



**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
LOKOMOTOR MELALUI POLA PENDEKATAN BERMAIN
PADA MURID KELAS 3 UPT SPF SD NEGERI SANGIR
KEC. WAJO KOTA MAKASSAR**

Andi Pahria Juliana¹, Sumarni², Imam Suyudi³

¹ PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: julianaandipahria@gmail.com

² PJKR, SD Negeri Sangir

Email: sumarni1312@guru.sd.belajar.id

³ PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: imam.suyudi@unm.ac.id

Artikel info

Received; 02-03-2024

Revised; 03-04-2024

Accepted; 04-05-2024

Published; 25-05-2024

Abstrak

Penelitian ini dilakukan karena terdapat permasalahan yang ada seperti peserta didik yang tidak mengikuti pembelajaran karena bosan, capek dan tidak menyukai pembelajaran sehingga menyebabkan kemampuan gerak dasar peserta didik tidak dapat mencapai ketuntasan minimal. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SD NEGERI SANGIR Kec. Wajo Kota Makassar sebanyak 25 anak yang terdiri dari 10 anak laki-laki dan 15 anak perempuan. Objek penelitian ini berupa hasil belajar gerak dasar lokomotor yang meliputi keaktifan peserta didik pada pelaksanaan pola pendekatan bermain pada gerak dasar lokomotor. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi, wawancara, tes dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan pola pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan dari siklus I sampai dengan siklus II yaitu 28% hasil siklus I dan hasil siklus II mencapai 88%.

Key words:

Hasil Belajar,

Pendekatan Bermain,

Gerak dasar lokomotor

artikel *global journal sport* dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Sistem pendidikan terdapat beberapa jenjang pendidikan mulai dari jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah pertama dan Sekolah menengah dan kejuruan semua itu adalah jenjang yang harus di lewati dalam Pendidikan Mata pelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan peserta didik di kenalkan berbagai macam gerak dan berbagai macam pengetahuan tentang kesehatan, peserta didik melakukan berbagai macam kegiatan yang berhubungan dengan motorik baik motorik halus maupun motorik kasar,

Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah di sadari oleh banyak kalangan. Namun dalam pelaksanaannya pengajaran Pendidikan Jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pendidikan Jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran Pendidikan Jasmani tidak harus berpusat pada guru tetapi pada peserta didik. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar Pendidikan Jasmani dan model pengajaran Pendidikan Jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar Pendidikan Jasmani.

Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat. Paling tidak fokusnya pada keterampilan anak, hal ini dapat berupa keterampilan fisik dan motorik, keterampilan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah, dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial.

Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat dan lempar (Syarifudin dan Muhadi, 1992: 24). Bentuk gerakan dasar tersebut telah dimiliki oleh murid-murid sekolah dasar. Gerak dasar jalan, lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar (SD) disamping gerak dasar lainnya, Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*), di samping gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif, gerak dasar lokomotor yang merupakan pokok bahasan yang diajarkan di sekolah dasar (SD). Gerak lokomotor merupakan jenis gerakan yang ditandai dengan pergerakan seluruh tubuh, dalam proses perpindahan tempat atau titik berat badan dari satu bidang tumpu ke bidang tumpu lainnya. Jenis gerakan lokomotor yaitu: berjalan, berlari, melompat, melayang dan jenis gerakan lainnya yang ditandai dengan perubahan tempat.

Gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya. Para peserta didik sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor. Pada umumnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah termasuk sekolah dasar didasarkan pada keterampilan yang sebenarnya atau menggunakan peralatan sebenarnya. Dari pembelajaran keterampilan tersebut, ternyata peserta didik sekolah dasar mengalami kendala atau kesulitan, karena pada masa kanak-kanak kemampuan gerak lokomotor baru berkembang, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dilaksanakan secara maksimal. Untuk mengatasi kendala atau kesulitan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, maka seorang guru harus mampu mencari solusi yang tepat agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tercapai salah satunya dengan cara permainan.

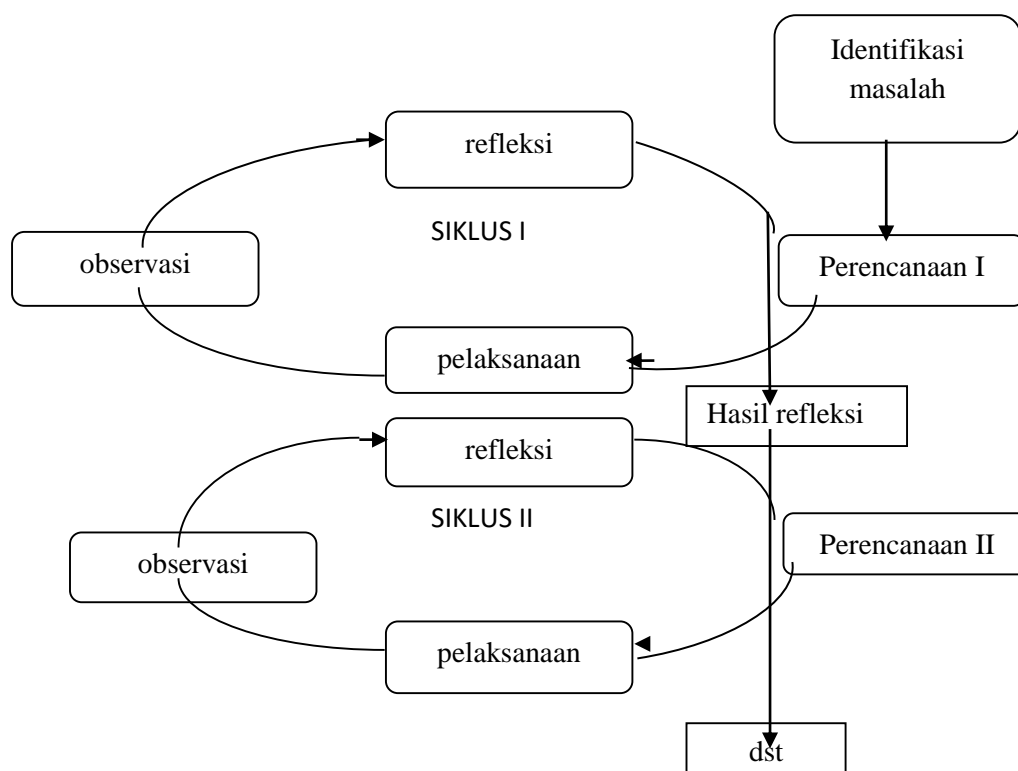
Pembelajaran pendidikan jasmani di UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar, terutama kelas 3 masih menggunakan pembelajaran konvensional, dari hasil observasi di lapangan saat pembelajaran masih menggunakan peralatan dan keterampilan yang sebenarnya, contohnya lari memutar lapangan, jalan keliling kampung, melompat ke bak pasir. sering kali dilaksanakan di jalan kampung sekitar sekolah. Dalam kegiatan pembelajaran masih ada beberapa peserta didik yang tidak mengikuti pembelajaran dengan beberapa alasan, diantaranya: bosan, capek, tidak menyukai materi pembelajaran. Hal ini menyebabkan kemampuan gerak dasar murid UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar belum optimal, hal ini dibuktikan masih banyak peserta didik yang nilainya di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Jika peserta didik kurang gerak dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maka akan berdampak pada tingkat kemampuan geraknya. Melalui pembelajaran permainan beregu diharapkan para peserta didik menemukan suasana baru yang menyenangkan dengan suasana yang menyenangkan peserta didik akan lebih tertarik dan senang dalam mengikuti pembelajaran, sehingga peserta didik lebih aktif

bergerak. Dengan peserta didik aktif bergerak, maka akan meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotifnya.

Sutama dan Sufanti (2009: 7) berpendapat: Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan penelitian yang bersifat reflektif. Kegiatan penelitian berangkat dari permasalahan riil yang dihadapi oleh praktisi pendidikan dan tugas pokok dan fungsinya masing-masing, kemudian direfleksikan alternatif pemecahan masalahnya dan tindak lanjut dengan tindakan-tindakan nyata yang terencana dan terukur.

METODE PENELITIAN

penelitian ini termasuk penelitian Tindakan kelas “*Classroom Action Research*” Model penelitian tindakan yang digunakan mengacu pada model spiral Kemmis dan Taggart.



Keterangan

- : kegiatan
- ▤ : hasil kegiatan
- : kegiatan berlangsung secara bersamaan
- : urutan pelaksanaan kegiatan

Gambar 3.1 Model PTK menurut Kemmis dan Tanggart

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang dilaksanakan dalam beberapa siklus. Penelitian tindakan kelas sebagai suatu bentuk penelitian yang bersifat refleksi dengan melakukan tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan profesional guru dalam kegiatan pembelajaran dikelas.

Subyek Penelitian

Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah kelas III Tahun pelajaran 2022/2023 dengan jumlah peserta didik sebanyak 25 orang, terdiri dari 10 peserta didik laki-laki dan 15 peserta didik perempuan.

Teknik Pengumpulan Data

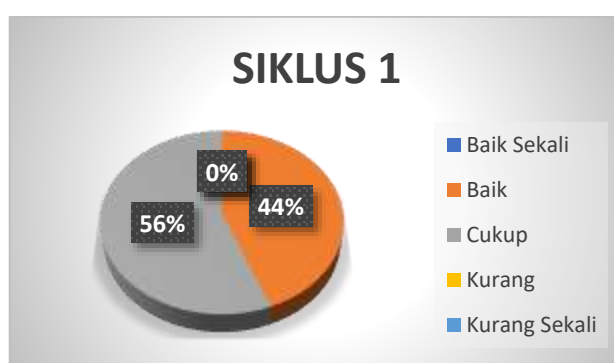
Teknik pengumpulan data merupakan cara mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan melalui observasi secara langsung adalah keaktifan peserta didik pada pelaksanaan Pola Pendekatan Bermain pada gerak dasar lokomotor, wawancara untuk memperoleh informasi-informasi dalam bentuk pernyataan-pernyataan lisan, tes digunakan untuk mengetahui skor nilai melalui angka yang diberikan kepada peserta didik dengan kriteria-kriteria penskoran sebagaimana telah tertulis, dan dokumentasi mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, transkrip, surat kabar majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda dan sebagainya.

Analisis Data

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus penelitian dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada siklus satu pembelajaran ini menggunakan Penerapan Pola Pendekatan Bermain dalam meningkatkan hasil belajar Gerak Dasar Locomotor Pada Peserta didik Kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar. Berikut penjelasan hasil siklus I



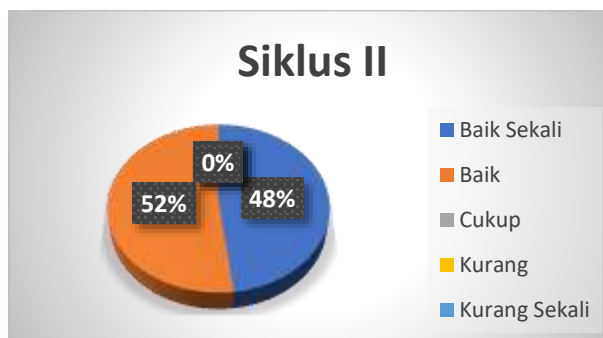
Gambar 4.2 Rangkuman Siklus I hasil belajar Gerak Dasar Locomotor Pada Peserta didik Kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar

Berdasarkan data diatas setelah melalui pelaksanaan Penerapan Pola Pendekatan Bermain pada siklus pertama menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor Peserta didik Kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar terdapat 11 peserta didik (44%) dalam kategori baik, 14 peserta didik (56%) dalam kategori cukup, 0 peserta didik (0%) dalam kategori kurang. Jadi pada pertemuan pertama siklus 1 terdapat 7 atau 28%

peserta didik berada dalam kategori baik (tuntas) dari 25 peserta didik secara keseluruhan. Presentase ketuntasan yang didapatkan pada siklus I yaitu 28% atau 7 dari 25 peserta didik yang mendapatkan nilai ≥ 75 .

Dengan demikian perlu dilakukan siklus kedua melalui model penerapan pola pendekatan bermain, dengan memperbaiki proses yang telah dilaksanakan pada siklus pertama.

Pada siklus II siswa diharapkan lebih giat dalam melakukan kegiatan pembelajaran, berikut hasil siklus II :



Gambar 4.3. Grafik Rangkuman Siklus II hasil belajar Gerak Dasar Lokomotor Pada Peserta didik Kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar

Berdasarkan data diatas setelah melaksanakan pelaksanaan Penerapan Pola Pendekatan Bermain pada siklus pertama menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor Peserta didik Kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar terdapat 12 peserta didik (48%) dalam skala baik sekali, 13 peserta didik (52 %) dalam skala baik, 0 peserta didik (0%) peserta didik dalam skala cukup. Jadi, pada siklus II diperoleh hasil yaitu 88% atau 22 orang peserta didik memperoleh nilai ≥ 75 dari 25 peserta didik secara keseluruhan.

Berdasarkan nilai-nilai hasil belajar dari siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan bahwa gerak dasar lokomotor dapat meningkatk dengan menggunakan penerapan pola pendekatan bermain pada peserta didik kelas III UPT SPF SD NEGERI SANGIR Kecamatan Wajo Kota Makassar.

PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lokomotor melalui Pola pendekatan Bermain Pada Murid Kelas III UPT SPF SD Negeri Sangir kecamatan Wajo Kota Makassar”. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan metode bermain pada gerak dasar lokomotor mengalami peningkatan hasil belajar pada kelas III UPT SPF SD Negeri Sangir kecamatan Wajo Kota Makassar .

DAFTAR PUSTAKA

- Mulyasa. 2011. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Purwanto.2014. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Sardiman, A.M.2008. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Cetakan ke-20
- Sugiyono. 2009. *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suyono.Harianto.2014.*Belajar dan Pembelajaran*.Bandung:PT.Remaja Rosda Karya
- Slameto, 2013. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta