



Global Journal Sport Science

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

Volume 3, Nomor 1 Januari 2025

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK LOKOMOTOR DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV SISWA SD INPRESS MALLENGKERI BERTINGKAT 1

Asri Arsyad¹, Fandi Anwar Hudin², Muhammad Nur³

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Makaasar, JL. A. P Pettarani

¹asriaccad21@gmail.com, ²fandy.anwar55@gmail.com, ³nurmuhammad618@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor pada siswa kelas IV SD Inpress Mallengkeri dengan menggunakan pendekatan bermain. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang dilaksanakan dalam dua siklus. Data awal menunjukkan bahwa hanya 20% siswa yang mencapai nilai di atas 75, sementara 80% siswa masih di bawah kriteria ketuntasan. Pada siklus I, hasil belajar menunjukkan peningkatan, dengan 48% siswa mencapai ketuntasan, sedangkan 52% masih di bawah kriteria. Setelah penerapan pendekatan bermain pada siklus II, persentase siswa yang mencapai nilai di atas 75 meningkat signifikan menjadi 84%, dengan hanya 16% siswa yang masih di bawah kriteria. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain efektif dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, serta berkontribusi pada perkembangan keterampilan gerak lokomotor. Penelitian ini merekomendasikan penggunaan etode serupa dalam pembelajaran di bidang lain untuk mencapai hasil yang lebih baik.

PENDAHULUAN

Menjadi seorang guru memiliki peran yang sangat krusial dalam menciptakan pendidikan yang berkualitas. Seorang guru harus memiliki sifat-sifat tertentu yang mendukung kemajuan peserta didik, agar mereka dapat berkembang menjadi individu yang mandiri serta sumber daya manusia yang unggul. Untuk mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan, penting untuk membangun sistem pendidikan formal dan informal yang efektif, sehingga dapat melaksanakan berbagai kegiatan belajar dengan baik. Belajar merupakan elemen yang paling fundamental dalam pendidikan, seperti yang diungkapkan oleh (Delvita & Madri, 2020). Proses belajar ini memungkinkan seseorang untuk bertransisi dari keadaan ketidaktahuan menuju pemahaman yang lebih baik, serta dari ketidakmampuan untuk berkomunikasi menjadi mampu berinteraksi dengan baik. Oleh karena itu, keterlibatan semua pihak dalam kegiatan belajar sangat memengaruhi sikap dan motivasi peserta didik.

Salah satu contoh konkret dari keterlibatan ini adalah integrasi pendidikan jasmani ke dalam semua tingkat kelas. Dalam konteks ini, penerapan metode permainan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor di kelas IV SD Negeri Sangir memiliki latar belakang yang kuat dan relevan. Hal ini mengingat pentingnya pengembangan keterampilan motorik pada anak-anak yang berada di usia sekolah dasar. Gerak dasar lokomotor, yang mencakup aktivitas seperti berjalan, berlari, dan melompat, menjadi fondasi yang sangat penting bagi perkembangan fisik serta sosial anak. Aktivitas fisik yang cukup tidak hanya berkontribusi pada kesehatan jasmani mereka, tetapi juga berperan signifikan dalam perkembangan kognitif dan emosional anak. Dengan demikian, pendidikan jasmani yang diintegrasikan

dengan baik dalam kurikulum akan mendukung pertumbuhan holistik anak dan mempersiapkan mereka untuk masa depan yang lebih baik.

Gerak dasar lokomotor adalah hal yang harus diperhatikan pada tumbuh kembang anak, karena hal tersebut dapat dikatakan sebagai penentu bagi anak untuk kedepannya. Anak yang menguasai gerak dasar dengan baik akan memudahkan mereka dalam kehidupan sehari-harinya. Anak dapat berjalan dengan baik, berlari tanpa jatuh, dapat bermain dengan sesama teman seusia, serta bisa menjaga keseimbangan dengan baik (Febriani et al., 2023).

Peningkatan hasil belajar gerak lokomotor di SD INpress Mallengkeri bertingkat 1 menjadi fokus penting dalam pengembangan pendidikan jasmani. Gerak lokomotor merupakan dasar dari berbagai aktivitas fisik yang dilakukan oleh siswa, dan pemahaman serta penguasaan gerakan ini sangat krusial untuk perkembangan motorik mereka (Candra, 2018). Melalui pendekatan bermain, diharapkan siswa dapat belajar dengan cara yang menyenangkan dan efektif. Gerak lokomotor mencakup berbagai jenis gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, dan merangkak. Keterampilan ini tidak hanya penting untuk olahraga, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan fisik dan kesehatan anak. Oleh karena itu, penting bagi siswa di SD INpress Mallengkeri untuk mendapatkan pembelajaran yang tepat mengenai gerak lokomotor.

Pendekatan bermain dalam pembelajaran dapat menciptakan suasana yang menyenangkan dan menarik bagi siswa. Dengan mengintegrasikan elemen permainan, siswa lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran konstruktivis yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam memahami konsep-konsep baru. Penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan keterampilan motorik siswa. Melalui aktivitas yang menyenangkan, siswa dapat belajar tanpa merasa tertekan. Ini penting untuk menjaga minat dan keterlibatan mereka dalam pelajaran pendidikan jasmani.

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas (PTK) di SD INpress Mallengkeri akan melibatkan siklus perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Setiap siklus akan dievaluasi untuk mengukur peningkatan kemampuan gerak lokomotor siswa. Dengan pendekatan ini, guru dapat mengidentifikasi strategi yang paling efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

Pengukuran hasil belajar akan dilakukan melalui tes praktik gerak lokomotor sebelum dan setelah penerapan metode bermain. Data ini akan memberikan gambaran jelas tentang kemajuan siswa dan efektivitas metode yang digunakan. Diharapkan hasil evaluasi menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah setiap siklus. Interaksi sosial antar siswa selama proses belajar juga akan diperhatikan. Pembelajaran berbasis permainan mendorong kolaborasi dan komunikasi antar siswa, yang merupakan aspek penting dalam pengembangan keterampilan sosial mereka. Lingkungan yang mendukung ini juga berkontribusi pada peningkatan motivasi belajar. Refleksi setelah setiap siklus sangat penting untuk memahami apa yang berhasil dan apa yang perlu diperbaiki. Siswa dan guru akan bersama-sama mengevaluasi proses pembelajaran dan hasil yang dicapai. Refleksi ini membantu siswa menyadari kemajuan mereka sendiri serta menetapkan tujuan baru untuk siklus berikutnya. Peran guru sebagai fasilitator sangat penting dalam metode bermain. Guru perlu memiliki pemahaman yang baik tentang teknik gerak lokomotor serta cara-cara kreatif untuk menyampaikannya kepada siswa. Pelatihan guru dalam metode pengajaran yang inovatif akan sangat mendukung keberhasilan program ini. Dukungan dari orang tua juga berperan penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Melibatkan orang tua dalam kegiatan olahraga sekolah dapat menciptakan sinergi antara rumah dan sekolah, sehingga anak-anak merasa didukung dalam proses belajar mereka (Yusroni et al., 2022).

Tantangan seperti kurangnya fasilitas olahraga di sekolah juga perlu diatasi agar pembelajaran dapat berjalan lancar. Penyediaan sarana prasarana yang memadai akan mendukung kegiatan pembelajaran dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk berlatih dengan lebih baik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dalam pembelajaran olahraga telah berhasil meningkatkan motivasi dan keterampilan siswa di berbagai tingkat pendidikan. Ini menunjukkan bahwa pendekatan serupa di SD INpress Mallengkeri memiliki potensi besar untuk sukses.

Peningkatan hasil belajar gerak lokomotor melalui pendekatan bermain tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan teknis siswa tetapi juga untuk membentuk karakter positif seperti kerjasama dan disiplin. Ini adalah nilai-nilai penting yang harus ditanamkan sejak dini kepada generasi muda sebagai persiapan mereka menghadapi tantangan di masa depan. Pentingnya integrasi antara teori

dan praktik dalam pendidikan jasmani tidak bisa diabaikan. Siswa perlu memahami konsep dasar gerak lokomotor sambil menerapkannya dalam situasi nyata melalui permainan. Hal ini akan memperkuat pemahaman mereka terhadap materi yang diajarkan.

Keberhasilan program peningkatan hasil belajar gerak lokomotor di SD Inpress Mallengkeri melalui pendekatan bermain akan menjadi model bagi sekolah-sekolah lain dalam mengimplementasikan metode serupa. Dengan demikian, tujuan akhir dari pendidikan jasmani—yaitu menciptakan individu yang sehat secara fisik dan mental—dapat tercapai dengan lebih baik.

METODE

Jenis penelitian yang diterapkan dalam studi ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut (Arikunto, 2021), PTK didefinisikan sebagai serangkaian tindakan yang dilakukan secara sengaja di dalam kelas untuk memperbaiki atau meningkatkan proses pembelajaran. Fokus utama dari penelitian ini adalah menganalisis masalah-masalah yang muncul di dalam kelas, terutama yang berkaitan dengan proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa dan guru, seperti yang dijelaskan oleh (Syaifudin, 2021). Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti melakukan serangkaian tindakan yang terdiri dari pra-siklus, siklus 1, dan siklus 2, di mana seluruh prosesnya melibatkan 25 siswa. Pemilihan kelas ini didasarkan pada adanya berbagai kelemahan yang teridentifikasi dalam proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK) serta siswa kelas IV SD Inpress Mallengkeri Bertingkat I. Peneliti merasa perlu untuk melakukan intervensi guna meningkatkan efektivitas pembelajaran di kelas ini.

Instrumen penilaian yang digunakan untuk mengevaluasi hasil belajar siswa mencakup tiga aspek utama, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Aspek kognitif berfokus pada pemahaman dan pengetahuan siswa mengenai materi yang diajarkan, sementara aspek afektif mengukur sikap dan minat siswa terhadap pembelajaran. Aspek psikomotor, di sisi lain, menilai keterampilan fisik siswa dalam melakukan aktivitas yang diajarkan. Dengan pendekatan yang komprehensif ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas tentang kemajuan siswa serta efektivitas metode yang diterapkan dalam pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Data Awal

Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	5	20%
2	<75	20	80%
	Jumlah	25	100%

Upaya untuk meningkatkan hasil belajar gerak lokomotor pada siswa kelas IV di SD Inpress Mallengkeri bertingkat 1 dilakukan dengan menggunakan pendekatan bermain. Tabel 4.1 menyajikan deskripsi data awal yang menggambarkan tingkat ketuntasan siswa sebelum intervensi dilaksanakan. Dari total 25 siswa, hanya 5 siswa yang berhasil mencapai nilai di atas 75, yang berarti persentase ketuntasan hanya mencapai 20%. Sementara itu, 20 siswa, atau 80%, masih berada di bawah nilai ketuntasan yang ditetapkan. Angka ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum dapat memahami dan menguasai gerakan lokomotor dengan baik. Dengan kondisi ini, sangat penting untuk menerapkan metode yang lebih menarik dan menyenangkan, seperti pendekatan bermain, untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses belajar. Diharapkan melalui pendekatan ini, siswa dapat lebih aktif berpartisipasi dan meningkatkan keterampilan gerak lokomotor mereka, sehingga hasil belajar yang diinginkan dapat tercapai.

Setelah tindakan pra-siklus dilaksanakan, hasilnya dapat dilihat pada Tabel 1. Penelitian ini menggunakan desain yang terdiri dari dua siklus, yaitu Siklus I dan Siklus II. Berdasarkan tindakan yang dilakukan di setiap siklus, dapat diketahui persentase proses dan hasil belajar yang diperoleh dari

kegiatan pembelajaran pada kedua siklus tersebut. Hasil yang didapatkan akan dipresentasikan sebagai berikut :

Tabel 4.2 Hasil Berdasarkan Siklus I dan II

No	Ketuntasan	Siklus I	Persentase	Siklus II	Persentase
1	>75	12	48%	21	84%
2	<75	13	52%	4	16%
	Jumlah	25		25	

Tabel 4.2 menunjukkan hasil belajar siswa berdasarkan siklus I dan siklus II dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak lokomotor. Pada siklus I, dari total 25 siswa, sebanyak 12 siswa berhasil mencapai nilai di atas 75, yang mencerminkan persentase ketuntasan sebesar 48%. Sementara itu, 13 siswa, atau 52%, masih memperoleh nilai di bawah 75. Angka ini menunjukkan bahwa meskipun ada kemajuan, masih ada sebagian besar siswa yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut.

Setelah diterapkannya intervensi dalam siklus II, hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan. Pada siklus ini, 21 siswa berhasil mencapai nilai di atas 75, yang setara dengan persentase ketuntasan sebesar 84%. Sebaliknya, hanya 4 siswa yang masih berada di bawah kriteria ketuntasan, yaitu 16%. Peningkatan dari 48% menjadi 84% menunjukkan bahwa pendekatan bermain yang diterapkan telah efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

Secara keseluruhan, tabel ini mengindikasikan bahwa metode yang digunakan dalam siklus II telah berhasil meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, sehingga menghasilkan perbaikan yang nyata dalam kemampuan gerak lokomotor mereka. Hasil ini menunjukkan pentingnya strategi pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif dalam mendukung perkembangan keterampilan fisik siswa.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran gerak lokomotor di kelas IV SD Inpress Mallengkeri telah berhasil meningkatkan hasil belajar siswa. Berdasarkan data yang diperoleh, persentase ketuntasan siswa meningkat dari 48% pada siklus I menjadi 84% pada siklus II. Hal ini menandakan bahwa metode yang digunakan efektif dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa selama proses belajar. Meskipun masih ada beberapa siswa yang perlu perhatian lebih lanjut, hasil ini menunjukkan potensi besar dari pendekatan pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif untuk mendukung pengembangan keterampilan fisik siswa. Oleh karena itu, strategi serupa dapat diterapkan dalam pembelajaran lainnya untuk mencapai hasil yang lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ingin menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dan membantu saya dalam melaksanakan penelitian ini, guru, pembimbing dan para siswa SD malengkeri bertingkat 1, atas semua dukungan, bimbingan, dan arahan yang beliau berikan kepada saya. Terakhir, saya juga ingin berterima kasih kepada semua orang yang telah mendukung saya baik secara emosional maupun intelektual selama proses penelitian ini dan semoga dapat bermanfaat bagi penulis dan semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Candra, J. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor dengan Pola Pendekatan Bermain SD AL Hanief Kota Bekasi. *Jendela Olahraga*, 3(1).
- Delvita, M., & Madri, M. (2020). Komparasi Metode Pembelajaran Menggunakan Media Visual dan Konvensional Terhadap Hasil Belajar Pada Materi Senam Lantai. *Jurnal JPDO*, 3(3), 19–24.
- Febriani, H., Arwin, & Prabowo, A. (2023). Implementasi Pembelajaran Dengan Metode Bermain Dalam Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas III SD Negeri 38 Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 201–215. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v4i2.29174>
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).
- Yusroni, M., Prastyana, B. R., & Utomo, G. M. (2022). PENERAPAN MODIFIKASI PERMAINAN MENGGUNAKAN MEDIA CONE UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK LOKOMOTOR SISWA SD MIDU GEDONGAN WARU. *Jurnal Muassis Pendidikan Dasar*, 1(3), 217–226.