



Available online at:

<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jpom/article/view/25056>

<https://doi.org/10.26877/jpom.v6i3.25056>

**Pelatihan Penguatan Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani
dalam Pembelajaran dan Penilaian Gerak Motorik Dasar
Berbasis *Performance Test***

Dwinda Abi Permana*, Dwi Kuria Shandy

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

Article Info

Article History :

Received 2025-09-30

Revised 2025-11-29

Accepted 2025-11-30

Available 2025-11-30

Keywords:

*Movement learning, Motor skills,
Physical education teacher*

Kata Kunci:

Pembelajaran gerak, Motorik, Guru
pendidikan jasmani

Abstract

The problem currently faced by partners is the lack of knowledge of physical education teachers regarding motor movement assessment based on sports science. This community service activity aims to provide competency strengthening to elementary school physical education teachers regarding motor movement learning for elementary school children through physical activities as a form of follow-up to the results of observations and observations in the field related to the lack of understanding of the sports teacher group (KGO) about it. This activity was carried out by involving 25 teachers who teach physical education in the Kediri City area. This community service activity was carried out for one day with an allocation of 360 minutes divided into two sessions, namely morning and afternoon. The morning session with an allocation of 180 minutes was used for theory in class and the afternoon session with an allocation of 180 minutes was used for field practice. In the initial stage, all community service participants were given class material using lecture methods and active discussions, participants were given general and specific knowledge related to the basic concepts of motoric movement, procedures for assessing basic motor movement learning. The results showed an increase in knowledge across all aspects, including understanding the concept of performance-based motor skills testing (43% to 97%), using measuring instruments (34% to 88%), and applying performance test methods (21% to 91%). Furthermore, it is hoped that this training will broaden insights that can improve children's motor skills learning systems, which have been lacking to date.

Masalah yang dihadapi mitra saat ini adalah kurangnya pengetahuan guru pendidikan jasmani mengenai penilaian gerak motorik berdasarkan *sport science*. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penguatan kompetensi kepada guru pendidikan jasmani sekolah dasar tentang pembelajaran gerak motorik untuk anak sekolah dasar melalui aktifitas jasmani sebagai bentuk tindak lanjut hasil pengamatan dan observasi di lapangan terkait kurangnya pemahaman kelompok guru olahraga (KGO) tentang hal tersebut. Kegiatan ini dilakukan dengan melibatkan 25 guru yang mengajar pendidikan jasmani di wilayah Kota Kediri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama satu hari dengan alokasi waktu 360 menit yang terbagi dalam dua sesi yaitu pagi dan sore. Sesi pagi dengan alokasi waktu 180 menit digunakan untuk teori dalam kelas dan sesi sore dengan alokasi waktu 180 menit digunakan untuk praktik lapangan. Pada tahap awal seluruh peserta pengabdian diberikan materi kelas dengan metode ceramah dan diskusi aktif, peserta diberikan pengetahuan umum dan khusus terkait konsep dasar gerak motorik, prosedur penilaian belajar gerak motorik dasar. Hasil dapat ditunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan pada semua aspek, meliputi pemahaman konsep tes gerak motorik berbasis *performance test* (43% ke 97%), penggunaan alat ukur (34% ke 88%), serta penerapan metode *performance test* (21% ke 91%). Selanjutnya Diharapkan pelatihan ini dapat menambah wawasan yang dapat meningkatkan sistem pembelajaran motorik anak yang selama ini masih kurang.

A. PENDAHULUAN

Pembelajaran gerak dasar merupakan bahan ajar guru pendidikan jasmani di sekolah pada jenjang sekolah dasar (Parwata, 2021). Materi tersebut tertuang dalam kurikulum, dan guru diharapkan mampu mengembangkan indikator yang ada menjadi kegiatan pembelajaran yang memperhatikan karakteristik siswa pada jenjang tersebut (Azzahra et al., 2024), selain mengemas kegiatan pembelajaran. Hal lain yang tak kalah penting adalah bagaimana mengevaluasi keberhasilan pembelajaran yang telah dilaksanakan (Hidayat et al., 2020). Permasalahan yang sering ditemukan adalah bagaimana guru menggunakan alat ukur untuk melihat hasil pembelajaran gerak dasar secara valid, reliabel, dan objektif. Penilaian hasil belajar di jenjang sekolah dasar, khususnya kelas bawah, juga sebaiknya dikemas dalam kegiatan yang menyenangkan bagi mereka (Alfani & Sigit, 2023).

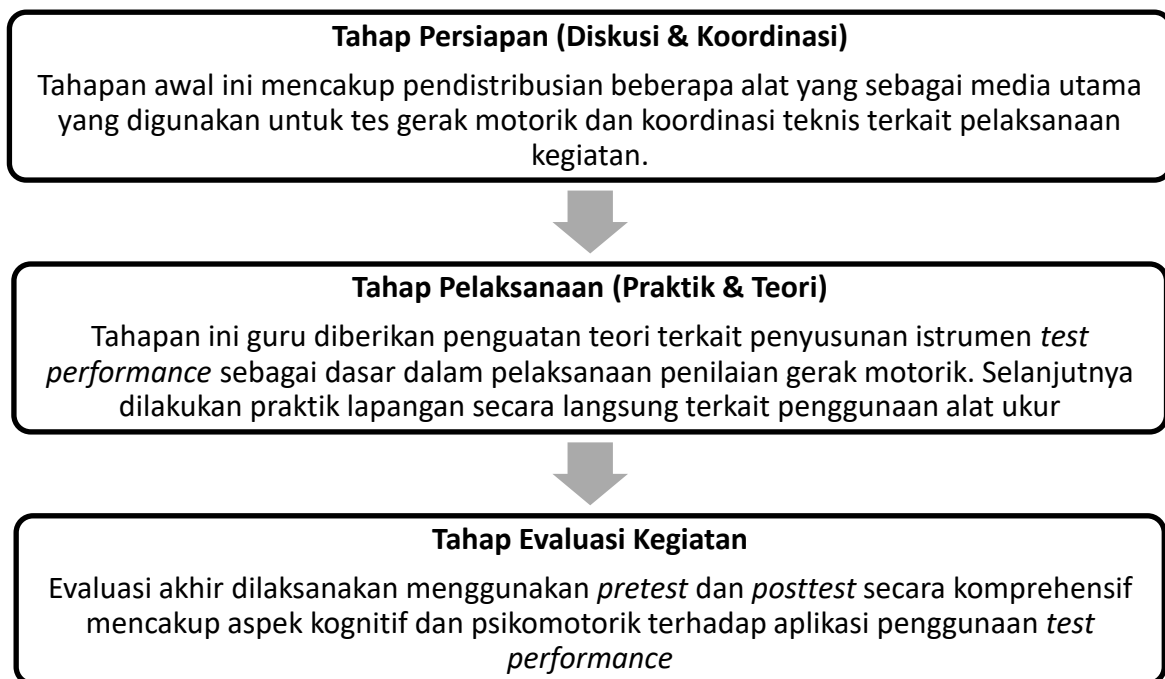
Kelemahan guru dalam melakukan penilaian melalui kegiatan observasi berupa tes unjuk kerja seringkali dilakukan dalam kegiatan yang membebani anak-anak sekolah dasar pada jenjang tersebut (Priono et al., 2022). Penilaian seringkali dilakukan hanya dengan melakukan tes penampilan atau hanya dengan melakukan prosedur tes konvensional (Mufid et al., 2024). Siswa akan diuji satu per satu atau diuji dalam jumlah tertentu. Misalkan hal tersebut dilakukan dengan memperhatikan faktor psikologis anak sekolah dasar di kelas awal (Prilanjani & Simanjuntak, 2020). Dalam hal tersebut, guru dapat mengemas kegiatan penilaian melalui tes unjuk kerja dengan kegiatan yang menyenangkan, yaitu melalui kegiatan aktifitas jasmani. Maka, diharapkan suasana ini akan memberikan kebebasan kepada anak-anak untuk bergerak dan menunjukkan penampilan yang lebih baik (Marta et al., 2024).

Berbagai alternatif yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani bersama kelompok kerja guru olahraga di suatu wilayah ternyata kurang optimal dalam pelaksanaannya (Nasution & Depita, 2023). Pertemuan yang seharusnya diadakan secara rutin juga harus mampu memberikan pengalaman baru dan memberikan hiburan bagi guru saat mengajar. Pertemuan tidak dimanfaatkan untuk mengakomodir kesulitan guru pendidikan jasmani memperoleh berbagai alternatif kegiatan penilaian, seperti penilaian gerak motorik dasar (Pradnyani et al., 2024). Melihat kondisi tersebut, sebaiknya diadakan kegiatan dalam kelompok kerja di suatu wilayah dengan materi tentang cara menilai gerak motorik dasar bagi siswa kelas bawah sekolah dasar (WiraYuda et al., 2024). Kegiatan pelatihan yang akan dilakukan peneliti akan menjadi titik awal bagi guru untuk memberikan wawasan dan pengalaman terkini. Diharapkan kegiatan pelatihan ini mampu mengembangkan penilaian pembelajaran guru pendidikan jasmani dalam kelompok kerja atau forum pertemuan yang rutin diadakan di wilayah tersebut.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pelatihan diikuti oleh 25 peserta guru PJOK sekolah dasar yang tergabung dalam Kelompok Kerja Guru (KKG) mata pelajaran pendidikan jasmani wilayah Kota Kediri khususnya Kecamatan Pesantren. Kegiatan pengabdian ini bertempat di kompleks Stadion Brawijaya, Jln. Ahmad Yani Kediri. Kegiatan diawali dengan sambutan ketua pelaksana, laporan maksud dan tujuan kegiatan sekaligus pembukaan kegiatan dan dilanjutkan dengan acara pelatihan yang dimulai dari sesi teori di kelas dan praktik. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah teori dan praktik. Dimana terdapat 2 pemateri yang secara kompeten memberikan materi secara bergantian selama kurang lebih 180 menit selama kegiatan. Materi kegiatan

meliputi materi teori tentang konsep gerak motorik dasar, proses penilaian belajar gerak motorik dasar, materi praktik tentang gerak motorik dasar, serta penilaian gerak motorik dasar berbasis *performance test*. Adapun alur serta jenis kegiatan pada setiap tahap dijelaskan dalam Gambar 1.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama 1 (satu) hari mulai pukul 08.00 WIB sampai dengan 17.00 WIB pada tanggal 20 Septemebr 2025, yang diikuti oleh 25 peserta guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan yang tergabung dalam Kelompok Kerja Guru (KKG) wilayah Kota Kediri khususnya Kecamatan Pesantren. Tempat kegiatan adalah Kompleks Stadion Brawijaya Kediri, Jalan Ahmad Yani Kota Kediri.



Gambar 2. Penguatan Konsep Tes Gerak Motorik

Materi kegiatan meliputi teori tentang gerak motorik dasar, penilaian hasil belajar gerak motorik dasar, dan materi praktik tentang gerak motorik dasar serta penilaian gerak motorik dasar berbasis *aktifitas jasmani*

puzzle. Pada tahap evaluasi akhir dilaksanakan uji kompetensi terkait dengan implementasi tes Gerak motorik menggunakan metode *performance test*. Adapun hasil pretest dan posttest disajikan dalam table 1.

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Kompetensi Guru Olahraga

Aspek Yang Dinilai	Sebelum (<i>Pretest</i>) %	Sesudah (<i>Posttest</i>) %
Teori Konsep Tes Gerak Motorik	43 %	97 %
Manajemen Tes Gerak Motorik	35 %	82 %
Pemahaman Penggunaan Alat Ukur	34 %	88 %
Implementasi Penggunaan <i>Test Performance</i>	21 %	91 %

Hasil kegiatan yang dilaksanakan adalah: jumlah peserta yang mengikuti sebanyak 25 orang, kegiatan dilaksanakan selama satu hari dengan alokasi waktu 360 menit yang terbagi dalam sesi teori selama 180 menit dan sesi praktik selama 180 menit, atau metode pelaksanaan tahap awal pendidikan dilakukan melalui ceramah dan diskusi aktif, peserta diberikan pengetahuan umum dan khusus terkait teori gerak dasar, penilaian hasil belajar gerak motorik dasar, metode penerapan lainnya yaitu praktik langsung (sebagian dan secara keseluruhan) mempraktikkan konsep gerak motorik dasar dan praktik menilai gerak motorik dasar berbasis *performance test*, kegiatan dibantu oleh 6 (enam) orang mahasiswa mulai dari registrasi ulang peserta, upacara pembukaan, dokumentasi, dan sebagai model gerak motorik dasar.



Gambar 3. Penutupan Kegiatan Pengabdian

Diharapkan pelatihan ini dapat menambah wawasan yang dapat meningkatkan sistem pembelajaran motorik anak yang selama ini masih kurang. Berdasarkan beberapa laporan penelitian dan observasi, baik di Indonesia maupun dunia, pembelajaran yang efektif bagi anak sekolah dasar adalah melalui kegiatan aktifitas jasmani, terutama pembelajaran fisik. Pernyataan tersebut diperkuat oleh pendapat Sobri (2021) bahwa Aktifitas jasmani melibatkan anak secara aktif. Sehingga otak anak akan terstimulasi dan kreativitas akan tumbuh. Aktifitas jasmani membantu anak mengelola emosi dan meningkatkan daya juang anak karena membutuhkan kesabaran, misalnya saat menyusun *performance test*, menyusun balok, dan sebagainya (Cepi et al., 2024). Aktifitas jasmani juga melatih anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial dan menumbuhkan rasa ingin tahu anak terhadap aktifitas jasmani lainnya (Dao, 2021).

D. PENUTUP

Simpulan

Peningkatan skor *posttest* yang signifikan mengindikasikan bahwa peserta kini memiliki kemampuan dasar untuk menerapkan penilaian gerak dasar motorik berbasis *performance test*. Setelah mengikuti kegiatan

ini, diharapkan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah dasar mampu menerapkan penilaian gerak dasar motorik berbasis *performace test* dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, mampu memodifikasi bentuk penilaian berbasis tes praktik, mengembangkan bentuk penilaian dengan tetap menggunakan pendekatan yang menyenangkan di tingkat sekolah dasar, guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dapat berdiskusi terkait materi yang telah diterapkan di sekolah maupun modifikasi yang telah dilakukan selama proses pembelajaran, sehingga diperoleh berbagai kelemahan dan kelebihan dari kegiatan yang telah dilakukan sebagai bahan evaluasi untuk kegiatan selanjutnya.

Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada tim pengabdian masyarakat selaku partner yang telah memberikan semua *support* yang dibutuhkan selama kegiatan pengabdian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh KKG guru PJOK sekolah dasar wilayah Kota Kediri khususnya Kecamatan Pesantren atas fasilitas yang diberikan.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Alfani, M. A., & Sigit, C. N. (2023). Potret Penerapan Model Evaluasi Program dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani : Literature riew. *BRAVO'S Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 11(57), 1–12. <https://doi.org/10.32682/bravos.v11i1.2839>
- Azzahra, V. A., Lestari, D. A., Aulia, S. A., Aldora, M., Hambali, B., & Indonesia, U. P. (2024). Jenis Jenis Aktivitas Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 24(2), 56–65. <https://doi.org/doi.org/10.36728/jis.v24i2.3581>
- Cepi, M., Mulyana, A., Akbar, M., Permadi, A. A., & Fadila, N. (2024). The Role of Physical Education Teachers on Students Physical Fitness : A Case Study in Indonesia and Malaysia. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science (IJPESS)*, 4(1), 40–47. <https://doi.org/10.52188/ijpeess.v4i1.501>
- Dao, C. T. (2021). Using Movement Games in Physical Education Class to Improve Physical Fitness and Stabilize Vestibule for Children Aged 6 to 7 years. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(6), 1396–1402. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090636>
- Hidayat, H., Hendrayana, Y., Paramitha, S. T., & Permadi, A. A. (2020). Evaluasi Pembelajaran Penjas (Analisis Keterlaksanaan Pembelajaran Renang Di Mts Sekcamatan Leles Kabupaten Garut). *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 103–110. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8463>
- Marta, I. A., Shahril, O. O., Hatchi, I., Wisma, N., Rosalina, V., S, W., Nopembri, S., Erhan, B., Bin, O., Kurnaz, M., & Izwan, M. (2024). Characteristics of Gross Motor Skills of Elementary School Students Aged 7 and 8 years : a Cross-sectional Study. *Retos*, 59, 537–546. <https://doi.org/10.47197/retos.v59.107293>
- Mufid, H., Prasetyo, R., Maarif, I., & Yunarta, A. (2024). Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran PJOK dengan Model CIPP di SMAN Kesamben. *Jurnal PHEDHERAL*, 21(2), 119–132. <https://doi.org/10.20961/phduns.v21i2.94240>
- Nasution, A. F. R., & Depita, H. A. L. (2023). The Influence of Motor Development in Primary School Age Children in the Learning Process. *International Journal of Students Education*, 1(2), 200–208. <https://doi.org/10.62966/ijose.v1i2.408>
- Parwata, I. M. Y. (2021). Pembelajaran Gerak Dalam Pendidikan Jasmani Dari Perspektif Merdeka Belajar.

Indonesian Journal of Educational Development, 2(2), 219–228.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.5233331>

- Pradnyani, T. I. A. R., Pramita, I., & Tianing, N. W. (2024). The effect of physical activity for the development of motor skill in children aged 3-12 years old : a narrative review. *Kinesiology and Physiotherapy Comprehensive (KPC)*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.62004/kpc.v3i1.30>
- PrilANJI, F. B., & Simanjuntak, V. G. (2020). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.26418/jpjk.v1i1.44505>
- Priono, J., Siregar, I., & Siregar, B. (2022). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Mts (Madrasah Tsanawiyah) Se-Kecamatan Sei Balai. *Journal of Science and Social Research*, 4(3), 321–328. <https://doi.org/10.54314/jssr.v5i2.930>
- Sobri, M. (2021). Students ' Basic Movement Skills in Physical Education during the Online Learning. *2nd Annual Conference on Education and Social Science (ACCESS 2020)*, 556(Access 2020), 314–317. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210525.097>
- WiraYuda, A., Fachrezi, F., & Rahmatullah, M. I. (2024). Implementation of Traditional Fort Games as a Means of Developing Motor Skills in Elementary School Children. *Journal of Physical Education Innovation*, 1(2), 36–40. <https://doi.org/10.55081/jopei.v1i2.3443>