

LAPORAN KEGIATAN PPM



PELATIHAN SENAM SIBUYUNG LEWAT GERAK DAN LAGU PRODUK FIK UNY UNTUK GURU-GURU TK di KOTA YOGYAKARTA

Oleh :

Sri Mawarti, M.Pd., dkk
N I P : 19590307 198703 2 001

Dibiayai dengan Dana DIPA UNY Tahun Anggaran 2009
Sesuai dengan Surat Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat Nomor:
796.j/H.34.16/PPM/2009,
Tanggal 1 April 2009

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2009**

LEMBAR PENGESAHAN

Pelatihan Senam Sibuyung lewat Gerak dan Lagu Produk FIK Untuk Guru-Guru TK di Kota Yogyakarta

- A. Judul Pengabdian : Pelatihan Senam Sibuyung lewat Gerak dan Lagu Produk FIK Untuk Guru-Guru TK di Kota Yogyakarta
- B. Jenis Pengabdian : Pelatihan
- C. Ketua Tim Pelaksana
1. Nama Lengkap : Sri Mawarti, MPd.
 2. NIP : 131 691 664
 3. Pangkat/Golongan : PenataTK I / IIIId
 4. Jabatan Sekarang : Lektor
 5. Fakultas/Jurusan/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/POR/PJKR
 6. Universitas/Institut : Universitas Negeri Yogyakarta
- D. Jumlah Tim Pengabdian : 4 (empat) orang
- E. Lokasi Pengabdian : Kota Yogyakarta
- F. Jangka Waktu Kegiatan : 3 bulan
- G. Bentuk Kegiatan : Pelatihan
- H. Biaya Kegiatan : Rp 4.500.000,- (Empat Juta Lima Ratus Ribu Rupiah)

Ketua Jurusan POR

Yogyakarta, 26 Oktober 2009
Ketua Pelaksana

Suhadi, MPd
NIP 19600505 198803 1 003

Sri Mawarti, M. Pd
NIP 19590307 198703 2 001

Mengetahui,
Dekan FIK UNY

Sumaryanto, M. Kes
NIP 19650301 199001 1 001

PELATIHAN SENAM SI BUYUNG LEWAT GERAK DAN LAGU PRODUK FIK UNY UNTUK GURU-GURU TK di KOTA YOGYAKARTA

Oleh :
Sri Mawarti, M.Pd.

ABSTRAK

Kegiatan pelatihan pelatihan senam si buyung lewat gerak dan lagu produk FIK UNY untuk guru-guru TK di kota Yogyakarta ini bertujuan untuk lebih mendekatkan jalinan antara dosen sebagai pengabdian masyarakat dengan Guru-guru di Kota Yogyakarta. Dalam pelaksanaannya, Tim Pengabdian menjalin kerja sama antara FIK dengan IGTK Kota Yogyakarta.

Pelaksanaan kegiatan mengambil tempat di FIK UNY dan diikuti oleh 26 orang guru TK perwakilan dari beberapa TK di Yogyakarta. Pemateri adalah tim pengabdian dibantu oleh mahasiswa FIK. Kegiatan berlangsung selama 2 hari yaitu Sabtu, 24 Oktober dan Minggu, 25 Oktober 2009. Kegiatan didahului dengan *ceremonial* kemudian dilanjutkan dengan kegiatan teori dan praktek senam si buyung produk FIK UNY.

Hasil dari pelatihan ini dapat dikatakan berhasil apabila dilihat dari antusiasme peserta dalam mengikuti pelatihan senam. Meskipun demikian, penyerapan materi masih dinilai kurang optimal karena keterbatasan waktu pelatihan dan ketrampilan dari peserta yang beberapa masih merupakan calon guru dan guru TK baru.

Kata Kunci: Senam Si Buyung produk FIK UNY.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan limpahan karuniaNya, sehingga dapat menyelesaikan tugas pengabdian pada masyarakat dengan judul “ Pelatihan Senam Sibuyung lewat Gerak dan Lagu Produk FIK Untuk Guru-Guru TK di Kota Yogyakarta”.

Terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini tidak terlepas dari peran serta berbagai pihak yang bersedia mengulurkan tangan dan membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar. Atas terlaksana dan selesainya kegiatan ini saya mengucapkan banyak terima kasih yang sedalam – dalamnya atas budi baik dan bantuan dari Bapak/Ibu/Saudara sekalian yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Tiada gading yang tak retak, dalam laporan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini masih jauh dari sempurna, untuk itulah saya sangat mengharapkan saran, kritik yang bersifat membangun untuk sempurnanya laporan ini. Atas perhatian dan kerjasama yang baik saya haturkan banyak terima kasih.

Yogyakarta, 26 Oktober 2009

DAFTAR ISI

Halaman judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Abstrak	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar isi	v
Daftar Lampiran	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi	1
B. Perumusan Masalah	2
C. Tujuan Kegiatan PPM	3
D. Manfaat Kegiatan PPM	3
E. Tinjauan Pustaka	4
BAB II METODE PENGABDIAN	5
A. Khayalak Sasaran	5
B. Bentuk dan Strategi Kegiatan PPM	5
C. Penyelenggara	5
D. Pelaksanaan Kegiatan dan Lama Kegiatan	5
E. Anggaran dan Sumber Dana	5
BAB III HASIL PENGABDIAN PADA MASYARAKAT	6
A. Lama Pelaksanaan Kegiatan PPM	6
B. Keterkaitan dengan Pihak Terkait	6
C. Hasil Kegiatan PPM	6
D. Faktor Penghambat	7
E. Faktor Pendukung	7
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	8
A. Kesimpulan	8
B. Saran-saran	8
Lampiran	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Tim Pengabdian Kegiatan PPM
- Lampiran 2. Anggaran Kegiatan PPM
- Lampiran 3. Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan
- Lampiran 4. Jadwal Kegiatan Pelatihan
- Lampiran 5. Daftar Hadir
- Lampiran 6. Foto-foto Kegiatan PPM

BAB I PENDAHULUAN

1. Analisis Situasi

Masa lima tahun pertama pertumbuhan dan perkembangan anak sering disebut sebagai masa keemasan karena pada masa itu keadaan fisik dan beberapa kemampuan anak sedang berkembang pesat. Salah satu yang mengalami perkembangan adalah kemampuan fisik atau motoriknya. Proses tumbuh kembang kemampuan motorik anak berhubungan dengan proses tumbuh kembang kemampuan gerak anak dan akan terlihat jelas melalui berbagai gerakan dan perm

Untuk meningkatkan proses tumbuh kembang dan kemampuan gerak anak dan anak tidak cepat bosan dengan apa yang dipelajari dan dilakukan maka dibutuhkan pengembangan variasi gerak dari gerak dasar yakni gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Perkembangan fisik motorik kasar`adalah sangat penting bagi anak usia dini khususnya anak usia taman kanak-kanak dan SD kelas bawah.

Perkembangan motorik kasar anak disekolah , perlu bantuan dari para pendidik sehingga sebagai seorang pendidik harus mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai bagaimana latihan yang tepat dan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anakserta usia anak. Salah satu materi yang diberikan di taman kanak-kanak adalah gerak dan lagu. Materi gerak dan lagu merupakan satu bentuk latihan dari senam sibuyung.

Senam si buyung merupakan salah satu cabang dari senam ritmik yang di dalamnya ada unsur gerak dan irama, yang akan di tujukan untuk perkembangan sistem syaraf sensoris pada anak usia dini. Selama ini pemahaman guru taman kanak-kanak tentang konsep gerak dan lagu masih beragam dan belum sesuai dengan yang seharusnya. Oleh karena itu sebagai pemerhati mengenai senam dan dipandang mempunyai pengetahuan serta dari kalangan intelektual maka merasa terpanggil untuk membuat satu pelatihan

sebagai salah satu upaya memberikan pengetahuan sehingga mereka mempunyai konsep dan persepsi yang sama.

B. Identifikasi dan Perumusan masalah

Berdasar analisis situasi dan tinjauan pustaka maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul antara lain :

1. Dengan diadakan pelatihan tersebut, menambah pengetahuan guru-guru TK di Kota tentang konsep dasar senam sibuyung.
2. Para Guru Tk di Kota Yogyakarta memahami sistematika penyusunan dan Intensitas gerak untuk mencapai latihan yang terukur.
3. Perlunya para guru TK mengenal lebih dekat dengan Kampus UNY khususnya FIK.
4. Paket senam yang selalu ditambah agar antusias peserta lebih bergairah senang berlatih
5. Memelihara dan memotivasi para guru TK untuk lebih suka meningkatkan diri dengan belajar paket senam yang berbeda-beda untuk menambah wawasan.

Maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Bagaimanakah menambah pengetahuan dan keterampilan guru-guru tk tentang senam si buyung?

C. Tujuan pengabdian

Pelatihan senam dalam rangka pengabdian masyarakat dan menjalin kerjasama dengan IGTK Kota Yogyakarta bertujuan untuk :

1. Lebih mendekatkan jalinan antara dosen sebagai pengabdian masyarakat dengan Guru-guru di Kota Yogyakarta..
2. Kerja sama antara FIK dan IGTK Kota, secara bersama memiliki tujuan dalam peningkatan pembelajaran senam

3. Untuk mengenalkan lebih dekat dengan lingkungan FIK dan UNY terhadap masyarakat luas.

D. Manfaat Pengabdian

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam kegiatan tersebut adalah :

1. Agar guru-guru di Kota Yogyakarta menambah pengetahuan mengenai senam sibuyung yang sesuai Produk FIK.
2. Merupakan sumbangan kepada masyarakat untuk berperan serta menikmati paket yang dikeluarkan dari FIK UNY.
3. Bagi tim pengabdian, sebagai bentuk pengabdian dengan mengenalkan satu model sederhana dan persepsi yang sama mengenai senam sibuyung.
4. Bagi FIK dan UNY sebagai bentuk mewujudkan Tri darma Perguruan Tinggi.

E. Tinjauan Pustaka

Pengertian senam si buyung merupakan salah satu cabang dari senam ritmik yang di dalamnya ada unsur gerak dan irama, yang akan di tujukan untuk perkembangan sistem syaraf sensoris pada anak usia dini.

Senam si buyung terdiri dari tiga bagian yaitu:

1. Pendahuluan : Pemanasan
2. Inti : Inti
3. Penutup : Pendinginan

Bentuk-bentuk Senam si Buyung

1. Senam si Buyung bentuk Cerita
2. Senam si Buyung bentuk Gerak lagu

1. Senam si Buyung bentuk Cerita

Pengertiannya :

Senam si Buyung yang di dalamnya terdapat unsur-unsur cerita sebagai media penarik anak didik untuk secara tidak sadar atau sadar melakukan gerakan yang diinginkan

Ketentuan:

Mulai dari awal sampai akhir ceritanya masih dalam satu tema

Di dalam cerita bisa dengan memfantasikan atau meniru gerakan tumbuhan, hewan, dll

2.Senam si Buyung bentuk gerak lagu

Suatu bentuk senam si buyung dimana di dalamnya terdapat unsur-unsur gerak lagu. Jadi dalam senam bentuk ini anak didik diharapkan mampu mengetahui bentuk tersebut dan mengevaluasi secara sederhana.

Ketentuannya:

Dari masing-masing gerak dalam sistematika senam harus dicocokkan dengan lagunya.

BAB II

METODE PENGABDIAN

A. KHALAYAK SASARAN

Sasaran kegiatan pelatihan ini adalah Guru-guru TK di Kota Yogyakarta yang bergabung dalam IGTK di wilayah Kota Yogyakarta.

B. BENTUK DAN STRATEGI KEGIATAN

Metode yang digunakan dengan pendekatan langsung, secara demonstrasi, praktek dan drill bagi guru TK dan evaluasi serapan materi dalam pelatihan tersebut.

C. PENYELENGGARA (TERLAMPIR)

D. PELAKSANAAN DAN LAMA KEGIATAN

Kegiatan Pelatihan Senam Sibuyung lewat Gerak dan Lagu Produk FIK Untuk Guru-Guru TK di Kota Yogyakarta dilaksanakan bulan Oktober minggu keempat tepatnya pada hari Sabtu, 24 Oktober dan Minggu, 25 Oktober 2009, waktu yang digunakan 2 hari (16 jam efektif) bertempat di FIK UNY.

E. ANGGARAN DAN SUMBER DANA (TERLAMPIR)

BAB III

HASIL PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

A. LAMA PELAKSANAAN KEGIATAN PPM

Kegiatan Pelatihan Senam Sibuyung lewat Gerak dan Lagu Produk FIK Untuk Guru-Guru TK di Kota Yogyakarta dilaksanakan bulan Oktober minggu keempat tepatnya pada hari Sabtu, 24 Oktober dan Minggu, 25 Oktober 2009, waktu yang digunakan 2 hari (16 jam efektif) bertempat di FIK UNY.

B. KETERKAITAN DENGAN PIHAK TERKAIT

Dalam pelaksanaannya, Tim Pengabdi menjalin kerja sama antara FIK dengan IGTK Kota Yogyakarta.

C. HASIL KEGIATAN PPM

Kegiatan pelatihan senam Si Buyung produk FIK UNY ini dirasakan bermanfaat oleh para guru TK peserta pelatihan karena kebanyakan guru TK di Kota Yogyakarta belum memahami sistematika penyusunan dan intensitas gerak untuk mencapai latihan yang terukur. Dari pelatihan ini diharapkan pula guru TK mengenal lebih dekat dengan Kampus UNY khususnya FIK. Dengan adanya paket senam Si Buyung diharapkan dapat memotivasi para guru TK untuk lebih meningkatkan diri dengan belajar paket senam yang berbeda-beda untuk menambah wawasan .

Dari praktek yang dilaksanakan ternyata masih banyak guru TK dan calon guru TK yang masih belum memahami tentang sistematika penyusunan gerakan.

D. FAKTOR PENGHAMBAT

Beberapa hambatan yang ditemui adalah beberapa guru TK tidak dapat hadir karena kesibukan masing-masing. Dan juga keterbatasan waktu dan tempat untuk

berlatih, maka serapan pelatihan tidak maksimal, ini merupakan hambatan yang dijumpai tim pengabdian.

E. FAKTOR PENDUKUNG

Faktor pendukung adalah tersedianya ruang pada hari pelaksanaan di FIK UNY dan kerjasama dengan IGTK dimana dari pihak IGTK sangat antusias dalam mempelajari senam Si Buyung produk FIK UNY dengan harapan dapat menambah wawasan guru-guru TK di Yogyakarta. Para pemateri yang memang merupakan pemerhati senam dan tenaga pengajar mata kuliah senam di FIK UNY.

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan ini terdapat beberapa fakta antara lain guru kurang mengetahui tentang sistematika menyusun gerakan untuk anak sehingga intensitas gerak kurang terukur. Dengan adanya pelatihan ini guru mendapat pengetahuan tentang penyusunan gerakan yang terukur. Pelatihan senam Si Buyung produk FIK UNY ini mendapat tanggapan yang positif dari para peserta. Praktek dalam pelatihan dapat diterima oleh peserta. Hal ini terlihat dari banyaknya peserta yang menghendaki memiliki vcd senam Si Buyung produk FIK UNY. Karena keterbatasan waktu dan tempat untuk berlatih, maka serapan pelatihan tidak maksimal, ini merupakan hambatan yang dijumpai tim pengabdian.

B. SARAN

Pelatihan senam Si Buyung produk FIK UNY ini sebaiknya harus dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan lebih lama waktunya. Disamping itu waktu dapat ditambah dan sasaran juga bisa diperluas.

Lampiran 1. Tim Pengabdian Kegiatan PPM

Ketua :

Nama : Sri Mawarti, M. Pd
NIP : 131 691 664
Pangkat /Golongan : Penata Tk I / III d
Jabatan : Lektor
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Pendidikan Terakhir : S2

Anggota I :

N A M A : Christina Fajar Sriwahyuniati. M. Or
N I P : 132 256 205
Tempat / Tgl. lahir : Ngemplak, 29 Desember 1971
Jenis Kelamin : Wanita
A g a m a : Islam
Status Perkawinan : Kawin
Alamat Rumah : Pajangan RT.02 / RW.08 Sindumartani , Ngemplak
Sleman , Yogyakarta { 55584 } Telpon : 02747130969

Anggota II :

Nama : Lismadiana, MPd
NIP : 131 568 302
Pangkat /Golongan : Penata Muda III/a
Jabatan : Asisten Ahli
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Terakhir :
Pendidikan Terakhir : S2

Anggota III (Mahasiswa):

1. Nama : Dian Kurnia Primasari
NIM : 04502241054
Jurusan/Prodi : PKL/PKO FIK - UNY
2. Nama : Dia Resnawati
NIM : 04502241025
Jurusan/Prodi : PKL/PKO FIK - UNY

Lampiran 2. Anggaran Kegiatan PPM

1. Dana dari Tim PPM FIK UNY	Rp 3.500.000
2. Dana IGTK	Rp 1.000.000
Jumlah	Rp 4.500.000

Penggunaan :

1. Materi Pelatihan dan Kaset	Rp 1.000.000
2. Pembuatan proposal, dan laporan	Rp 400.000
3. Honorarium Penatar, 3 orang x Rp 500.000	Rp 1.500.000
Asisten Penatar, 2 orang x Rp 250.000	Rp 500.000
4. Konsumsi	Rp 750.000
5. Lain-lain	<u>Rp 350.000+</u>
Jumlah	Rp 4.500.000

Lampiran 4. Jadwal Kegiatan Pelatihan

I. Jadwal Kegiatan

No	Hari/tgl	Waktu	Kegiatan	Pj
1.	Sabtu, 24-10-2009	08.00 -08.30	Registasi	Dian
		08.30 –	Pembukaan	Tim
		09.00	Pengantar Teori Senam	Tim
		09.00 –	Si Buyung	
		10.00	Praktek Senam Si Buyung	Tim
		10.00 -12.00	Ishoma	Tim
		12.00 –	Praktek Senam Si Buyung	
		13.00		
		13.00 –		
		16.00		
2.	Minggu, 25-10-2009	08.00 -10.00	Pembagian dan Latihan Kelompok	Tim
		10.00 –	Latihan Menyusun gerakan	Tim
		12.00		
		12.00 –	Ishoma	Tim
		13.00	Menampilkan gerakan senam setiap kelompok	
		13.00 –	Evaluasi	
		14.00		
		14.00 –		
		16.00		