

Upaya Penguatan Keterampilan Gerak Dasar melalui Permainan Terstruktur di TK Nurul Falah Kediri

Bustanol Arifin¹ Heru Wardana Yoga² Abdurrohman Muzakki³

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Pendidikan Sains dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia^{1,3}

Pendidikan Profesi Guru, Fakultas Pendidikan Sains dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia²

Email: barifin@umm.ac.id¹ heruwardanayo@gmail.com² muzakki@umm.ac.id³

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilatarbelakangi oleh rendahnya stimulasi keterampilan gerak dasar anak usia dini di TK Nurul Falah Kediri. Aktivitas fisik anak masih cenderung berlangsung spontan, kurang terprogram, serta belum didukung oleh media pembelajaran gerak yang variatif dan aman. Artikel ini bertujuan mendeskripsikan proses, hasil, dan makna penguatan keterampilan gerak dasar melalui permainan terstruktur berbasis gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Pendekatan yang digunakan adalah deskriptif kualitatif berbasis pengabdian dengan tahapan sosialisasi, pelatihan guru, penerapan media dan permainan terstruktur, pendampingan, evaluasi, serta penyusunan keberlanjutan program. Data dikumpulkan melalui observasi aktivitas anak, wawancara guru, dokumentasi kegiatan, dan catatan reflektif, kemudian dianalisis secara deskriptif melalui reduksi data, penyajian temuan, dan penarikan simpulan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa guru mulai memahami pembelajaran gerak sebagai bagian penting dari kegiatan belajar, bukan sekadar aktivitas selingan. Guru juga lebih mampu mengenali dan mempraktikkan variasi gerak dasar melalui sirkuit gerak, gerak berirama, lempar tangkap, dan story-based movement. Pemanfaatan media sederhana seperti cone botol plastik, tangga koordinasi dari pita dan tali, rintangan mini dari pipa PVC, serta bola ringan memperkaya pengalaman gerak anak tanpa bergantung pada alat mahal. Anak menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi, keberanian mencoba gerakan, kemampuan mengikuti instruksi, menunggu giliran, dan berinteraksi positif dalam permainan kelompok. Program ini menyimpulkan bahwa permainan terstruktur dapat menjadi strategi aplikatif, murah, aman, kontekstual, dan berkelanjutan untuk membangun budaya gerak aktif di TK Nurul Falah Kediri.

Kata Kunci: Gerak Dasar, Permainan Terstruktur, Anak Usia Dini, Pengabdian Masyarakat



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Keterampilan gerak dasar untuk anak usia dini menjadi fondasi awal yang penting sebagai penunjang kemampuan gerak pada masa pertumbuhan. Berbagai studi menunjukkan bahwa fundamental movement skills berhubungan dengan kesiapan anak untuk terlibat dalam aktivitas fisik, kebugaran, serta pengembangan kemampuan gerak yang lebih kompleks (Zhang, dkk., 2025; Yang, dkk., 2025; Wang & Zhou, 2024). Saya melihat bahwa persoalan gerak dasar tidak dapat dipahami hanya sebagai urusan olahraga, melainkan sebagai bagian dari pengalaman belajar anak yang menyentuh aspek fisik, sosial, dan kepercayaan diri. Penelitian terbaru juga menegaskan bahwa intervensi motorik yang diarahkan sejak prasekolah memberi kontribusi terhadap keterampilan lokomotor, kontrol objek, dan stabilitas tubuh anak (Quan, dkk., 2024; Wilhite, dkk., 2025). Pendidikan anak usia dini perlu memberi ruang yang cukup bagi anak untuk bergerak, bermain, dan belajar melalui pengalaman tubuh yang bermakna. Kajian tentang active play dan structured physical activity menyatakan bahwa aktivitas bermain yang memiliki rancangan, pengulangan, dan arahan guru lebih efektif dibandingkan aktivitas yang sepenuhnya bebas tanpa tujuan gerak (Liu, dkk., 2025; Ren, dkk., 2025;

Abusleme-Allimant, dkk., 2023). Pengalaman saya dalam membaca praktik pembelajaran motorik menunjukkan bahwa anak sering terlihat aktif, tetapi belum tentu memperoleh stimulasi gerak yang tepat apabila aktivitasnya tidak dirancang dengan indikator yang jelas. Hal tersebut sejalan dengan temuan Zhang, dkk. (2025) bahwa active play memberi dampak positif terhadap FMS, tetapi efektivitasnya sangat ditentukan oleh kejelasan komponen intervensi, frekuensi, dan konteks pelaksanaan. Permainan terstruktur menjadi pendekatan yang relevan karena dunia anak pada dasarnya dekat dengan suasana bermain yang menyenangkan. Model pembelajaran berbasis permainan dilaporkan mampu meningkatkan keterlibatan, motivasi, dan pengalaman belajar gerak anak karena tujuan pembelajaran disisipkan ke dalam aktivitas yang mereka sukai (Nurdiana, 2023; Purwanto, dkk., 2024; Widayati, dkk., 2023). Saya menilai bahwa struktur dalam permainan tidak boleh dimaknai sebagai kekakuan, tetapi sebagai pengaturan pedagogis agar kegiatan bermain memiliki arah perkembangan. Nurkholishoh & Choiro (2022) juga menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat digunakan untuk mengembangkan motorik kasar anak apabila guru mampu menyesuaikan aturan, media, dan tingkat kesulitan gerak dengan usia peserta didik.

Kondisi lembaga PAUD dengan sarana terbatas sering menuntut guru untuk lebih kreatif dalam menyusun pembelajaran jasmani sederhana. Penelitian tentang intervensi berbasis sekolah dan staf PAUD memperlihatkan bahwa pelatihan guru, dukungan lingkungan, serta media yang mudah digunakan dapat memperbaiki praktik pembelajaran gerak anak (Haugland, dkk., 2024; McGuckin, dkk., 2024; Ha, dkk., 2026). Dalam konteks seperti ini, kualitas guru tidak hanya terlihat dari kemampuan menjelaskan materi, tetapi dari kecermatan merancang aktivitas yang aman, bertahap, dan menyenangkan. Wang & Zhou (2024) menyatakan bahwa latihan motorik yang berfokus pada perkembangan gerak lebih kuat dampaknya daripada aktivitas fisik biasa karena kegiatan tersebut memiliki sasaran keterampilan yang lebih spesifik. TK Nurul Falah Kediri menjadi lokasi yang menarik untuk dikaji karena persoalan gerak dasar di sekolah ini berhubungan dengan aspek pembelajaran, fasilitas, dan keterlibatan lingkungan rumah. Berdasarkan observasi awal dalam kegiatan PKM, aktivitas fisik anak masih cenderung spontan, fasilitas gerak terbatas, dan guru membutuhkan penguatan metode active movement untuk mengelola permainan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Saya memandang situasi ini sebagai ruang pengabdian yang tidak cukup dijawab dengan pemberian alat, tetapi perlu diikuti dengan pendampingan guru dan pembiasaan kegiatan gerak. Temuan Flynn, dkk. (2023) menegaskan bahwa keterlibatan orang tua juga penting dalam program FMS karena aktivitas anak di rumah dapat memperkuat stimulasi yang telah diberikan di sekolah.

Kesenjangan utama dalam kegiatan ini terletak pada belum kuatnya desain permainan terstruktur yang sesuai dengan kondisi nyata TK Nurul Falah Kediri. Sejumlah penelitian telah membuktikan efektivitas structured active play, physical activity program, dan teacher-led movement education pada anak usia dini, tetapi belum semua program menjelaskan penerapan media sederhana dalam konteks PAUD dengan keterbatasan sarana (Liu, dkk., 2025; Yang, dkk., 2025; McGuckin, dkk., 2024). Saya melihat kebaruan praktis artikel ini pada integrasi permainan terstruktur, pelatihan guru, media murah, dan penguatan budaya gerak di sekolah mitra. Haugland, dkk. (2024) menekankan bahwa intervensi yang dipimpin staf sekolah dapat memberi dampak pada keterampilan lokomotor dan kontrol objek apabila disertai pengembangan profesional serta integrasi ke dalam praktik sehari-hari. Rumusan masalah dalam artikel ini diarahkan pada bagaimana program permainan terstruktur dapat menguatkan keterampilan gerak dasar anak usia dini di TK Nurul Falah Kediri. Studi tentang intervensi sekolah berbasis FMS menyebutkan bahwa program yang terencana perlu dinilai dari perubahan kompetensi guru, ketersediaan lingkungan pendukung, dan respons anak selama pembelajaran (Yin, dkk., 2025; Jiang, dkk., 2025; Zhang, dkk., 2025). Dengan dasar

tersebut, artikel ini bertujuan mendeskripsikan proses, hasil, dan makna penguatan keterampilan gerak dasar melalui permainan terstruktur di TK Nurul Falah Kediri. Quan, dkk. (2024) menunjukkan bahwa pelatihan terstruktur dapat meningkatkan keterampilan lokomotor dan keterampilan bola, sehingga pendekatan serupa layak diadaptasi dalam program pengabdian yang lebih kontekstual dan partisipatif.

Penelitian Terdahulu yang Relevan

Tabel 1. Studi Literatur Penelitian Relevan

No	Penulis/ Tahun	Judul	Tujuan	Metode	Hasil	Kontribusi dan relevansi
1	Liu, dkk. (2025)	Can active play replace skill-oriented physical education in enhancing fundamental movement skills among preschool children?	Membandingkan active play dan skill-oriented physical education terhadap FMS anak prasekolah.	Systematic review dan meta-analysis.	Structured active play sebanding dengan pendidikan jasmani berorientasi keterampilan, sedangkan unstructured active play lebih lemah.	Menguatkan dasar pemilihan permainan terstruktur pada sekolah dengan sumber daya terbatas.
2	Zhang, dkk. (2025)	The effects of active play interventions on children's fundamental movement skills	Menelaah dampak intervensi active play terhadap FMS anak.	Systematic review dengan pencarian enam basis data.	Sebagian besar studi menunjukkan active play berdampak positif, tetapi hasil bergantung pada rancangan dan frekuensi intervensi.	Mendukung perlunya struktur permainan, bukan hanya aktivitas bermain bebas.
3	McGuckin, dkk. (2024)	Impact of a fundamental movement skills program on educator practice in early learning centres	Menilai dampak program FMS terhadap praktik pendidik PAUD.	Kualitatif melalui wawancara dan FMS diary.	Program memunculkan refleksi pendidik terhadap praktik pembelajaran FMS.	Relevan dengan pelatihan guru dan pendampingan di TK Nurul Falah.
4	Quan, dkk. (2024)	Structured training on gross motor skills and physical fitness in 4-5-year-old children	Menguji efektivitas pelatihan terstruktur terhadap motorik kasar dan kebugaran.	Intervensi dengan kelompok kontrol dan analisis ANCOVA.	Pelatihan terstruktur meningkatkan keterampilan lokomotor, ball skills, dan kebugaran fisik.	Menjadi pembanding ilmiah bagi hasil permainan lokomotor dan manipulatif.
5	Flynn, dkk. (2023)	Direct parent engagement to improve fundamental movement skills in children	Mengkaji intervensi yang melibatkan orang tua untuk meningkatkan FMS anak.	Systematic review.	Keterlibatan langsung orang tua berpotensi memperkuat perkembangan FMS anak.	Mendukung unsur parent class dan dukungan aktivitas gerak di rumah.

METODE PENGABDIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif berbasis pengabdian karena tujuan utamanya adalah memotret proses penguatan keterampilan gerak dasar pada konteks nyata sekolah mitra. Pendekatan kualitatif dinilai sesuai untuk menjelaskan perubahan praktik guru, respons anak, dan dinamika pemanfaatan media pembelajaran gerak dalam lingkungan PAUD (McGuckin, dkk., 2024; Haugland, dkk., 2024; Ha, dkk., 2026). Saya memilih kerangka ini karena kegiatan pengabdian tidak hanya menghasilkan data angka, tetapi juga menunjukkan perubahan kebiasaan dan pola pembelajaran. Yin, dkk. (2025) menegaskan bahwa intervensi berbasis sekolah perlu dipahami dari sisi efektivitas program sekaligus konteks implementasinya agar hasilnya dapat direplikasi secara lebih hati-hati.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di TK Nurul Falah Kediri dengan melibatkan unsur sekolah, guru, peserta didik, dan orang tua sebagai pihak yang berkaitan langsung dengan pembelajaran gerak. Intervensi FMS pada anak usia dini umumnya lebih kuat apabila dilaksanakan dalam ekosistem pendidikan yang melibatkan guru dan lingkungan keluarga, bukan hanya anak sebagai peserta kegiatan (Flynn, dkk., 2023; Ha, dkk., 2026; McGuckin, dkk., 2024). Saya menempatkan guru sebagai aktor utama karena keberlanjutan permainan terstruktur bergantung pada kemampuan guru mengulang, memodifikasi, dan mengevaluasi kegiatan. Haugland, dkk. (2024) menunjukkan bahwa pengembangan profesional staf PAUD dapat menjadi jalan penting untuk mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam praktik pembelajaran harian. Tahapan kegiatan disusun dalam lima langkah, yaitu sosialisasi, pelatihan guru, penerapan media dan permainan terstruktur, pendampingan serta evaluasi, dan penyusunan keberlanjutan program. Rancangan bertahap seperti ini sejalan dengan gagasan *structured active play* yang menekankan tujuan kegiatan, aturan bermain, pengarahan guru, serta peluang praktik berulang bagi anak (Liu, dkk., 2025; Ren, dkk., 2025; Quan, dkk., 2024). Saya memandang lima tahap tersebut sebagai jembatan antara kebutuhan mitra dan prinsip pendidikan keolahragaan anak usia dini. Zhang, dkk. (2025) menyatakan bahwa efektivitas *active play* perlu diperjelas melalui komponen intervensi, frekuensi kegiatan, dan karakteristik aktivitas yang digunakan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi aktivitas anak, wawancara dengan guru, dokumentasi kegiatan, dan catatan reflektif selama pelaksanaan program. Penggunaan beberapa teknik data diperlukan karena evaluasi pembelajaran gerak tidak cukup dilihat dari hasil akhir, tetapi juga dari partisipasi, antusiasme, instruksi guru, serta keamanan pelaksanaan (Wang & Zhou, 2024; Quan, dkk., 2024; Purwanto, dkk., 2024). Saya menggunakan indikator pengamatan berupa keterlibatan anak, kemampuan mengikuti instruksi, variasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, serta kesiapan guru dalam mengelola permainan. Flynn, dkk. (2023) juga menekankan bahwa catatan keterlibatan orang tua dapat memperkaya pemahaman tentang keberlanjutan aktivitas fisik anak di luar sekolah. Analisis data dilakukan secara deskriptif melalui reduksi data, penyajian temuan, dan penarikan simpulan berdasarkan kecenderungan yang muncul selama kegiatan. Analisis deskriptif pada program pengabdian FMS dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana intervensi diterima, dimanfaatkan, dan diubah menjadi praktik pembelajaran yang lebih bermakna (McGuckin, dkk., 2024; Haugland, dkk., 2024). Saya menjaga keabsahan data melalui triangulasi sumber antara guru, dokumentasi, dan hasil observasi lapangan. Jiang, dkk. (2025) menegaskan bahwa keberhasilan intervensi aktivitas fisik pada anak usia dini dipengaruhi oleh jenis program dan cara implementasi, sehingga analisis harus mempertimbangkan proses serta capaian kegiatan.

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengabdian

Hasil pelaksanaan kegiatan di TK Nurul Falah Kediri menunjukkan perubahan awal pada cara guru memandang pembelajaran gerak dasar. Pada tahap sosialisasi, guru mulai menyepakati bahwa aktivitas fisik tidak sekadar kegiatan selingan, tetapi bagian dari pembelajaran yang perlu direncanakan. Diskusi awal juga memperlihatkan bahwa guru membutuhkan contoh permainan yang mudah diterapkan karena fasilitas sekolah masih terbatas. Kesepakatan penting yang muncul adalah perlunya waktu khusus untuk kegiatan gerak terstruktur dalam pembelajaran mingguan. Pelatihan guru menghasilkan peningkatan kemampuan dalam mengenali tiga kelompok gerak dasar yang digunakan dalam program. Guru dapat membedakan gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif melalui contoh permainan seperti sirkuit gerak, gerak berirama, lempar tangkap, dan *story-based movement*.

Pada sesi praktik, guru mulai lebih percaya diri memberi instruksi, menata giliran anak, dan menjaga keselamatan selama aktivitas berlangsung. Perubahan ini terlihat dari rancangan kegiatan yang lebih sistematis dibandingkan kondisi awal yang cenderung spontan.

Inovasi Teknologi Tepat Guna (Hard Products)

Solusi biaya rendah, kreatif, dan aman (Standar PAUD).



Alat dibuat secara gotong royong melibatkan guru dan wali murid.

1. **Cone Botol Plastik** – Untuk latihan lari zig-zag dan kelincahan.
2. **Tangga Koordinasi (Pita/Tali)** – Melatih koordinasi kaki dan kecepatan.
3. **Rintangan Pipa PVC** – Untuk latihan melompat dan keseimbangan.
4. **Bola Busa/Plastik** – Media lempar-tangkap yang aman.



Gambar 1. Dokumentasi Inovasi Media Gerak Sederhana Dalam Program Permainan Terstruktur

Penerapan media gerak sederhana memberi dampak nyata terhadap variasi aktivitas anak. Media yang digunakan meliputi cone dari botol plastik, tangga koordinasi dari pita dan tali, rintangan mini dari pipa PVC, serta bola ringan untuk aktivitas lempar tangkap. Anak terlihat lebih antusias karena kegiatan dilakukan dengan bentuk permainan yang menantang tetapi tetap aman. Kegiatan ini juga membuat guru memiliki alternatif pembelajaran gerak yang tidak bergantung pada alat olahraga mahal.

Hasil Penerapan (2): Partisipasi & Antusiasme Siswa



Indikator Keberhasilan

- **Partisipasi:** Meningkatkan signifikan (Target: $\geq 90\%$ kehadiran aktif).
- ✚ **Motorik:** Kemajuan pada koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan.
- ⊕ **Sosial-Emosional:** Lebih percaya diri, berani mencoba, dan tertib antri.

"Anak tidak lagi pasif menunggu, tetapi aktif bergerak dan menyelesaikan sirkuit permainan dengan gembira."

Gambar 2. Respon Partisipasi dan Antusiasme Siswa

Respons anak selama penerapan permainan terstruktur menunjukkan partisipasi yang lebih hidup. Anak yang sebelumnya pasif mulai berani mencoba melompat, berlari zig-zag, berjalan mengikuti lintasan, dan melempar bola kepada teman. Beberapa anak juga menunjukkan kemampuan menunggu giliran, mengikuti aturan sederhana, dan berinteraksi lebih positif saat permainan kelompok berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa permainan terstruktur tidak hanya menguatkan gerak dasar, tetapi juga mendukung keteraturan dan kepercayaan diri anak.

Tabel 2. Ringkasan Capaian Program Permainan Terstruktur

Aspek	Kondisi awal	Intervensi	Capaian yang teramati
Pembelajaran gerak	Aktivitas fisik masih spontan dan belum terprogram.	Sosialisasi dan penyusunan permainan terstruktur.	Sekolah mulai menyiapkan waktu khusus aktivitas gerak dalam pembelajaran mingguan.
Kompetensi guru	Guru belum terbiasa memetakan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.	Pelatihan konsep gerak dasar dan praktik permainan.	Guru lebih percaya diri memberi instruksi dan menyusun aktivitas berbasis gerak.
Media gerak	Alat pembelajaran gerak terbatas dan kurang variatif.	Pemanfaatan cone botol, tangga koordinasi, rintangan PVC, dan bola ringan.	Media sederhana tersedia dan digunakan dalam kegiatan sirkuit serta lempar tangkap.
Partisipasi anak	Sebagian anak kurang aktif dalam aktivitas fisik terarah.	Permainan sirkuit, gerak berirama, dan story-based movement.	Anak lebih antusias, berani mencoba gerakan, dan mampu mengikuti aturan sederhana.
Evaluasi	Pemantauan motorik belum terdokumentasi.	Pengenalan catatan observasi perkembangan gerak.	Guru mulai mencatat partisipasi dan kemampuan gerak anak secara sederhana.

Pembahasan

Temuan awal di TK Nurul Falah Kediri memperlihatkan bahwa permainan terstruktur mampu mengubah aktivitas fisik yang semula insidental menjadi kegiatan pembelajaran yang lebih terarah. Hasil ini sejalan dengan Liu, dkk. (2025), Ren, dkk. (2025), dan Quan, dkk. (2024) yang menempatkan structured active play serta structured training sebagai pendekatan yang kuat untuk membantu perkembangan keterampilan gerak anak. Saya menilai perubahan tersebut terjadi karena permainan memberi anak pengalaman gerak yang menyenangkan, sementara struktur memberi guru arah pembelajaran yang jelas. Zhang, dkk. (2025) menegaskan bahwa active play cenderung efektif ketika memiliki komponen intervensi yang terdefinisi, frekuensi yang cukup, dan kesempatan praktik yang berulang. Peningkatan kompetensi guru menjadi temuan penting karena keberlanjutan program sangat bergantung pada kemampuan guru mengelola aktivitas gerak secara mandiri. Program FMS pada lembaga PAUD terbukti dapat mendorong refleksi pendidik, memperluas pengetahuan, dan memperbaiki praktik pembelajaran apabila disertai pelatihan serta pendampingan (McGuckin, dkk., 2024; Haugland, dkk., 2024; Ha, dkk., 2026). Saya melihat bahwa guru TK Nurul Falah mulai bergerak dari pola membiarkan anak bermain bebas menuju pola mendesain permainan dengan sasaran gerak. McGuckin, dkk. (2024) menunjukkan bahwa program FMS yang melibatkan pendidik dapat memunculkan refleksi atas praktik mengajar dan membuka peluang perbaikan pembelajaran di pusat pendidikan anak usia dini.

Penggunaan media sederhana menjadi bukti bahwa keterbatasan sarana tidak selalu menjadi hambatan apabila guru memiliki kreativitas pedagogis. Temuan ini memiliki kesesuaian dengan kajian permainan berbasis gerak yang menyatakan bahwa media murah, permainan, dan lingkungan yang dimodifikasi dapat meningkatkan motivasi anak untuk bergerak (Nurdiana, 2023; Purwanto, dkk., 2024; Widayati, dkk., 2023). Saya memandang media seperti botol plastik, pita, tali, pipa PVC, dan bola ringan sebagai teknologi tepat guna yang dekat dengan realitas sekolah. Liu, dkk. (2025) bahkan merekomendasikan structured active play sebagai pelengkap yang hemat biaya untuk lingkungan pendidikan dengan keterbatasan sumber daya. Partisipasi anak yang meningkat menunjukkan bahwa pembelajaran gerak dasar lebih mudah diterima ketika dikemas dalam permainan yang dekat dengan dunia mereka. Penelitian Abusleme-Allimant, dkk. (2023), Zhang, dkk. (2025), dan

Yang, dkk. (2025) memperlihatkan bahwa program aktivitas fisik dan bermain aktif dapat memberi dampak pada kemampuan berlari, melompat, menangkap, melempar, serta keseimbangan dinamis anak. Saya melihat respons anak dalam kegiatan ini sebagai tanda bahwa suasana bermain dapat menurunkan rasa takut mencoba gerakan baru. Wang & Zhou (2024) menegaskan bahwa latihan motorik yang terarah dan sesuai minat anak memberi efek lebih kuat daripada aktivitas fisik biasa karena sasaran keterampilannya lebih spesifik.

Keterlibatan orang tua perlu terus diperkuat karena pembiasaan gerak tidak cukup dibangun melalui sekolah saja. Kajian keterlibatan orang tua menunjukkan bahwa dukungan keluarga dapat memperluas kesempatan anak untuk mempraktikkan FMS dalam keseharian, terutama melalui aktivitas bersama dan penguatan kebiasaan aktif di rumah (Flynn, dkk., 2023; Zheng, dkk., 2026; Ha, dkk., 2026). Saya melihat bahwa parent class dan panduan aktivitas gerak sederhana perlu menjadi bagian lanjutan dari program agar anak tidak kembali pada pola pasif di rumah. Flynn, dkk. (2023) menegaskan bahwa intervensi yang melibatkan orang tua memiliki potensi memperkuat FMS anak karena dukungan rumah menjadi bagian dari ekosistem perkembangan gerak. Kebaruan praktis artikel ini terletak pada penyatuan permainan terstruktur, pelatihan guru, media sederhana, dan dukungan orang tua dalam satu program pengabdian yang kontekstual. Kajian intervensi FMS terbaru memang banyak menekankan efektivitas structured physical activity, tetapi penerapan dalam sekolah dengan fasilitas terbatas membutuhkan adaptasi yang lebih sederhana dan partisipatif (Yin, dkk., 2025; Jiang, dkk., 2025; Liu, dkk., 2025). Saya menilai model di TK Nurul Falah dapat diposisikan sebagai praktik baik yang realistis karena tidak bergantung pada alat mahal dan tetap menjaga prinsip pembelajaran gerak. Ren, dkk. (2025) menunjukkan bahwa kursus aktivitas fisik terstruktur memberi peluang praktik berulang bagi anak, sehingga program pengabdian ini memiliki dasar ilmiah untuk dikembangkan secara lebih luas di PAUD dengan karakteristik serupa.

KESIMPULAN

Program penguatan keterampilan gerak dasar melalui permainan terstruktur di TK Nurul Falah Kediri menunjukkan bahwa pembelajaran motorik anak usia dini dapat dikembangkan secara lebih terarah melalui kombinasi pelatihan guru, media sederhana, aktivitas bermain, dan pendampingan berkelanjutan. Hasil kegiatan memperlihatkan perubahan pada pemahaman guru, tersedianya variasi media gerak, meningkatnya partisipasi anak, serta mulai terbentuknya sistem observasi sederhana untuk memantau perkembangan gerak. Temuan praktis artikel ini adalah bahwa permainan terstruktur dapat menjadi model pengabdian berbasis pendidikan keolahragaan yang murah, aman, kontekstual, dan mudah direplikasi pada lembaga PAUD dengan keterbatasan fasilitas. Keterbatasan kegiatan ini terletak pada belum tersedianya pengukuran kuantitatif pra dan pasca intervensi menggunakan instrumen standar, sehingga penelitian berikutnya disarankan memakai TGMD-2 atau TGMD-3 untuk memperoleh data perkembangan gerak yang lebih terukur. Ucapan terima kasih disampaikan kepada TK Nurul Falah Kediri, tim pengabdian, guru, orang tua, serta Universitas Muhammadiyah Malang yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abusleme-Allimant, R., Hurtado-Almonacid, J., Reyes-Amigo, T., Yáñez-Sepúlveda, R., Cortés-Roco, G., Arroyo-Jofré, P., & Páez-Herrera, J. (2023). Effects of structured and unstructured physical activity on gross motor skills in preschool students to promote sustainability in the physical education classroom. *Sustainability*, 15(13), 10167. <https://doi.org/10.3390/su151310167>



- Flynn, R. J., Pringle, A., & Roscoe, C. M. P. (2023). Direct parent engagement to improve fundamental movement skills in children: A systematic review. *Children*, 10(7), 1247. <https://doi.org/10.3390/children10071247>
- Ha, A. S., Zeng, T., Chan, M. H. M., Chan, C. H. S., Okely, A. D., Leung, S. K. Y., & Ng, J. Y. Y. (2026). Effects of a teacher-led social cognitive theory-based multicomponent movement education program on preschoolers' fundamental movement skills and physical activity: The PA-REALITY cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 23, 8. <https://doi.org/10.1186/s12966-025-01864-y>
- Haugland, E. S., Nilsen, A. K. O., Vabø, K. B., Pesce, C., Bartholomew, J., Okely, A. D., Tjomsland, H. E., Aadland, K. N., & Aadland, E. (2024). Effects of a staff-led multicomponent physical activity intervention on preschooler's fundamental motor skills and physical fitness: The ACTNOW cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 21, 69. <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01616-4>
- Jiang, S., Zeng, N., Ng, J. Y. Y., & colleagues. (2025). Effects of physical activity interventions on fundamental movement skills and cognitive function in early childhood: A systematic review and network meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 101085. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2025.101085>
- Liu, B., Yan, Y., Jia, J., & Liu, Y. (2025). Can active play replace skill-oriented physical education in enhancing fundamental movement skills among preschool children? A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25, 1399. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22398-9>
- McGuckin, T., Turner, D., Jones, T., Crowther, F., Eagers, J., & Connor, J. (2024). Impact of a fundamental movement skills program on educator practice in early learning centres. *Discover Education*, 3, 94. <https://doi.org/10.1007/s44217-024-00193-9>
- Nurdiana, R. (2023). The use of game-based learning methods on early childhood gross motor skills. *Thufuli: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 1(2), 53-58. <https://doi.org/10.62070/thufuli.v1i2.25>
- Nurkholishoh, S., & Choiru, U. D. (2022). The role of traditional clog games in improving the gross motor skills of children 3-4 years of age. *Abata: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 2(1), 142-152. <https://doi.org/10.32665/abata.v2i1.340>
- Purwanto, D., Rejeki, H. S., & Mentara, H. (2024). Game-based physical learning model to enhance gross motor skills in young students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 10(3), 503-520. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v10i3.23982
- Quan, S., Liao, Y., Ji, Y., & Zheng, S. (2024). Structured training on gross motor skills and physical fitness in 4-5-year-old children. *Frontiers in Pediatrics*, 12, 1466911. <https://doi.org/10.3389/fped.2024.1466911>
- Ren, F., Zhao, X., Qu, S., & Song, W. (2025). Effects of different types of structured physical activity courses on gross motor development in preschool children: A 12-week comparative intervention study. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25727-0>
- Wang, X., & Zhou, B. (2024). Motor development-focused exercise training enhances gross motor skills more effectively than ordinary physical activity in healthy preschool children: An updated meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 12, 1414152. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1414152>
- Widayati, S., Widayanti, M. D., & Aulia, A. W. (2023). Exploring the efficacy of game-based learning models in enhancing children's gross motor skills. *Atfaluna: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 6(2), 68-80. <https://doi.org/10.32505/ataluna.v6i2.6420>



- Wilhite, B. C., Chui, K., Sacheck, J. M., Hatfield, D. P., Morris, M., Ziembowicz, M., Herrick, S., & Hennessy, E. (2025). Getting an active start: Assessing the impact of a physical literacy-based intervention on preschool-aged children's fundamental movement skills, motor competency and behavioral self-regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(12), 1861. <https://doi.org/10.3390/ijerph22121861>
- Yang, Y., Mao, X., Li, W., Wang, B., & Fan, L. (2025). A meta-analysis of the effect of physical activity programs on fundamental movement skills in 3-7-year-old children. *Frontiers in Public Health*, 12, 1489141. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1489141>
- Yin, X., Zhang, D., Shen, Y., Wang, Y., Wang, Z., & Liu, Y. (2025). Effectiveness of school-based interventions on fundamental movement skills in children: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25, 1522. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22696-2>
- Zhang, X., Tang, C., Geng, M., Li, K., Liu, C., & Cai, Y. (2025). The effects of active play interventions on children's fundamental movement skills: A systematic review. *BMC Pediatrics*, 25, 40. <https://doi.org/10.1186/s12887-024-05385-8>
- Zheng, Y., Kong, C., & Li, K. (2026). Association between parental support for physical activity and fundamental movement skills in children. *Frontiers in Psychology*, 17, 1808648. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1808648>