

IMPLEMENTASI PROGRAM SELASA BAGARAKAN TERHADAP PSIKOMOTORIK DAN KREATIVITAS SISWA DI SEKOLAH DASAR

Ridhatul Jannah¹, Ahmad Suriansyah², Arta Mulya Budi Harsono³

PGSD FKIP Universitas Lambung Mangkurat

jannahridhatul7@gmail.com

artamulyabudi@ulm.ac.id

a.suriansyah@ulm.ac.id

ABSTRACT

Psychomotor development plays a crucial role in children's growth, providing positive influences that encompass various aspects of life. Freedom for students to hone their skills based on their interests and talents can foster creativity, which is a key factor in helping students think creatively and develop creative skills. This study aims to explore the phenomenon in depth in a limited context regarding the implementation of the Bagarakan Tuesday program on students' psychomotor skills and creativity at UPTD SDN 2 Kait-kait without treatment intervention. This study uses a qualitative approach with a case study design. The researcher uses semi-structured interviews, non-participatory observation, and document study as data sources. The research sample consists of 1 program coordinator. The results of data analysis show that psychomotor and creativity development have a positive influence on students at UPTD SDN 2 Kait-kait.

Keywords: Implementation, Program, Development, Psychomotor, Creativity

ABSTRAK

Pengembangan psikomotorik memegang peran krusial dalam pertumbuhan anak, memberikan pengaruh positif yang mencakup berbagai aspek kehidupan serta kebebasan bagi siswa dalam mengasah kemampuan berdasarkan minat dan bakat dapat menciptakan kreativitas yang menjadi faktor utama dalam membantu siswa berpikir kreatif dan mempunyai keterampilan kreatif. penelitian bertujuan menggali fenomena secara mendalam dalam konteks terbatas tentang implementasi program selasa Bagarakan terhadap psikomotorik dan kreativitas siswa di UPTD SDN 2 Kait-kait tanpa intervensi perlakuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Peneliti menggunakan sumber data wawancara semi-terstruktur, observasi non partisipatif serta studi dokumen. Sampel penelitian yaitu 1 koordinator program, hasil analisis data menunjukkan bahwa perkembangan psikomotorik dan kreativitas mengalami pengaruh yang positif terhadap siswa di UPTD SDN 2 Kait-kait.

Kata Kunci: Implementasi, Program, Perkembangan, Psikomotorik, Kreativitas

A. Pendahuluan

Program sekolah adalah serangkaian rencana dan kegiatan yang menghadirkan individu berkembang (Aryanto et al. 2021). Program sekolah memiliki tujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan untuk mengembangkan skill atau potensi siswa secara merata, baik dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik (Prasrihamni et al. 2022). Pengembangan psikomotorik memegang peran krusial dalam pertumbuhan anak, memberikan pengaruh positif yang mencakup berbagai aspek kehidupan. Kemampuan psikomotorik yang terasah, seperti mengendalikan tangan, jari, dan kaki dapat membantu siswa membentuk fondasi esensial untuk menjalani rutinitas harian (Septianingsih, Safitri, and Sujarwo 2023). Pada bagian kreativitas, proses perkembangan kreativitas bisa terbentuk dari berbagai macam kegiatan yang ada di sekolah. Menurut (Susanti et al. 2023) kreativitas adalah aktivitas yang menghadirkan keterampilan berpikir kreatif anak. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk disiapkan keterampilan berpikir kreatif agar dapat menciptakan gagasan-gagasan baru yang bermanfaat (Sesriani 2022).

Penelitian tersebut sejalan dengan fakta yang terjadi di lapangan. sebagian besar siswa menunjukkan antusiasme tinggi dan aktif mengikuti kegiatan tersebut. Antusiasme ini tampak karena siswa merasa memiliki

kebebasan untuk berpartisipasi, sehingga mereka lebih berani mengekspresikan diri. berdasarkan hasil observasi dan wawancara, siswa konsisten berpartisipasi dalam kegiatan ini. partisipasi tersebut tampak jelas pada setiap minggu maupun setiap bulan pelaksanaan program. keterlibatan mereka dalam berbagai bagian kegiatan menunjukkan adanya perubahan positif yang dapat diamati secara langsung oleh guru dan pihak yang terlibat dalam pelaksanaan program. keaktifan siswa terlihat dari cara mereka yang sigap dan berinisiatif untuk tampil lebih dulu menunjukkan bakat di hadapan teman-temannya. saat memimpin sebagai instruktur senam, gerakan yang mantap dan percaya diri menunjukkan kemampuan mereka memandu kelompok

Penelitian terdahulu menjelaskan atas peranan utama dalam perkembangan psikomotorik yaitu kemampuan anak untuk bergerak dan mengontrol tubuh anak dengan baik (Aghnaita 2017). Sejalan dengan pendapat yang sekarang perkembangan psikomotorik dijelaskan sebagai suatu perkembangan dalam mengontrol gerakan tubuh yang dikoordinir dengan system saraf pusat serta otot (Handayani and Rakhmawati 2023). Selain itu, studi penelitian terdahulu pada aspek kreativitas menyatakan bahwa Implementasi program pembinaan minat, bakat, dan kreativitas ini dilakukan melalui tiga

tahap utama: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, dan (3) evaluasi, di mana masing-masing tahap memiliki faktor pendukung dan penghambat keberhasilan program (Wulandari 2018). Pendapat ini selaras dengan studi terkini yang menyoroti pentingnya proses pelaksanaan program yang memberikan kebebasan berekspresi kreatif kepada siswa (Sulastri, Hamengkubuwono, and Dewi 2023). Sementara itu, penelitian ini menjadikan program sekolah sebagai sarana bagi anak-anak untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka melalui kebebasan berekspresi dalam rangka mengembangkan kreativitas siswa.

Penelitian ini memiliki keterbaruan yang berbeda dari penelitian sebelumnya, terutama pada aspek implementasi program di sekolah. Jika pada awalnya program hanya menghadirkan satu jenis kegiatan, kini telah berkembang menjadi beberapa kegiatan. Perkembangan tersebut merupakan hasil inovasi yang dilaksanakan oleh guru pada kegiatan program. Inovasi ini menghadirkan kegiatan yang berbeda dari kegiatan sebelumnya sehingga membuat program semakin variatif dan berkelanjutan. Oleh karena itu, sejalan dengan pendapat Eriyanti et al., (2022) guru yang diharuskan untuk terus berinovasi dalam merancang pembelajaran yang relevan, adaptif, dan bermakna, sehingga hadirilah lingkungan belajar yang kaya pengalaman, menantang, dan mendorong perkembangan optimal peserta didik. Upaya inovatif

guru pada dasarnya menjadi kunci terciptanya atmosfer pendidikan yang memfasilitasi pertumbuhan kemampuan kognitif, sosial, emosional, dan keterampilan abad 21 secara terpadu.

Penelitian ini penting dilakukan karena berpotensi memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan psikomotorik dan kreativitas siswa sekolah dasar. Melalui kegiatan yang memadukan senam dan pengembangan minat bakat, siswa tidak hanya dilatih untuk bergerak secara fisik, tetapi untuk mengekspresikan diri, berkolaborasi, dan berinovasi dalam setiap aktivitasnya. pada aspek psikomotorik, Kegiatan fisik yang menggunakan kemampuan psikomotorik memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan mental anak. Olahraga dan berbagai permainan fisik berfungsi sebagai sarana bagi anak-anak untuk menyalurkan energi, mengurangi stres, serta memperbaiki mood mereka (Wardhani, J. K., & Oktaviani 2024). Selain itu, pada aspek kreativitas, menurut (Darmansyah and Susanti 2024) potensi kreativitas yang ada pada anak harus dimaksimalkan untuk membangun dalam mengembangkan keterampilan dan karakter yang baik pada anak. Sekolah yang sebagai Lembaga pendidikan berfungsi sebagai wadah siswa untuk menggali kreativitas melalui berbagai program yang ada (Abidin 2025). Dengan demikian, program ini memberikan peluang bagi siswa untuk mengasah potensi sesuai

minat & bakat yang mereka miliki (Humaeroh and Dewi 2021).

Penelitian bertujuan untuk menggali lebih dalam implementasi program selasa bagarakan ini terhadap psikomotorik dan kreativitas siswa. Selain itu juga, ini bertujuan agar mengetahui sejauh mana kegiatan senam dan minat bakat yang dikemas dalam program tersebut mampu meningkatkan keterampilan psikomotorik dan kreativitas siswa serta menganalisis dampak, hambatan dan tantangan mengenai program selasa bagarakan ini. dengan demikian, penelitian diharapkan dapat menyajikan penjelasan yang jelas dan rinci mengenai implementasi selasa bagarakan dalam mendukung perkembangan psikomotorik dan kreativitas siswa.

B. Metode Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Menurut (Rahardjo and Gudnanto 2022) Studi kasus adalah bentuk metode untuk mengetahui dan memahami seseorang dalam memakai praktek inklusif dan keseluruhan atau komprehensif. Desain ini dipilih karena penelitian bertujuan menggali fenomena secara mendalam dalam konteks terbatas tentang implementasi program selasa bagarakan terhadap psikomotorik dan kreativitas siswa di UPTD SDN 2 Kait-kait tanpa intervensi perlakuan. Dengan pendekatan

deskriptif kualitatif, peneliti dapat menggambarkan kondisi apa adanya secara rinci.

2. Konteks dan Unit Analisis

Penelitian dilaksanakan di UPTD SDN 2 Kait-Kait, yang pada tahun 2022 mulai mengimplementasikan program Selasa Bagarakan (Batin Raga Gerak Bersamaan) di sekolah tersebut. Lokasi sekolah ini berada di daerah yang cukup jauh dari pusat perkotaan, namun dikenal memiliki berbagai program mingguan yang inovatif dan rutin dilaksanakan secara bergantian setiap harinya dalam satu minggu.

Partisipan penelitian meliputi 1 guru olahraga. Guru olahraga dipilih karena perannya sebagai koordinator utama program Selasa Bagarakan, sehingga memiliki pemahaman mengenai proses perencanaan dan pelaksanaan dari kegiatan tersebut. Selain itu, dalam proses observasi, kepala sekolah, guru, siswa, dan staf sekolah lainnya juga ikut terlibat secara tidak langsung, terutama dalam memberikan gambaran menyeluruh mengenai pelaksanaan program di lapangan.

3. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti memakai jenis pengumpulan data yaitu dengan wawancara semi-terstruktur, menurut (Nietzel, Bernstein, and Milich 1998) Wawancara semi-terstruktur merupakan proses dimana peneliti sudah memiliki

panduan pertanyaan, tetapi fleksibel dalam menyesuaikan urutan pertanyaan berdasarkan alur percakapan. Dalam konteks penelitian, wawancara semi-terstruktur dilakukan terhadap kepala sekolah dan guru olahraga yang memegang peran sebagai koordinator program selama bagarakan. Wawancara ini dilakukan secara langsung (tatap muka) dalam satu kali pertemuan, dengan durasi sekitar 30 menit 20 detik.

Selain itu, peneliti juga menggunakan observasi non-partisipatif. Menurut (Nasarudin et al. 2024) Peneliti yang melakukan observasi non-partisipatif saat ia berfungsi sebagai pengamat yang netral (murni) dan sama sekali tidak ikut serta dalam aktivitas yang menjadi objek pengamatan. Oleh karena itu, peneliti melakukan observasi non-partisipatif untuk mengamati pelaksanaan program Selasa Bagarakan. Peneliti mengamati profil program dan kesesuaiannya dengan indikator yang telah tertulis dalam instrumen penelitian. Observasi dilaksanakan pada hari yang sama dengan kegiatan wawancara dan dilakukan setelah wawancara selesai. Peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap lingkungan sekolah dan kondisi sosial siswa.

Terakhir, peneliti menggunakan studi dokumen sebagai data pendukung untuk

memperkuat hasil wawancara dan observasi. Dokumen yang dikaji berupa arsip berkas program dan berbagai bentuk dokumentasi yang berisi informasi mengenai seluruh kegiatan dan program yang terdapat di sekolah tersebut.

4. Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan teknik analisis data tematik, Peneliti memilih untuk menggunakan teknik analisis data tematik karena analisis ini dapat dijadikan keterampilan inti (core skills) atau pengetahuan dasar yang penting untuk melakukan analisis dalam berbagai penelitian kualitatif (Rozali 2022). Selain itu juga, analisis tematik mudah dipahami karena menyediakan langkah-langkah yang sistematis atau terstruktur.

Analisis data tematik ini dilakukan dengan melaksanakan 4 tahapan (Rozali 2022), pada tahap awal peneliti melakukan pemahaman data dengan membaca ulang transkrip wawancara dan meninjau rekaman observasi untuk memahami konteks pelaksanaan program. Peneliti menandai bagian penting terkait implementasi, tujuan, dampak, tantangan, dan solusi, serta membuat catatan reflektif. Tahap kedua, peneliti melakukan pengkodean (coding) dengan memberi kode pada pernyataan penting agar mudah dikelompokkan. Tahap ketiga, peneliti mengerjakan pencarian

tema dengan mengelompokkan kode menjadi beberapa tema utama: pelaksanaan program, tujuan dan latar belakang, dampak, tantangan dan kendala, serta solusi yang dilakukan sekolah. Terakhir, peneliti dapat menarik simpulan dari analisis data yang menunjukkan bahwa program Selasa Bagarakan berjalan baik, dengan meningkatkan psikomotorik dan kreativitas siswa.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Sejarah Program Selasa Bagarakan

Berdasarkan hasil wawancara dengan koordinator program Selasa Bagarakan (salah satu tim pengembang program), dijelaskan bahwa program ini sebenarnya telah dimulai sejak tahun 2014. Seiring perkembangan zaman yang semakin adaptif, isi kegiatan dalam program tersebut kemudian dikembangkan, dan pada tahun 2022 resmi diberi nama Bagarakan, yang merupakan akronim dari Batin Raga Gerak Bersama.

Awalnya, kegiatan ini dilaksanakan setiap hari Sabtu dengan nama Sabtu Bagarakan. Namun, setelah dilakukan pertimbangan, hari pelaksanaannya diubah menjadi hari Selasa karena pada hari Sabtu terdapat berbagai kegiatan lain yang membatasi pelaksanaan

program. sejak saat itu, Sabtu Bagarakan resmi dialihkan pelaksanaannya ke hari Selasa. Perubahan ini sekaligus menandai lahirnya nama baru, yaitu "Selasa Bagarakan" yang kemudian menjadi identitas resmi program tersebut disekolah, hadirnya program ini setiap minggu sebagai wadah untuk siswa dalam mengembangkan kemampuan psikomotorik dan kreativitasnya serta membantu mereka dalam menyalurkan minat dan bakat siswa.

Tujuan kegiatan ini sejalan dengan upaya meningkatkan beragam keterampilan siswa, meliputi aspek pengetahuan, minat, bakat, sikap, nilai, dan kemampuan praktis, yang dicapai melalui pengembangan bakat dan minat mereka (Sinaga 2021). Psikomotorik pada hakikatnya berkaitan dengan kemampuan siswa dalam melakukan keterampilan nyata melalui aktivitas praktik, misalnya gerak tubuh dalam olahraga, eksperimen, atau praktik seni (Rachmayanie Jamain et al. 2025).

2. Implementasi Program Selasa Bagarakan

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan studi dokumen yang telah dilakukan, implementasi program Selasa Bagarakan dilaksanakan satu kali setiap minggu dan diikuti oleh seluruh siswa, mulai dari kelas rendah hingga kelas tinggi. Pada

Kegiatan penampilan unjuk bakat dilaksanakan pada awal bulan, biasanya pada minggu pertama, kedua, atau ketiga. Namun, dalam praktiknya, kegiatan ini juga dapat dilaksanakan setiap minggu, tergantung pada ketersediaan waktu. Kegiatan ini diadakan setiap pagi Selasa sekitar pukul 07.30, sebelum kegiatan belajar mengajar dimulai. Dalam kegiatan ini, siswa diberi kebebasan penuh untuk menentukan jenis penampilan yang ingin mereka tampilkan mengenai pertunjukan minat bakat. Penampilan yang sering ditampilkan siswa sangat beragam, seperti tari, pembacaan puisi, pantomim, karate, berbalas pantun, hingga pertunjukan budaya seperti kuda lumping oleh siswa. Guru tidak memberikan paksaan kepada siswa dalam menentukan jenis penampilan, melainkan mendorong mereka untuk mengekspresikan kreativitas sesuai minat masing-masing.

Ketertarikan mendalam siswa terhadap program tercermin dari antusiasme luar biasa mereka selama pelaksanaan program. Motivasi ini mendorong mereka untuk mengeksplorasi minat dan bakat, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam mencari pengalaman baru. (Rahman, Tarmizi, and Susanti 2025).



Gambar 1. Kegiatan

Pertunjukan minat bakat

Sejalan dengan pendapat (Ningsih, Nuraini, and Rizkiana 2025) mengasah kreativitas kegiatan ini juga mendorong kerja sama dan solidaritas antarsiswa, karena penampilan dapat dilakukan secara individu, berkelompok, bahkan berkolaborasi lintas kelas. Menurut Fuadah et al., (2024) Proses untuk memahami dan mengevaluasi kreativitas pada siswa melibatkan penilaian sejauh mana mereka mampu menghasilkan ide, pemikiran, atau karya yang baru dan orisinal. Oleh karena itu, Kreativitas dipandang sebagai salah satu bentuk kompetensi yang paling esensial untuk generasi muda di masa yang akan datang, bersanding dengan kemampuan seperti berpikir kritis, kerja sama, dan komunikasi (Alismail 2015).

Selanjutnya, berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dinyatakan bahwa Kegiatan senam pagi dilaksanakan secara rutin setiap minggu. Senam dimulai pada pagi hari sebelum kegiatan belajar mengajar, dan seluruh siswa berpartisipasi aktif.



Gambar 2. Senam
(BaGaRaKan)

Dengan demikian, program ini tidak hanya melatih perkembangan psikomotorik, tetapi juga merangsang kreativitas siswa karena mereka dilibatkan dalam kegiatan yang menuntut eksplorasi gerak, inovasi, serta kemampuan menciptakan variasi aktivitas secara mandiri (Rachmayanie Jamain et al. 2025).

Melalui kegiatan ini, sejalan dengan pendapat Mustaqim et al., (2021) Implementasi senam dalam pendidikan fisik dapat menjadi sarana efektif untuk menghubungkan minat bakat siswa dengan pengembangan psikomotorik dan kreativitas, yang selaras dengan dimensi inovasi seperti tingkah laku inovatif, proses berpikir inovatif, serta aksi inovatif yang telah dibahas sebelumnya. Siswa dengan kemampuan psikomotorik yang baik akan melewati tahapan perkembangan mulai dari imitasi, manipulasi, ketepatan, pengalaman, hingga artikulasi. (Brata, Utomo, and Farhan 2025).

3. Dampak terhadap Psikomotorik dan Kreativitas Siswa

a) Dampak Terhadap Psikomotorik Siswa

Program Selasa Bagarakan berdampak penting dalam meningkatkan kemampuan psikomotorik

siswa. Melalui kegiatan senam pagi yang dilaksanakan setiap minggu, siswa berlatih melakukan berbagai gerakan fisik yang melibatkan koordinasi, kelincahan, kekuatan, dan keseimbangan tubuh.

Oleh karena itu, sejalan dengan pendapat Tauhid & Kanahaya, (2024) aktivitas fisik berdampak untuk kegiatan pendidikan yang ditujukan untuk peningkatan kemampuan psikomotorik dan nilai fungsional siswa, yang meliputi aspek kognitif, afektif, psikomotorik dan sosial. Selain itu, Latihan senam memberikan efek luar biasa pada pertumbuhan fisik seseorang, terutama dengan cara meningkatkan kekuatan yang sangat kuat, kelenturan tubuh, kemampuan koordinasi gerakan, postur yang baik, serta pemahaman mendalam tentang sensasi gerak (Nuryanto and Resita 2019)

Perkembangan psikomotorik juga berdampak untuk memperbaiki keterampilan gerak dan manfaat praktis bagi peserta didik, yang meliputi aspek intelektual, emosional, gerak jasmani, serta interaksi sosial. Latihan senam memberikan efek luar biasa pada pertumbuhan fisik seseorang, terutama dengan cara meningkatkan kekuatan yang sangat kuat, kelenturan tubuh, kemampuan koordinasi gerakan, postur yang baik,

serta pemahaman mendalam tentang sensasi gerak (Kanhaya et al. 2024). aktivitas gerak juga mengandung unsur pemahaman dan kreativitas. Gerak tubuhnya (psikomotor) berkembang karena siswa belajar merencanakan, mengimprovisasi, meniru, memodifikasi gerakan di situ aspek kognitif bekerja. ketika siswa mulai percaya diri, berinisiatif, bekerja sama, merasa senang, dan berani menampilkan gerakannya itulah domain afektif ikut terbentuk (Huda, Sari, and Makaria 2024)

b) Dampak Terhadap Kreativitas Siswa

Kegiatan penampilan unjuk bakat dalam program Selasa Bagarakan berdampak pada siswa untuk mengekspresikan ide dan kemampuan kreatif mereka. kebebasan siswa dalam memilih dan menampilkan karya mendorong siswa untuk berani berimajinasi, bereksperimen, dan mengembangkan keunikan diri tanpa tekanan. Selain itu, kegiatan ini dapat menumbuhkan kemampuan kolaboratif antar siswa. dalam beberapa kesempatan, penampilan dilakukan secara berkelompok bahkan lintas kelas.

Sejalan dengan pendapat (Zubaidah et al. 2024). pengembangan minat dan bakat anak adalah

elemen yang penting dalam dunia pendidikan yang bertujuan untuk mendukung anak-anak tumbuh secara menyeluruh. Hal ini sejalan dengan pendapat Pratama et al., (2025) dengan lingkungan pendidikan yang ramah anak tentunya memiliki dampak besar pada kemampuan peserta didik untuk terus berinovasi, sehingga membentuk perilaku yang mendorong mereka untuk mencoba hal baru dan memperkaya kreativitas berdasarkan potensi serta kecenderungan pribadi.

Menurut M. M. Rahman & Agusta, (2023) siswa yang memiliki kreativitas biasanya berdampak untuk menunjukkan kemampuan untuk menghasilkan banyak ide dalam berbagai bentuk, baik melalui kata, gambar, maupun tindakan. Mereka mampu memunculkan gagasan-gagasan yang tidak biasa atau memiliki keunikan tersendiri, sehingga berbeda dari pemikiran umum.

4. Tantangan dan Hambatan

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan koordinator program Selasa Bagarakan mengenai tantangan dan hambatan. Tantangan yang sering dihadapi oleh guru dan siswa dalam melaksanakan program ini yaitu kondisi cuaca yang tidak menentu. karena kegiatan dilaksanakan di area terbuka seperti lapangan sekolah, perubahan cuaca sering kali

memengaruhi kelancaran kegiatan. Pada musim kemarau, suhu yang terlalu panas membuat siswa cepat merasa lelah dan kurang bersemangat dalam mengikuti aktivitas. Sementara pada musim hujan, lapangan menjadi licin dan becek sehingga kegiatan harus ditunda atau dipindahkan. Kondisi ini menuntut pihak sekolah untuk lebih fleksibel dalam penjadwalan kegiatan dan mencari alternatif tempat pelaksanaan agar program tetap dapat berjalan dengan baik. Selain itu, tantangan selanjutnya mengenai keterbatasan waktu juga menjadi tantangan tersendiri. Dikarenakan kegiatan Selasa Bagarakan dilaksanakan sebelum jam pelajaran dimulai dan biasanya dibatasi hingga pukul 08.00. Akibatnya, waktu untuk kegiatan penampilan ujung bakat menjadi sangat terbatas.

Mengenai hambatan yang dapat mempengaruhi efektivitas pelaksanaan program tersebut salah satu hambatannya yaitu rendahnya antusiasme sebagian siswa dalam mengikuti kegiatan, terutama pada saat senam pagi. beberapa siswa terlihat kurang bersemangat bahkan enggan berpartisipasi dalam kegiatan ini. kondisi ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya minat terhadap kegiatan fisik, kelelahan, atau belum tumbuhnya kesadaran akan pentingnya menjaga kebugaran jasmani.

Oleh karena itu, Ketika seseorang merasa antusias, maka mereka akan menunjukkan ketertarikan yang besar yang

dapat diamati melalui ekspresi wajah yang ceria, postur tubuh yang tegak, dan perhatian yang terfokus pada materi pembelajaran (Behera et al. 2020). Siswa yang memiliki antusiasme tinggi akan menunjukkan respons, perhatian, dan kesadaran yang baik. Sebaliknya, kurangnya partisipasi akan menghambat tercapainya tujuan program, sebab tanpa keterlibatan aktif, pengembangan psikomotorik dan kreativitas tidak dapat berjalan optimal (Izard 2013). Dalam konteks pendidikan, kreativitas siswa umumnya terwujud melalui kemampuan mereka menghasilkan ide-ide baru, mengembangkan konsep yang unik, serta menemukan solusi inovatif untuk berbagai permasalahan yang dihadapi (Majidah et al. 2024).

5. Solusi

Beberapa uraian mengenai tantangan dan hambatan diatas, dapat atasi dengan guru dapat mengganti kegiatan luar ruangan dengan aktivitas dalam ruangan yang tetap bersifat psikomotorik, seperti senam ringan di kelas atau permainan edukatif yang melibatkan gerak tubuh. langkah ini dilakukan agar semangat siswa dalam berpartisipasi tetap terjaga meskipun kondisi lingkungan kurang mendukung. selain itu, terkait dengan kendala keterbatasan waktu pelaksanaan, pihak sekolah mampu mengelola jadwal dengan lebih fleksibel. koordinator program bisa membuat daftar giliran penampilan agar seluruh siswa

memperoleh kesempatan tampil secara adil.

Hambatan kurang antusias siswa, dapat diatasi dengan cara koordinator program dan para guru melakukan berbagai pendekatan pembinaan dan pendampingan terhadap siswa yang terlihat kurang bersemangat. Hal ini didampingi secara lebih personal untuk memahami penyebabnya apakah karena kurang percaya diri, tidak memahami manfaat kegiatan, atau sekadar merasa bosan dengan rutinitas yang sama. Guru wali juga bisa memberikan pembinaan dengan menjelaskan pentingnya kegiatan tersebut bagi kesehatan, kedisiplinan, dan pengembangan bakat siswa.

Mengenai siswa yang belum sempat tampil, guru menjadwalkan ulang pada minggu berikutnya. Selain itu, waktu pelaksanaan kegiatan juga diatur agar tidak mengganggu jam belajar. Karena dengan mengelola penjadwalan secara fleksibel juga dapat meningkatkan produktivitas (Hill et al. 2010). Pendekatan ini diharapkan mampu menumbuhkan motivasi intrinsik di diri siswa tersebut, motivasi instrinsik mengarah pada dorongan dari dalam diri seseorang, seperti rasa kepuasan pribadi, ketertarikan, dan minat untuk belajar demi pemahaman yang mendalam dan lebih baik (Rismayanti et al. 2023). Selasa Bagarakan bukan hanya wadah kebebasan bergerak, tetapi ruang yang penuh batasan produktif. di mana kegiatan terstruktur justru

membuka peluang terciptanya ide, solusi, dan ekspresi fisik yang baru, sehingga kreativitas siswa tumbuh melalui tantangan, bukan hanya kebebasan (Tromp and Sternberg 2024).

D. Kesimpulan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa Program Selasa Bagarakan berkontribusi besar dalam meningkatkan kemampuan psikomotorik dan kreativitas anak-anak sekolah dasar. Kegiatan senam yang dilakukan secara teratur, ditambah dengan pertunjukkan minat & bakat yang memberikan kesempatan luas untuk siswa berekspresi bebas, mendorong siswa mengkoordinasikan gerakan tubuh, melatih kelincahan, membina kepercayaan diri, serta mengembangkan daya pikir kreatif. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan non formal disekolah juga berperan besar pada perkembangan anak. dengan demikian, penelitian ini memperluas cara pandang bahwa pendidikan yang menyenangkan dan aktif berpusat pada guru yang dapat membentuk perkembangan anak secara menyeluruh.

Secara teoretis, penelitian ini menegaskan bahwa kegiatan fisik dan pertunjukkan minat dan bakat berperan sebagai jembatan antara gerakan tubuh, kepercayaan diri, serta kemampuan berpikir kreatif, menunjukkan bahwa kreativitas berkembang tidak hanya melalui stimulasi intelektual mereka saja, tetapi juga pengalaman langsung untuk siswa dapat melibatkan keberanian, koordinasi, dan

eksplorasi ide langsung di depan teman-teman mereka. Secara praktis, penelitian ini mendorong sekolah untuk menerapkan program mingguan yang memberi ruang bagi siswa untuk bergerak, mengekspresikan diri, menunjukkan minat dan bakat mereka. dengan guru yang berperan sebagai fasilitator yang dapat memberikan dukungan emosional tanpa paksaan, memastikan setiap siswa mendapat kesempatan tampil untuk meningkatkan motivasi intrinsik, serta memperbaiki manajemen waktu, menyediakan alternatif lokasi atau kegiatan saat cuaca buruk, dan menerapkan pendekatan motivasi bagi siswa kurang antusias, guna mengoptimalkan peningkatan psikomotorik dan kreativitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Rizki Fajar. 2025. "Peran Guru Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Mengembangkan Kecerdasan Moral Siswa." *Jurnal Kultur Demokrasi*.
- Aghnaita, Aghnaita. 2017. "Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud No. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak)." *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak* 3(2):219–34.
<https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Alismail, Halah. 2015. "21st Century Standards and Curriculum: Current Research and Practice." *Journal of Education and Practice*.
- Aryanto, Herdi, Meyla Dewi Azizah, Vicky Annisa Nuraini, and Ledy Sagita. 2021. "Inovasi Tujuan Pendidikan Di Indonesia." *JIRA: Jurnal Inovasi Dan Riset Akademik* 2(10):1430–40.
<https://doi.org/10.47387/jira.v2i10.231>
- Behera, Ardhendu, Peter Matthew, Alexander Keidel, Peter Vangorp, Hui Fang, and Susan Canning. 2020. "Associating Facial Expressions and Upper-Body Gestures with Learning Tasks for Enhancing Intelligent Tutoring Systems." *International Journal of Artificial Intelligence in Education* 30(2):236–70.
<https://doi.org/10.1007/s40593-020-00195-2>
- Brata, Diah Puji Nali, Edy Setiyo Utomo, and Ahmad Farhan. 2025. "Teachers' Pedagogical Competence in Psychomotor Assessment to Improve Collaborative, Creative, Communication, Critical Thinking (4C) of Junior High School Students." *KnE Social Sciences* 10(9):100–115.
<https://doi.org/10.18502/kss.v10i9.18472>
- Darmansyah, Ady, and Atika Susanti. 2024. "Pelaksanaan Profil Pelajar Pancasila Dimensi Beriman Bertakwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa Dan Berakhlak Mulia Di SDIT Hidayatullah Kota Bengkulu." *JPK (Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan)* 9(1):66–76.
<https://doi.org/10.24269/jpk.v9i1.7782>
- Eriyanti, Ribut Wahyu, Yus Mochamad Cholily, and Masduki Masduki. 2022. "Meningkatkan Kreativitas Guru Dalam Inovasi Pembelajaran Berbasis Hots Untuk Mengembangkan Berpikir Kritis Dan Kreatif Siswa." *To*

- Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(3):416–28.
<https://doi.org/10.35914/tomaega.v5i3.1176>
- Fuadah, Siti, Ahmad Suriansyah, Arta Mulya Budi Harsono, Yogi Prihandoko, and Ari Hidayat. 2024. “Analisis Peran Keluarga Terhadap Kreativitas Siswa.” *Journal Educational Research and Development* E-ISSN: 3063-9158 1(2):185–90.
<https://doi.org/10.62379/jerd.v1i2.127>
- Handayani, Arri, and Dini Rakhmawati. 2023. “PERKEMBANGAN PSIKOMOTORIK PADA ANAK USIA DINI.” *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* 9(5):4331–42.
<https://doi.org/10.36989/didaktik.v9i2.1087>
- Hill, E. J., J. J. Erickson, E. K. Holmes, and M. Ferris. 2010. “Workplace Flexibility, Work Hours, and Work-Life Conflict: Finding an Extra Day or Two.” *Journal of Family Psychology* 24(3):349. doi: 10.1037/a0019282.
<https://doi.org/10.1037/a0019282>
- Huda, Nurul, Nina Permata Sari, and Eklys Cheseda Makaria. 2024. “Perkembangan Kemampuan Bernalar Kritis Berdasarkan Teori Kognitif Agar Terwujudnya Profil Pelajar Pancasila.” *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling* 6(4).
<https://doi.org/10.20527/jpbk.2023.6.4.11589>
- Humaeroh, Siti, and Dinie Anggraeni Dewi. 2021. “Peran Pendidikan Kewarganegaraan Di Era Globalisasi Dalam Pembentukan Karakter Siswa.” *Journal on Education* 3(3):216–22.
<https://doi.org/10.31004/joe.v3i3.381>
- Izard, Carroll E. 2013. *Human Emotions*. Springer Science & Business Media.
- Kanahaya, Deswita, Haya Khaerunisa, Indah Nurul Hakiki, Nabillah Mujahadah Iskandar, and Teguh Prasetyo. 2024. “Menyelaraskan Tubuh Dan Pikiran: Manfaat Kognitif Memasukkan Senam Ke Dalam Pendidikan Jasmani.” *Karimah Tauhid* 3(3):3669–84. doi: 10.30997/karimahtauhid.v3i3.12644.
<https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i3.12644>
- Majidah, Nurul, Akhmad Maulana, Dea Nooraida, Rahma Yanti, Sri Mulyani, Arini Rusda, Tya Yuniar, Diani Ayu Pratiwi, and Aslamiah Aslamiah. 2024. “Implementasi Kurikulum Merdeka Terhadap Keterampilan Berpikir Kreatif Siswa Di SDN Alalak Tengah 2.” *Maras: Jurnal Penelitian Multidisiplin* 2(3):1226–35.
<https://doi.org/10.60126/maras.v2i3.353>
- Mustaqim, M. Anshar, M. Fajar Almarzuqi, and Annas Ribab Sibilana. 2021. “Education in Psychomotoric Aspect and Creative Development.” Pp. 636–45 in *International Conference on Engineering, Technology and Social Science (ICONETOS 2020)*. Atlantis Press.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.210421.093>
- Nasarudin, N., M. Rahayu, D. P. Asyari, A. Sofyan, M. Fadli, K. K. Hari, B. M. Nehe, L. O. M. R. A. U. Manarfa, Y. Yelfiza, and E. Mulyati. 2024. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. CV.

- Gita Lentera.
<https://books.google.co.id/books?id=rFErEQAAQBAJ>
- Nietzel, M. T., D. A. Bernstein, and R. Milich. 1998. *Introduction to Clinical Psychology*. Prentice Hall.
- Ningsih, Ema Trya, Nuraini Nuraini, and Afitria Rizkiana. 2025. "PENERAPAN PROGRAM UNJUK BAKAT UNTUK MENINGKATKAN SELF CONFIDENCE SISWA DI SD NEGERI 1 SINGOSAREN." *DIDAKTIKA TAUHIDI: JURNAL PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR* 12(1):59–71.
- Nuryanto, Ahmad, and Citra Resita. 2019. "Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Loncat Kangkang Pada Siswa Kelas X MA Negeri 2 Karawang." *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)* 2(1):1–8.
<https://doi.org/10.35706/speed.v2i1.2219>
- Prasrihamni, Mega, Arita Marini, Maratun Nafiah, and Nora Surmilasari. 2022. "Inovasi Pendidikan Jenjang Sekolah Dasar Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Di Era Digital." *JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar)* 5(1):82–88.
- Pratama, Galih Rachmad, Siti Aminah, Amira Wahyu Utami, Shelma Devanatasha, and Kaniati Amalia. 2025. "Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Dan Kreativitas Siswa Di SMP Negeri 20 Surabaya." *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial* 3(4):290–97.
<https://doi.org/10.58540/jipsi.v3i4.687>
- Rachmayanie Jamain, Ririanti, Indrawati, Tri, Sugiarti, Fitriani, Halida, Faradillah; Rusliana, Ayu Aprilia; Pangestu Putri, Dias Khairina; Sabila, Nurul Jamiah; Sidiq, Andi Nur Maharani; Islami, Delvhina; Manga, and Siska Perdina. 2025. *TEORI DAN PRAKTEK PENDIDIKAN ANAK USIA DINI*. edited by W. Yuliani. Kota Padang, Indonesia: Literasi Langsung Terbit.
- Rahardjo, Susilo, and S. Pd Gudnanto. 2022. *Pemahaman Individu Teknik Nontes*. Prenada Media.
- Rahman, Afar Azis, Pebrian Tarmizi, and Atika Susanti. 2025. "IMPLEMENTASI PROGRAM PEMIKAT J'TU (PENTAS MINAT BAKAT JUM'AT SABTU) DALAM PENGEMBANGAN KREATIVITAS SISWA DI SDN 44 KOTA BENGKULU." *Civic Society Research and Education: Jurnal Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan* 6(1):26–43.
<https://doi.org/10.57094/jpkn.v6i1.2583>
- Rahman, Muhammad Maulidi, and Akhmad Riandy Agusta. 2023. "Meningkatkan Motivasi Dan Kreativitas Siswa Menggunakan Model Pandora Pada Kelas IV Di SDN Puntik Dalam." *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling* 1(3):915–28.
- Rismayanti, Rena, Muhammad Aththar Rayhan, Q. K. El Adzim, and Lu'lu Alikadhiya Fatihah. 2023. "Pengaruh Motivasi Instrinsik Dan Motivasi Ekstrinsik Terhadap Proses Pembelajaran Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia." *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi* 2(2):251–61.
<https://doi.org/10.47233/jpst.v2i2.742>
- Rozali, Yuli Asmi. 2022.

- PENGGUNAAN ANALISIS KONTEN DAN ANALISIS TEMATIK. Vol. 19.
- Septianingsih, R., D. Safitri, and S. Sujarwo. 2023. "Cendikia Pendidikan." *Cendekia Pendidikan* 1(1):1–13. doi: 10.9644/scp.v1i1.332. <https://doi.org/10.9644/scp.v1i1.332>
- Sesriani, Yenita. 2022. "The Effect of Models Creative Problem Solving and Problem Based Learning to Improvability Problem Solving Students." *JMEA: Journal of Mathematics Education and Application* 1(1):54–65.
- Sinaga, Siti Charunnisa. 2021. "Analisis Manajemen Pengembangan Minat Dan Bakat Masuk Perguruan Tinggi Favorit (Studi Kasus SMA Tamansiswa Pematangsiantar)." *MUKADIMAH: Jurnal Pendidikan, Sejarah, Dan Ilmu-Ilmu Sosial* 5(2):276–84. <https://doi.org/10.30743/mkd.v5i2.4305>
- Sulastri, Sulastri, Hamengkubuwono Hamengkubuwono, and Jauhari Kumara Dewi. 2023. "Implementasi Program PS2I (Pentad Seni Siswa Islami) Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Di SDIT Radhiyya 01 Sidorejo Curup."
- Susanti, Atika, Ady Darmansyah, Deahayu Ning Tyas, Rahmat Hidayat, Devia Okta Syahputri, Siti Wulandari, and Annisa Rahmasari. 2023. "The Implementation of Project for Strengthening the Profile of Pancasila Students in the Independent Curriculum for Elementary School Students." *IJECA (International Journal of Education and Curriculum Application)* 6(2):113–22. <https://doi.org/10.31764/ijeca.v6i2.15474>
- Tauhid, Karimah, and ; | Kanahaya. 2024. *Menyelaraskan Tubuh Dan Pikiran: Manfaat Kognitif Memasukkan Senam Ke Dalam Pendidikan Jasmani*. Vol. 3. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i3.12644>
- Tromp, Catrinel, and Robert J. Sternberg. 2024. "How Constraints Impact Creativity: An Interaction Paradigm." *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts* 18(6):948. <https://doi.org/10.1037/aca0000493>
- Wardhani, J. K., & Oktaviani, D. 2024. "Analisis Psikomotorik Melalui Ekstrakurikuler Menari." *Tambuleng* 5(1)(20):91–96. <https://doi.org/10.37304/jt.v5i1.13405>
- Wulandari, Cahyati. 2018. "Implementasi Program Pembinaan Minat, Bakat, Dan Kreativitas Siswa Di SLB Negeri 1 Bantul." *Spektrum Analisis Kebijakan Pendidikan* 7(3):273–86.
- Zubaidah, Zubaidah, Zidan Alhamdika, Yodian Setiawati, and Randy Aryanto. 2024. "Pentingnya Pengembangan Minat Dan Bakat Anak Dalam Pendidikan." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4(3):16218–24.