

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada jenjang sekolah dasar memiliki peran strategis dalam mengembangkan murid secara utuh, baik dari aspek jasmani, keterampilan gerak, pengetahuan, sikap sosial, keberanian, kerja sama, maupun kepercayaan diri. PJOK bukan hanya dipahami sebagai aktivitas fisik semata, tetapi juga sebagai proses pendidikan melalui pengalaman gerak yang terencana, aman, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Pada jenjang pendidikan dasar, pembelajaran PJOK menjadi ruang penting bagi murid untuk mengenal tubuhnya, mengembangkan koordinasi gerak, membangun kebiasaan hidup aktif, serta menumbuhkan nilai-nilai sosial melalui aktivitas permainan dan olahraga. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan yang berkontribusi terhadap perkembangan fisik, motorik, kognitif, sosial, dan afektif murid (Goodway et al., 2019; Haywood & Getchell, 2020).

Dalam konteks pembelajaran PJOK di Indonesia, pengembangan gerak dasar pada murid sekolah dasar juga perlu mendapat perhatian khusus karena keterampilan gerak dasar menjadi fondasi bagi penguasaan keterampilan olahraga yang lebih kompleks. Hidayat (2017) menunjukkan bahwa aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada murid sekolah dasar dapat ditingkatkan melalui model permainan yang sesuai dengan karakteristik anak. Selanjutnya, Ariyanto, Triansyah, dan Gustian (2020) juga menegaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan tradisional mampu meningkatkan keterampilan gerak fundamental murid sekolah dasar karena aktivitas permainan dapat menstimulasi anak untuk bergerak aktif, menyenangkan, dan sesuai dengan dunia anak.

Pada masa sekolah dasar, anak berada pada fase penting untuk menguasai keterampilan gerak fundamental atau fundamental movement skills (FMS).

Keterampilan gerak fundamental merupakan fondasi utama bagi anak untuk dapat berpartisipasi secara efektif dalam berbagai aktivitas fisik, permainan, dan cabang olahraga pada tahap perkembangan berikutnya. FMS umumnya mencakup keterampilan lokomotor, stabilitas, dan keterampilan manipulatif. Apabila keterampilan gerak fundamental berkembang dengan baik sejak dini, anak akan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dalam bergerak, lebih mudah mempelajari keterampilan olahraga yang lebih kompleks, serta memiliki peluang lebih besar untuk terlibat dalam aktivitas fisik secara berkelanjutan (Stodden et al., 2008; Robinson et al., 2015). Dalam konteks Indonesia, pentingnya penguasaan keterampilan gerak fundamental pada anak sekolah dasar juga diperkuat oleh Bakhtiar (2014), yang menunjukkan bahwa keterampilan gerak fundamental anak kelas awal sekolah dasar, baik keterampilan lokomotor maupun manipulatif, perlu dipetakan sebagai dasar pengembangan kemampuan gerak anak.

Sejalan dengan itu, Oktarifaldi et al. (2024) menemukan bahwa keterampilan gerak dasar murid sekolah dasar, khususnya pada aspek lokomotor dan kontrol objek, menjadi bagian penting yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena berkaitan dengan kualitas koordinasi gerak dan kesiapan anak mengikuti aktivitas fisik yang lebih kompleks. Salah satu bagian penting dari keterampilan gerak fundamental adalah keterampilan manipulatif, yaitu kemampuan mengendalikan objek melalui gerakan seperti melempar, menangkap, memukul, menendang, atau menggiring bola. Dalam konteks PJOK sekolah dasar, keterampilan manipulatif sangat penting karena banyak aktivitas permainan dan olahraga menggunakan objek, khususnya bola. Kemampuan melempar dan menangkap merupakan dua bentuk keterampilan manipulatif yang saling berkaitan. Melempar membutuhkan koordinasi gerak antara mata, lengan, tangan, togok, dan kaki agar bola dapat diarahkan secara tepat, sedangkan menangkap membutuhkan kesiapan posisi tubuh, koordinasi mata-tangan, waktu reaksi, dan kontrol gerak agar objek dapat diterima dengan baik. Dengan demikian, kemampuan lempar tangkap menjadi salah satu indikator

penting dalam perkembangan keterampilan gerak anak sekolah dasar (Goodway et al., 2019; Logan et al., 2012).

Kemampuan lempar tangkap tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman belajar dan frekuensi latihan, tetapi juga oleh karakteristik individu murid, salah satunya aspek antropometri. Antropometri merupakan kajian tentang ukuran dan proporsi tubuh manusia yang dapat berhubungan dengan kemampuan gerak tertentu. Pada aktivitas melempar dan menangkap, panjang lengan dapat menjadi salah satu faktor pendukung karena berkaitan dengan jangkauan gerak, panjang tuas, luas bidang tangkap, serta efisiensi gerakan lengan saat mengarahkan atau menerima bola. Secara biomekanis, lengan bekerja sebagai rangkaian segmen tubuh yang menghasilkan gerak melalui koordinasi bahu, siku, pergelangan tangan, dan jari. Semakin efektif koordinasi segmen tubuh tersebut, semakin besar peluang anak untuk menghasilkan lemparan yang terarah dan melakukan tangkapan dengan lebih siap (Hall, 2015; Putnam, 1993).

Panjang lengan sebagai bagian dari karakteristik fisik tidak dapat dipahami sebagai satu-satunya penentu keberhasilan keterampilan lempar tangkap. Kemampuan gerak anak merupakan hasil interaksi antara faktor individu, tugas gerak, dan lingkungan belajar. Faktor individu meliputi ukuran tubuh, kekuatan otot, koordinasi, pengalaman gerak, dan kepercayaan diri. Faktor tugas berkaitan dengan jenis bola, jarak lemparan, tingkat kesulitan, dan tujuan aktivitas. Sementara itu, faktor lingkungan meliputi ruang gerak, sarana prasarana, dukungan guru, serta kesempatan anak untuk berlatih. Dengan demikian, hubungan antara panjang lengan dan kemampuan lempar tangkap perlu diteliti secara empiris agar tidak hanya didasarkan pada dugaan teoritis, tetapi juga pada data yang terukur (Newell, 1986; Malina et al., 2004).

Dalam konteks pembelajaran PJOK di SD Negeri 10 Sanur, kemampuan lempar tangkap menjadi keterampilan yang penting untuk dikaji karena berkaitan langsung dengan aktivitas permainan bola kecil maupun permainan sederhana yang sering digunakan dalam pembelajaran. Murid sekolah dasar memiliki tingkat perkembangan fisik dan motorik yang beragam, termasuk perbedaan panjang

lengan, koordinasi gerak, keberanian bergerak, dan pengalaman bermain. Perbedaan tersebut dapat menyebabkan variasi kemampuan murid dalam melakukan lemparan dan tangkapan. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih spesifik untuk mengetahui apakah panjang lengan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan lempar tangkap murid.

Penelitian korelasional menjadi pendekatan yang tepat karena penelitian ini tidak bertujuan memberikan perlakuan atau membandingkan pengaruh suatu metode pembelajaran, melainkan menganalisis hubungan antara dua variabel, yaitu panjang lengan sebagai variabel bebas dan kemampuan lempar tangkap sebagai variabel terikat. Melalui penelitian ini, peneliti dapat memperoleh gambaran empiris mengenai sejauh mana panjang lengan berhubungan dengan kemampuan lempar tangkap murid sekolah dasar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pendidikan olahraga, khususnya dalam memahami keterkaitan antara aspek antropometri dan keterampilan gerak manipulatif pada anak.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai korelasi panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap pada murid SD Negeri 10 Sanur penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru PJOK dalam memahami keragaman karakteristik fisik murid, menyusun aktivitas pembelajaran yang lebih sesuai dengan kemampuan murid, serta memberikan pengalaman gerak yang adil, menyenangkan, dan bermakna. Dengan demikian, pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada hasil keterampilan, tetapi juga memperhatikan faktor perkembangan anak secara lebih utuh dan ilmiah.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

- 1.2.1 Kemampuan lempar tangkap bola kecil murid SD Negeri 10 Sanur masih menunjukkan variasi antara satu murid dengan murid lainnya.

- 1.2.2 Sebagian murid masih mengalami kesulitan dalam mengarahkan lemparan, menjaga ketepatan sasaran, dan menangkap bola secara stabil.
- 1.2.3 Faktor-faktor yang berkaitan dengan kemampuan lempar tangkap murid belum seluruhnya teridentifikasi secara empiris.
- 1.2.4 Panjang lengan sebagai salah satu faktor antropometri diduga berhubungan dengan kemampuan lempar tangkap, tetapi belum diketahui kekuatan hubungannya pada murid SD Negeri 10 Sanur.
- 1.2.5 Guru PJOK memerlukan data objektif untuk memahami variasi kemampuan murid sehingga pembelajaran permainan bola kecil dapat dirancang lebih sesuai dengan karakteristik murid.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, penelitian ini dibatasi pada beberapa aspek berikut:

- 1.3.1 Penelitian ini dibatasi pada hubungan antara panjang lengan dan kemampuan lempar tangkap bola kecil.
- 1.3.2 Subjek penelitian adalah murid kelas IV-V SD Negeri 10 Sanur. Apabila diperlukan, jenjang kelas dapat disesuaikan kembali dengan arahan pembimbing dan kondisi populasi penelitian.
- 1.3.3 Panjang lengan diukur menggunakan alat ukur antropometri atau pita ukur dengan satuan sentimeter.
- 1.3.4 Kemampuan lempar tangkap diukur menggunakan tes lempar tangkap bola kecil yang dilaksanakan secara terstandar.
- 1.3.5 Penelitian ini tidak memberikan perlakuan, tidak membandingkan kelompok eksperimen dan kontrol, serta tidak menguji pengaruh model pembelajaran tertentu.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan keterbatasan penelitian di atas, permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut

- 1.4.1 Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap bola kecil pada murid kelas IV-V SD Negeri 10 Sanur?
- 1.4.2 Seberapa besar kekuatan hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap bola kecil pada murid kelas IV-V SD Negeri 10 Sanur?
- 1.4.3 Berapa besar kontribusi panjang lengan terhadap kemampuan lempar tangkap bola kecil pada murid kelas IV-V SD Negeri 10 Sanur?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap bola kecil pada murid kelas IV-V SD Negeri 10 Sanur.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap bola kecil.
- b. Menganalisis kekuatan hubungan antara panjang lengan dengan kemampuan lempar tangkap bola kecil.
- c. Menghitung besarnya kontribusi panjang lengan terhadap kemampuan lempar tangkap bola kecil melalui koefisien determinasi.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempunyai manfaat baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pendidikan olahraga, khususnya kajian mengenai hubungan antara faktor antropometri dan keterampilan manipulatif murid sekolah dasar. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji kemampuan lempar tangkap, permainan bola kecil, dan karakteristik fisik murid.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Murid

Penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai kemampuan lempar tangkap murid sehingga murid dapat lebih memahami potensi dan kebutuhan latihannya dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

b. Bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun pembelajaran permainan bola kecil yang lebih adaptif, memperhatikan karakteristik murid, dan memberi kesempatan praktik yang merata.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat menjadi data pendukung dalam pengembangan program pembelajaran PJOK serta pembinaan minat dan bakat olahraga murid di SD Negeri 10 Sanur.

d. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan awal untuk mengembangkan penelitian lanjutan dengan variabel antropometri lain, seperti tinggi badan, rentang lengan, kekuatan otot lengan, koordinasi mata-tangan, atau daya ledak otot lengan.