

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu bagian dalam pendidikan keseluruhan di dunia pendidikan Indonesia yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat pertumbuhan dan perkembangan jasmaniah, mental sosial dan emosional. Pendidikan merupakan upaya untuk membentuk manusia yang sempurna, yaitu manusia yang bertumbuh-kembang menjadi manusia yang sehat jasmani, rohani, sosial, dan spiritual (Mashuri et al., 2022:2). Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang memuat pengetahuan tentang gerak jasmani dalam berolahraga serta faktor kesehatan yang dapat mempengaruhinya, serta sikap perilaku yang dituntut dalam berolahraga dan menjaga kesehatan sebagai suatu kesatuan utuh. Selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga diberikan semua jenjang di dunia pendidikan Indonesia yaitu dari tingkat anak usia dini, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, dan bahkan perguruan tinggi. Pendidikan jasmani disekolah merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah. Karena, pendidikan jasmani sangat penting untuk mendukung kebugaran siswa bahkan prestasi siswa. Untuk mendukung dan mengembangkan bakat dan kemampuan siswa maka sekolah harus melakukan gerakan atau program yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi baik prestasi akademik maupun prestasi olahraga. Dalam program tersebut terdapat banyak upaya jenis olahraga untuk mengajak siswa lebih aktif di dalam pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan dengan melakukan permainan seperti tenis meja ataupun lapangan, bulutangkis, bola basket, bola voli, sepak takraw, futsal, bola tangan, sepakbola, dan lain-lain.

Dalam olahraga apapun, tentu di dalamnya pasti terdapat yang namanya model latihan. Model latihan itu sendiri tergantung dari jenis olahraga yang akan dimainkan. Setiap olahraga tidak bisa dipaksakan dengan cabang olahraga yang lainnya, ini harus disesuaikan dengan karakteristik dari masing-masing permainan dalam cabang olahraga itu sendiri. Di dalam permainan olahraga terdapat yang namanya gerak dasar diantaranya gerak lokomotor, gerak non-lokomotor, dan gerak manipulatif, bila kita amati secara seksama maka yang paling sering dilakukan adalah gerak lokomotor dan manipulatif. Karena pada gerakan tersebut peserta didik dapat melakukan gerakan lebih luas dan tidak terbatas. Sedangkan, gerak non-lokomotor sangat jarang dilakukan oleh semua orang, apalagi di sekolah sang pengajar sangat jarang melakukan kepada peserta didik dalam melakukan permainan olahraga, karena gerakan peserta didik dibatasi untuk pergerakannya dalam melakukan gerak. Pada dasarnya guru sangat berperan penting dalam proses kegiatan bermain anak karena guru sebagai pendidik memiliki peran yaitu melatih, mendidik, mengajar, menjaga, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi. Keberhasilan kegiatan belajar mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat diukur dari keberhasilan siswa dalam mengikuti pembelajaran tersebut. Semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran. (Komang Sukarata et al., 2022:11). Gerak non-lokomotor merupakan gerakan yang dilakukan di tempat. Tanpa ada ruang gerak

yang memakai kemampuan non-lokomotor terdiri dari menekuk, meregang, mengayun, membungkuk, mengambil, manaruh, menoleh, mendorong, menarik, mengangkat, menurunkan, melipat, memutar, melingkar, dan melambungkan. Di lihat dari model latihan gerak dasar non-lokomotor di atas, peneliti mencoba untuk merancang permainan untuk peserta didik sekolah dasar.

Bermain merupakan kesempatan bagi anak untuk bereksplorasi, mengadakan penelitian-penelitian, mengadakan percobaan-percobaan untuk memperoleh pengetahuan, wawasan, dan pengalaman, bermain juga membuka banyak kesempatan bagi anak yang berkreasi. Permainan yang di rancang oleh peneliti merupakan aktivitas yang dilakukan dengan melakukan gerak tubuh dengan memegang bola untuk dipindahkan dari satu anak ke anak yang lain dan ada juga melempar dan menghindarkan bola. Dalam permainannya yang akan dimainkan peserta didik tidak berpindah tempat sesuai dengan model latihan gerak non-lokomotor. Dalam hal ini, bermain dapat digunakan untuk meningkatkan model latihan gerak dasar non-lokomotor. Permainan ini dilakukan dengan menggunakan bola-bola kecil yang nantinya bola tersebut dilempar ke pemain lawan atau dimasukkan ke dalam kotak, box, ember, atau sejenisnya. Sebagai tahap awal agar dapat bermain permainan ini adalah berlatih teknik dan gerak dasar dari permainan yang akan dimainkan seperti menoleh, memutar, menekuk, mendorong, mengangkat, mengayunkan. Tidak menutup kemungkinan juga seluruh gerak dasar non-lokomotor perlu dilatih. Pada dasarnya anak-anak usia Sekolah Dasar membutuhkan banyak keterampilan gerak, maka dari itu salah satu cara untuk melatih keterampilan gerak tersebut adalah dengan cara memberikan permainan yang mempunyai manfaat sangat besar untuk

perkembangan kemampuan gerak dasar non-lokomotor anak. Dalam permainan ini, peneliti melakukan penelitian dengan kelas tinggi di sekolah dasar. Tingkatan kelas di sekolah dasar dapat dibagi menjadi dua, yaitu kelas rendah dan kelas tinggi. Kelas rendah terdiri dari kelas satu, dua, dan tiga, sedangkan kelas tinggi terdiri dari kelas empat, lima, dan enam.

Pada saat dilakukannya pengamatan, proses pembelajaran olahraga dengan permainan yang dilakukan oleh sang pengajar kepada peserta didik di sekolah tersebut pelaksanaan proses pembelajaran masih memiliki beberapa kendala. Kendala yang dihadapi yaitu peserta didik merasakan bahwa tidak ada hasil perubahan dari keadaan semula ke perubahan selanjutnya atau kurangnya variasi terhadap proses pembelajaran. Kemudian, dalam proses pembelajaran berlangsung bahwa proses yang dilakukan oleh sang pengajar berulang-ulang selalu sama dengan yang dulu atau itu-itu saja yang membuat peserta didik memiliki perasaan bosan yang muncul ketika kegiatan sang pengajar lakukan kurang menarik dan tidak bermakna. Selain itu, peserta didik pula merasakan ketakutan dalam proses pembelajaran dikarenakan sekolah tersebut masih kurangnya sarana dan prasarana, dilihat jelas ketika peserta didik melakukan praktik di lapangan bahwa lapangan tempat berlangsungnya proses pembelajaran masih kurang layak untuk digunakan yang dianggap akan mendatangkan bencana atau bahaya bagi peserta didik dan juga jumlah fasilitas pendukung yang digunakan tidak seimbang dengan jumlah peserta didik seperti matras, bola, *cone*, dan lain-lainnya. Berdasarkan informasi langsung yang diperoleh serta dilakukan oleh peneliti bahwa peserta didik kelas tinggi SD Negeri 5 Banyuning dalam pembelajaran olahraga, guru dituntut untuk memiliki pemahaman dan pengetahuan terkait mengenai media

dan model pembelajaran agar mendapatkan kemajuan dalam proses pembelajaran (Suwiwa et al., 2020:12). Selain itu, sang pengajar juga dituntut agar lebih variatif, kreatif, dan inovatif dalam memilih model latihan gerak dasar yang tepat untuk mencapai tujuan yang maksimal. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani pada materi permainan mengalami kendala terutama pada keterampilan peserta didik, masih banyak yang belum menguasai keterampilan bermain dalam permainan yang diberikan sang pengajar seperti dimana saat melakukan permainan ataupun masih banyak peserta didik yang belum mengerti dan mengetahui teknik ataupun gerakan dari permainan tersebut yang seharusnya dalam melakukan gerakan lebih efektif, efisien, dan aman. Dengan tujuan penelitian akan mengembangkan permainan sebagai model kegiatan bermain yang difokuskan pada gerak dasar non-lokomotor tingkat kelas tinggi di sekolah dasar. Penelitian pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor dalam permainan untuk strategi kegiatan permainan yang digunakan dalam pembelajaran anak yang dikembangkan khusus untuk model latihan gerak dasar non-lokomotor terutama agar anak memiliki ketangguhan fisik dan variasi kegiatan untuk terus bergerak ditempat.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ludi Diana Ulfah (2020:iii) dengan judul “Pengembangan Media Rotare (Roda Putar Edukatif) Untuk Menstimulasi Kemampuan Gerak Lokomotor Dan Non-lokomotor Anak Usia 4 – 5 Tahun”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media ROTARE dikembangkan melalui lima tahapan yaitu: a) *Analysis*; b) *Design*; c) *Development*; d) *Implementation*; e) *Evaluation*. Media ROTARE sangat layak digunakan berdasarkan penilaian dari ahli materi dengan persentase sebesar

81.8% dan penilaian dari ahli media dengan persentase yang didapat sebesar 83.3%. Berdasarkan hasil uji coba *one to one* pada anak usia 4-5 tahun persentase yang didapat sebesar 97.4% dengan kesimpulan sangat baik.

Penelitian oleh Ismayati Nur Islami (2021:ii) dengan judul “Pengembangan Permainan Ular Tangga Aktif (Pergatif) Untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Dan Non-lokomotor Pada Anak Usia 5 – 6 Tahun”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan uji coba dengan ahli media permainan Ular Tangga Aktif (PERGATIF) masuk dalam kategori sangat layak dengan persentase yang diperoleh sebesar 91,6%, sedangkan penilaian yang didapat dari hasil uji coba kelompok kecil pada hari Rabu tanggal 11 November 2020 memperoleh nilai sebesar 72,9% dan pada hari Kamis tanggal 12 November 2020 memperoleh nilai sebesar 93,75% dengan menunjukkan terjadinya peningkatan nilai akhir sebesar 20,85%. Hasil pengembangan permainan ini diperoleh kesimpulan bahwa nilai yang didapat setelah melakukan uji coba pada permainan Ular Tangga Aktif (PERGATIF) sangat layak dijadikan salah satu permainan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor dan non-lokomotor pada anak usia 5-6 tahun. Dapat disimpulkan bahwa model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar baik digunakan dalam materi gerak dasar non-lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning.

Adapun upaya untuk meningkatkan dan mengembangkan model latihan non-lokomotor peserta didik dalam penelitian ini merupakan dengan melakukan beberapa permainan. Oleh karena itu, setiap peserta didik punya kesempatan yang

sama untuk meningkatkan model latihan gerak dasar non-lokomotor. Jika dilihat dari uraian di atas, maka perlu suatu tindakan untuk mengembangkan suatu model permainan yang sekiranya dapat meningkatkan model latihan gerak dasar non-lokomotor peserta didik. Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul: “Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Non-lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi Di Sekolah Dasar Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Sumber dan media yang digunakan oleh guru dalam pembelajaran gerak dasar non-lokomotor kurang efektif dan efisien.
2. Sarana dan Prasarana yang tersedia kurang mendukung pelaksanaan pembelajaran gerak dasar non-lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar.
3. Guru belum dapat mengefektifkan dan mengfisienkan proses pembelajaran gerak dasar non-lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar.
4. Model latihan gerak dasar non-lokomotor yang digunakan oleh guru kurang menarik sehingga menyebabkan peserta didik cepat merasa bosan.

1.3 Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi pembahasan agar tidak menyimpang dari permasalahan dan tidak terlalu luasnya pembahasan sehingga mengingat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan peneliti. Pembatasan masalah dalam

penelitian ini adalah pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor agar lebih memadai, lengkap, dan menarik minat siswa dalam pembelajaran.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka penulis membuat rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah rancang bangun pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023?
2. Bagaimanakah validitas ahli terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023?
3. Bagaimanakah validitas uji perorangan, uji kelompok kecil, dan uji kelompok besar terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023?
4. Bagaimanakah uji kepraktisan terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, adapun tujuan dari pelaksanaan penelitian pengembangan ini adalah sebagai berikut

1. Mendeskripsikan rancang bangun pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023.
2. Mendeskripsikan validitas ahli terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023.
3. Mendeskripsikan validitas uji perorangan, uji kelompok kecil, dan uji kelompok besar terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023.
4. Mendeskripsikan uji kepraktisan terkait pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 5 Banyuning Tahun Pelajaran 2022/2023

1.6 Spesifikasi Produk Yang Diharapkan

Spesifikasi produk terperinci mengenai pengembangan ini diuraikan dalam persyaratan kinerja (*performance*). Dalam penelitian pengembangan ini menghasilkan sebuah produk buku Model Latihan Gerak Dasar Non-lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi Di Sekolah Dasar. Adapun spesifikasi produk pengembangannya adalah sebagai berikut.

1. Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Non-lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi Di Sekolah Dasar berupa model latihan yang dalam bentuk buku dikemas secara menarik dengan berisikan panduan pelaksanaan model latihan berbasis permainan dengan ilustrasi yang

sederhana dan menarik sehingga dapat memudahkan peserta didik dalam memahami materi gerak dasar non-lokomotor.

2. Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Non-lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi Di Sekolah Dasar terdiri dari beberapa bentuk latihan gerak dasar non-lokomotor seperti mengayun, membungkuk, mendorong dan sejenisnya yang diharapkan dapat memberikan daya tarik bagi peserta didik agar proses pembelajaran tidak terasa monoton dan lebih menyenangkan.

1.7 Pentingnya Pengembangan

Dilihat dari proses pembelajaran peserta didik sekolah dasar dalam pembelajaran PJOK bahwa pelaksanaan proses pembelajaran PJOK tersebut masih terdapat kendala yang dihadapi yaitu peserta didik merasakan bahwa tidak ada hasil perubahan dari keadaan semula ke perubahan selanjutnya atau kurangnya variasi terhadap proses pembelajaran. Kemudian, dalam proses pembelajaran berlangsung bahwa proses yang dilakukan oleh sang pengajar berulang-ulang selalu sama dengan yang dulu atau itu-itu saja yang membuat peserta didik memiliki perasaan bosan yang muncul ketika kegiatan sang pengajar lakukan kurang menarik dan tidak bermakna. Selain itu, peserta didik pula merasakan ketakutan dalam proses pembelajaran dikarenakan sekolah tersebut masih kurangnya sarana dan prasarana, dilihat jelas ketika peserta didik melakukan praktik di lapangan bahwa lapangan tempat berlangsungnya proses pembelajaran masih kurang layak untuk digunakan yang dianggap akan mendatangkan bencana atau bahaya bagi peserta didik dan juga jumlah fasilitas pendukung yang digunakan tidak seimbang dengan jumlah peserta didik.

Oleh karena itu, model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi di sekolah dasar di kemas dalam bentuk buku, di harapkan guru dapat memfasilitasi peserta didiknya dengan sumber dan media pembelajaran yang mudah dipahami, membantu meningkatkan minat dan aktivitasnya serta proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan bermakna bagi peserta didik, sehingga tujuan pembelajaran yang dilaksanakan dapat tercapai dengan maksimal.

1.8 Asumsi Dan Keterbatasan Pengembangan

Asumsi dan keterbatasan pengembangan yang digunakan dalam media pembelajaran Latihan Gerak Dasar Non-lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi Di Sekolah Dasar adalah sebagai berikut.

1. Asumsi Pengembangan

- 1) Penelitian pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi di sekolah dasar berupa buku, yang diharapkan dapat membantu guru dalam memberikan pemahaman tentang materi gerak dasar non-lokomotor kepada peserta didik melalui permainan sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.
- 2) Produk yang dikembangkan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan yang di kemas berupa buku ini juga bisa membantu guru PJOK yang kurang memiliki keterampilan untuk dikembangkan sesuai dengan salah satu materi yang terdapat pada mata pelajaran PJOK kelas tinggi sekolah dasar yaitu gerak dasar non-lokomotor yang telah disesuaikan dengan kompetensi dasar serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.

- 3) Dengan adanya model latihan dan permainan dikembangkan sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas tinggi sekolah dasar sehingga diharapkan dapat memudahkan peserta didik dalam memahami dan melakukan gerakan sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik, serta memberikan perasaan senang terhadap peserta didik agar peserta didik tidak mudah merasa bosan dalam proses pembelajaran.

2. Keterbatasan Pengembangan

- 1) Pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi di sekolah dasar ini dikembangkan sesuai dengan situasi dan kondisi di sekolah, sehingga produk ini hanya dikembangkan untuk peserta didik kelas tinggi di Sekolah Dasar Negeri 5 Banyuning dan peserta didik lain dengan karakteristik yang sejenis.
- 2) Pengembangan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi di sekolah dasar negeri 5 Banyuning berupa buku menggunakan model pengembangan ADDIE.
- 3) Mengembangkan model latihan gerak dasar non-lokomotor berbasis permainan hanya memaparkan materi PJOK khususnya gerak dasar non-lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar dan disesuaikan dengan kompetensi dasar, indikator pencapaian kompetensi, serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.

1.9 Definisi Istilah

Dalam penelitian ini dikemukakan teori-teori yang berkaitan dan sekaligus merupakan pendukung dari masalah yang dibahas. Terdapat istilah-istilah kunci

yang digunakan pada penelitian ini, sehingga diperlukan batasan-batasan istilah adalah sebagai berikut.

1. Penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada yang dapat dipertanggung jawabkan.
2. Model latihan adalah suatu program yang dibuat oleh pelatih atau pengajar secara terperinci dan mendetail sesuai dengan cabang olahraga yang hendak dilatih, digunakan dalam melatih serta mengatur apa yang akan dilaksanakan oleh peserta didik guna meningkatkan kemampuan atau keterampilan peserta didik baik dari segi fisik, teknik, dan taktik.
3. Gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari yang meliputi gerak jalan, lari, lompat, lempar.
4. Gerakan non-lokomotor adalah aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak berpindah tempat, misalnya menekuk, menghindar, membungkuk, mengayun, memutar, dan sebagainya.
5. Permainan adalah sebuah aktivitas rekreasi dengan tujuan bersenang-senang, mengisi waktu luang, atau berolahraga ringan.
6. Peserta didik adalah orang yang mempunyai pilihan untuk menempuh ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depan.
7. Kelas tinggi merupakan tingkatan kelas di dalam dunia pendidikan khususnya di sekolah dasar yang terdiri dari kelas 4, kelas 5, dan kelas 6.