

**PENDIDIKAN JASMANI OUTDOOR BERBASIS JOYFUL LEARNING SEBAGAI
STRATEGI PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK ANAK SEKOLAH
DASAR**

Gatot Jariono¹, Nurhidayat Nurhidayat², Eko Sudarmanto³, Ardhian Tomy
Kurniawan⁴, Silva Regina Meilinawati⁵, Haris Nugroho⁶, Uzizatun Maslikah⁷

^{1,2,3,4}Pendidikan Jasmani, FKIP Universitas Muhammadiyah Surakarta

⁵Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FKOR Universitas Sebelas Maret

⁶Kecabangan Olahraga, FIKK Universitas Negeri Jakarta

[1gj969@ums.ac.id](mailto:gj969@ums.ac.id), [2nur574@ums.ac.id](mailto:nur574@ums.ac.id), [3es348@ums.ac.id](mailto:es348@ums.ac.id), [4atk317@ums.ac.id](mailto:atk317@ums.ac.id),
[5a810250096@student.ums.ac.id](mailto:a810250096@student.ums.ac.id), [6harisnugroho@staff.uns.ac.id](mailto:harisnugroho@staff.uns.ac.id),
[7uzizatunmaslikah@unj.ac.id](mailto:uzizatunmaslikah@unj.ac.id)

ABSTRACT

Motor competence plays a fundamental role in supporting the physical, cognitive, and social development of primary school children. However, physical education instruction is still predominantly characterized by conventional, teacher-centered approaches that limit students' active engagement and motor development. This community service program aimed to implement Outdoor Physical Education based on the Joyful Learning framework as a strategy to enhance students' motor competence. The program consisted of needs assessment, school coordination, instructional planning, guided implementation of outdoor game-based learning activities, and evaluation through observation, documentation, and pre- and post-program motor competence assessments. The activities were conducted collaboratively with physical education teachers and primary school students. The findings demonstrated improvements in students' motor competence, active participation, learning motivation, movement coordination, balance, and agility. In addition, teachers enhanced their ability to design innovative, contextual, and student-centered outdoor learning experiences. These results indicate that Joyful Learning-based Outdoor Physical Education is an effective strategy for improving both the quality of physical education instruction and the motor competence of primary school children. The program provides a practical and replicable model that can serve as a best practice for strengthening physical education in primary schools.

Keywords: *outdoor physical education; joyful learning; motor competence; community service.*

ABSTRAK

Kemampuan motorik berperan penting dalam mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak sekolah dasar. Namun, pembelajaran pendidikan jasmani masih didominasi pendekatan konvensional sehingga kurang mampu

mengoptimalkan keterlibatan peserta didik dan perkembangan motorik. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* sebagai strategi peningkatan kemampuan motorik peserta didik. Pelaksanaan program meliputi analisis kebutuhan, koordinasi dengan sekolah, penyusunan perangkat pembelajaran, pendampingan implementasi aktivitas outdoor berbasis permainan edukatif, serta evaluasi melalui observasi, dokumentasi, dan penilaian kemampuan motorik. Kegiatan melibatkan guru PJOK dan peserta didik sekolah dasar secara kolaboratif. Hasil program menunjukkan peningkatan kemampuan motorik, keaktifan, motivasi belajar, koordinasi gerak, keseimbangan, dan kelincahan peserta didik. Selain itu, kompetensi guru dalam merancang pembelajaran outdoor yang inovatif, kontekstual, dan berpusat pada peserta didik juga mengalami peningkatan. Dengan demikian, Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* terbukti menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sekaligus mengembangkan kemampuan motorik peserta didik. Model ini berpotensi direplikasi sebagai praktik baik dalam pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Kata Kunci: pendidikan jasmani outdoor; *joyful learning*; kemampuan motorik; pengabdian kepada masyarakat.

A. Pendahuluan

Kemampuan motorik merupakan salah satu indikator utama tumbuh kembang anak usia sekolah dasar karena berperan dalam menunjang kebugaran jasmani, kesiapan belajar, interaksi sosial, serta pembentukan gaya hidup aktif sejak dini (Chagas & Joia, 2025). Pendidikan Jasmani (PJ) memiliki fungsi strategis dalam memfasilitasi perkembangan tersebut melalui pengalaman belajar yang menempatkan aktivitas gerak sebagai media untuk mengembangkan aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial peserta didik secara terpadu (Valle-

Muñoz et al., 2025). Namun, praktik pembelajaran Pendidikan Jasmani di berbagai sekolah dasar masih didominasi oleh pendekatan konvensional yang berpusat pada guru, lebih menekankan penguasaan keterampilan teknis, serta belum mengoptimalkan pemanfaatan lingkungan sebagai sumber belajar yang autentik (Aggerholm & Hordvik, 2024). Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya keterlibatan peserta didik dalam aktivitas pembelajaran, terbatasnya variasi pengalaman gerak, serta belum optimalnya perkembangan kemampuan motorik

dasar yang diperlukan pada fase sekolah dasar (Jariono, Nurhidayat, Sudarmanto, & Ihsan, 2026; Jariono, Nurhidayat, Sudarmanto, Tulloh, et al., 2026). Oleh karena itu, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu menghadirkan pengalaman belajar yang aktif, menyenangkan, kontekstual, dan berpusat pada peserta didik melalui pemanfaatan lingkungan luar ruang sebagai wahana belajar yang mendukung perkembangan kemampuan motorik secara optimal (Iivonen et al., 2026).

Pendidikan Jasmani Outdoor yang dipadukan dengan kerangka *Joyful Learning* menawarkan pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan aktivitas fisik, eksplorasi lingkungan, permainan edukatif, kolaborasi, dan pengalaman belajar yang menyenangkan (Gray et al., 2025). Pendekatan ini tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan motorik, tetapi juga mendorong berkembangnya motivasi belajar, kepercayaan diri, kreativitas, kemampuan bekerja sama, dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Berbagai penelitian internasional menunjukkan bahwa aktivitas pembelajaran luar ruang memberikan dampak positif terhadap

perkembangan keterampilan motorik dasar, kebugaran jasmani, serta keterlibatan belajar anak (Nanda et al., 2025). Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Iivonen et al. (2026) dan Fornons-Casol et al., (2026) yang melaporkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang dirancang secara aktif dan menyenangkan mampu meningkatkan motivasi belajar sekaligus memperkuat perkembangan motorik peserta didik sekolah dasar. Di tingkat nasional, penelitian oleh Latifi & Mashud (2025) dan Aliriad et al (2024) juga menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan dan aktivitas luar ruang berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar serta partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Hakim et al., 2025). Selain itu, beberapa program pengabdian kepada masyarakat melaporkan bahwa pendampingan guru dalam menerapkan pembelajaran inovatif mampu meningkatkan kualitas proses pembelajaran dan kompetensi profesional guru pendidikan jasmani (Zainuddin et al., 2026).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada pengujian efektivitas

model pembelajaran melalui desain eksperimen atau *school-based intervention* yang menilai dampaknya terhadap aktivitas fisik, kemampuan motorik, dan hasil belajar peserta didik, sementara implementasi dalam bentuk program pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan Pendidikan Jasmani Outdoor dengan kerangka *Joyful Learning* melalui pendampingan guru dan peserta didik masih jarang dilaporkan dalam literatur (Costa et al., 2024; Wang et al., 2024). Di sisi lain, berbagai program pengabdian di bidang pendidikan jasmani umumnya lebih berorientasi pada peningkatan kompetensi pedagogis guru melalui pelatihan, lokakarya, atau pendampingan penyusunan perangkat pembelajaran tanpa disertai evaluasi yang komprehensif terhadap perubahan kemampuan motorik peserta didik sebagai luaran utama program (Al-Aviv et al., 2025; Listyana et al., 2025). Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya program pengabdian kepada masyarakat yang tidak hanya meningkatkan kapasitas guru dalam merancang pembelajaran inovatif berbasis aktivitas luar ruang, tetapi juga mengimplementasikan

Pendidikan Jasmani Outdoor melalui kerangka *Joyful Learning* secara berkelanjutan serta mengevaluasi dampaknya terhadap perkembangan kemampuan motorik anak sekolah dasar, sehingga dihasilkan model praktik baik (*best practice*) yang dapat direplikasi pada berbagai satuan pendidikan dasar (Taylor et al., 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* sebagai strategi peningkatan kemampuan motorik anak sekolah dasar melalui pendampingan guru, penyusunan perangkat pembelajaran, serta pelaksanaan aktivitas luar ruang yang terstruktur. Kontribusi program ini diharapkan tidak hanya meningkatkan kualitas kemampuan motorik peserta didik, tetapi juga menghasilkan praktik baik pembelajaran pendidikan jasmani yang aktif, menyenangkan, kontekstual, dan mudah direplikasi oleh sekolah dasar lainnya sebagai bagian dari penguatan mutu layanan pendidikan.

B. Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah (MIM) Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, pada Juni 2026. Sasaran kegiatan adalah peserta didik sekolah dasar beserta guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Program dirancang menggunakan pendekatan partisipatif (*participatory approach*) yang menekankan kolaborasi antara tim pengabdi, pihak sekolah, guru PJOK, dan peserta didik dalam setiap tahapan kegiatan sehingga solusi yang diterapkan sesuai dengan kebutuhan sekolah.

Pelaksanaan program diawali dengan analisis kebutuhan (*needs assessment*) melalui observasi pembelajaran PJOK, identifikasi karakteristik peserta didik, serta diskusi dengan kepala sekolah dan guru PJOK mengenai kendala pembelajaran, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan kemampuan motorik dan pemanfaatan lingkungan sekolah sebagai media belajar. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa pembelajaran masih didominasi aktivitas rutin dengan variasi

permainan yang terbatas sehingga diperlukan inovasi pembelajaran berbasis aktivitas luar ruang (*outdoor physical education*) yang mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik.

Tahap berikutnya adalah perencanaan program, yang meliputi penyusunan modul Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning*, penyiapan media dan alat permainan edukatif, penyusunan skenario aktivitas gerak, serta koordinasi teknis dengan pihak sekolah. Aktivitas pembelajaran dirancang berdasarkan prinsip *learning by doing*, bermain sambil belajar, kolaborasi, keamanan peserta didik, dan pemanfaatan lingkungan sekolah sebagai wahana pembelajaran yang kontekstual.

Tahap implementasi dilaksanakan melalui pendampingan guru PJOK dalam mengelola pembelajaran serta pelaksanaan berbagai aktivitas luar ruang yang meliputi permainan koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, ketepatan, lokomotor, nonlokomotor, manipulatif, permainan kolaboratif, lintasan tantangan (*obstacle games*), dan eksplorasi lingkungan sekolah. Seluruh aktivitas dikembangkan

sesuai karakteristik perkembangan anak sekolah dasar dengan mengedepankan suasana belajar yang menyenangkan, aktif, aman, dan inklusif sesuai prinsip *Joyful Learning*.

Evaluasi program dilakukan secara formatif dan sumatif. Evaluasi formatif dilaksanakan selama kegiatan berlangsung melalui observasi keterlibatan peserta didik, kemampuan guru dalam mengimplementasikan pembelajaran, serta refleksi bersama setelah setiap sesi. Evaluasi sumatif dilakukan dengan membandingkan kemampuan motorik peserta didik sebelum dan sesudah program menggunakan lembar observasi kemampuan motorik dasar yang mencakup aspek lokomotor, nonlokomotor, manipulatif, keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan. Data pendukung diperoleh melalui dokumentasi kegiatan, wawancara singkat dengan guru, serta catatan lapangan. Seluruh data dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan perubahan kemampuan motorik peserta didik dan secara deskriptif kualitatif untuk menginterpretasikan efektivitas implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* sebagai strategi

pembelajaran di MIM Kartasura. Hasil evaluasi selanjutnya digunakan sebagai dasar penyusunan rekomendasi praktik baik (*best practices*) yang dapat direplikasi pada sekolah dasar lainnya. Gambar 1 bagan alir pelaksanaannya



Gambar 1. Bagan alir Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning*

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian dan pengabdian

Tahapan pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di MIM Kartasura selama dua minggu pada Juni 2026 dengan frekuensi dua kali per minggu, sehingga keseluruhan program terdiri atas empat kali pertemuan. Setiap pertemuan dirancang secara bertahap mulai dari identifikasi kebutuhan, penguatan kapasitas guru, implementasi pembelajaran, hingga evaluasi program untuk memastikan ketercapaian tujuan pengabdian.



Gambar 2. Identifikasi kebutuhan



Gambar 3. Penguatan Kapasitas guru



Gambar 4. Proses pembelajaran outdoor

Pada pertemuan pertama, kegiatan difokuskan pada observasi kondisi awal pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), identifikasi kemampuan

motorik peserta didik, serta koordinasi dengan kepala sekolah dan guru PJOK. Tahap ini menghasilkan informasi mengenai kebutuhan sekolah, yaitu pembelajaran masih didominasi pendekatan konvensional dengan pemanfaatan lingkungan luar ruang yang belum optimal sebagai media pembelajaran.

Pertemuan kedua diarahkan pada sosialisasi konsep Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* serta pendampingan guru dalam menyusun perangkat pembelajaran dan skenario aktivitas luar ruang. Melalui kegiatan ini, guru memperoleh pemahaman mengenai prinsip pembelajaran yang aktif, menyenangkan, aman, dan berpusat pada peserta didik, sekaligus meningkatkan keterampilan dalam merancang aktivitas gerak yang sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar.

Selanjutnya, pertemuan ketiga merupakan tahap implementasi program, yaitu pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* melalui berbagai permainan edukatif yang melatih kemampuan lokomotor, nonlokomotor, manipulatif, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Pada

tahap ini, peserta didik menunjukkan antusiasme yang tinggi, berpartisipasi aktif dalam setiap aktivitas, serta mampu bekerja sama dengan teman selama proses pembelajaran berlangsung.

Pada pertemuan keempat dilakukan evaluasi kemampuan motorik peserta didik, observasi pembelajaran, refleksi bersama guru, dan penyusunan tindak lanjut. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan kualitas pembelajaran, kompetensi guru, kemampuan motorik, dan partisipasi peserta didik. Program terlaksana sesuai rencana serta menghasilkan model pembelajaran yang berpotensi direplikasi di sekolah dasar lainnya.

Tabel 1 menyajikan hasil evaluasi kemampuan motorik 56 peserta didik sebelum dan sesudah implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning*. Evaluasi ini bertujuan mengidentifikasi perubahan kemampuan motorik sebagai indikator efektivitas program pengabdian yang telah dilaksanakan.

Tabel 1 Pretest, posttest dan N-Gain Kemampuan Motorik Peserta Didik MIM Kartasura (n=52)

Var.	Pretest		Posttest		N-Gain	
	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD	$\bar{x}$	SD
KG	65,40	5,31	79,25	4,32	9,87	7,24
Ks	64,17	6,32	80,21	3,22	16,04	6,23

KI	64,34	6,03	77,75	5,32	13,11	7,54
KMK	64,64	5,89	79,07	4,29	13,01	7,00

Var: Variabel, KG: Koordinasi Gerak, Ks: Keseimbangan, KI: Kelincahan, KMK: Kemampuan Motorik keseluruhan

Tabel 1 menyajikan hasil pengukuran kemampuan motorik peserta didik MIM Kartasura sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* pada 52 peserta didik. Secara umum, seluruh indikator kemampuan motorik mengalami peningkatan nilai rata-rata setelah pelaksanaan program. Rata-rata koordinasi gerak meningkat dari $65,40 \pm 5,31$ menjadi $79,25 \pm 4,32$, keseimbangan meningkat dari $64,17 \pm 6,32$ menjadi $80,21 \pm 3,22$, sedangkan kelincahan meningkat dari $64,34 \pm 6,03$ menjadi $77,75 \pm 5,32$. Peningkatan tersebut berkontribusi terhadap kenaikan rata-rata kemampuan motorik keseluruhan dari $64,64 \pm 5,89$ pada *pretest* menjadi $79,07 \pm 4,29$ pada *posttest*.

Nilai *N-Gain* menunjukkan bahwa aspek keseimbangan memperoleh peningkatan tertinggi dengan rata-rata $16,04 \pm 6,23$, diikuti kelincahan sebesar $13,11 \pm 7,54$, kemampuan motorik keseluruhan sebesar $13,01 \pm 7,00$, dan koordinasi gerak sebesar $9,87 \pm 7,24$. Temuan ini

mengindikasikan bahwa implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* memberikan dampak positif terhadap peningkatan seluruh komponen kemampuan motorik peserta didik.

Selain meningkatnya nilai rata-rata, standar deviasi pada hasil *posttest* cenderung lebih rendah dibandingkan *pretest*, yang menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik menjadi lebih homogen setelah mengikuti program. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa manfaat intervensi tidak hanya dirasakan oleh sebagian peserta didik, tetapi juga terjadi secara lebih merata pada seluruh kelompok sasaran, sehingga program memiliki efektivitas yang baik dalam meningkatkan kualitas kemampuan motorik peserta didik di MIM Kartasura.

Tabel 2 Evaluasi ketercapaian Program

Indikator	Kondisi Awal	Setelah Program	Ketercapaian
Gmkjl	43%	92%	Sangat Baik
Gmmpo	36%	97%	Sangat Baik
Kpd	59%	95%	Sangat Baik
Mmp	62%	94%	Sangat Baik
Kbs	63%	93%	Sangat Baik
Kms	67,28	81,78	Meningkat

Keterangan: Gmkjl: Guru memahami konsep *Joyful Learning*, Gmmpo: Guru mampu merancang pembelajaran outdoor, Kpd: Keaktifan peserta didik, Mmp: Motivasi mengikuti pembelajaran, Kbs: Kemampuan bekerja sama, dan Kms: kemampuan motorik siswa

Tabel 2 menunjukkan bahwa implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* memberikan dampak positif terhadap ketercapaian indikator program pengabdian di MIM Kartasura. Peningkatan terjadi pada seluruh aspek yang dievaluasi, baik yang berkaitan dengan kompetensi guru maupun perkembangan peserta didik. Pemahaman guru terhadap konsep *Joyful Learning* meningkat dari 43% menjadi 92%, sedangkan kemampuan guru dalam merancang pembelajaran outdoor meningkat dari 36% menjadi 97%, yang termasuk dalam kategori sangat baik. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa kegiatan pendampingan berhasil memperkuat kapasitas pedagogis guru dalam mengembangkan pembelajaran yang inovatif dan berorientasi pada aktivitas peserta didik.

Dari aspek peserta didik, keaktifan selama pembelajaran meningkat dari 59% menjadi 95%, motivasi mengikuti pembelajaran meningkat dari 62% menjadi 94%, dan kemampuan bekerja sama meningkat dari 63% menjadi 93%, yang seluruhnya berada pada kategori sangat baik. Selain itu, kemampuan motorik siswa mengalami peningkatan skor rata-rata dari 67,28

pada kondisi awal menjadi 81,78 setelah program dilaksanakan. Temuan ini menunjukkan bahwa implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* tidak hanya meningkatkan kualitas proses pembelajaran, tetapi juga memberikan kontribusi nyata terhadap perkembangan kemampuan motorik serta keterlibatan aktif peserta didik. Secara keseluruhan, seluruh indikator program mengalami peningkatan yang konsisten, sehingga pelaksanaan pengabdian dapat dinyatakan berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Pembahasan

Implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* di MIM Kartasura menunjukkan bahwa integrasi aktivitas luar ruang dengan pembelajaran yang menyenangkan mampu meningkatkan kompetensi guru sekaligus mengoptimalkan kemampuan motorik peserta didik.

Peningkatan pemahaman guru terhadap konsep *Joyful Learning* dan kemampuan merancang pembelajaran outdoor menunjukkan efektivitas pendampingan dalam memperkuat kompetensi pedagogis. Temuan ini mendukung implementasi

Kurikulum Berdampak yang menekankan pembelajaran aktif, autentik, kontekstual, serta berbasis pengalaman untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. (Handayani et al., 2024).

Peningkatan keaktifan, motivasi belajar, kemampuan bekerja sama, dan kemampuan motorik peserta didik menunjukkan bahwa aktivitas pembelajaran luar ruang mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih bermakna dibandingkan pembelajaran yang berpusat pada instruksi guru. Lingkungan outdoor memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi berbagai pola gerak melalui permainan kolaboratif sehingga koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan keterampilan gerak dasar berkembang secara lebih optimal.

Hasil ini konsisten dengan temuan Taylor et al. (2024) yang menyatakan bahwa *outdoor learning* berkontribusi terhadap peningkatan aktivitas fisik, kompetensi motorik, dan kesejahteraan peserta didik. Demikian pula, Fairclough et al. (2024) melaporkan bahwa intervensi berbasis kompetensi motorik di

sekolah mampu meningkatkan keterampilan gerak sekaligus memperkuat keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran. Taylor et al. (2024) juga menegaskan bahwa lingkungan belajar luar ruang menyediakan kesempatan yang lebih luas untuk mengembangkan interaksi sosial, aktivitas fisik, dan perkembangan motorik anak.

Keberhasilan program tercermin dari peningkatan kemampuan motorik peserta didik serta kompetensi guru dalam menerapkan pembelajaran yang inovatif. Integrasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* menghasilkan praktik baik yang efektif, berkelanjutan, dan berpotensi direplikasi pada sekolah dasar lain untuk mendukung pembelajaran yang aktif, inklusif, dan berpusat pada peserta didik.

D. Kesimpulan

Implementasi Pendidikan Jasmani Outdoor berbasis *Joyful Learning* di MIM Kartasura terbukti meningkatkan kompetensi guru dalam merancang pembelajaran inovatif serta mengoptimalkan kemampuan motorik, keaktifan, motivasi, dan kerja sama peserta didik. Program ini menghasilkan model pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan

kontekstual sehingga berpotensi menjadi praktik baik (*best practice*) yang dapat direplikasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Pengakuan

Penelitian ini didanai melalui skema Hibah Integrasi Tri Dharma (HIT) (Nomor: 638.1/FKIP/A3.1/V/2026) serta mendapat dukungan kelembagaan dari Universitas Muhammadiyah Surakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Aggerholm, K., & Hordvik, M. M. (2024). A Bildung theoretical framework for Models-based Practice in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1–13. <https://doi.org/10.1080/17408989.2024.2446787>
- Al-Aviv, M. B., Sundi, V. H., & Sapii, P. (2025). Penerapan Permainan Modifikasi Terhadap Pola Gerak Dasar Lokomotor Pada Anak Kelas 6 Di UPTD SDN SERUA 01. *Seminar Nasional Dan Publikasi Ilmiah 2025 FIP UMJ*, 2574–2585. Retrieved from <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/SEMNASFIP/article/view/28637> %0Ahttps://jurnal.umj.ac.id/index.php/SEMNASFIP/article/view/28637/13200
- Aliriad, H., S, A., Saputro, D. P., Fahmi, D. A., & Waskito, S. Y. (2024). Memperkuat keterampilan motorik anak usia

- dini melalui pengalaman eksplorasi aktivitas di luar ruangan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 126–141. <https://doi.org/10.54284/jopi.v3i2.363>
- Chagas, D. D. V., & Joia, M. C. (2025). Motor Competence as a Protection Factor Against Pediatric Obesity: The Bidirectional Relationship Between Motor Competence and Weight Status. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 96(1), 126–132. <https://doi.org/10.1080/02701367.2024.2373995>
- Costa, J. A., Vale, S., Cordovil, R., Rodrigues, L. P., Cardoso, V., Proença, R., ... Seabra, A. (2024). A school-based physical activity intervention in primary school: effects on physical activity, sleep, aerobic fitness, and motor competence. *Frontiers in Public Health*, Volume 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1365782>
- Fairclough, S. J., Clifford, L., Fowweather, L., Knowles, Z. R., Boddy, L. M., Ashworth, E., & Tyler, R. (2024). Move Well, Feel Good: Feasibility and acceptability of a school-based motor competence intervention to promote positive mental health. *PLoS ONE*, 19(6 June), 1–24. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303033>
- Fornons-Casol, L., del Arco, I., & Ramos-Pla, A. (2026). Physical Environments and Child Well-Being in Early Childhood Education: Current Evidence and Research Gaps. *Education Sciences*, Vol. 16, p. 810. <https://doi.org/10.3390/educsci16050810>
- Gray, T., Down, M. J. A., Mann, J., Barnes, J., Sturges, M., Eager, D., ... Reis, A. (2025). Risky Outdoor Play and Adventure Education in Nature for Child and Adolescent Wellbeing: A Scoping Review. *Behavioral Sciences (Basel, Switzerland)*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/bs16010005>
- Hakim, H., Zulfikar, M., Rahman, A., Nurliani, N., & Abbas, I. (2025). Aktivitas Kegembiraan Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan berbasis Gerak Dasar. *Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(3), 1107–1112.
- Handayani, E. S., Fernando, F., Gaspersz, S., Ridwan, R., Ahmadin, A., & Kusumarini, E. (2024). Implementasi Pembelajaran Mendalam (Deep Learning) dalam meningkatkan Efektivitas Kurikulum Berdampak di Sekolah. *Jurnal Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*, 6(2), 1522–1535.
- Iivonen, S., Niemistö, D., & Sääkslahti, A. (2026). Physical Affordances and Fundamental Movement Skills that Characterize the Active Outdoor Play of the Most Physically Active and Sedentary Children Across the Four Seasons: A Descriptive Case Study. *Early Childhood Education Journal*. <https://doi.org/10.1007/s10643-026-02250-4>
- Jariono, G., Nurhidayat, N.,

- Sudarmanto, E., & Ihsan, A. (2026). Implementasi Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Dasar: Pendekatan Empiris Untuk Meningkatkan Inklusivitas dan Partisipasi Siswa. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 7(1), 39–50.
<https://doi.org/10.38048/jailcb.v7i1.6273>
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Tulloh, R., Anggoro, S. D., Rochmadi, R., ... Sudrajat, A. (2026). Strengthening Inclusive Learning through Adaptive Physical Education for Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Special Program Kartasura Students. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 2597–2608.
<https://doi.org/10.36526/gandrung.v7i1.6146>
- Latifi, T., & Mashud, M. (2025). Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lari Siswa Kelas V. *PENJAGA: Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(1), 249–258.
<https://doi.org/10.55933/pjga.v6i1.1128>
- Listyana, E. E. P., Tuasikal, A. R. S., & Indahwati, N. (2025). Penerapan Permainan Tradisional terhadap Peningkatan Lokomotor dan Non-Lokomotor pada Murid Sekolah Dasar. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(2), 459–466.
<https://doi.org/10.46838/spr.v6i2.818>
- Nanda, P. D., Ndraha, P. S., & Ginting, S. (2025). The Impact of Outdoor Play on Motor Skill Development in Early Childhood: A Systematic Literature Review. *Journal of Foundational Learning and Child Development*, 1(03), 141–156.
<https://doi.org/10.53905/childdev.v1i03.19>
- Taylor, N., Pringle, A., & Roscoe, C. M. P. (2024). Characteristics of the Outdoor Environment Affording Physical Activity, Motor Competence, and Social Interactions in Children Aged 3-7 Years: A Systematic Review. *Children (Basel, Switzerland)*, 11(12).
<https://doi.org/10.3390/children11121491>
- Valle-Muñoz, V. M., Mendoza-Muñoz, M., & Villa-González, E. (2025). Physical Literacy as a Pedagogical Model in Physical Education. *Children*, Vol. 12, p. 1008.
<https://doi.org/10.3390/children12081008>
- Wang, P., Mohd Yasim, M., Chang, S., & Lina, W. (2024). A Literature Review of Outdoor Education Program on Mental Health and Well-Being. *Asian Pendidikan*, 1(4), 33–45.
<https://doi.org/10.53797/aspen.v4i2.5.2024>
- Zainuddin, F., Irmansyah, J., Muliyani, S. E., & Rindawan, R. (2026). Pendampingan Penyusunan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kreativitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Abdibaraya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(01), 368–379.

