



Efektivitas Pendekatan Bermain Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Siswa Kelas III UPT SPF SDN Kompleks IKIP

Nurul Hikmah Pawelloi Waris¹, Adam Mappaompo², Samsia³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : nurulhikmahpw@gmail.com

²Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : m.adam.mappaompo@unm.ac.id

³UPT SPF SD Kompleks IKIP

Email : samsiarazak@gmail.com

Artikel info	Abstrak
<i>Received; 02-03-2025</i> <i>Revised; 03-04-2025</i> <i>Accepted; 04-05-2025</i> <i>Published; 25-05-2025</i>	Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor pada siswa kelas III SDN Kompleks IKIP melalui pendekatan bermain. Masalah yang dihadapi adalah rendahnya kemampuan gerak lokomotor siswa, yang berdampak pada rendahnya hasil belajar mereka. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, yang masing-masing siklusnya melibatkan tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 30 siswa kelas III yang mengalami kesulitan dalam penguasaan gerak lokomotor. Dalam siklus I, hasil belajar siswa menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang mencapai ketuntasan, dengan 100% siswa mendapatkan nilai di bawah 75. Namun, setelah diterapkan pendekatan bermain, hasil belajar meningkat pada siklus II, di mana 70% siswa berhasil mencapai nilai di atas 75, sementara 30% siswa belum mencapai ketuntasan. Pendekatan bermain terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa karena mampu membuat pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran gerak lokomotor dapat meningkatkan keterampilan siswa kelas III SDN Kompleks IKIP secara signifikan, baik dalam aspek motorik maupun keterlibatan mereka dalam kegiatan pembelajaran.

Kata Kunci: Gerak Lokomotor, Pendekatan Bermain, PTK

artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peran penting dalam pengembangan fisik dan motorik siswa, terutama dalam aspek gerak lokomotor. Gerak lokomotor mencakup berbagai keterampilan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan bergerak secara umum. Keterampilan ini tidak hanya krusial untuk aktivitas sehari-hari, tetapi juga merupakan fondasi bagi keterampilan olahraga lainnya. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan gerak lokomotor pada siswa kelas III SDN Kompleks IKIP sangat relevan

dan mendesak. Pendekatan bermain dalam pembelajaran telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa. Penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Dengan menggunakan pendekatan bermain, siswa tidak hanya belajar secara teori tetapi juga melalui praktik langsung yang menyenangkan (Hammam et al., 2024). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor secara signifikan pada siswa di berbagai tingkat pendidikan (Hammam et al., 2024).

Siswa di kelas III sering kali menghadapi tantangan dalam memahami dan menguasai gerakan lokomotor jika metode pengajaran yang digunakan tidak menarik. Pendekatan bermain memberikan kesempatan bagi siswa untuk belajar sambil bermain, sehingga mereka dapat lebih mudah memahami konsep gerakan yang diajarkan. Dalam konteks ini, permainan tradisional atau aktivitas fisik yang menyenangkan dapat dijadikan media pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa (Hammam et al., 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik tetapi juga aspek sosial dan emosional siswa. Siswa yang terlibat dalam aktivitas bermain cenderung lebih bersemangat dan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi. Hal ini sangat penting untuk perkembangan karakter siswa di usia dini. Dengan demikian, penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran gerak lokomotor diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan keseluruhan siswa (Ali Budiman & Dewi, 2022).

Di SDN Kompleks IKIP, penerapan pendekatan bermain diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor siswa kelas III. Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) yang memungkinkan peneliti untuk melakukan intervensi langsung di kelas dan mengevaluasi dampaknya terhadap hasil belajar siswa. Setiap siklus penelitian akan mencakup perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi untuk memastikan bahwa proses pembelajaran berjalan efektif (Muaro, 2024).

Pengukuran hasil belajar akan dilakukan melalui tes keterampilan gerak lokomotor sebelum dan sesudah penerapan pendekatan bermain. Data yang diperoleh akan dianalisis secara deskriptif untuk menentukan apakah terdapat peningkatan signifikan dalam hasil belajar setelah penerapan metode tersebut. Penelitian menunjukkan bahwa penerapan permainan tradisional dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa secara signifikan, memberikan harapan bahwa metode serupa juga akan berhasil di SDN Kompleks IKIP.

Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan rekomendasi praktis bagi guru pendidikan jasmani tentang cara mengimplementasikan pendekatan bermain dalam pengajaran gerak lokomotor. Dengan menemukan cara yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar ini, diharapkan guru-guru dapat menerapkan metode ini dalam pembelajaran mereka sehari-hari. Ini juga sejalan dengan upaya meningkatkan kualitas pendidikan jasmani di Indonesia secara keseluruhan. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pentingnya pendekatan bermain dalam

pembelajaran gerak lokomotor. Dengan memahami bagaimana pendekatan ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa, diharapkan akan ada lebih banyak penelitian yang dilakukan di bidang ini untuk mengeksplorasi berbagai metode pengajaran lainnya.

Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan metode pengajaran olahraga yang lebih menarik dan efektif. Akhirnya, keberhasilan implementasi pendekatan bermain sangat bergantung pada kreativitas guru dalam merancang aktivitas yang menarik dan relevan dengan tujuan pembelajaran. Guru perlu terus berinovasi dan mencari cara-cara baru untuk membuat pembelajaran menjadi lebih menarik bagi siswa mereka. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya fokus pada peningkatan hasil belajar gerak lokomotor tetapi juga berkontribusi pada pengembangan metode pengajaran yang lebih baik di sekolah

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada upaya meningkatkan gerak lokomotor melalui pendekatan bermain pada siswa kelas III SDN Kompleks IKIP. Diharapkan bahwa temuan dari penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi praktik pengajaran di lapangan serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya di bidang pendidikan jasmani dan olahraga. Melalui penerapan pendekatan bermain, diharapkan siswa tidak hanya mampu menguasai keterampilan gerak lokomotor tetapi juga menikmati proses belajar mereka dengan cara yang menyenangkan

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada siswa kelas III SDN Kompleks IKIP melalui pendekatan bermain. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) diterapkan sebagai metode utama untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, dengan melibatkan interaksi aktif antara siswa dan guru. PTK dilakukan dalam dua siklus yang saling terkait, di mana siklus II merupakan perbaikan dari siklus I, untuk mencapai hasil yang lebih baik (Syaifudin, 2021). Desain penelitian ini mengikuti model tindakan kelas yang terdiri dari empat komponen utama: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi, yang dikembangkan berdasarkan teori Kurt Lewin. Tahapan pertama adalah perencanaan, yang mencakup penyusunan strategi dan kegiatan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Kemudian, tindakan dilakukan sebagai implementasi dari rencana yang sudah disusun, diikuti dengan pengamatan untuk mengumpulkan data mengenai proses dan hasil yang diperoleh. Refleksi dilakukan setelah seluruh proses untuk mengevaluasi dan menganalisis hal-hal yang telah berhasil serta bagian yang perlu diperbaiki. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perbaikan praktik pembelajaran secara berkelanjutan dan meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Data Awal

Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
----	------------	-----------	------------

1	>75	0	0%
2	<75	30	100%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan data awal yang ditunjukkan dalam Tabel 4.1, dapat disimpulkan bahwa pada tahap pra-siklus, tidak ada siswa yang mencapai nilai di atas 75 (tuntas). Seluruh 30 siswa (100%) masih berada pada kategori nilai di bawah 75 (belum tuntas). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi dilakukan, kemampuan gerak lokomotor siswa kelas III SDN Kompleks IKIP masih belum optimal, yang mencerminkan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor mereka. Keadaan ini menjadi dasar bagi peneliti untuk merancang dan melaksanakan tindakan yang akan dilakukan dalam siklus-siklus berikutnya dengan pendekatan bermain. Pendekatan ini diyakini dapat menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan interaktif, sehingga mampu meningkatkan minat dan kemampuan siswa dalam melaksanakan gerakan-gerakan dasar yang diperlukan dalam pembelajaran gerak lokomotor. Dengan adanya data awal yang menunjukkan bahwa seluruh siswa membutuhkan perbaikan dalam keterampilan gerak lokomotor, penelitian ini bertujuan untuk memberikan intervensi yang tepat agar siswa dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik dan tuntas sesuai dengan standar yang telah ditentukan. Setelah dilakukan tindakan pra siklus menunjukan hasilnya pada Tabel 1. Selanjutnya Desain yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus berulang yang meliputi Siklus I dan Siklus II. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada setiap siklus, maka dapat diketahui persentase proses dan hasil belajar yang di dapat dari kegiatan pembelajaran pada siklus I dan Siklus II. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan dipaparkan seperti di bawah ini:

Tabel 4.2 Hasil Berdasarkan Siklus I dan II

No	Ketuntasan	Siklus I	Persentase	Siklus II	Persentase
1	>75	5	16.67%	21	70%
2	<75	25	83.33%	9	30%
Jumlah		30	100%	30	100%

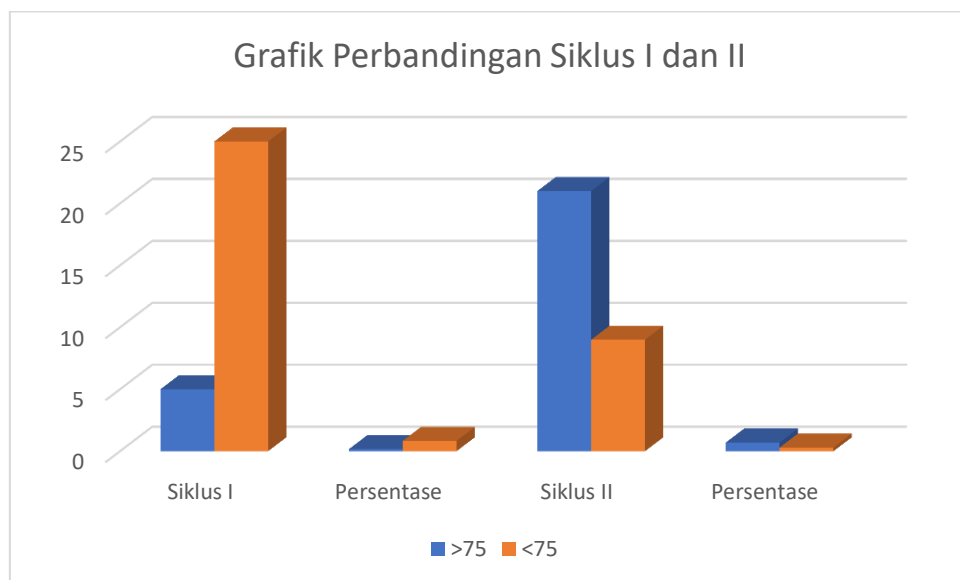
Berdasarkan Tabel 4.2 yang menunjukkan hasil belajar siswa pada Siklus I dan Siklus II, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pencapaian hasil belajar siswa pada keterampilan gerak lokomotor setelah dilakukan intervensi dengan pendekatan bermain.

Pada Siklus I, hanya 5 siswa (16,67%) yang mencapai nilai di atas 75, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa (83,33%) masih berada dalam kategori belum tuntas, yakni memiliki nilai di bawah 75. Hal ini mencerminkan bahwa pada siklus

pertama, meskipun pendekatan bermain sudah diterapkan, hasil belajar siswa masih membutuhkan perbaikan lebih lanjut.

Namun, pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan. Jumlah siswa yang tuntas (nilai > 75) meningkat menjadi 21 siswa (70%). Sebaliknya, hanya 9 siswa (30%) yang masih berada dalam kategori belum tuntas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain yang diterapkan dalam pembelajaran gerak lokomotor pada Siklus II lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa melalui penerapan pendekatan bermain, hasil belajar gerak lokomotor siswa mengalami peningkatan yang signifikan, dengan persentase siswa yang tuntas meningkat dari 16,67% pada Siklus I menjadi 70% pada Siklus II. Ini mengindikasikan bahwa pendekatan bermain yang diterapkan memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan motorik siswa kelas III SDN Kompleks IKIP.



Gambar 1. Perbandingan Siklus I dan Siklus II

Pembahasan penelitian ini berfokus pada upaya meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor siswa kelas III SDN Kompleks IKIP melalui pendekatan bermain. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus, dengan tujuan untuk melihat sejauh mana pendekatan bermain dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa. Sebelum memulai siklus, dilakukan observasi awal untuk memahami kondisi dan masalah yang ada di kelas. Berdasarkan hasil observasi awal, diketahui bahwa semua siswa (30 orang) belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan yaitu 75. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada tahap awal, banyak siswa yang belum mampu mencapai hasil yang optimal dalam hal keterampilan gerak lokomotor.

Pada Siklus I, diharapkan dengan penerapan pendekatan bermain, siswa dapat lebih aktif dan termotivasi untuk belajar. Namun, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hanya 5 siswa (16,67%) yang berhasil mencapai nilai lebih dari 75, sementara 25 siswa

(83,33%) masih berada di bawah nilai KKM. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun pendekatan bermain sudah diterapkan, tidak semua siswa berhasil memahami dan menguasai keterampilan yang diharapkan dalam permainan gerak lokomotor. Salah satu faktor yang mungkin memengaruhi rendahnya hasil belajar pada Siklus I adalah kurangnya variasi dalam permainan yang dapat menyesuaikan dengan kemampuan dan kebutuhan setiap siswa. Beberapa siswa mungkin merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kegiatan yang diberikan, sehingga berdampak pada rendahnya hasil belajar yang diperoleh.

Melihat hasil tersebut, dilakukan refleksi untuk memperbaiki pelaksanaan pembelajaran di Siklus II. Pada Siklus II, peneliti memperbaiki dan menyempurnakan metode yang diterapkan di Siklus I. Beberapa perubahan dilakukan, seperti memberikan instruksi yang lebih jelas, memberi lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk berlatih, dan meningkatkan interaksi selama proses pembelajaran. Hasilnya, pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan. Sebanyak 21 siswa (70%) berhasil mencapai nilai di atas 75, sementara hanya 9 siswa (30%) yang belum tuntas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bermain yang lebih terarah dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa mampu meningkatkan keterampilan gerak lokomotor mereka. Siswa menjadi lebih aktif, terlibat dalam kegiatan pembelajaran, dan termotivasi untuk meningkatkan performa mereka.

Peningkatan hasil belajar pada Siklus II juga dapat diatribusikan pada perubahan strategi dalam pembelajaran. Misalnya, peneliti menggabungkan permainan yang lebih bervariasi dan memberikan umpan balik yang lebih cepat dan konstruktif kepada siswa. Dengan pendekatan yang lebih fleksibel dan sesuai dengan karakteristik siswa, mereka dapat mengembangkan keterampilan gerak lokomotor secara optimal. Selain itu, suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak menekan membuat siswa merasa lebih percaya diri dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan.

Secara keseluruhan, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain dapat memberikan dampak yang positif terhadap hasil belajar gerak lokomotor siswa. Penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran tidak hanya membantu siswa untuk belajar dengan cara yang menyenangkan, tetapi juga meningkatkan keterampilan motorik mereka, seperti berlari, melompat, dan bergerak dengan koordinasi tubuh yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan teori-teori pembelajaran yang menekankan pentingnya aktivitas fisik dan pembelajaran berbasis pengalaman langsung dalam meningkatkan keterampilan anak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendekatan bermain dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor di kelas III SDN Kompleks IKIP.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran gerak lokomotor dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas III SDN Kompleks IKIP. Pada siklus I, hanya 16,67% siswa yang mencapai ketuntasan, sementara pada siklus II, persentase siswa yang tuntas meningkat signifikan

menjadi 70%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain yang lebih terstruktur dan interaktif mampu mendorong siswa untuk lebih aktif, terlibat, dan meningkatkan keterampilan gerak lokomotor mereka. Dengan demikian, pendekatan bermain terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor pada siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penelitian ini. Terima kasih kepada kepala sekolah, guru, dan seluruh staf SDN Kompleks IKIP yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melaksanakan penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada para siswa kelas III yang telah berpartisipasi dengan penuh semangat dalam setiap proses pembelajaran. Tidak lupa, peneliti menyampaikan terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang telah memberikan motivasi dan dukungan moril selama penyusunan penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi dunia pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Budiman, & Dewi. (2022). Meningkatkan Keterampilan Gerak Locomotor Siswa Melalui Permainan Tradisional Galah Asin. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 16–23. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.144>
- Hammam, M. A., Wijayanto, B., & Dinatan, V. C. (2024). PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOKOMOTOR MENGGUNAKAN PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS II SDN BABATAN 1/456 KOTA SURABAYA. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 1(7), 2556–2560.
- Muaro, M. I. N. (2024). UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK LOKOMOTOR MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS IV MIN 1 MUARO JAMBI. *JOURNAL OF INDONESIAN PROFESSIONAL TEACHER*, 1–11.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).