

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu aspek yang sangat dibutuhkan oleh peserta didik dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional untuk membentuk sikap, perilaku, disiplin, kejujuran, kerjasama dan meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan serta daya tahan tubuh terhadap penyakit. Pendidikan jasmani anak usia dini sangat penting untuk membekali anak-anak untuk mengikuti perkembangan masa depan yang dinamis (Mashuri, 2022) Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan (PJOK) memiliki makna penting pada proses bertumbuhnya peserta didik dalam kehidupan yang sehat dan aktif, karena PJOK adalah bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan (Fakhrur Rozi & Putra, 2022).

Menurut (Ardiyanto et al., 2014) Pendidikan yang bermutu dalam praktik proses pembelajaran harus dapat memenuhi seluruh kebutuhan peserta didik atau dengan kata lain proses pembelajaran berpusat pada peserta didik. Peserta didik harus merasa nyaman, senang dan tidak tertekan ketika terlibat dalam kegiatan belajar. Pembelajaran harus memberikan makna yang mendalam dan selalu diarahkan untuk tumbuh dan kembang peserta didik, menghargai lingkungan sehingga potensinya dapat berkembang secara optimal. Pendidikan yang bermutu secara fungsional menghantarkan setiap individu untuk mampu bertahan, berdaya saing, secara mandiri dalam kehidupan yang dinamis dan bergerak cepat penuh persaingan. Salah satu pembelajaran yang menarik untuk anak salah satunya dengan

bermain, tidak terkecuali juga dengan anak tunagrahita. Melalui kegiatan bermain anak bisa mencapai perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Perkembangan secara fisik dapat dilihat saat bermain. Perkembangan intelektual bisa dilihat dari kemampuannya menggunakan atau memanfaatkan lingkungannya. Perkembangan emosi dapat dilihat ketika anak merasa senang, marah, menang dan kalah. Perkembangan sosial bisa dilihat dari hubungannya dengan teman sebaya, menolong, antri dalam menunggu permainan dan memperhatikan kepentingan orang lain.

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 disekolah dasar (SD). Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan baik dan benar. 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, meloncat, melayang dan jenis gerakan lainnya yang ditandai dengan perubahan tempat. Para peserta didik sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor (Nugroho, 2012). 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.

Anak sekolah dasar merupakan usia dimana anak sangat suka dan senang dalam hal bermain. Aktivitas pembelajaran bagi anak sekolah dasar dapat diberikan melalui aktivitas berbentuk permainan. Pendekatan pembelajaran melalui aktivitas bermain diperlukan bagi anak sekolah dasar dalam proses pembelajaran untuk menumbuhkan rasa gembira, menarik dan aktif serta memiliki rasa aman dan nyaman bagi mereka ketika mengikuti proses pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran bagi anak sekolah dasar dalam kurikulum pembelajaran olahraga melalui pembelajaran gerak dasar lokomotor dapat dilaksanakan melalui permainan melompat yang menyenangkan. Gerakan melompat mengandung unsur kekuatan, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan sehingga dapat menjadi salah satu alternatif pengembangan pembelajaran dalam bentuk aktivitas permainan. Manfaat gerakan melompat untuk anak-anak sekolah dasar dapat untuk meningkatkan keterampilan motorik, kebugaran fisik dan peningkatan keterampilan sosial.

Pembelajaran materi gerak dasar lokomotor pada peserta didik sekolah dasar sangat penting diberikan untuk pertumbuhan anak, berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti di SD Negeri 1 Penarukan di sekolah tersebut kurangnya sumber dan media pembelajaran gerak dasar lokomotor yang menyebabkan proses pembelajaran menjadi kurang efektif dan efisien. Kemudian, sarana dan prasarana sekolah yang kurang mendukung pelaksanaan pembelajaran materi gerak dasar lokomotor menyebabkan peserta didik menjadi kurang nyaman dan merasa tidak aman dalam proses pembelajaran. Dalam pelaksanaan pembelajaran gerak dasar lokomotor guru hanya menggunakan model latihan yang itu-itu saja selalu sama dari dulu dan kurangnya variasi saat proses pembelajaran sehingga membuat kurang menarik perhatian peserta didik

dalam melakukan gerakan saat pembelajaran dan peserta didik cepat merasa bosan, bahkan peserta didik bisa menimbulkan rasa kecemasan dan ketakutan karena model latihan yang digunakan oleh guru sama dengan model latihan orang dewasa.

Menurut Penelitian (Hidayat, 2017) penelitian ini adalah aktivitas, kemampuan dan keterampilan teknik dasar gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif siswa SD Negeri 3 Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim masih rendah. Penelitian Tindakan Kelas ini bertujuan untuk meningkatkan Aktivitas, kemampuan dan keterampilan teknik dasar gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif siswa SD Negeri 3 Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim. Subjek penelitian adalah siswa kelas III tahun ajaran 2016/2017 di Sekolah Dasar Negeri 3 Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim yang berjumlah 30 orang. Teknik pengumpulan data dengan melakukan observasi, tes, dan dokumentasi. Teknik analisis data adalah analisis kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Keaktifan siswa pada gerak lokomotorik pra siklus adalah 10% (sedang), pada gerak non lokomotorik 29% (sedang), dan pada gerak manipulatif 3,3% (sedang). Keaktifan siswa pada gerak lokomotorik siklus 1 adalah 56,6% (sedang), pada gerak non lokomotorik 76% (sedang), dan pada gerak manipulatif 60% (sedang). Keaktifan siswa pada gerak lokomotorik pra siklus adalah 80% (tinggi), pada gerak non lokomotorik 83% (tinggi), dan pada gerak manipulatif 86,6% (tinggi). Melalui penerapan metode bermain Kera Panjat dalam Penelitian Tindakan kelas ini diketahui bahwa terjadi peningkatan keaktifan siswa pada gerak lokomotorik sebesar 70%, gerak non lokomotorik 54%, dan gerak manipulatif 83,3%.

Menurut penelitian (Andriadi & Saputra, 2021), data hasil penelitian diperoleh berupa data hasil validasi ahli dengan nilai 80,6% layak. Sedangkan hasil uji efektifitas model latihan diperoleh nilai  $t$ -hitung = 4,3882 lebih besar dari nilai  $t$ -tabel = 2,0939 atau ( $t$ -hitung >  $t$ -tabel). Hal ini dapat disimpulkan bahwa: (1) Pengembangan model latihan gerak dasar melompat berbasis permainan ini dapat meningkatkan kemampuan dan semangat belajar anak sekolah dasar. (2) Model latihan gerak dasar melompat berbasis permainan (permainan lompat banner ADI) layak digunakan sebagai sumber belajar bagi anak sekolah dasar. (3) Model latihan gerak dasar melompat berbasis permainan (permainan lompat banner ADI) efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar melompat anak sekolah dasar.

Penelitian yang dilakukan oleh (Spyanawati et al., 2022) Yang berjudul “Pengembangan Model Permainan Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Peserta Didik Kelas I Sekolah Dasar”. Berdasarkan hasil analisis data terlihat bahwa rata-rata hasil penilaian uji lapangan permulaan sebesar 83,75% dalam kategori baik. Sedangkan rata-rata hasil penilaian uji lapangan utama sebesar 88,75% dalam kategori baik. Rata-rata hasil penilaian uji operasional sebesar 92% berada dalam kategori sangat baik. Dapat disimpulkan bahwa modul model permainan dalam pembelajaran PJOK untuk mendukung pembelajaran tematik kelas I Sekolah Dasar pada dapat digunakan pada pembelajaran PJOK di kelas 1 tema Kegiatanku.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengembangan dengan judul “Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan Untuk Peserta Didik Kelas Tinggi di SD Negeri 1 Penarukan Tahun Pelajaran 2022/2023”. Dengan diadakannya penelitian



ini peneliti berharap model latihan gerak dasar lokomotor ini dapat menjadi alternatif model latihan gerak dasar lokomotor yang dapat digunakan oleh guru dalam pembelajaran jasmani terutama untuk meningkatkan pola gerak dasar lokomotor di sekolah dasar dan menunjukkan bahwa pentingnya untuk meningkatkan proses pembelajaran agar tujuan pembelajaran bisa tercapai dengan maksimal. Dengan model latihan gerak dasar lokomotor ini pula diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan potensi yang ada dalam diri peserta didik, baik dalam segi mental, emosional, sosial dan spiritual.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah yang ditemukan berdasarkan latar belakang di atas adalah sebagai berikut.

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

### 1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian payung terkait gerak dasar berbasis permainan untuk peserta didik sekolah dasar yang mencakup model latihan gerak dasar lokomotor, gerak dasar non-lokomotor, dan gerak dasar manipulatif. Dalam penelitian ini peneliti menetapkan batasan masalah hanya pada model latihan gerak dasar lokomotor dimana gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif telah dibahas dalam penelitian lainnya yang juga masih menjadi bagian dari penelitian payung yang telah disebutkan di atas. Selanjutnya, penelitian ini juga dibatasi pelaksanaannya hanya pada ruang lingkup sekolah dasar kelas tinggi untuk peserta didik di SD Negeri 1 Penarukan yang dilibatkan sebagai subjek penelitian.

### 1.4 Rumusan Masalah

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

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

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



## 1.6 Spesifikasi Produk Yang Diharapkan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan gerak dasar lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar. Sedangkan spesifikasi produk pengembangan yang diharapkan sebagai berikut.

1. Pengembangan Model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 1 Penarukan berupa model latihan yang di buat dalam bentuk buku dan 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 lokomotor.
2. Model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar terdiri dari beberapa bentuk latihan gerak dasar lokomotor seperti berlari, berjalan, melompat, dan sejenisnya. Permainan dirancang sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas tinggi sekolah dasar yang diharapkan dapat memberikan daya tarik bagi peserta didik agar proses pembelajaran tidak terasa membosankan dan lebih menyenangkan.

## 1.7 Pentingnya Pengembangan

Dalam proses pembelajaran anak sekolah dasar penting bagi seorang guru untuk memiliki kreatifitas dalam pelaksanaan pembelajaran untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan minat dan hasil belajarnya. Oleh karena itu, guru diharapkan dapat memfasilitasi peserta didiknya dengan sumber dan media pembelajaran yang mudah dipahami, membantu meningkatkan minat bakat dan aktivitasnya serta proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan bagi peserta

didik. Sehingga tujuan pembelajaran yang dilaksanakan dapat tercapai dengan maksimal.

Pentingnya pengembangan model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar ini, diharapkan dapat membantu guru pada saat proses pembelajaran berlangsung, khususnya materi gerak dasar lokomotor. Model latihan yang dikemas dalam sebuah permainan diharapkan juga dapat membantu guru dalam memberikan pemahaman dan perasaan gembira kepada peserta didik pada saat pembelajaran berlangsung.

Model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan yang diberikan menggunakan gerakan-gerakan sederhana yang telah dirancang sedemikian rupa. Model latihan tersebut diharapkan dapat memudahkan peserta didik untuk bergerak tanpa mengurangi makna dari materi gerak dasar lokomotor tersebut. Pengembangan model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar ini juga dapat dijadikan sebagai rujukan bagi para guru PJOK dalam mengembangkan model latihan pada materi PJOK lainnya.

### **1.8 Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan**

Asumsi pengembangan yang digunakan dalam model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar.

1. Penelitian pengembangan model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan diharapkan dapat membantu guru untuk memberikan pemahaman materi tentang gerak dasar lokomotor kepada peserta didik melalui permainan sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.

2. Produk yang dikembangkan adalah model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar yang dibuat dalam bentuk buku. Model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan dikembangkan sesuai dengan salah satu materi yang terdapat pada mata pelajaran PJOK kelas tinggi sekolah dasar yaitu gerak dasar lokomotor yang telah disesuaikan dengan kompetensi dasar dan tujuan yang ingin dicapai.
3. Model latihan dan permainan yang 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.

Adapun keterbatasan pengembangan untuk membatasi penelitian pengembangan yang dilakukan. Berikut beberapa batasan pengembangan dalam penelitian ini.

1. Pengembangan model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar dikembangkan sesuai dengan situasi dan kondisi sekolah sehingga produk ini hanya dikembangkan untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar di SD Negeri 1 Penarukan dan peserta didik lain dengan karakteristik yang sejenis.
2. Model latihan gerak dasar lokomotor ini dikembangkan dalam bentuk buku untuk peserta didik kelas tinggi sekolah dasar hanya memaparkan materi PJOK khususnya gerak dasar lokomotor untuk peserta didik kelas tinggi disesuaikan

dengan kompetensi dasar, indikator pencapaian kompetensi, serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.

3. Pengembangan model latihan gerak dasar lokomotor berbasis permainan untuk peserta didik kelas tinggi SD Negeri 1 Penarukan berupa buku ini dikembangkan menggunakan model pengembangan ADDIE.

### 1.9 Definisi Istilah

Sebagai pedoman lebih lanjut, dalam penelitian ini dikemukakan teori-teori yang berkaitan dan sekaligus merupakan pendukung dari masalah yang dibahas. Teori-teori tersebut adalah sebagai berikut.

1. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu aspek yang sangat dibutuhkan oleh peserta didik dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional untuk membentuk sikap, perilaku, disiplin, kejujuran, kerjasama dan meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan serta daya tahan tubuh terhadap penyakit.
2. Model latihan dapat diartikan sebagai suatu pola atau bentuk latihan yang di dalamnya terdapat langkah-langkah latihan yang sesuai dengan tujuan latihan yang hendak dicapai.
3. Gerak dasar lokomotor adalah suatu gerakan yang ditandai dengan adanya perpindahan tempat, seperti jalan, lari, dan melompat.
4. Permainan adalah suatu kegiatan yang merujuk serangkaian aktivitas suka rela yang dilakukan dengan kesenangan dan kenikmatan jasmani dan rohani secara umum dan bermain juga bisa digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak.

5. Peserta Didik adalah makhluk individu yang mempunyai kepribadian dengan ciri-ciri yang khas sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya.
6. Karakteristik anak Sekolah Dasar kelas tinggi meliputi: perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari; ingin tahu, ingin belajar dan realistis; munculnya minat kepada pelajaran-pelajaran khusus; anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah; dan anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau pergroup untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

