



Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 3, Nomor 1 Jauari 2025

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR DENGAN MENGGUNAKAN RAGAM PERMAINAN KINESTETIK KELAS II UPT SPF SD INPRES MALENGKERI BERTINGKAT 1

Asriana¹, Fandi Anwar Hudin², Muhammad Nur³

¹Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

²Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1

³Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

¹asrianainaa98@gmail.com, ²fandy.anwar55@gmail.com, ³m.nur@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi dari hasil pengamatan yang telah dilakukan terhadap siswa kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1, bahwa masih banyak siswa yang kesulitan dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar. Hal tersebut terlihat dari masih banyak siswa yang mendapatkan penilaian dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan gerak dasar murid UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 melalui penggunaan ragam permainan kinestetik. Metode yang dipilih dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas dengan 2 siklus. Subjek penelitian yaitu seluruh siswa kelas II yang berjumlah 28 siswa, dengan jumlah laki-laki 12 siswa dan siswa perempuan berjumlah 16 siswa. Penelitian dilaksanakan dengan empat tahapan meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Data diperoleh dari hasil observasi dan tes. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siklus I ketuntasan klasikal mencapai 64% dan siklus II ketuntasan klasikal mencapai 80%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan nilai secara klasikal tercapai pada siklus II. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan ragam permainan kinestetik dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar murid UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu faktor utama didalam pelaksanaan pembangunan nasional, terutama dalam mempersiapkan sumber daya manusia yang tangguh. Manusia yang tangguh adalah manusia yang mampu berjuang demi kemajuan dan pembangunan bangsanya. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial-emosional dan spiritual.

Keterampilan gerak dasar sendiri diklasifikasikan menjadi tiga kategori yaitu keterampilan gerak non lokomotor, gerak lokomotor dan gerak manipulatif (Resita, 2017). Dimana keterampilan gerak non lokomotor melibatkan keseimbangan statis maupun dinamis dan tidak menyebabkan perpindahan satu tempat ke tempat lain. Kemudian keterampilan gerak lokomotor yaitu gerak yang menyebabkan tubuh berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya seperti berjalan, berlari, dan melompat. Ketiga, keterampilan gerak manipulatif merupakan keterampilan gerak menguasai berbagai macam objek seperti menendang, melempar, dan menangkap

(HaibachBeach et al., 2018). Keterampilan gerak dasar tersebut telah dimiliki oleh anak usia sekolah dasar, namun perlu dikembangkan dalam kegiatan proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan terhadap murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa masih kurang maksimal. Siswa masih mengalami kesulitan dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar. Selain itu, siswa juga terlihat kurang antusias dalam melakukan gerak dasar. Sehingga hal tersebut mengakibatkan banyak siswa yang mendapatkan penilaian di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Dimana tingkat ketuntasan yang didapatkan yaitu 50% dari jumlah siswa pada kelas tersebut. Berdasarkan observasi dan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, perlu adanya inovasi atau media pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Pembelajaran melalui permainan merupakan salah satu yang dianggap dapat digunakan untuk menjawab permasalahan murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1. Permainan kinestetik seringkali digunakan dalam pembelajaran PJOK. Hal ini terlihat dari berbagai kegiatan pembelajaran yang lebih menonjolkan gerak tubuh. Berdasarkan hasil penelitian, penerapan permainan kinestetik efektif digunakan dalam pembelajaran PJOK bagi siswa sekolah dasar (Syahputri, 2020). Jika dilihat, permainan kinestetik sendiri memiliki gerakan yang sangat beragam. Sehingga guru dapat mengkombinasikan berbagai gerakan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Diharapkan dengan penggunaan ragam permainan kinestetik dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas (classroom action research). Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama (Arikunto, 2019). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada dasarnya bertujuan untuk mengatasi permasalahan-permasalahan pembelajaran di kelas sekaligus merupakan upaya meningkatkan efektifitas pembelajaran. Penelitian ini dilakukan di UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1. Populasi dan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas II. Jumlah siswa kelas II sebanyak 28 siswa yang terdiri dari 12 siswa putra dan 16 siswa putri. Dari jumlah populasi yang ada diambil secara keseluruhan sehingga penelitian ini dapat dikatakan sebagai penelitian populasi. Prosedur Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan dalam II siklus. Dimana pada setiap siklusnya dilaksanakan dalam empat tahapan. Tahapan tersebut meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari observasi dan tes. Berdasarkan data yang telah diperoleh selanjutnya dilakukan analisis deskriptif menggunakan teknik persentase. Dimana hal tersebut dilakukan mulai dari hasil observasi dan tes. Dari penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan, diharapkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar pada setiap siklusnya. Dimana tingkat keberhasilan ditentukan jika nilai klasikal siswa mencapai persentase 90%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi yang dilaksanakan, diketahui bahwa masih banyak siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran PJOK. Ini dapat dilihat dari sebagian siswa yang belum sepenuhnya memperhatikan materi yang disampaikan oleh guru. Hal tersebut berakibat pada kemampuan gerak dasar siswa yang belum maksimal. Oleh karena itu, perlu adanya variasi model permainan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan gerak dasar siswa.

Tabel 1. Rekapitulasi keterampilan gerak dasar sebelum mendapatkan tindakan

Aspek	Skor Nilai	Jumlah Siswa	Persentase	Kriteria
	< 75	12	43 %	Tuntas

Keterampilan gerka dasar	> 75	16	57 %	Tidak Tuntas
--------------------------	------	----	------	--------------

Dari tabel rekapitulasi data kegiatan sebelum mendapatkan tindakan diatas dapat diperoleh keterangan bahwa terdapat 12 siswa yang memiliki kriteria tuntas dengan persentase 43% dan siswa yang masuk dalam kriteria belum tuntas terdapat 15 siswa dengan persentase 57%. Kondisi ini dapat terlihat dari kemampuan siswa murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar. Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak dasar sebelum dilakukan tindakan belum mencapai kriteria nilai ketuntasan klasikal. Ragam permainan kinestetik dirancang mulai dari gerakan yang sederhana hingga gerakan yang kompleks. Gerakan tersebut terdiri dari gerakan ditempat, berpindah tempat dan gerakan manipulatif. Berdasarkan refleksi keterampilan gerak dasar pada siklus I, dapat dilihat seperti tabel .

Tabel 2. Rekapitulasi keterampilan gerak dasar siklus I

Aspek	Skor Nilai	Jumlah Siswa	Presentase	Kriteria
Keterampilan gerka dasar	< 75	18	64 %	Tuntas
	> 75	10	36 %	Tidak Tuntas

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diperoleh keterangan bahwa terdapat 17 siswa yang memiliki kriteria tuntas dengan persentase 64%. Siswa yang masuk dalam kriteria belum tuntas terdapat 15 siswa dengan persentase 36%. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya peningkatan kemampuan siswa dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar setelah diberikan tindakan. Berdasarkan refleksi data siklus I dapat dilihat bahwa nilai ketuntasan klasikal belum memenuhi target 80% sehingga perlu adanya perbaikan pada siklus II. Perencanaan pada siklus II dilaksanakan berdasarkan refleksi pada siklus I berdasarkan evaluasi pada siklus I. Pada siklus I ditemukan kendala seperti ada beberapa siswa merasa kesulitan dalam mempraktikkan gerak dasar melalui permainan kinestetik. Hal ini disebabkan karena permainan kinestetik merupakan hal yang baru bagi mereka. Sehingga pada siklus II, guru dan peneliti memilih permainan kinestetik dengan kesulitan yang lebih rendah sesuai dengan karakteristik siswa. Dari hasil penilaian keterampilan gerak dasar siswa pada siklus II dapat dilihat dari tabel dibawah ini

Tabel 3. Rekapitulasi keterampilan gerak dasar siklus II

Aspek	Skor Nilai	Jumlah Siswa	Presentase	Kriteria
Keterampilan gerka dasar	< 75	23	80 %	Tuntas
	> 75	5	20 %	Tidak Tuntas

Berdasarkan tabel 3, dapat diperoleh keterangan bahwa terdapat 23 siswa yang memiliki kriteria tuntas dengan persentase 80%. Siswa yang masuk dalam kriteria belum tuntas terdapat 5 siswa dengan persentase 20%. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 memperoleh nilai ketuntasan klasikal diatas 80%. Dengan demikian hasil belajar keterampilan gerak dasar melalui ragam permainan kinestetik dapat dikatakan tuntas. Berikut adalah rekapitulasi pengamatan keterampilan gerak dasar pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4. Rekapitulasi Keterampilan Gerak Dasar Siswa

Tindakan	Jumlah siswa	Tuntas	Presentase	Tidak tuntas	Presentase
Sebelum Tindakan	27	12	43%	16	57%
Siklus I	27	18	64%	10	36%
Siklus II	27	23	80%	5	20%

Berdasarkan tabel 4, keterampilan gerak dasar murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 mengalami peningkatan di setiap siklusnya. Selain itu, nilai ketuntasan klasikal melebihi target persentase yang ditetapkan sebesar 80% pada siklus II. Dari jumlah murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1 sebanyak 28 siswa, terdapat 5 siswa yang masuk dalam kriteria belum tuntas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian data rekapitulasi dan pembahasan pada uraian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan keterampilan gerak dasar murid kelas II UPT SPF SD Inpres Malengkeri Bertingkat 1. Hal ini dapat dilihat dari data yang diperoleh pada saat pelaksanaan penelitian tindakan kelas. Hasil dari keterampilan gerak dasar pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan, namun hasil tersebut belum mencapai target nilai klasikal. Peningkatan keterampilan gerak dasar memenuhi target nilai klasikal terjadi pada siklus II.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama-tama penulis ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan tulus kepada pembimbing oleh Bapak Muhammad Nur, M.Pd beserta guru pamong oleh Bapak Fandi Anwar Hudin, S.Pd.,Gr yang telah memberikan kontribusi dan memberikan penilaian, komentar, dan saran yang berharga selama penyelesaian jurnal ini.

Terima kasih dan utang budi khusus penulis persembahkan kepada ibunda tercinta , Rosmida dan ayahanda tercinta Jamaluddin, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dukungan, dan semangat untuk setiap jalan yang penulis pilih.

Semoga jurnal ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan pendidikan atau bagi yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2019). Penelitian Tindakan Kelas. Yogyakarta : Aditya Media.
- Advendi, K., & Kolektus oky, R. (2020). Merdeka Belajar dalam Perspektif Pendidikan Jasmani sebagai Mata Pelajaran Pengembangan Karakter. Prosiding Semin
- Muharram, N. A., & Kurniawan, W. (2021). Desain Pembelajaran Permainan Kinestetik LTBS (Lempar Tangkap Bola Estafet) untuk Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga, 6(2),279-284. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i2.1560>
- Syahputri, Aulia Maris. (2020). Pengembangan Permainan Berbasis Persepsi Kinestetik untuk Meningkatkan Persepsi Kinestetik, Kecerdasan Bermain, Kerjasama Anak Sekolah Dasar. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.