Vol 7 No 3 (2026) hal 497 - 506

Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat (JPOM)

Available online at:
https://doi.org/10.26877/jpom.v7i3.1303

Pelatihan Pengembangan Aktivitas *Mini Outbound* sebagai Inovasi Pembelajaran Motorik Guru Taman Kanak-Kanak

Yudanto[1], Dewi Kiani Cakrawati[2*], Muh Batistuta Fitoni Nuradila[2]
[1] Sekolah Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta
[2] Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Article Info

Article History :
Received 2026-09-07
Revised 2026-10-07
Accepted 2026-10-20
Available 2026-11-15

Keywords:
Fundamental movement skill; kindergarten teacher; mini outbound; motor learning

Kata Kunci:
Keterampilan gerak dasar; guru taman kanak-kanak; *mini outbound*; pembelajaran motorik

Abstract

The main problems faced by the partner, IGTKI in Jogonalan District, included monotonous motor learning, limited outdoor space, and the lack of applicable guidebooks. This Community Service program aimed to improve kindergarten teachers' pedagogical competence in designing Fundamental Movement Skills (FMS)-based mini outbound activities using cost-effective modified media. The method comprised four integrated stages: partnership socialization, theoretical training and practical simulations, local media engineering workshops, and direct on-site mentoring with formative evaluation, involving 23 kindergarten teachers. The results revealed a significant improvement in teachers' cognitive understanding, as indicated by an increase in average pre-test scores from 43.18 to 87.08 on the post-test (a gain of 43.9 points). The media modification skill achieved the highest gain of 50.5 points, enabling teachers to construct five motor circuit stations from used tires, cardboard, and plastic bottles. Program outputs produced an Implementation Arrangement (IA) document, an Intellectual Property Rights registered manual module draft, and mass media publications. In conclusion, this training effectively empowers teachers to provide safe, creative, and adaptive motor learning.

Permasalahan mitra IGTKI Kecamatan Jogonalan meliputi pembelajaran motorik yang monoton, minimnya area luar ruang, dan ketiadaan panduan aplikatif. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan meningkatkan kompetensi pedagogis guru Taman Kanak-Kanak dalam merancang aktivitas *mini outbound* berbasis *Fundamental Movement Skill (FMS)* menggunakan media modifikasi ramah biaya. Metode pelaksanaan mencakup empat tahapan terpadu: sosialisasi kemitraan, pelatihan teoretis dan simulasi praktik, lokakarya rekayasa media lokal, pendampingan implementasi langsung di sekolah yang diikuti oleh 23 guru. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman kognitif guru, dibuktikan dengan kenaikan skor rata-rata *pre-test* dari 43,18 menjadi 87,08 pada saat *post-test* (mengalami peningkatan sebesar 43,9 poin). Indikator keterampilan modifikasi media mencatatkan kenaikan tertinggi sebesar 50,5 poin, di mana guru berhasil merekayasa lima pos sirkuit motorik dari ban bekas, kardus, dan botol plastik. Luaran kegiatan menghasilkan naskah *Implementation Arrangement* (IA), draf modul panduan terdaftar Hak Kekayaan Intelektual (HKI), dan publikasi media massa. Disimpulkan bahwa pelatihan ini sangat efektif membekali guru untuk menyelenggarakan pembelajaran motorik yang aman, kreatif, dan adaptif.

✉ Correspondence Address: Jl. Colombo No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta
E-mail : yudanto@uny.ac.id

© 2026 Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat (JPOM). Artikel yang diterbitkan di JPOM dilisensikan di bawah Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-SA 4.0). Pengguna bebas membagikan dan mengadaptasi karya ini dalam media atau format apa pun untuk tujuan apa pun, termasuk tujuan komersial, dengan syarat mencantumkan atribusi yang sesuai (mengutip artikel asli beserta DOI-nya) dan mendistribusikan karya turunan di bawah lisensi yang sama.

A. PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan jenjang pendidikan krusial yang meletakkan dasar bagi pertumbuhan dan perkembangan holistik anak yang sering kali diidentifikasi sebagai masa keemasan (*golden age*) yang hanya terjadi sekali dalam rentang kehidupan manusia (Fadila, 2022; Ramdani & Azizah, 2019). Pada fase perkembangan ini, seluruh aspek pertumbuhan anak harus distimulasi secara optimal melalui pendekatan bermain sambil belajar agar seluruh potensi anak dapat berkembang secara selaras (Fadila, 2022). Salah satu dimensi perkembangan yang memegang peran signifikan dalam menunjang kemandirian, rasa percaya diri, dan kapasitas eksplorasi anak terhadap lingkungannya adalah perkembangan fisik-motorik, khususnya motorik kasar. Keterampilan motorik kasar didefinisikan sebagai kemampuan fisik yang melibatkan koordinasi kelompok otot-otot besar dalam tubuh seperti berjalan, berlari, meloncat, melompat, melempar, menangkap dan lain sebagainya. Stimulasi motorik kasar yang memadai sejak usia prasekolah terbukti tidak hanya memperkuat kekuatan otot, kelenturan, dan ketangkasan fisik anak saja (Jazilurrahman & Mistina, 2023; Ramdani & Azizah, 2019), melainkan juga memberikan pengaruh yang fundamental bagi aspek perkembangan lainnya termasuk perkembangan kognitif, bahasa, kompetensi sosial-emosional, serta regulasi diri (L. Zhang et al., 2021).

Fondasi utama dari segala aktivitas fisik terstruktur dan penguasaan keterampilan olahraga yang kompleks di masa depan dikenal sebagai *Fundamental Movement Skills* (FMS) atau keterampilan gerak dasar (Healy et al., 2021; Platvoet et al., 2020). Penguasaan FMS pada anak usia prasekolah merupakan prasyarat mutlak yang meletakkan dasar bagi pembentukan gaya hidup aktif, partisipasi dalam aktivitas fisik terorganisasi serta pencegahan perilaku sedenter sepanjang hayat (Chan et al., 2019; He et al., 2025; Van Beurden et al., 2002). Sayangnya, berbagai studi epidemiologi dan penelitian internasional secara konsisten mengungkapkan fakta bahwa sebagian besar anak prasekolah dan usia sekolah dasar tidak mencapai tingkat kemahiran FMS yang memadai sejalan dengan kematangan usia mereka (Shams et al., 2021; Van Beurden et al., 2002; D. Zhang et al., 2024). Kegagalan dalam menguasai keterampilan gerak dasar pada masa kanak-kanak berisiko besar memicu berbagai dampak negatif jangka panjang seperti obesitas (Healy et al., 2021; Ramdani & Azizah, 2019; D. Zhang et al., 2024), rendahnya kebugaran kardiorespirasi (Chan et al., 2019; Shams et al., 2021), serta munculnya rasa frustrasi, ketakutan akan kegagalan sosial di depan umum, dan risiko ejekan atau penolakan oleh teman sebaya saat terlibat dalam permainan fisik kelompok (Okely & Booth, 2004).

FMS tidak berkembang secara alami seiring pertambahan usia anak, melainkan harus diajarkan, dilatih dan distimulasi secara sistematis melalui bimbingan instruksional harian yang terencana (Barnett et al., 2016; Martins et al., 2024; D. Zhang et al., 2024). Meskipun anak-anak memperoleh beberapa stimulasi gerak selama waktu bermain bebas, bukti empiris membuktikan bahwa aktivitas fisik luar ruang yang diarahkan secara terstruktur oleh pendidik memberikan hasil peningkatan kemampuan motorik kasar yang jauh lebih signifikan dan terarah (Hardy et al., 2010). Salah satu wahana stimulasi terbaik untuk memicu keterampilan fisik anak adalah dengan bermain luar ruang. Berdasarkan teori *affordance* oleh Gibson, karakteristik lanskap fisik luar ruang baik yang bersifat alami maupun hasil modifikasi menyediakan peluang tindakan gerak yang jauh lebih bervariasi dan kaya akan stimulasi sensoris dibandingkan dengan ruang kelas yang terbatas (Azlina & Zulkiflee, 2012). Variasi topografi, permukaan tanah yang berbeda (seperti rumput, pasir, dan aspal) serta adanya struktur panjatan alami sangat berpengaruh positif terhadap motivasi bergerak, ketangkasan, dan

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

kebugaran motorik anak (Haase & Dushkova, 2025).

Salah satu inovasi pembelajaran fisik-motorik luar ruang yang dinilai sangat representatif untuk menggabungkan esensi bermain aktif, pemanfaatan lingkungan sekitar, dan pembelajaran berbasis pengalaman langsung adalah metode permainan *outbound*. Melalui permainan *outbound* harian yang dikemas dalam bentuk tantangan yang ringan dan aman, seluruh organ tubuh anak bergerak secara dinamis sehingga mampu melatih koordinasi tubuh, kekuatan otot, kelenturan, kelincahan, dan keseimbangan tubuh anak (Daulay et al., 2023; Jazilurrahman & Mistina, 2023; Ramdani & Azizah, 2019). Penerapan sirkuit bermain *mini outbound* harian yang dirancang khusus untuk anak usia dini terbukti secara ilmiah efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak secara signifikan (Fadila, 2022; Ramdani & Azizah, 2019). Sirkuit permainan ini biasanya disusun dalam beberapa pos kegiatan harian yang terintegrasi, seperti pos melempar dan menangkap bola untuk koordinasi mata-tangan, pos melompat simpai untuk kekuatan otot tungkai, pos berjalan di papan titian untuk keseimbangan dinamis, pos lari bolak-balik untuk kelincahan, dan pos lari cepat untuk melatih kecepatan anak (Ramdani & Azizah, 2019).

Fleksibilitas pembelajaran sirkuit *mini outbound* ini sangat tinggi karena dapat diaplikasikan pada lembaga PAUD yang menghadapi kendala luas lahan yang sempit (Bjartveit & Panayotidis, 2017). Selain itu, guru dapat mengubah paradigma lama yang menanggapi pembelajaran fisik luar ruang membutuhkan sarana bermain pabrikan yang sangat mahal dengan memanfaatkan dan memodifikasi alat permainan edukatif sederhana dari bahan bekas dan bahan lokal di sekitar sekolah (Ramdani & Azizah, 2019). Namun, analisis situasi pada Taman Kanak-Kanak mitra pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tuntutan kurikulum perkembangan motorik anak dengan kapasitas pedagogis guru. Kegiatan motorik kasar anak harian di sekolah mitra selama ini masih berjalan monoton, tidak terstruktur, dan hanya mengandalkan senam mingguan rutin tanpa adanya stimulasi FMS yang terarah. Sebagian besar guru belum memahami prinsip metodologi pembelajaran motorik berbasis sirkuit *mini outbound* terstruktur, belum terbiasa berpikir kreatif memanfaatkan lingkungan sekitar, serta belum mampu mengintegrasikan program fisik luar ruang tersebut ke dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) sekolah.

Berdasarkan kondisi nyata di lapangan tersebut, teridentifikasi tiga permasalahan prioritas yang mendesak untuk diselesaikan bersama mitra. Permasalahan pertama adalah keterbatasan kompetensi guru dalam pembelajaran motorik, di mana guru belum memahami secara mendalam konsep dan prinsip pembelajaran terstruktur berbasis *mini outbound*, belum terampil merancang variasi aktivitas fisik yang kreatif, aman, dan sesuai tahap perkembangan anak serta belum mengintegrasikannya ke dalam RPPH. Permasalahan kedua berkaitan dengan keterbatasan sarana, media, dan pemanfaatan lingkungan sekolah, ditandai oleh minimnya fasilitas luar ruang yang representatif serta ketidakbiasaan guru dalam memodifikasi bahan atau media sederhana di lingkungan sekitar menjadi alat permainan motorik yang variatif. Permasalahan ketiga adalah ketiadaan panduan aplikatif dan pendampingan berkelanjutan yang ditunjukkan oleh belum tersedianya modul praktis sirkuit *mini outbound* sebagai acuan mandiri bagi guru serta minimnya pendampingan profesional dan evaluasi formatif terhadap implementasi pembelajaran fisik-motorik anak.

Sebagai langkah konkret untuk memecahkan rangkaian permasalahan prioritas tersebut, tim pengabdi menawarkan paket solusi IPTEKS komprehensif yang dirancang secara partisipatif bersama mitra. Solusi ini

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

diawali dengan peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan teoretis mengenai konsep FMS dan metodologi pembelajaran fisik luar ruang yang dipadukan dengan simulasi praktik langsung perancangan sirkuit *mini outbound* yang menantang, aman, dan adaptif. Selanjutnya, tim mengembangkan modul panduan aktivitas *mini outbound* aplikatif yang memuat desain rute pos sirkuit, petunjuk keselamatan operasional, panduan modifikasi media, serta instrumen observasi perkembangan motorik berbasis kriteria proses. Program ini juga dilengkapi dengan pelatihan pemanfaatan media sederhana dan lingkungan sekolah untuk melatih guru mendaur ulang bahan bekas maupun material lokal seperti ban bekas, kardus, botol bekas, tali tambang guna mengoptimalkan halaman sekolah yang terbatas. Rangkaian solusi tersebut kemudian ditutup dengan pendampingan implementasi langsung saat guru menerapkan sirkuit kepada peserta didik yang disertai proses evaluasi formatif berkelanjutan guna menjamin kemandirian serta keberlanjutan program di sekolah mitra.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang secara sistematis untuk mengatasi kendala mitra secara langsung di lapangan melalui intervensi yang terarah dan terukur. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di TK ABA Bakung, Kecamatan Jogonalan, Kabupaten Klaten pada tanggal 18 Juli 2026. Sasaran strategis dari kegiatan ini adalah para pendidik anak usia dini yang tergabung dalam wadah Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia (IGTKI) Kecamatan Jogonalan, Kabupaten Klaten dengan jumlah peserta aktif sebanyak 23 orang guru. Pemilihan khalayak sasaran ini didasarkan pada posisi krusial guru TK sebagai agen perubahan utama di tingkat satuan pendidikan anak usia dini yang memiliki tanggung jawab mengarahkan masa pertumbuhan fisik-motorik anak, namun saat ini masih menghadapi kendala keterbatasan kompetensi metodologis dan ketiadaan sarana bermain *outdoor* yang memadai. Para guru peserta pelatihan memiliki latar belakang pendidikan anak usia dini yang beragam, namun sebagian besar belum pernah mendapatkan pembekalan formal yang spesifik mengenai teknik pengajaran, pemodifikasian alat sirkuit, dan evaluasi terstruktur untuk merangsang keterampilan gerak dasar anak.

Dalam operasionalnya, rangkaian program pengabdian ini ditempuh melalui empat tahapan utama yang saling berkesinambungan, yang diawali dengan tahap sosialisasi program guna menyamakan persepsi antara tim pengabdi dengan pengurus IGTKI Kecamatan Jogonalan, Klaten. Sosialisasi ini berisi penyampaian tujuan, jadwal, bentuk kegiatan, serta koordinasi teknis pelaksanaan program yang dibarengi dengan pemetaan akhir kondisi sarana prasarana sekolah dan analisis kebutuhan dasar guru dalam merancang aktivitas fisik anak usia dini, di mana hasil sosialisasi tersebut menjadi acuan utama dalam penyusunan naskah kerja sama berupa IA antara institusi dengan pihak mitra.

Setelah tahap sosialisasi diselesaikan, program dilanjutkan dengan tahap pelatihan yang dilaksanakan secara tatap muka dengan mengombinasikan pemaparan materi teori berupa Penerapan *Mini Outbound* untuk Anak Taman Kanak-Kanak dan Analisis Motorik, Aspek Kognitif-Sosial dan Manajemen Keselamatan dalam Pembelajaran *Mini Outbound* bagi Anak Taman Kanak-Kanak serta praktik langsung atau simulasi terbimbing di mana guru-guru dibimbing secara intensif untuk merancang dan mempraktikkan langsung 5 pos sirkuit mini *outbound* harian yang meliputi pos lintasan keseimbangan (meniti garis/papan titian) untuk stabilitas tubuh, pos lompat target (melompati hulahop) untuk menguji kekuatan otot tungkai, pos berjalan zig-zag untuk kelincahan gerak kaki, pos lempar-tangkap sasaran untuk koordinasi manipulatif mata-tangan, serta permainan

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

kerja sama kelompok guna melatih aspek kognitif, motorik, sosial-emosional, dan toleransi tim pada anak.

Langkah berikutnya adalah tahap penerapan teknologi dan inovasi pembelajaran yang dilakukan dengan memberikan pembekalan dan pelatihan langsung bagi guru untuk merakit serta memodifikasi peralatan lintasan bermain menggunakan bahan ramah biaya yang mudah didapat di sekitar lingkungan sekolah seperti ban bekas, kardus, tali, bambu, dan botol bekas, sehingga lingkungan terbuka sekolah yang terbatas dapat dimaksimalkan secara kreatif menjadi area permainan motorik kasar anak yang aman, variatif, dan efektif. Rangkaian program ini diakhiri dengan tahap pendampingan dan evaluasi secara intensif, di mana tim pelaksana melakukan pendampingan langsung (*on-site mentoring*) saat guru mengimplementasikan aktivitas mini *outbound* kepada para siswa di TK masing-masing guna melakukan observasi klinis terhadap keterlaksanaan sirkuit, memastikan aspek keselamatan fisik anak, serta merespons secara cepat kendala teknis yang dihadapi guru saat mengajar. Evaluasi akhir program kemudian dilakukan secara menyeluruh melalui analisis komparatif nilai *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat peningkatan kompetensi pedagogis guru.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk menguatkan kompetensi pedagogis guru Taman Kanak-Kanak dalam merancang pembelajaran fisik-motorik luar ruang terstruktur berbasis *mini outbound* telah berhasil diselenggarakan dengan sukses di TK ABA Bakung, Jogonalan, Klaten. Sasaran utama program ini yaitu 23 orang guru TK yang tergabung dalam IGTKI Kecamatan Jogonalan, berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan mulai dari tahap sosialisasi, pelatihan teoretis, simulasi praktik, hingga pendampingan implementasi harian. Untuk menyajikan hasil pengabdian yang terukur dan bebas dari bias interpretasi subjektif, keberhasilan program dievaluasi menggunakan instrumen penilaian kuantitatif ujian teoretis (*pre-test* dan *post-test*) kompetensi guru, serta pembuatan produk sirkuit modifikasi.

Evaluasi pemahaman kognitif guru diukur menggunakan instrumen tes objektif pilihan ganda sebanyak 10 butir soal yang diberikan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pelatihan. Butir soal mencakup empat domain utama: konsep dasar mini *outbound* dan FMS, analisis stimulasi motorik, modifikasi aktivitas dan media inklusif, serta manajemen keselamatan dan P3K. Kelayakan instrumen diuji melalui validitas isi (*content validity*) dengan *expert judgment* oleh dua orang pakar di bidang pendidikan jasmani dan pembelajaran motorik anak usia dini, yang menyatakan seluruh butir relevan dengan tujuan pelatihan. Uji reliabilitas instrumen menghasilkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,81 (kategori reliabilitas tinggi), sehingga instrumen dinilai konsisten dan andal. Penggunaan 10 butir soal yang identik pada *pre-test* dan *post-test* diterapkan guna menjaga invariansi pengukuran dalam mengevaluasi peningkatan pemahaman guru secara langsung, di mana jeda pelatihan teoretis dan simulasi praktik intensif meminimalkan efek ingatan (*testing effect bias*). Hasil pengisian instrumen oleh 23 peserta guru disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kompetensi Guru TK Sebelum dan Sesudah Program

No	Indikator Kompetensi	Rata-Rata *Pre-Test*	Rata-Rata *Post-Test*	Peningkatan
1	Konsep Dasar FMS dan *Mini Outbound*	48,7	89,1	+40,4
2	Analisis Stimulasi Motorik	39,5	85,3	+45,8
3	Modifikasi Aktivitas dan Media Inklusif	32,1	82,6	+50,5
4	Manajemen Keselamatan	52,4	91,3	+38,9

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

Rata-Rata Keseluruhan	43,18	87,08	+43,9

Data pada Tabel 1 menunjukkan adanya lonjakan tingkat kompetensi pada seluruh aspek pasca-pelatihan dengan rata-rata keseluruhan skor meningkat dari 43,18 menjadi 87,08. Secara khusus, indikator keterampilan praktis merakit dan memodifikasi alat mencatatkan kenaikan tertinggi sebesar 50,5 poin. Hal ini membuktikan bahwa simulasi praktik pembuatan alat sirkuit dari bahan lokal secara langsung jauh lebih efektif merangsang kreativitas instruksional guru dibandingkan sekadar pemaparan teori searah (Chan et al., 2019; Ning & Liu, 2026; D. Zhang et al., 2024). Selain itu, pemahaman guru mengenai manajemen keselamatan memperoleh skor akhir tertinggi sebesar 91,3. Hal ini sangat krusial mengingat kekhawatiran akan cedera fisik anak selama bermain aktif di luar ruangan sering kali menjadi penghambat utama bagi guru TK untuk melaksanakan aktivitas luar ruang yang dinamis (Brussoni et al., 2015; Dodd & Lester, 2021). Peningkatan guru ini berdampak langsung pada runtuhnya persepsi lama pendidik yang menganggap bahwa aktivitas motorik kasar luar ruang representatif hanya bisa dicapai melalui penyediaan alat bermain pabrikan berbiaya mahal (Ramdani & Azizah, 2019). Melalui metode pembelajaran berbasis pengalaman, guru menyadari bahwa modifikasi sirkuit harian dari bahan sederhana justru memberikan tantangan gerak yang lebih kaya dan menyenangkan bagi anak usia dini (Azlina & Zulkiflee, 2012).

Hasil terukur lainnya tercermin dari keterampilan praktis guru dalam merekayasa dan memodifikasi alat permainan edukatif berbahan dasar lokal/bekas menjadi rangkaian sirkuit motorik yang terstruktur sebagai bentuk nyata dari pemecahan masalah keterbatasan sarana luar ruang dan sempitnya lahan bermain. Rincian desain pos sirkuit *mini outbound* hasil karya peserta pelatihan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Rancangan Pos Sirkuit *Mini Outbound* dan Modifikasi Media Pembelajaran

Pos Sirkuit	Nama Aktivitas	Modifikasi Media	Aspek Stimulasi Motorik
Pos 1	Lintasan Keseimbangan	Garis lantai berpola/karpet *puzzle*	Keseimbangan statis dan dinamis
Pos 2	Lompat Sasaran	Susunan *hulahop* dan ban bekas warna warni	Kekuatan otot tungkai dan koordinasi lokomotor
Pos 3	Merayap dan Rintangan Zig-Zag	Terowongan kardus bekas dan *cone* botol plastik	Kelincahan, koordinasi kaki, dan kelenturan
Pos 4	Lempar Tangkap Sasaran	Bola plastik dan keranjang bertingkat	Koordinasi mata-tangan
Pos 5	Permainan Kerja Sama	Estafet karet	Koordinasi motorik terpadu, sosial-emosional, dan kerja sama tim

Berdasarkan Tabel 2, rancangan lima pos sirkuit tersebut membuktikan bahwa guru mampu merancang sirkuit untuk merangsang dan mengintegrasikan seluruh komponen FMS secara komprehensif dan simultan dalam satu putaran bermain (He et al., 2025; Yu et al., 2021) tanpa bergantung pada peralatan pabrikan berbiaya mahal. Modifikasi media berbahan lokal ini memberikan lingkungan belajar gerak yang aman, menantang, dan adaptif terhadap ketersediaan ruang di sekolah mitra (El-Aasar et al., 2024; Ning & Liu, 2026).

Keberhasilan pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini ditandai oleh tercapainya seluruh target luaran wajib maupun luaran tambahan yang telah direncanakan. Sebagai bentuk kepastian hukum dan komitmen kerja sama berkelanjutan, telah disusun serta disepakati naskah kerja sama berupa *Implementation Arrangement* (IA) antara tim pengabdi UNY dengan pengurus IGTKI Kecamatan Jogonalan. Dari segi pengayaan sumber belajar, tim pengabdi berhasil menyusun ″Modul Panduan Aktivitas Mini *Outbound* bagi Guru Taman Kanak-Kanak″ yang memuat panduan keselamatan operasional, variasi desain rute pos sirkuit,

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

serta instrumen observasi keterlibatan motorik anak, yang saat ini sedang dalam proses pendaftaran Hak Cipta (HKI). Di samping itu, diseminasi kegiatan juga telah dipublikasikan melalui media massa elektronik/website resmi institusi untuk menyebarluaskan praktik baik pembelajaran motorik anak usia dini, yang secara langsung mendukung ketercapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya SDG 4 (Pendidikan Berkualitas) melalui peningkatan kompetensi pedagogis guru serta SDG 3 (Kehidupan Sehat dan Sejahtera) melalui pembiasaan aktivitas fisik terstruktur. Rangkaian luaran program ini disempurnakan dengan penyusunan dan pengunggahan naskah artikel ilmiah hasil pengabdian ke jurnal nasional terakreditasi, yaitu Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat (JPOM).

Kelancaran dan keberhasilan implementasi program ini di lapangan didukung oleh interaksi harmonis berbagai faktor pendorong. Tingginya komitmen dan dukungan kemitraan dari pengurus IGTKI Kecamatan Jogonalan serta para kepala sekolah mitra menjadi fondasi utama, khususnya dalam memfasilitasi lokasi kegiatan, memobilisasi 23 guru peserta, hingga secara sukarela mengumpulkan bahan-bahan lokal ramah biaya untuk perakitan media sirkuit. Antusiasme peserta yang tinggi juga tercermin dari partisipasi aktif selama diskusi manajemen keselamatan dan ketangkasan guru saat merancang rintangan pos sirkuit. Selain itu, kolaborasi yang solid antara tim dosen pengabdi dan mahasiswa pendamping dalam mempraktikkan contoh gerakan serta memberikan pendampingan klinis secara langsung mempercepat transfer pengetahuan dan keterampilan kepada guru mitra.

Meskipun program berjalan sukses, tim pelaksana dan mitra tetap menghadapi beberapa dinamika hambatan operasional yang segera diatasi melalui solusi strategis yang adaptif. Kendala pertama terkait dengan keterbatasan luas area halaman luar ruang di sekolah mitra yang cenderung sempit, diatasi melalui penerapan desain sirkuit *portable-modular* yang fleksibel (berkisar antara 3–6 meter) dan dapat dialihkan ke ruang tertutup atau lorong sekolah tanpa mengurangi esensi tantangan gerak motorik. Kendala kedua menyangkut penyesuaian waktu pelatihan dengan padatnya agenda kalender akademik sekolah mitra. Permasalahan jadwal ini diselesaikan dengan menyusun pendampingan lapangan secara bertahap serta mengoptimalkan ruang komunikasi digital (*WhatsApp Group*) sebagai sarana konsultasi teknis mandiri, dokumentasi video penerapan sirkuit, dan pemberian umpan balik evaluatif secara berkelanjutan antara guru dan tim ahli.

D. PENUTUP

Simpulan

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat melalui Pelatihan Pengembangan Aktivitas *Mini Outbound* terbukti efektif dalam memecahkan permasalahan prioritas guru Taman Kanak-Kanak di wilayah IGTKI Kecamatan Jogonalan, Klaten. Program ini berhasil mengatasi kendala pembelajaran motorik yang sebelumnya bersifat konvensional dan monoton, keterbatasan sarana bermain luar ruang, serta ketiadaan panduan operasional mandiri. Keberhasilan intervensi ditunjukkan secara terukur melalui peningkatan signifikan kompetensi pedagogis guru, di mana skor rata-rata evaluasi kognitif melonjak dari 43,18 pada saat *pre-test* menjadi 87,08 pada *post-test*, dengan peningkatan tertinggi pada aspek keterampilan modifikasi media ramah biaya. Selain itu, peserta berhasil merekayasa lima pos sirkuit *mini outbound* terstruktur berbasis *Fundamental Movement Skills* (FMS) dari bahan-bahan lokal serta barang bekas yang diperkuat dengan terwujudnya dokumen kerja sama *Implementation Arrangement* (IA), draf modul panduan ber-HKI, dan

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

publikasi media massa yang mendukung ketercapaian SDG 3 dan SDG 4.

Kelancaran pelaksanaan program ini didorong oleh komitmen tinggi pengurus mitra dan kepala sekolah dalam memfasilitasi sarana serta memobilisasi peserta, tingginya antusiasme guru dalam merancang sirkuit dan mendiskusikan manajemen keselamatan, serta pendampingan klinis yang intensif dari tim dosen dan mahasiswa. Adapun dinamika faktor penghambat berupa keterbatasan dimensi halaman terbuka sekolah dan padatnya kalender akademik berhasil diatasi secara adaptif melalui penerapan desain sirkuit *portable-modular* yang fleksibel untuk area sempit maupun *indoor*, serta optimalisasi ruang komunikasi daring (*WhatsApp Group*) untuk konsultasi mandiri dan pembimbingan berkelanjutan.

Keterbatasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat memiliki beberapa keterbatasan metodologis yang perlu dicatat secara objektif terlepas dari capaian positif yang diperoleh. Evaluasi efektivitas intervensi hanya mengandalkan rancangan satu kelompok sebelum dan sesudah tes (*one-group pretest-posttest design*) tanpa melibatkan kelompok kontrol sebagai pembanding. Ketiadaan kelompok kontrol membatasi kapasitas penarikan simpulan kausalitas secara murni, mengingat perolehan skor kognitif dapat dipengaruhi faktor perancu eksternal di luar perlakuan pelatihan. Rentang waktu evaluasi dan pendampingan tergolong relatif singkat, yakni berfokus pada pengukuran peningkatan pemahaman kognitif langsung pascapelatihan dan uji coba sirkuit awal. Tim pelaksana belum memantau retensi pengetahuan jangka panjang guru maupun tingkat kepatuhan penerapan sirkuit secara berkesinambungan dalam dokumen pembelajaran harian di sekolah masing-masing. Pengukuran keberhasilan masih terkonsentrasi pada kompetensi guru dan belum mengevaluasi secara longitudinal luaran fisik-motorik langsung pada anak usia dini sebagai penerima manfaat akhir aktivitas sirkuit mini *outbound* tersebut.

Saran

Berdasarkan hasil dan evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian, disarankan kepada guru dan pihak pengelola satuan PAUD/TK untuk mengintegrasikan sirkuit *mini outbound* secara berkala dan terprogram ke dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), serta terus mengeksplorasi pemanfaatan bahan lokal dan barang bekas guna mengatasi keterbatasan sarana bermain luar ruang. Organisasi mitra seperti IGTKI Kecamatan Jogonalan diharapkan dapat memfasilitasi forum berbagi praktik baik secara rutin agar inovasi pembelajaran motorik ini dapat didiseminasikan lebih luas ke sekolah-sekolah TK lain di wilayah sekitarnya. Selain itu, bagi tim pengabdi atau akademisi pada program pengabdian selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan pendampingan hingga tahap pengukuran dampak jangka panjang sirkuit *mini outbound* terhadap tingkat kebugaran jasmani, koordinasi motorik anak, serta efektivitas modul ajar ber-HKI melalui studi kuasi-eksperimen atau evaluasi longitudinal yang lebih komprehensif.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Riset dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRPM) Universitas Negeri Yogyakarta atas pemberian dukungan pendanaan penuh melalui skema Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Penugasan Guru Besar dan Dosen Struktural Tahun Anggaran 2026. Apresiasi dan terima kasih mendalam juga disampaikan kepada pengurus Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia (IGTKI) Kecamatan Jogonalan, Kabupaten Klaten, Kepala Sekolah dan guru

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

TK ABA Bakung, serta seluruh guru peserta pelatihan atas fasilitasi tempat, antusiasme, dedikasi, dan kerja sama yang terjalin dengan sangat baik selama pelaksanaan program. Ucapan terima kasih turut dialamatkan kepada tim mahasiswa pendamping serta semua pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung sehingga kegiatan pengabdian dan penyusunan publikasi artikel ilmiah ini dapat terselesaikan dengan lancar.

Pernyataan Penggunaan AI dan Teknologi Berbantuan AI dalam Proses Penulisan

Penulis menyatakan bahwa dalam penyusunan karya ini tidak menggunakan kecerdasan buatan (AI) maupun teknologi berbantuan AI dalam bentuk apa pun. Seluruh isi artikel disusun, ditinjau, dan disunting sendiri oleh penulis, dan penulis bertanggung jawab penuh atas isi publikasi.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Para penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan finansial maupun hubungan pribadi yang diketahui yang dapat memengaruhi karya yang dilaporkan dalam artikel ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

Azlina, W., & Zulkiflee, A. S. (2012). A Pilot Study: The Impact of Outdoor Play Spaces on Kindergarten Children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 38, 275*–283. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.03.349

Barnett, L. M., Stodden, D., Cohen, K. E., Smith, J. J., Lubans, D. R., Lenoir, M., Iivonen, S., Miller, A. D., Laukkanen, A., Dudley, D., Lander, N. J., Brown, H., & Morgan, P. J. (2016). Fundamental Movement Skills: An Important Focus. *Journal of Teaching in Physical Education*, *35*(3), 219–225. https://doi.org/10.1123/jtpe.2014-0209

Bjartveit, C., & Panayotidis, E. L. (2017). Transforming early childhood educators' conceptions of "dark play" and popular culture. *Contemporary Issues in Early Childhood*, *18*(2), 114–126. https://doi.org/10.1177/1463949117714075

Brussoni, M., Gibbons, R., Gray, C., Ishikawa, T., Sandseter, E., Bienenstock, A., Chabot, G., Fuselli, P., Herrington, S., Janssen, I., Pickett, W., Power, M., Stanger, N., Sampson, M., & Tremblay, M. (2015). What is the Relationship between Risky Outdoor Play and Health in Children? A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *12*(6), 6423–6454. https://doi.org/10.3390/ijerph120606423

Chan, C. H. S., Ha, A. S. C., Ng, J. Y. Y., & Lubans, D. R. (2019). The A + FMS cluster randomized controlled trial: An assessment-based intervention on fundamental movement skills and psychosocial outcomes in primary schoolchildren. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *22*(8), 935–940. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.002

Daulay, P. S., Lubis, M. Y., & Daulay, H. (2023). Implementasi Permainan Outbound Dalam Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini di TK Al-Hikmah Aer Bale. KHIRANI*: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 1(4), 114–123. https://doi.org/10.47861/khirani.v1i4.630*

Dodd, H. F., & Lester, K. J. (2021). Adventurous Play as a Mechanism for Reducing Risk for Childhood Anxiety: A Conceptual Model. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *24*(1), 164–181. https://doi.org/10.1007/s10567-020-00338-w

El-Aasar, M., Shafik, Z., & Abou-Bakr, D. (2024). Outdoor learning environment as a teaching tool for integrating education for sustainable development in kindergarten, Egypt. *Ain Shams Engineering Journal*, *15*(4), 102629. https://doi.org/10.1016/j.asej.2024.102629

Fadila, A. (2022). Implementasi Permainan Mini Outbound dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Kelompok A. *Jurnal Riset Pendidikan Guru PAUD,* 20–27. https://doi.org/10.29313/jrpgp.vi.713

Haase, D., & Dushkova, D. (2025). Small spaces, big impact: Kindergartens as critical nodes in climate-resilient urban green infrastructure. *Urban Forestry and Urban Greening*, *113*, 129094. https://doi.org/10.1016/j.ufug.2025.129094

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)

Hardy, L. L., King, L., Farrell, L., Macniven, R., & Howlett, S. (2010). Fundamental movement skills among Australian preschool children. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *13*(5), 503–508. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2009.05.010

He, J., Guo, J., Qin, R., Zhang, Z., He, Y., Tang, M., Li, Y., Tan, M., Xu, D., Liao, Y., & Liu, L. (2025). Role of focus of attention in learning a fundamental movement skill in preschool children with differing perceived motor competence: A pilot study. *Acta Psychologica, 260, 105493*. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105493

Healy, S., Obrusnikova, I., & Getchell, N. (2021). Fundamental Motor Skill Interventions in Children with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. *Research in Autism Spectrum Disorders, 81, 101717*. https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101717

Jazilurrahman, J., & Mistina, M. (2023). Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Outbound Pada Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain (KB) Nurul Azhar Aisyiyah Sumber Malang Situbondo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, *9*(1), 480–489. https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4637

Martins, C., Valentini, N. C., Sääkslahti, A., Africa, E. K., Webster, E. K., Nobre, G., Robinson, L. E., Duncan, M., Tortella, P., Bandeira, P. F., & Barnett, L. M. (2024). Motor Competence as Key to Support Healthy Development of 3- to 5-Year-Old Children: An Expert Statement on Behalf of the International Motor Development Research Consortium. *Journal of Motor Learning and Development*, *12*(3), 437–454. https://doi.org/10.1123/jmld.2023-0055

Ning, J., & Liu, J. (2026). Breaking new ground in PE evaluation: A novel QFD-fuzzy TOPSIS fusion model for kindergarten curriculum quality assessment. *Studies in Educational Evaluation, 88, 101565*. https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2026.101565

Okely, A. D., & Booth, M. L. (2004). Mastery of fundamental movement skills among children in New South Wales: Prevalence and sociodemographic distribution. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *7*(3), 358–372. https://doi.org/10.1016/S1440-2440(04)80031-8

Platvoet, S., Pion, J., de Niet, M., Lenoir, M., Elferink-Gemser, M., & Visscher, C. (2020). Teachers' perceptions of children's sport learning capacity predicts their fundamental movement skill proficiency. *Human Movement Science, 70, 102598*. https://doi.org/10.1016/j.humov.2020.102598

Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2019). Permainan Outbound untuk Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4(1), 482–490.* https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.407

Shams, A., Hardy, L. L., Vameghi, R., Loovis, E. M., & Shamsipour Dehkordi, P. (2021). Prevalence of fundamental movement skill proficiency among Iranian children aged 2.5–14 years. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *24*(1), 74–79. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.09.014

Van Beurden, E., Zask, A., Barnett, L. M., & Dietrich, U. C. (2002). Fundamental movement skills – How do primary school children perform? The "move it groove it" program in rural Australia. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *5*(3), 244–252. https://doi.org/10.1016/S1440-2440(02)80010-X

Yu, J. J., Capio, C. M., Abernethy, B., & Sit, C. H. P. (2021). Moderate-to-vigorous physical activity and sedentary behavior in children with and without developmental coordination disorder: Associations with fundamental movement skills. *Research in Developmental Disabilities, 118, 104070*. https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.104070

Zhang, D., Soh, K. G., Chan, Y. M., & Zaremohzzabieh, Z. (2024). Effect of intervention programs to promote fundamental motor skills among typically developing children: A systematic review and meta-analysis. *Children and Youth Services Review, 156, 107320*. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107320

Zhang, L., Zhu, X., Haegele, J. A., Wang, D., & Wu, X. (2021). Effects of a one-year physical activity intervention on fundamental movement skills of boys with severe intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities, 114, 103980*. https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103980

Copyright © 2026, JPOM, ISSN : 2808-1358 (online)