INOVA: Journal of Innovation and Community Development
Volume 1 Nomor 1, Januari 2026, pp. 52-60
Website: https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/inova

Implementasi Kegiatan *Outbound* Melalui Permainan Tradisional dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Usia Dini di TPA Islam Terpadu Abyla

Asyla Dwi Rahayu[1], Ana Mujaitun[2], Dwika Putri Rahmadani[3], Namira Bambang[4], Israyanti[5], Nurul Anisa[6], Nurafinilah Januari[7]
Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Indonesia[1234567]
Email: asyiladwirahayu@gmail.com[1], anamujaitun18@gmai.com[2], dwikaputrir@gmail.com[3], namirabambang01@gmail.com[4], israyanti986@gmail.com[5], nurulanisa71496@gmail.com[6], nurafdinilla@gmail.com[7]

Corresponding author: asyiladwirahayu@gmail.com

Abstract:
Outbound activities based on traditional games are a form of physical stimulation that contributes to children's motor development. This community service program was designed to implement and evaluate the effectiveness of outbound activities that integrate traditional games in improving the motor skills of children at TPA Islam Terpadu Abyla. The participants consisted of 10 children aged 5–6 years who were selected using purposive sampling.The program was conducted over three days and involved various traditional games, including lompat jengkal, ular naga, engklek, congklak, and polisi-polisi. Data were collected through an observation instrument of motor development administered in the form of pre-tests and posttests, using developmental categories of BB (Not Yet Developed), MB (Beginning to Develop), BSH (Developing as Expected), and BSB (Very Well Developed). The results showed an increase in the average motor skill score from 2.42 in the pre-test to 3.53 in the post-test, with all participants demonstrating progress in their developmental categories. These findings indicate that outbound activities utilizing traditional games are effective in stimulating both gross and fine motor skills, while also fostering active participation, cooperation, and selfconfidence among children. Therefore, outbound activities based on traditional games can be effectively applied as an experiential learning approach in early childhood education..

Keywords: *outbound activities, traditional games, motor development, early childhood, Abyla Integrated Islamic Day School*

PENDAHULUAN

Perkembangan keterampilan gerakan pada anak-anak di usia awal sangat krusial untuk membangun kemampuan fisik, kemandirian, dan rasa percaya diri mereka saat melakukan berbagai aktivitas. Namun, banyak penelitian yang menunjukkan bahwa minimnya rangsangan untuk aktivitas fisik yang tepat di sekolah menyebabkan hambatan yang berarti dalam pertumbuhan motorik kasar anak. Di TK, banyak waktu dihabiskan untuk duduk, menulis, dan menghafal, sehingga anak-anak tidak memiliki banyak waktu untuk bergerak aktif. Anak-anak kurang terlatih dalam keterampilan dasar seperti berlari, melompat, menyeimbangkan tubuh, dan mengatur gerakan anggota badan karena situasi ini. Kemampuan motorik kasar anak yang jarang berolahraga cenderung buruk (Ramdani & Azizah, 2020). Sebagian besar anak tidak menerima stimulasi motorik yang cukup karena terbatasnya ketersediaan aktivitas berbasis gerakan di sekolah.

Kondisi ini menimbulkan tantangan khusus pada lembaga pendidikan anak. Dengan demikian, kegiatan pembelajaran butuh dirancang secara efektif dan kreatif.

Kendala dalam perkembangan keterampilan motorik pada tahap awal kehidupan, jika tidak segera diatasi, dapat memberikan pengaruh buruk pada aspek perkembangan yang lain, termasuk pertumbuhan sosial-emosional dan kognitif. Anak dengan kemampuan motorik rendah cenderung kurang percaya diri dan pasif dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Selain itu, keterlambatan motorik dapat mempengaruhi kesiapan anak dalam mengikuti pembelajaran pada jenjang selanjutnya. Nurwahidah et al., (2021) menjelaskan bahwa perkembangan motorik yang baik menjadi dasar bagi anak untuk mengeksplorasi lingkungan dan memperoleh pengalaman belajar secara langsung. Kondisi ini menegaskan pentingnya stimulasi motorik sejak usia dini. Stimulasi harus diberikan lewat aktivitas yang menarik dan sesuai dengan sifat anak. Pendekatan pembelajaran berbasis bermain menjadi salah satu alternatif yang relevan. Oleh sebab itu, lembaga pendidikan perlu memperhatikan kebutuhan gerak anak dalam proses pembelajaran.

Banyak penelitian menunjukkan bahwa *Outbound* yang menggunakan permainan tradisional berfungsi sebagai stimulasi harus diberikan lewat aktivitas dengan menarik dan sesuai pada sifat anak. *Outbound* menyediakan peluang bagi anak sehingga terlibat langsung pada aktivitas fisik melalui berbagai tantangan sehingga menghibur serta edukatif. Izzah, (2025) mengungkapkan bahwa permainan kuno memiliki dampak positif pada perkembangan motorik anak yang berusia antara 5 sampai 6 tahun. Penelitian oleh (Mardiana et al., 2025) mencatat bahwa permainan tradisional membantu meningkatkan koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot pada anak-anak. Aktivitas fisik yang dilakukan secara langsung membantu anak mengembangkan kemampuan motorik secara optimal. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *outbound* berbasis permainan tradisional relevan diterapkan di lingkungan TK. Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi alternatif pembelajaran berbasis pengalaman.

Kegiatan *outbound* merupakan aktivitas pembelajaran di luar ruangan yang dirancang untuk melatih keterampilan fisik, sosial, dan emosional dengan cara mengalami secara langsung. Dalam pendidikan anak usia dini, *outbound* dikemas dalam bentuk permainan yang aman dan menyenangkan. Permainan tradisional menjadi bagian penting dalam kegiatan *outbound* karena melibatkan unsur gerak dan nilai kebersamaan (Afif, 2022). Permainan seperti lompat tali, engklek, dan bentengan melatih koordinasi dan keseimbangan tubuh anak. Fadila, (2022) menyatakan bahwa mini *outbound* yang disesuaikan dengan usia anak dapat meningkatkan keterlibatan aktif dalam pembelajaran. Selain itu, permainan tradisional mudah diterapkan dan tidak memerlukan peralatan yang canggih. Oleh

karena itu, kegiatan *outbound* yang menggabungkan permainan tradisional merupakan pendekatan pembelajaran yang efektif pada anak usia dini.

Keterampilan fisik pada anak usia dini mengacu pada kemampuan mereka dalam mengendalikan gerakan tubuh melalui kerja sama antara sistem saraf dan fungsi otot. Kemampuan motorik besar meliputi gerakan mendasar seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan postur. Perkembangan motorik dibentuk oleh berbagai faktor antara lain pertumbuhan fisik, kondisi lingkungan, dan kualitas rangsangan yang diterima. Menurut Motimona & Maryatun, (2023) aktivitas fisik terstruktur sebagai bentuk stimulasi terbukti berhasil dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Pendekatan metode pembelajaran yang melibatkan anak secara aktif dalam bergerak berperan penting dalam menunjang perkembangan motorik. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* yang berorientasi pada permainan tradisional menjadi salah satu pendekatan yang membantu dalam mempercepat perkembangan motorik kasar bagi anak-anak yang masih dalam tahap dini.

Hubungan antara *outbound* dengan kegiatan permainan tradisional dan keterampilan motorik anak dapat dijelaskan oleh sifat repetitif dari gerakan fisik yang terlibat. Aktivitas luar ruangan ini memotivasi anak-anak untuk terlibat dalam gerakan aktif dan meningkatkan koordinasi tubuh dalam lingkungan belajar yang menyenangkan. Permainan tradisional menuntut penggunaan anggota tubuh secara seimbang. Latama et al., (2025) menyatakan bahwa permainan lompat tali efektif dalam menstimulasi kekuatan otot dan kelincahan anak usia dini. Aktivitas tersebut membantu dalam perkembangan motorik kasar dengan baik. Namun demikian, kegiatan *outbound* berbasis permainan tradisional relevan diterapkan sebagai bagian dari pembelajaran berbasis pengalaman di TPA.

Berdasarkan uraian tersebut, maka program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan pendekatan pembelajaran pengabdian di TPA Islam Terpadu Abyla. Program ini dimaksudkan dalam peningkatan kualitas belajar anak dengan kegiatan berbasis gerakan dan bermain. Secara khusus pengabdian ini berupaya mengkaji pelaksanaan kegiatan *outbound* melalui permainan tradisional dalam menunjang perkembangan motorik anak. Semua kegiatan dirancang sesuai dengan sifat dan fase pertumbuhan anak. Dengan penggunaan bermain kegiatan tradisional, diharapkan anak dapat merasakan pembelajaran, menyenangkan dan bermakna. Selain itu, program ini menawarkan strategi pengajaran alternatif bagi guru. Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi anak, pendidik, dan institusi

METODE

Metode pengabdian yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu *service learning*. Subjek pengabdian berjumlah 10 orang anak perempuan yang ditentukan melalui

teknik *purposive sampling*. Adapun kriteria pemilihan subjek meliputi: (a) anak berusia 5–6 tahun; (b) menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi sebagai subjek pengabdian; (c) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian secara konsisten; (d) memiliki kemampuan merespons dengan baik; serta (e) mampu bekerja sama dalam pelaksanaan intervensi yang diberikan. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di TPA Islam Terpadu Abyla yang beralamat di Jalan Masjid Nurul Qamar, Paccinongang, Kecamatan Somba Opu, Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan.

Pelaksanaan kegiatan *outbound* dilakukan melalui beberapa permainan fisik dengan menggunakan metode bermain aktif, di mana anak terlibat secara langsung dalam berbagai permainan tradisional yang bertujuan dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar dengan motorik halus. Pada 17 Desember 2025, kegiatan *outbound* berupa permainan lompat jengkal dan ular naga. Pada 18 Desember 2025, kegiatan *outbound* berupa permainan engklek serta permainan congklak. Selanjutnya, pada 19 Desember 2025, kegiatan *outbound* berupa permainan polisi-polisi. Seluruh permainan dirancang untuk melatih Kemampuan melompat dengan satu kaki dan menjaga keseimbangan tubuh, Kemampuan memindahkan biji congklak menggunakan jari secara tepat dan terkoordinasi, Kemampuan menepuk tangan secara ritmis sambil menyebutkan nama benda/kata, Kemampuan melompat sesuai jarak jengkal dengan koordinasi dan keseimbangan, dan kemampuan menjaga keseimbangan tubuh saat bergerak berkelompok. Untuk memandu proses pengamatan, digunakan instrumen observasi kemampuan motorik anak.

Selama proses observasi, peneliti melakukan pengisian lembar observasi aktivitas dengan menandai *checklist* (√) pada tabel yang telah disediakan. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kriteria perkembangan: Belum Berkembang (BB), Mulai Berkembang (MB), Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan Berkembang Sangat Baik (BSB). Instrumen untuk pengamatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ditampilkan dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Observasi

No	Indikator	Capaian yang Diamati
1	Kemampuan melompat dengan satu kaki dan menjaga keseimbangan tubuh	a. Anak mampu melompat dengan satu kaki secara mandiri b. Anak mampu menjaga keseimbangan tubuh setelah melompat
2	Kemampuan memindahkan biji congklak menggunakan jari secara tepat dan terkoordinasi	a. Anak mampu mengambil dan memindahkan biji congklak menggunakan jari dengan tepat b. Anak mampu mengkoordinasikan gerakan jari dan tangan saat memindahkan biji congklak

No	Indikator	Capaian yang Diamati
3	Kemampuan menepuk tangan secara ritmis sambil menyebutkan nama benda/kata	a. Anak mampu menepuk tangan mengikuti irama secara teratur b. Anak mampu menyebutkan nama buah/kota/negara/benda dengan benar saat melakukan tepukan
4	Kemampuan melompat sesuai jarak jengkal dengan koordinasi dan keseimbangan	a. Anak mampu melompat sesuai jarak jengkal yang ditentukan b. Anak mampu menjaga koordinasi kaki dan keseimbangan tubuh saat melompat
5	Kemampuan menjaga keseimbangan tubuh saat bergerak berkelompok	a. Anak mampu menjaga keseimbangan tubuh saat berjalan berpegangan dengan teman b. Anak mampu mempertahankan posisi tubuhnya tanpa terjatuh saat bergerak Bersama kelompok

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan *service learning* menunjukkan dampak yang positif. Data hasil observasi kemampuan motorik anak sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan *outbound* melalui permainan tradisional disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Rata-Rata Skor Kemampuan Motorik Anak Sebelum dan Sesudah Perlakuan

No	Inisial Anak	*Pre-test*		*Post-test*	
		Nilai	Kategori	Nilai	Kategori
1.	AM	2,7	MB	3,9	BSH
2.	AKAI	2,5	MB	3,6	BSH
3.	AH	2,4	MB	3,4	BSH
4.	SM	2,1	MB	3,5	BSH
5.	SHA	2,2	MB	3,4	BSH
6.	AS	2,6	MB	3,6	BSH
7.	NAN	2,6	MB	3,6	BSH
8.	FAS	2,4	MB	3,4	BSH

No	Inisial Anak	*Pre-test*		*Post-test*	
		Nilai	**Kategori**	**Nilai**	**Kategori**
9.	AO	2,2	MB	3,2	BSH
	Rata-rata	**2,42**		**3,53**	

Sumber: Data Pelaksanaan Pengabdian 2026

Berdasarkan perbandingan antara hasil *Pre-test* dan *Post-test*, semua anak yang berpartisipasi dalam kegiatan *outbound* menunjukkan peningkatan yang baik dalam skor keterampilan motorik maupun kategori perkembangannya, dan tidak ada penurunan yang diamati pada setiap anak. Secara keseluruhan, nilai rata-rata kemampuan motorik anak meningkat dari 2,42 pada saat *Pre-test* menjadi 3,53 pada saat *Post-test*, yang menunjukkan peningkatan sebesar 1,11 poin. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan *outbond* melalui permainan tradisional memberikan efek positif terhadap peningkatan kemampuan motorik anak. Temuan tersebut sejalan dengan teori mengenai perkembangan motorik anak usia dini yang menyatakan bahwa perkembangan motorik anak yang optimal dicapai ketika anak menerima stimulasi yang cukup melalui permainan aktif dan pengalaman langsung yang melibatkan koordinasi antara sistem saraf, koordinasi otot, dan kognitif anak (Reswari et al., 2022). Selain itu, *Hurlock* menekankan bahwa perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh pematangan sistem saraf dan latihan terus menerus melalui aktivitas bermain (Sandat & Luh Made Dwi Wedayanthi, 2024).

Tingginya tingkat pencapaian perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh karakteristik permainan tradisional yang diterapkan dalam kegiatan *outbound,* seperti engklek, ular naga, polisi-polisi, congklak, dan lompat jengkal. Berbagai permainan tersebut melibatkan aktivitas fisik yang menuntut koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, serta integrasi antara keterampilan motorik kasar dan

motorik halus. Melalui keterlibatan anak sehingga dalam kegiatan bergerak, melompat, berlari, dan melakukan gerakan yang terarah, stimulasi motorik dapat berlangsung secara optimal dan menyeluruh. Temuan ini sejalan dengan pandangan Budiaman & Rohmalina, (2025) yang menyatakan bahwa kegiatan bermain tradisional tidak hanya efektif sehingga dapat menstimulasi perkembangan fisik motorik pada anak, tetapi juga berperan dalam melatih kemampuan sosial melalui aktivitas bermain yang bersifat menyenangkan.

Selain itu, *outbound* memberi kesempatan kepada anak-anak untuk mendapatkan pembelajaran melalui pengalaman praktis. Dalam kegiatan *outbound*, anak-anak secara langsung terlibat dalam proses belajar melalui aktivitas gerakan, eksperimen, dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya (Rocmah, 2012). Melalui keterlibatan dalam kegiatan *outbound*, anak-anak tidak hanya meningkatkan

kemampuan motorik mereka tetapi juga memperoleh kapasitas untuk mematuhi aturan permainan, berkolaborasi dengan teman sebaya, menumbuhkan konsentrasi dan kepercayaan diri. Pendekatan ini selaras dengan karakteristik mendasar pendidikan untuk anak usia dini, yang menekankan prinsip pembelajaran melalui permainan, sehingga membuat proses pembelajaran lebih mendalam dan cocok untuk tahap perkembangan anak.

Hasil dari penelitian ini didasari oleh hasil yang sebelumnya yang menunjukkan bahwa kegiatan *outbound* dan integrasi permainan tradisional memberikan efek yang bermanfaat terhadap perkembangan motorik pada anak. Pashela et al., (2025) mengungkapkan bahwa pelaksanaan program *outbound* efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus pada anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan fisik dengan menarik serta menyenangkan. Selanjutnya, Sudaryanti et al., (2024) menjelaskan bahwa pengintegrasian permainan tradisional dalam aktivitas belajar di luar ruangan berperan optimal dalam membina keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan kekuatan otot pada anak-anak.

Berdasarkan hasil pembahasan dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan *outbound* dengan memanfaatkan permainan tradisional yaitu strategi pembelajaran efektif serta relevan untuk meningkatkan kemampuan motorik anak di tingkat TPA. Kegiatan tersebut tidak hanya memberikan rangsangan motorik yang optimal tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional anak melalui permainan kooperatif, interaksi sosial, dan penguatan rasa kepercayaan diri anak. Dengan demikian, kegiatan *outbond* berbasis permainan tradisional layak untuk dipertahankan dan dikembangkan lebih lanjut sebagai bagian dari praktik pembelajaran rutin pada pendidikan anak usia dini. Berikut hasil dokumentasi peneliti bersama para sampel/responden.



Gambar 1. Permainan Lompat Jengkal Congklak



Gambar 2. Permainan Engklek dan Ular Naga

SIMPULAN

Berdasarkan temuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan penerapan kegiatan *outbound* yang

menggabungkan permainan tradisional sangat bermanfaat dalam pengembangan motorik anak di TPA Islam Terpadu Abyla. Seluruh peserta menunjukkan peningkatan skor perkembangan motorik, berkembang dari kategori "Mulai Berkembang" berubah menjadi "Berkembang Sesuai Harapan," dengan peningkatan rata-rata kenaikan nilai sebesar 1,11 poin. Permainan tradisional yang diterapkan mampu memberikan stimulasi terhadap koordinasi gerak, keseimbangan, kelincahan, serta integrasi keterampilan motorik kasar dan halus dalam suasana pembelajaran yang menyenangkan. Selain berpengaruh pada aspek motorik, kegiatan *outbound* juga berkontribusi pada perkembangan sosial dan emosional anak melalui kerja sama, interaksi sosial, serta peningkatan kepercayaan diri. Oleh karena itu, kegiatan *outbound* berbasis permainan tradisional direkomendasikan untuk terus diintegrasikan secara berkelanjutan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan anak sebagai alternatif strategi pembelajaran alternatif dan menekankan pengalaman langsung dan kebutuhan anak akan gerakan fisik.

DAFTAR PUSTAKA

Afif, A. (2022). *Outbond untuk anak usia dini : aktivitas luar kelas berbasis permainan tradisional*. Rajawali Pers.

Budiaman, I. K., & Rohmalina, R. (2025). Permainan Tradisional: Implementasi Permainan Kelereng untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, *8*(1), 104–112.

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

Izzah, H. P. N. (2025). Permainan Tradisional Bebencaran Terhadap Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini Al-Amin*, *3*(1), 90–98.

Latama, R., Atuna, L., Kantoli, S. N. A., Abaidata, R., Kuku, C. A., & Sari, M. (2025). Peran Permainan Tradisional Lompat Tali dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Dan Kewarganegaraan*, *2*(3), 132–142.

Mardiana, M., Agusniatih, A., & Juhriati, I. (2025). Improving Children's Gross Motor Skills Through Traditional Games in Group B of Ululjadi Kalora Kindergarten. *Al Hikmah Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, *9*(2), 277–286. https://doi.org/10.35896/ijecie.v9i2.1104

Motimona, P. D., & Maryatun, I. B. (2023). Implementasi Metode Pembelajaran STEAM pada Kurikulum Merdeka pada PAUD. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(6), 6493–6504. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.4682

Nurwahidah, Maryati, S., Nurlaela, W., & Cahyana. (2021). Permainan Tradisional Sebagai Sarana Mengembangkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(02), 49–61. https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.6422

Pashela, P., Zarkasih, H., & Suharti. (2025). Fun Outbound As A Holistic Learning Strategy To Support Gross Motor Development In Early Childhood: A Narrative Study In Tk Aba Bayen. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini)*, *06*(1), 56–74. www.kaavpublications.org

Ramdani, L. A., & Azizah, N. (2020). 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

Reswari, A., Lestariningrum, A. S. L. I., & Pangastuti, R. (2022). *Perkembangan Fisik dan Motorik Anak (Child Physical and Motoric Development)*. CV. Azka Pustaka.

Rocmah, L. I. (2012). Model Pembelajaran Outbound untuk Abnak Usia Dini. *Pedagogia*, *1*(2), 173–188.

Sandat, N. N., & Luh Made Dwi Wedayanthi. (2024). Analisis Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatanmelipat Kertas Pada Anak. *Khirani: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *2*(4), 87–98.

Sudaryanti, S., Prayitno, P., Arifiyanti, N., & Maharani, O. (2024). Pengembangan Kemampuan Motorik dan Sosial Emosional Anak Usia Dini Menggunakan Permainan Tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, *13*(1), 114–125. https://doi.org/10.21831/jpa.v13i1.387