

Development and Preliminary Evaluation of a Play-Based Pencak Silat Movement Learning Model for Gross Motor Skills in Early Childhood

Sulasikin Sahdi Kadir^a | Al Ilham^a | Ronny Syaifullah^b | Haerul Ikhsan^a | Ella H Tumuloto^a

^aProgram Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Gorontalo

^bProgram Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Sebelas Maret

Correspondence: alilham@ung.ac.id

Article History:

Received: 16 August 2026

Accepted: 31 August 2026

Keyword:

Pencak Silat,
Play-based learning,
Gross motor skills,
Early-age category,
ADDIE.

Abstract

This study aimed to develop a play-based fundamental movement skills model using basic Pencak Silat movements that is feasible, practical, and potentially supports gross motor skill development among students in the early-age category. The study employed a Research and Development (R&D) method using the ADDIE development model, which consists of five stages: analysis, design, development, implementation, and evaluation. The participants consisted of 10 Tapak Suci instructors in Gorontalo Province during the needs analysis stage and 30 students in the early-age category, ranging from 6 to 12 years of age, during the implementation stage. The product was developed through needs analysis, movement activity design, expert validation, revision, and limited implementation. Product validation involved three experts who assessed the Pencak Silat content, instructional aspects, and media and language components. Data were collected using a needs analysis questionnaire, expert validation sheets, implementation observation sheets, instructor response questionnaires, and a gross motor skill assessment instrument. The data were analyzed descriptively using percentage scores for validity and practicality and N-Gain to determine improvements in gross motor skills. The results showed that the developed model achieved a validity score of 91%, categorized as highly valid. The implementation rate reached 92.5%, while instructors' responses to the practicality of the model reached 90%, indicating a highly practical model. Students' gross motor skill scores increased from a mean pretest score of 58.4 to a posttest score of 82.1, with an N-Gain score of 0.57, indicating a moderate level of improvement. These findings provide preliminary evidence that the play-based fundamental movement skills model using basic Pencak Silat movements has the potential to serve as a structured, enjoyable, and contextual alternative for supporting gross motor skill development among students in the early-age category. However, because the implementation employed a one-group design without a control group, the effectiveness of the model should be further examined through experimental studies involving larger samples and comparison groups.

© 2026 The Authors. This open access article is distributed under a (CC-BY License)

How to Cite:

Kadir, S. S., Ilham, A., Syaifullah, R., Ikhsan, H., & Tumuloto, E. H. (2026). Development and Preliminary Evaluation of a Play-Based Pencak Silat Movement Learning Model for Gross Motor Skills in Early Childhood. *MISOOL: Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(1), 168–176. <https://doi.org/10.47945/misool.v8i1.3320>

PENDAHULUAN

Kemampuan motorik kasar merupakan fondasi penting bagi keterlibatan anak dalam aktivitas fisik dan pembelajaran gerak pada tahap perkembangan berikutnya. Bukti sintesis menunjukkan bahwa intervensi aktivitas fisik dan pembelajaran gerak yang dirancang secara sistematis dapat meningkatkan keterampilan motorik anak, meskipun besarnya efek dipengaruhi oleh karakteristik intervensi, durasi, frekuensi, serta alat ukur yang digunakan (D. Zhang et al., 2024). Tinjauan sistematis terbaru menunjukkan bahwa berbagai intervensi berbasis aktivitas fisik dapat meningkatkan fundamental movement skills (FMS), sedangkan kualitas dan struktur aktivitas tetap menjadi faktor penting dalam hasil yang diperoleh (He et al., 2025; T. Liu et al., 2026; X. Zhang et al., 2025).

Pembelajaran berbasis bermain memiliki relevansi khusus karena memungkinkan anak memperoleh pengalaman gerak melalui aktivitas yang bermakna, berulang, menantang, dan

menyenangkan. Namun, bermain tidak selalu menghasilkan perkembangan motorik yang optimal apabila aktivitas berlangsung tanpa struktur atau tujuan motorik yang jelas. (X. Zhang et al., 2025) menemukan bahwa intervensi active play secara umum menunjukkan kecenderungan positif terhadap FMS, tetapi karakteristik intervensi dan kualitas metodologis studi masih bervariasi. (T. Liu et al., 2026) juga menunjukkan bahwa structured active play dapat menjadi alternatif yang layak dalam konteks pendidikan, sementara aktivitas bermain yang tidak terstruktur cenderung kurang konsisten dalam meningkatkan FMS. Temuan tersebut mendukung gagasan bahwa permainan dalam pendidikan jasmani perlu dirancang dengan tujuan gerak yang eksplisit.

Secara pedagogis, hubungan antara bermain dan motorik kasar dapat dijelaskan melalui mekanisme kesempatan praktik dan variasi gerak. Permainan yang meminta anak berpindah arah, mempertahankan posisi tubuh, melompat melewati rintangan, mengikuti pola gerak, atau merespons isyarat memberikan kesempatan berulang untuk melatih stabilitas, koordinasi, kelincahan, kekuatan, dan kontrol gerak. Dengan demikian, permainan berfungsi bukan hanya sebagai konteks motivasional, tetapi sebagai lingkungan belajar yang menyediakan stimulus gerak spesifik. Literatur intervensi FMS menunjukkan bahwa pengalaman gerak yang terarah dan sesuai perkembangan lebih konsisten dalam meningkatkan kompetensi motorik dibandingkan aktivitas yang tidak memiliki tujuan keterampilan yang jelas (Bai et al., 2024; Cunningham et al., 2025).

Pencak silat berpotensi menjadi sumber konteks gerak tersebut karena memiliki unsur langkah, perubahan arah, sikap tubuh, keseimbangan, koordinasi tangan dan kaki, menghindar, serta perpindahan tubuh (Fahrian M Andri, Nurhayati Simatupang, 2022). Namun, pencak silat untuk anak tidak seharusnya diposisikan sebagai latihan bela diri formal. (Harvi et al., 2025) menekankan bahwa pembelajaran pencak silat untuk anak prasekolah perlu menggunakan prinsip bermain, memilih gerak yang sesuai perkembangan, memodifikasi terminologi, dan menghindari orientasi pada konsep menyerang lawan. Bukti empiris yang lebih baru juga menunjukkan potensi pencak silat sebagai stimulus motorik pada anak, termasuk penelitian kuasi-eksperimental pada anak usia 5–6 tahun yang melaporkan perbedaan hasil motorik antara kelompok yang memperoleh pembelajaran pencak silat dan kelompok pembandingan (Putri C.S, 2026).

Meskipun demikian, penelitian terdahulu memperlihatkan bahwa penelitian mengenai pembelajaran anak usia dini telah membahas aktivitas fisik dan motorik, pembelajaran berbasis bermain, pendidikan jasmani, serta pencak silat dalam konteks yang berbeda-beda (Bakti et al., 2024; Firdaus et al., 2026; Maulana et al., 2022; Saksena et al., 2025). Di satu sisi, studi tentang perkembangan motorik menekankan pentingnya aktivitas fisik sebagai stimulus perkembangan anak. Di sisi lain, penelitian mengenai pencak silat lebih banyak menempatkan aktivitas tersebut sebagai sarana pengembangan keterampilan olahraga, kebugaran, maupun nilai pendidikan. Sementara itu, pendekatan pengembangan pembelajaran melalui model ADDIE telah digunakan untuk menghasilkan perangkat pembelajaran secara sistematis melalui tahap analysis, design, development, implementation, dan evaluation (Andi Rustandi & Rismayanti, 2021; Pakaya et al., 2025). Pola penelitian tersebut menunjukkan bahwa unsur-unsur penting yang mendukung penelitian ini sebenarnya telah dikaji secara terpisah. Namun, keterhubungan antara gerak dasar pencak silat, pendekatan bermain, indikator motorik kasar, serta kebutuhan guru terhadap perangkat pembelajaran yang aplikatif masih memerlukan pengembangan dalam satu model yang terintegrasi.

Berdasarkan kerangka tersebut, model yang dikembangkan menempatkan pencak silat sebagai sumber variasi gerak, bermain sebagai konteks pedagogis, dan kemampuan motorik kasar sebagai konstruk hasil yang distimulasi. Gerak langkah dan perubahan arah terutama memberikan kesempatan untuk melatih kelincahan dan koordinasi; sikap dasar dan permainan keseimbangan menstimulasi kontrol postural; lompatan dan lintasan memberikan kesempatan untuk melatih

kekuatan dan kontrol tubuh; sedangkan permainan respons dan koordinasi tangan-kaki memperkaya koordinasi dan kontrol gerak. Pemetaan ini menjadi dasar konseptual untuk menyelaraskan tujuan, aktivitas, indikator, dan asesmen.

Penelitian ini bertujuan mengembangkan dan mengevaluasi secara awal model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain untuk anak usia 6–8 tahun (kategori usia dini dalam pencak silat). Tujuan khususnya adalah: (1) menghasilkan model yang memenuhi kriteria kelayakan berdasarkan penilaian ahli; (2) mengetahui keterlaksanaan dan respons guru terhadap model; dan (3) memperoleh bukti awal mengenai perubahan skor kemampuan motorik kasar setelah implementasi terbatas. Karena implementasi menggunakan sampel kecil dan desain satu kelompok tanpa pembandingan, hasil pada aspek ketiga diposisikan sebagai preliminary evidence of potential effectiveness, bukan bukti efektivitas kausal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (Research and Development/R&D) yang bertujuan menghasilkan model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain untuk mendukung pengembangan kemampuan motorik kasar anak kategori usia dini. Model pengembangan yang digunakan adalah ADDIE yang terdiri atas lima tahap, yaitu Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation. Model ADDIE dipilih karena memberikan tahapan pengembangan yang sistematis, mulai dari identifikasi kebutuhan, perancangan produk, pengembangan dan validasi, implementasi, hingga evaluasi dan penyempurnaan produk (Andi Rustandi & Rismayanti, 2021; Chairudin & Dewi, 2021).

Subjek penelitian terdiri atas guru/pelatih Tapak Suci dan anak kategori usia dini di Provinsi Gorontalo. Pada tahap analysis, penelitian melibatkan 10 guru/pelatih Tapak Suci. Guru/pelatih dilibatkan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi pembelajaran atau latihan, kebutuhan terhadap model pembelajaran gerak yang sesuai dengan karakteristik siswa, bentuk aktivitas yang selama ini digunakan, kendala pembelajaran, serta kebutuhan terhadap aktivitas berbasis bermain.

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui lima tahap ADDIE. Tahap analysis dilakukan melalui studi literatur, observasi, dan analisis kebutuhan guru serta karakteristik anak. Tahap design menghasilkan rancangan model yang mencakup tujuan, sintaks pembelajaran, aktivitas bermain, indikator motorik kasar, dan instrumen penilaian. Tahap development meliputi penyusunan produk, validasi ahli, dan revisi berdasarkan masukan validator. Tahap implementation dilakukan melalui uji coba terbatas untuk menilai keterlaksanaan, respons pengguna, dan perubahan kemampuan motorik kasar anak. Selanjutnya, tahap evaluation dilakukan berdasarkan hasil validasi, uji kepraktisan, dan efektivitas awal produk.

Tabel 1. Prosedur Penelitian

Tahapan	Kegiatan	Sumber Data	Instrument/Data	Luaran
<i>Analysis</i>	Analisis kebutuhan pembelajaran motorik kasar, kondisi latihan, kebutuhan pelatih, karakteristik siswa, serta potensi gerak dasar pencak silat siswa.	10 guru/pelatih Tapak Suci di Provinsi Gorontalo	Angket analisis kebutuhan, observasi, dan wawancara	Identifikasi kebutuhan, masalah pembelajaran, karakteristik pengguna, dan spesifikasi awal model
<i>Design</i>	Merancang model yang mencakup tujuan pembelajaran, gerak dasar pencak silat, permainan, sintaks, media, durasi, indikator motorik kasar, dan prosedur keselamatan.	Peneliti dan hasil analisis kebutuhan	Rancangan model, kajian literatur, indikator motorik kasar	Draft awal model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain
<i>Development</i>	Mengembangkan produk model hasil validasi ahli materi, pembelajaran, media dan bahasa,	3 validator ahli	Lembar validasi ahli dan lembar saran/revisi	Produk model yang telah divalidasi dan direvisi

Tahapan	Kegiatan	Sumber Data	Instrument/Data	Luaran
	kemudian direvisi berdasarkan masukan validator.			
<i>Implementation</i>	Menerapkan model dalam latihan. Siswa mengikuti aktivitas gerak dasar pencak silat berbasis bermain. Pengukuran kemampuan motorik kasar dilakukan sebelum dan sesudah penerapan model. Keterlaksanaan dan respons guru/pelatih juga diamati.	30 siswa kategori usia dini, usia 6–12 tahun, dan guru/pelatih	Lembar observasi keterlaksanaan, angket respons guru/pelatih, instrumen motorik kasar, tes	Data keterlaksanaan, kepraktisan, serta perubahan kemampuan motorik kasar
<i>Evaluation</i>	Evaluasi hasil pengembangan berdasarkan validasi ahli, keterlaksanaan, respons pelatih, dan perubahan kemampuan motorik kasar untuk menentukan bagian yang perlu disempurnakan	Data dari seluruh tahapan	Data kualitatif dan kuantitatif hasil penelitian	Model akhir dan rekomendasi penyempurnaan

Prosedur pengembangan model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain dilaksanakan melalui lima tahapan ADDIE, yaitu *analysis*, *design*, *development*, *implementation*, dan *evaluation*. Setiap tahap memiliki tujuan, kegiatan, sumber data, dan luaran yang berbeda sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Tahap analisis digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan pengguna dan karakteristik pembelajaran; tahap desain digunakan untuk merancang struktur dan aktivitas model; tahap pengembangan digunakan untuk menghasilkan dan memvalidasi produk; tahap implementasi digunakan untuk menguji keterlaksanaan, kepraktisan, dan perubahan awal kemampuan motorik kasar; sedangkan tahap evaluasi digunakan untuk menilai hasil pengembangan dan menentukan penyempurnaan produk.

Analisis data dalam penelitian ini mencakup dua pendekatan utama, yaitu kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif dianalisis secara sistematis melalui tahapan reduksi data, penyajian data (*data display*), serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Sementara itu, data kuantitatif diolah menggunakan teknik statistik deskriptif yang meliputi perhitungan frekuensi, persentase, rata-rata (*mean*), serta ukuran penyebaran yang disesuaikan dengan jenis data. Sementara peningkatan kemampuan motorik kasar siswa dievaluasi menggunakan *normalized gain* (N-Gain) dengan menghitung besarnya proporsi peningkatan skor aktual terhadap skor maksimum yang masih mungkin dicapai. Perhitungan persentase skor dan *normalized gain* (N-Gain) dilakukan menggunakan formula berikut:

$$P = \frac{\sum X}{\sum X_i} \times 100\% \quad (1)$$

$$g = \frac{S_{\text{post}} - S_{\text{pre}}}{S_{\text{max}} - S_{\text{pre}}} \quad (2)$$

Dengan P = persentase skor yang diperoleh (%), $\sum X$ = total skor yang diperoleh, $\sum X_i$ = total skor maksimum. Sementara g = nilai N-Gain, S_{post} = skor tes akhir (*post-test*), S_{pre} = skor tes awal (*pre-test*), S_{max} = skor maksimum ideal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Kebutuhan

Tahap awal penelitian dilakukan melalui analisis kebutuhan terhadap pembelajaran motorik kasar anak usia dini. Analisis melibatkan 10 guru dan difokuskan pada kebutuhan terhadap model pembelajaran motorik kasar, kesesuaian pendekatan bermain, potensi penggunaan gerak dasar pencak silat, serta kebutuhan terhadap panduan dan instrumen penilaian. Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa sebagian besar guru memerlukan model pembelajaran motorik kasar yang lebih terstruktur. Sebanyak 90% responden menyatakan membutuhkan model yang dapat memberikan arah yang jelas dalam pelaksanaan pembelajaran

motorik kasar. Seluruh guru juga menyatakan bahwa pendekatan berbasis bermain sangat sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Selain itu, 90% guru menilai bahwa gerak dasar pencak silat memiliki potensi untuk digunakan sebagai aktivitas pembelajaran apabila dimodifikasi sesuai dengan usia dan perkembangan anak. Sebanyak 90% guru juga membutuhkan panduan pembelajaran dan instrumen penilaian yang dapat membantu proses pelaksanaan dan evaluasi perkembangan motorik anak.

Tabel 2. Hasil Analisis Awal

Analisis Kebutuhan	Jumlah	Persentase	Interpretasi
Membutuhkan model motorik kasar yang terstruktur	9	90	Sangat dibutuhkan
Pembelajaran berbasis bermain sesuai untuk anak	10	90	Sangat Sesuai
Gerak dasar pencak silat dapat digunakan secara aman	9	90	Sangat Potensial
Membutuhkan panduan dan instrumen penilaian	9	90	Sangat dibutuhkan

Data tersebut menunjukkan adanya kebutuhan nyata terhadap pengembangan pembelajaran motorik kasar yang tidak hanya menyediakan aktivitas fisik, tetapi juga memiliki struktur, tahapan, dan arah penilaian yang jelas. Tingginya persentase kebutuhan terhadap model yang terstruktur menunjukkan bahwa aktivitas motorik kasar di PAUD perlu dikembangkan secara lebih sistematis agar setiap kegiatan memiliki keterkaitan dengan aspek perkembangan yang ingin dicapai.

Selain itu, kesesuaian pendekatan bermain sebesar 100% memperkuat dasar pengembangan model. Bermain menjadi pendekatan yang relevan karena anak usia dini belajar melalui pengalaman langsung, eksplorasi, pengulangan, dan aktivitas yang menyenangkan. Oleh karena itu, gerak dasar pencak silat dalam penelitian ini tidak ditempatkan sebagai materi bela diri formal, tetapi sebagai sumber variasi gerak yang dikemas ke dalam permainan.

Perancangan dan Pengembangan Model

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, tahap berikutnya adalah merancang dan mengembangkan model pembelajaran. Produk awal dirancang dalam lima tahapan kegiatan, yaitu: (1) kegiatan awal dan apersepsi melalui permainan gerak; (2) pemanasan berbasis permainan; (3) eksplorasi gerak dasar pencak silat; (4) permainan inti yang menstimulasi kemampuan motorik kasar; dan (5) pendinginan serta refleksi sederhana. Aktivitas gerak yang dikembangkan mencakup langkah, sikap kuda-kuda sederhana, gerak menghindar, koordinasi tangan dan kaki, loncat, keseimbangan, serta permainan lintasan. Seluruh aktivitas dimodifikasi tanpa kontak fisik dan disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak usia dini.

Perancangan tersebut menunjukkan bahwa pengembangan model tidak sekadar memindahkan teknik pencak silat ke dalam pembelajaran anak usia dini. Gerak-gerak yang memiliki tingkat kompleksitas tinggi disederhanakan menjadi aktivitas dasar yang dapat dilakukan anak melalui permainan. Dengan demikian, model yang dikembangkan berorientasi pada stimulasi kemampuan motorik kasar, sedangkan unsur pencak silat berfungsi sebagai sumber gerak dan konteks aktivitas pembelajaran.

Validasi Ahli

Produk awal yang telah dikembangkan selanjutnya divalidasi oleh tiga orang ahli yang terdiri atas ahli materi pencak silat, ahli pembelajaran anak usia dini, dan ahli media/bahasa. Validasi dilakukan terhadap aspek kesesuaian isi, keamanan gerak, sistematika model, keterbacaan, dan kemenarikan. Hasil validasi menunjukkan bahwa model memperoleh rata-rata persentase kelayakan sebesar 91,1% dan berada dalam kategori sangat valid. Model dinyatakan dapat digunakan dengan revisi minor.

Tabel 3. Hasil Validasi Ahli

Validator	Skor Diperoleh	Persentase	Kategori
Ahli Materi	93	93%	Sangat Valid
Ahli Pembelajaran	91	91%	Sangat Valid
Ahli Media	89	89%	Sangat Valid
Rata-rata	91	91%	Sangat Valid

Hasil validasi menunjukkan bahwa seluruh aspek model memperoleh kategori sangat valid.

Penilaian tertinggi diperoleh pada aspek materi pencak silat sebesar 93,0%, yang menunjukkan bahwa gerakan yang digunakan telah sesuai dengan prinsip dasar pencak silat dan dapat dimodifikasi untuk kebutuhan pembelajaran anak. Sementara itu, penilaian ahli pembelajaran anak usia dini sebesar 91,0% menunjukkan bahwa aktivitas yang dirancang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Meskipun produk memperoleh kategori sangat valid, beberapa aspek tetap direvisi berdasarkan rekomendasi validator. Revisi dilakukan melalui penyederhanaan istilah gerak, penambahan petunjuk keselamatan, penyesuaian durasi setiap permainan, serta penambahan ilustrasi pelaksanaan aktivitas. Revisi tersebut dilakukan untuk memastikan bahwa model tidak hanya valid secara konseptual, tetapi juga mudah digunakan oleh guru dalam pelaksanaan pembelajaran.



Gambar 1. Desain Model yang telah divalidasi ahli

Uji Coba Terbatas dan Kepraktisan Model

Setelah melalui proses validasi dan revisi, model diimplementasikan pada 30 siswa kategori usia dini dengan rentang usia 6–12 tahun yang mengikuti kegiatan Tapak Suci di Provinsi Gorontalo. Implementasi dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai keterlaksanaan model dalam situasi pembelajaran nyata serta kepraktisannya dari perspektif guru/pelatih. Hasil observasi menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran mencapai 92,5%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar tahapan kegiatan dapat dilaksanakan sesuai dengan sintaks yang telah dirancang. Respons guru/pelatih terhadap kepraktisan model mencapai 90,0%.

Tabel 4. Hasil Keterlaksanaan dan Kepraktisan Model

Aspek	Persentase	Kategori
Keterlaksanaan Pembelajaran	92,5	Sangat Baik
Respon Guru/Pelatih terhadap Kepraktisan	90	Sangat Praktis

Hasil tersebut menunjukkan bahwa model dapat diterapkan dengan baik dalam kegiatan pembelajaran atau latihan. Struktur kegiatan yang sistematis membantu guru/pelatih mengikuti tahapan pembelajaran, sedangkan bentuk permainan memberikan fleksibilitas dalam

menyampaikan aktivitas gerak. Kepraktisan sebesar 90% juga menunjukkan bahwa modifikasi gerak pencak silat dapat diterapkan tanpa memerlukan prosedur pembelajaran kompleks.

Implementasi model juga dilakukan untuk memperoleh gambaran awal perubahan kemampuan motorik kasar siswa sebelum dan setelah mengikuti pembelajaran. Pengukuran dilakukan menggunakan desain *one-group pretest-posttest* terhadap 30 siswa kategori usia dini. Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata kemampuan motorik kasar setelah implementasi model. Rata-rata skor pretest sebesar 58,4 meningkat menjadi 82,1 pada posttest. Dengan demikian, terdapat peningkatan skor sebesar 23,7 poin atau sekitar 40,6% dibandingkan skor awal. Hasil ini memberikan indikasi awal bahwa penerapan model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain berpotensi mendukung perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Namun, hasil ini perlu ditafsirkan secara hati-hati karena uji coba hanya dilakukan pada 30 anak dan tidak melibatkan kelompok pembanding. Oleh karena itu, temuan tersebut lebih tepat dipandang sebagai bukti efektivitas awal yang masih memerlukan pengujian lebih lanjut pada sampel yang lebih besar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain memiliki tingkat kelayakan dan kepraktisan yang baik untuk digunakan dalam pembelajaran anak usia dini. Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa 90% guru membutuhkan model pembelajaran motorik kasar yang lebih terstruktur, 100% guru menilai pendekatan bermain sesuai untuk anak usia dini, dan 90% guru menilai gerak dasar pencak silat dapat digunakan setelah dimodifikasi sesuai karakteristik anak. Hal ini menunjukkan bahwa model yang dikembangkan sesuai dengan kebutuhan guru dan karakteristik pembelajaran anak usia dini.

Pendekatan bermain menjadi bagian penting dalam model karena memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas gerak secara aktif dan menyenangkan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *active play* dapat memberikan dampak positif terhadap *fundamental movement skills*, terutama apabila aktivitas dirancang secara terstruktur dan memiliki tujuan motorik yang jelas (B. Liu et al., 2025). Dengan demikian, permainan dalam model ini tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas yang menyenangkan, tetapi juga sebagai media untuk menstimulasi keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan kontrol gerak.

Penggunaan gerak dasar pencak silat menjadi karakteristik utama model. Gerakan seperti langkah, kuda-kuda sederhana, perubahan arah, menghindar, dan koordinasi tangan-kaki dimodifikasi agar aman dan sesuai dengan kemampuan anak. Pendekatan ini menempatkan pencak silat bukan sebagai pembelajaran bela diri formal, tetapi sebagai sumber pengalaman gerak dalam pembelajaran motorik kasar. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa aktivitas gerak terstruktur, termasuk aktivitas berbasis bela diri, berpotensi digunakan untuk mendukung perkembangan *fundamental movement skills* anak (Liu et al., 2025).

Hasil validasi menunjukkan skor 93% dari ahli materi, 91% dari ahli pembelajaran, dan 89% dari ahli media/bahasa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model telah memenuhi aspek materi, pembelajaran, dan penyajian. Revisi berdasarkan masukan ahli, terutama terkait penyederhanaan gerak, petunjuk keselamatan, durasi, dan ilustrasi, semakin memperkuat kesesuaian model dengan karakteristik anak usia dini.

Pada tahap implementasi, keterlaksanaan model mencapai 92,5%, sedangkan respons guru mencapai 90%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model relatif mudah diterapkan oleh guru. Sintaks yang terdiri atas kegiatan awal, pemanasan, eksplorasi gerak, permainan inti, serta pendinginan dan refleksi memberikan alur pembelajaran yang sistematis. Temuan ini mendukung pandangan bahwa aktivitas motorik yang terstruktur lebih memungkinkan anak memperoleh pengalaman gerak yang terarah dibandingkan aktivitas bermain yang sepenuhnya tidak terstruktur

(X. Zhang et al., 2025).

Hasil uji coba juga menunjukkan peningkatan rata-rata kemampuan motorik kasar dari 58,4 menjadi 82,1, dengan N-Gain 0,57. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar setelah penerapan model dan memberikan bukti awal mengenai potensi efektivitas model. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa program aktivitas fisik terstruktur dapat mendukung perkembangan keterampilan gerak anak usia dini (Veldman et al., 2016).

Namun, hasil tersebut perlu ditafsirkan secara hati-hati karena uji coba hanya melibatkan 10 anak dan tidak menggunakan kelompok kontrol. Oleh karena itu, N-Gain 0,57 belum dapat dijadikan bukti efektivitas secara definitif. Penelitian lanjutan dengan jumlah peserta yang lebih besar, kelompok pembanding, dan instrumen yang memiliki bukti validitas serta reliabilitas diperlukan untuk memperoleh bukti efektivitas yang lebih kuat.

Secara keseluruhan, model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain menunjukkan validitas dan kepraktisan yang baik serta efektivitas awal dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini. Keunggulan model terletak pada integrasi aktivitas bermain, gerak terstruktur, dan unsur budaya pencak silat dalam satu rangkaian pembelajaran yang sistematis.

KESIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan model pembelajaran gerak dasar pencak silat berbasis bermain yang valid dan praktis untuk mendukung kemampuan motorik kasar anak kategori usia dini. Model memperoleh tingkat validitas sebesar 91%, keterlaksanaan 92,5%, dan respons guru/pelatih sebesar 90%. Implementasi pada 30 siswa menunjukkan peningkatan skor kemampuan motorik kasar dari 58,4 menjadi 82,1 dengan nilai N-Gain 0,57 dalam kategori sedang. Temuan ini memberikan bukti awal bahwa model berpotensi mendukung perkembangan motorik kasar melalui aktivitas bermain yang terstruktur. Namun, penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan kelompok pembanding diperlukan untuk memperkuat bukti efektivitas model.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo atas dukungan pendanaan melalui Skema Penelitian Bantuan Dosen FOK serta dukungan terhadap publikasi hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Rustandi, & Rismayanti. (2021). Penerapan Model ADDIE dalam Pengembangan Media Pembelajaran di SMPN 22 Kota Samarinda. *Jurnal Fasikom*, 11(2), 57–60. <https://doi.org/10.37859/jf.v11i2.2546>
- Bai, M., Lin, N., Jie, J., Teng, Z., & Xu, M. (2024). Human Movement Science The effect of planned active play on the fundamental movement skills of preschool children. *Human Movement Science*, 96(January), 103241. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2024.103241>
- Bakti, J., Bangsa, B., Nabihah, M., & Mulyadi, A. (2024). Pengenalan olahraga pencak silat dalam melestarikan budaya asli bangsa indonesia. *Jurnal An-Nizam*, 03(02), 149–159.
- Chairudin, M., & Dewi, R. M. (2021). Pengembangan Bahan Ajar Buku Saku Digital Berbasis Problem Based Learning Pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 951–962. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i3.491>
- Cunningham, A. J., Baikousi, V., Eyre, E., Duncan, M., Crotti, M., Martins, R., & Wood, C. (2025). A movement and story-telling intervention improves language and fundamental movement skills and is feasible for delivery by teachers in the first year of school. *Learning and Instruction*, 97(March), 102110. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2025.102110>

- Fahrian M Andri, Nurhayati Simatupang, S. (2022). Gerak Dasar Pencak Silat Dengan Permainan Bagi Siswa Sekolah Dasar Muhammad. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 08(2014), 27–32.
- Firdaus, M. F., Dhuha, A. A., & Muhibbi, M. (2026). Profil Keterampilan Atlet Pencak Silat Usia Dini Satria Muda Indonesia Kota Semarang. *Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 11(November), 194–202.
- Harvi, N. P., Yuanda, D. M., Ritonga, A. S., Habibi, M. H. D. R., Dewi, R., Bobby, J., & Barus, N. (2025). Improving Basic Pencak Silat Movement Skills Through a Motor Learning Approach for Beginners at High School Level. *Jurnal Nasional Holistic Science*, 5(2), 290–294.
- He, J., Guo, J., Qin, R., Zhang, Z., He, Y., Tang, M., Li, Y., Tan, M., Xu, D., Liao, Y., & Liu, L. (2025). Acta Psychologica 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(May), 105493. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105493>
- Holisoh, I., Budiman, D., & Stephani, M. R. (2024). Analisis Motorik Kasar dan Kebugaran Jasmani terhadap Performa Atlet Tanding Pencak Silat Usia Dini. *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 258–268.
- Hudain, A. (n.d.). *Belajar Gerak Dasar Pencak Silat Praktis Untuk Anak Usia Dini*.
- Insan, M., & Yunisari, D. (2026). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Metode Bermain Dampu Bulan. *Haumeni Journal of Education*, 6(1), 300–311.
- Kuswanto, C. W., Jatmiko, A., Riyani, I., & Pratiwi, D. D. (2025). Kegiatan Pencak Silat sebagai Sarana Pengembangan Nilai Religius Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Early Childhood*, 7(1), 1–8.
- Liu, B., Yan, Y., Jia, J., & Liu, Y. (2025). Can active play replace skill-oriented physical education in enhancing fundamental movement skills among preschool children ? A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25.
- Liu, T., Lyu, W., & Yang, T. (2026). The impact of gymnastics on the development of fundamental motor skills in children aged 5–6. *Advanced Exercise and Health Science*, 3(2), 155–163. <https://doi.org/10.1016/j.aehs.2026.03.002>
- Maulana, R. A., Khotimah, N., & Surabaya, U. N. (2022). Values Of Character Education In Children ' S. *Early Childhood Education and Development Journal*, 4, 44–55.
- Novitasari Reni, M.Nasirun, D. D. (2019). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Bermain Dengan Media Hulahoop Pada Anak Kelompok B Paud Al-Syafaqoh Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 4(1), 6–12.
- Nuraini, A., Sugiarti, S., Soleha, S., & Watini, S. (2023). Implementasi Model ATIK dalam Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar dengan Kegiatan Bermain Engklek di TK IT Al-Mufid. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(November), 8481–8486.
- Pakaya, S., Ruslan, R., & Datau, S. (2025). Pengembangan Media Pembelajaran Senam Aerobik “Fun Young” Pada Materi Senam Irama Di SMP Negeri 1 Suwawa Timur. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Interdisipliner*, 2(3), 426–430. <https://doi.org/10.37905/jrpi.v2i3.31754>
- Putri C.S, D. (2026). Pengaruh Pencak Silat Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Islam Mesjid Raya Jihad Kota Padang Panjang. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(2), 258–267.
- Saksena, S. E., Kholis, N., & Susilo, T. B. (2025). Literasi Kebugaran Jasmani Peserta Didik Sekolah Pencak Silat Tunas Putih Usia Dini Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk Physical Fitness Literacy For Early Age Students Of The Tunas Putih Pencak Silat School , Loceret District , Nganjuk Regency Literasi K. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Keolahragaan*, 03(04), 455–465.
- Veldman, S. L. C., Jones, R. A., & Okely, A. D. (2016). Ef fi cacy of gross motor skill interventions in young children : an updated systematic review. *BMJ Open Sport Exercise Medicine*, 1–7. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2015-000067>
- Zhang, D., Kim, S., Mun, Y., Zaremohzzabieh, Z., & Kim, S. (2024). Children and Youth Services Review Exploring the effects of a 12-Week functional training program on fundamental motor skills for primary school children aged 6 – 7. *Children and Youth Services Review*, 167(September), 108008. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.108008>
- Zhang, X., Tang, C., Geng, M., Li, K., Liu, C., & Cai, Y. (2025). The effects of active play interventions on children ' s fundamental movement skills : a systematic review. *BMC Pediatrics*, 25(40), 2–11.