran yang lebih variatif dan menyenangkan. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan pembelajaran gerak dasar senam lantai berbasis permainan edukatif sebagai upaya mendukung pengembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pendampingan kepada guru dan peserta didik dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar senam lantai melalui permainan edukatif di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta. Melalui kegiatan ini diharapkan tercipta proses pembelajaran yang lebih menarik, aktif, dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar serta minat anak terhadap aktivitas fisik sejak usia dini.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta yang berlokasi di Kota Surakarta. Sasaran kegiatan adalah anak usia dini kelompok KB dan TK dengan rentang usia 4–6 tahun serta guru pendamping kelas. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak 15 anak dan 4 guru pendamping. Kegiatan dilaksanakan pada hari Jumat, 17 April 2026.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode pendampingan partisipatif berbasis praktik langsung melalui permainan edukatif. Metode ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik anak usia dini yang lebih mudah memahami pembelajaran melalui aktivitas bermain dan demonstrasi gerak. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, pendampingan, dan evaluasi kegiatan.

Tahap persiapan diawali dengan observasi awal dan koordinasi dengan pihak sekolah terkait kebutuhan pembelajaran motorik kasar khususnya gerak dasar senam lantai. Pada tahap ini tim

pengabdian menyusun materi, menyiapkan alat dan media permainan edukatif, serta menentukan bentuk aktivitas yang aman dan sesuai dengan perkembangan anak usia dini. Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan meliputi matras senam sebanyak 6 buah, cone penanda sebanyak 10 buah, speaker audio untuk iringan gerak, kartu instruksi gerak, serta media pendukung permainan edukatif lainnya. Seluruh alat diperoleh dari perlengkapan sekolah dan tambahan fasilitas dari tim pengabdian.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pengenalan dan praktik gerak dasar senam lantai yang dikemas dalam bentuk permainan edukatif. Materi kegiatan meliputi gerakan pemanasan sederhana, keseimbangan tubuh, gerakan mengguling sederhana, meloncat, merangkak, sikap lilin sederhana, serta koordinasi gerak melalui permainan kelompok. Dalam pelaksanaannya, anak dibimbing secara langsung oleh tim pengabdian bersama guru pendamping agar setiap peserta mampu mengikuti gerakan dengan aman dan menyenangkan. Pendekatan bermain diterapkan melalui aktivitas seperti estafet gerak, permainan rintangan motorik, dan permainan koordinasi tubuh sehingga anak lebih aktif dan antusias mengikuti kegiatan.

Tahap pendampingan dilakukan dengan memberikan contoh gerakan, koreksi sederhana, serta motivasi kepada anak dan guru selama proses pembelajaran berlangsung. Guru pendamping juga diberikan arahan mengenai cara menerapkan permainan edukatif dalam pembelajaran motorik kasar agar kegiatan dapat dilanjutkan secara mandiri setelah program pengabdian selesai.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif sederhana untuk mengetahui tingkat ketercapaian program. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi kemampuan motorik anak, lembar keaktifan peserta, dokumentasi kegiatan, dan wawancara singkat dengan guru pendamping. Aspek yang diamati meliputi kemampuan mengikuti instruksi gerak, keberanian melakukan gerakan, keseimbangan tubuh, koordinasi gerak, partisipasi aktif, dan antusiasme anak selama kegiatan berlangsung.

Pengukuran tingkat keberhasilan kegiatan dilakukan dengan membandingkan kondisi awal dan kondisi akhir peserta setelah mengikuti program pendampingan. Indikator keberhasilan kegiatan ditentukan berdasarkan peningkatan partisipasi aktif anak dalam pembelajaran, meningkatnya kemampuan melakukan gerak dasar senam lantai sederhana, serta meningkatnya pemahaman guru mengenai penerapan permainan edukatif dalam pembelajaran motorik kasar. Tingkat ketercapaian program juga dilihat dari perubahan sikap anak seperti meningkatnya rasa percaya diri, keberanian mencoba gerakan baru, kemampuan bekerja sama dalam permainan kelompok, serta terciptanya suasana pembelajaran yang lebih aktif dan menyenangkan di lingkungan sekolah.

## **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan pembelajaran gerak dasar senam lantai berbasis permainan edukatif telah dilaksanakan dengan baik di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui aktivitas pembelajaran yang menyenangkan, aman, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu observasi awal, penyampaian materi, demonstrasi gerakan, praktik gerak dasar senam lantai, permainan edukatif, serta evaluasi kegiatan bersama guru pendamping.

Pada tahap awal kegiatan, tim pengabdian melakukan observasi terhadap kemampuan motorik anak dan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang telah berlangsung di sekolah. Berdasarkan hasil observasi awal, sebagian besar anak masih menunjukkan keterbatasan dalam koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan keberanian melakukan aktivitas motorik tertentu seperti berguling dan menjaga posisi tubuh. Selain itu, pembelajaran motorik kasar sebelumnya masih dilakukan secara sederhana dan belum menggunakan pendekatan permainan edukatif secara optimal.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengenalan gerak dasar senam lantai melalui aktivitas pemanasan dan permainan sederhana. Anak-anak tampak antusias mengikuti kegiatan karena pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan kelompok, estafet gerak, dan tantangan motorik sederhana. Pendekatan bermain terbukti mampu menciptakan suasana pembelajaran yang aktif dan menyenangkan sehingga anak lebih percaya diri dalam mencoba berbagai gerakan dasar senam lantai.

Materi yang diberikan meliputi gerakan keseimbangan, berjalan mengikuti lintasan, merangkak, melompat, gerakan mengguling sederhana, dan sikap lilin sederhana. Tim pengabdian bersama guru pendamping memberikan contoh gerakan secara langsung serta mendampingi anak selama praktik berlangsung. Pendampingan dilakukan secara bertahap agar anak mampu mengikuti gerakan dengan aman dan sesuai kemampuan masing-masing. Tampilan tabel dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Observasi Kemampuan Motorik Anak**

<b>Aspek yang diamati</b>	<b>Kondisi awal</b>	<b>Kondisi akhir</b>
Keberanian melakukan gerakan	Rendah	Meningkat
Kemampuan menjaga keseimbangan	Cukup	Baik
Koordinasi Gerak tubuh	Cukup	Baik
Partisipasi dalam kegiatan	Sedang	Sangat Aktif
Kemampuan mengikuti instruksi	Cukup	Baik

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak setelah mengikuti kegiatan pendampingan. Anak menjadi lebih aktif mengikuti pembelajaran dan lebih berani melakukan gerakan-gerakan dasar senam lantai. Selain itu, kemampuan koordinasi gerak dan keseimbangan tubuh juga menunjukkan perkembangan yang lebih baik dibandingkan sebelum kegiatan dilakukan.

Keberhasilan kegiatan pengabdian ini diukur melalui tingkat partisipasi peserta, peningkatan kemampuan gerak dasar, dan respon guru pendamping terhadap pelaksanaan program. Indikator keberhasilan terlihat dari meningkatnya antusiasme anak selama kegiatan berlangsung, kemampuan anak dalam mengikuti instruksi gerak, serta keterlibatan aktif guru dalam proses pendampingan pembelajaran. Guru juga menyampaikan bahwa pendekatan permainan edukatif lebih efektif digunakan pada pembelajaran motorik kasar karena anak lebih mudah fokus dan menikmati proses belajar.

Selain memberikan dampak jangka pendek berupa peningkatan aktivitas fisik dan kemampuan motorik anak, kegiatan ini juga memiliki potensi dampak jangka panjang bagi sekolah. Guru memperoleh pengalaman baru dalam menerapkan model pembelajaran berbasis permainan edukatif sehingga dapat digunakan secara berkelanjutan dalam kegiatan pendidikan jasmani di sekolah. Kegiatan ini juga membantu meningkatkan kesadaran pentingnya stimulasi motorik kasar sejak usia dini sebagai fondasi perkembangan fisik anak.



**Gambar 1. Penjelasan awal sebelum treatment**



**Gambar 2. Pemanasan**



**Gambar 3. Pendampingan Gerakan Roll Depan**



**Gambar 4. Latihan Roll Depan Mandiri**



**Gambar 5. Pendampingan Gerakan Roll Belakang**



**Gambar 8. Pendampingan Gerakan Sikap Lilin**



**Gambar 9. Pendingan Setelah Pendampingan**

Kegiatan pengabdian ini memiliki beberapa keunggulan, di antaranya pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, mudah diterapkan, serta sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Penggunaan permainan edukatif mampu meningkatkan motivasi belajar anak dan menciptakan suasana pembelajaran yang lebih interaktif. Selain itu, alat dan media yang digunakan relatif sederhana sehingga mudah diaplikasikan oleh sekolah dengan fasilitas terbatas.

Namun demikian, kegiatan ini juga memiliki beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan dan perbedaan kemampuan motorik setiap anak. Beberapa anak memerlukan pendampingan lebih intensif untuk melakukan gerakan tertentu karena masih merasa takut atau kurang percaya diri. Selain itu, keterbatasan jumlah matras dan media permainan juga menjadi tantangan dalam mengatur aktivitas kelompok secara bersamaan.

Secara keseluruhan, kegiatan pendampingan pembelajaran gerak dasar senam lantai berbasis permainan edukatif di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta berjalan dengan baik dan mampu memberikan perubahan positif terhadap kemampuan motorik kasar, keberanian, dan partisipasi aktif anak usia dini. Program ini memiliki peluang untuk dikembangkan lebih lanjut melalui kegiatan pelatihan guru, pengembangan media pembelajaran motorik, serta penerapan model permainan edukatif yang lebih variatif pada aktivitas pendidikan jasmani anak usia dini.

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan pembelajaran gerak dasar senam lantai berbasis permainan edukatif di KB dan TK Alam Surya Mentari Surakarta telah terlaksana dengan baik dan mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Program ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini, khususnya pada aspek keseimbangan, koordinasi gerak, keberanian, dan partisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran. Pendekatan permainan edukatif terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sehingga anak lebih antusias dan percaya diri dalam mengikuti aktivitas gerak dasar senam lantai.

Selain memberikan manfaat bagi peserta didik, kegiatan ini juga memberikan tambahan wawasan dan pengalaman bagi guru dalam menerapkan pembelajaran motorik kasar yang lebih kreatif dan interaktif. Penggunaan media dan permainan sederhana menjadikan kegiatan mudah diterapkan serta sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini.

Adapun kelebihan dari kegiatan ini yaitu metode pembelajaran yang menyenangkan, mudah diaplikasikan, dan mampu meningkatkan keterlibatan aktif anak selama proses pembelajaran

berlangsung. Pendekatan permainan edukatif juga dapat membantu guru menciptakan suasana belajar yang lebih variatif dan tidak monoton. Namun demikian, kegiatan ini masih memiliki beberapa keterbatasan, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan, perbedaan kemampuan motorik setiap anak, serta keterbatasan sarana pendukung seperti jumlah matras dan media permainan.

Kegiatan pengabdian ini memiliki peluang untuk dikembangkan lebih lanjut melalui program pelatihan guru pendidikan anak usia dini, pengembangan model permainan edukatif yang lebih inovatif, serta integrasi teknologi pembelajaran dalam aktivitas motorik kasar anak usia dini. Dengan pengembangan yang berkelanjutan, pembelajaran gerak dasar senam lantai diharapkan dapat menjadi salah satu media efektif dalam mendukung perkembangan fisik motorik dan karakter anak usia dini secara optimal.

### Daftar Pustaka

- Arifin, Z., & Setiawan, A. (2021). Pengembangan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui aktivitas pendidikan jasmani. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1234–1243.
- Dewi, R., & Nurhidayah, S. (2020). Pembelajaran berbasis permainan edukatif untuk meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 14(1), 45–56.
- Fitriani, N., & Rahmawati, E. (2022). Implementasi aktivitas senam lantai dalam pengembangan motorik kasar anak taman kanak-kanak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(2), 101–110.
- Hidayat, T., & Prakoso, B. (2019). Model pembelajaran motorik kasar berbasis bermain pada anak usia dini. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 88–97.
- Kurniawati, L., & Suyadi. (2021). Stimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini melalui permainan gerak dan lagu. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 391–401.
- Lubis, J., & Haryanto, A. I. (2020). Pendidikan jasmani dan perkembangan motorik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(2), 67–75.
- Mulyani, E., & Wulandari, R. (2023). Pendampingan pembelajaran aktif berbasis permainan edukatif pada pendidikan anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Olahraga dan Pendidikan*, 3(1), 12–20.
- Pratiwi, D. A., & Sari, M. P. (2022). Pengaruh permainan edukatif terhadap keberanian dan aktivitas motorik anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 6(2), 210–219.
- Rahman, F., & Putra, R. (2021). Aktivitas senam lantai sederhana sebagai stimulasi motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(2), 134–142.
- Saputra, Y. M., & Wahyudi, A. (2019). Pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani anak usia dini. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 15–24.
- Suryana, D. (2021). *Pendidikan anak usia dini: Teori dan praktik pembelajaran*. Prenada Media.
- Widiastuti. (2020). *Pengembangan pembelajaran motorik anak usia dini*. PT Remaja Rosdakarya.
- Yuliani, N., & Astuti, F. (2023). Efektivitas permainan edukatif terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal PAUD Teratai*, 12(1), 55–64.