

# Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan Kartu Gambar pada Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar

Arlini,<sup>1</sup>✉ Sujarwo<sup>1</sup>, Eka Fitri Novitasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Jakarta

Jl. Pemuda, No. 10, Rawamangun, RT.8/RW.5, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta, Indonesia, 13220

**DOI: 10.21009/jpja.v7i01.54978**

## Article History

Submitted : Februari  
2024

Accepted : April 2024

Published : Mei 2024

## Keywords

Model  
Pembelajaran  
Gerak Dasar  
Lokomotor,  
Permainan Kartu  
Bergambar, Model  
ADDIE.

## Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk model pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan permainan kartu bergambar yang dapat diaplikasikan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Model pembelajaran ini diharapkan dapat membantu guru pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada materi gerak dasar lokomotor. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian & pengembangan (R&D) dan menggunakan metode ADDIE. Hasil penelitian ini berupa 20 model pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan permainan kartu bergambar untuk siswa sekolah dasar dan dinyatakan layak pada tahap validasi ahli dan guru PJOK. Hasil uji coba dengan hasil uji awal sebanyak 10 siswa kelas 2B dinyatakan tuntas dan hasil uji akhir sebanyak 20 siswa dinyatakan tuntas. Disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu bergambar untuk siswa kelas 2 sekolah dasar efektif dan dapat dijadikan acuan atau pedoman bagi guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor.

## Abstract

Locomotor Basic  
Movement Learning  
Model, Picture Card  
Game, ADDIE Model.

The purpose of this research is to produce a learning model product for basic locomotor movements with picture card games that can be applied in the physical education learning process in elementary schools. This learning model is expected to help teachers during the physical education learning process, especially in basic locomotor material. This research was conducted using the research & development ( R & D ) method and using the ADDIE method. The results of this study were 20 learning models of locomotor basic movements with picture card games for elementary school students and declared feasible at the validation stage of experts and PJOK teacher. The result of the trial with the initial test results were 10 class 2B students declared complete and the final test results were 20 students who were declared complete. It is concluded that the locomotor basic motion learning model based on picture card games for grade 2 elementary school students is effective and can be used as a reference or guideline for physical education teachers in the process of learning basic locomotor movements.

## PENDAHULUAN

Salah salah satu faktor terpenting manusia untuk kemajuan dan pembangunan bangsa adalah pendidikan. Bangsa dibangun dari sumber daya kualitas manusia yang memperoleh pendidikan baik dalam bentuk formal, nonformal, atau informal. Pemerintah mengakui pentingnya pendidikan untuk menjadikan bangsa hidup lebih maju dan berubah kearah yang lebih baik. Masyarakat juga mengakui pentingnya pendidikan, bukan hanya sebagai alat kemewahan namun menjadi kebutuhan pokok. Masyarakat umum setuju bahwa pendidikan diperlukan tidak hanya untuk membantu orang lain tetapi juga untuk membantu diri sendiri untuk memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Kesadaran masyarakat umum tentang pendidikan telah dimulai sejak usia dini hingga sepanjang masa. Pemerintah mengakui kebutuhan ini dan menyediakan layanan dukungan pendidikan untuk setiap kelompok umur. Salah satu yang terdapat di kurikulum tersebut adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, yang di dalamnya terdapat aktivitas gerak untuk mengetahui kemampuan peserta didik.

Pendidikan Jasmani adalah komponen penting dari pendidikan umum yang mendukung keterampilan fisik, kemampuan kognitif, perkembangan emosional dan sosial, dan pertumbuhan spiritual. Melalui pendidikan jasmani yang dilaksanakan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berharga untuk mengisi waktu senggang, berpartisipasi dalam kegiatan penting untuk mengembangkan gaya hidup sehat, mengembangkan keterampilan sosial, dan meningkatkan kesehatan fisik dan mental mereka (Husdarta, 2009). Salah satu tujuan terpenting dari program pendidikan jasmani adalah pengembangan gerak. Hal ini sangat penting untuk perkembangan dan pertumbuhan anak dikarenakan pada usia ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat. Proses pendidikan harus berkualitas tinggi dan menarik bagi anak, sehingga terkait erat dengan bagaimana proses pendidikan berjalan dengan lancar dan bagaimana model dan alat pendidikan dibuat. Perkembangan

penguasaan gerak terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik pada masa awal dan pembentukan pola gerak dasar.

Kemampuan siswa yang sering dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup adalah kemampuan gerak dasar. Gerak dasar sangatlah penting untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu Lokomotor, Non lokomotor, dan manipulatif. Saat pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah materi gerak dasar lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif. Sebagian siswa memiliki kemampuan dan keterampilan lokomotor, Non Lokomotor, dan Manipulatif yang kurang baik. Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas.

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. Gerak lokomotor memiliki peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, pembelajaran pendidikan jasmani gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi, dan cabang olahraga lainnya. Para ahli mendefinisikan gerak lokomotor sebagai gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat, sehingga Bahasa Inggris disebut juga Travelling. Keterampilan gerak lokomotor melibatkan gerak otot besar dan koordinasi gerak dasar (gross skill). Aneka permainan olahraga dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari sangat penting untuk kemampuan gerak dasar lokomotor. Gerakan fundamental bagi mereka adalah gerak dasar lokomotor. Oleh sebab itu, perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor sangatlah penting. Jika lebih banyak anak yang bergerak, maka akan ada peningkatan manfaat yang diperoleh dan anak akan menjadi lebih mahir menguasai gerakannya. Mengapa demikian, karena selain kondisi badan semakin sehat karena banyak gerak, anak juga akan menjadi lebih percaya diri dan mandiri, anak akan semakin yakin dalam melakukan segala kegiatan yang akan dilakukannya, karena bermain merupakan aktivitas yang sering dilakukan bagi anak.

Usia 7-9 tahun merupakan masa-masa yang bisa

membentuk pertumbuhan dan perkembangan fisik, serta aspek-aspek yang penting dalam mengembangkan individu berkualitas tinggi di masa depan. Untuk usia anak sekolah dasar 7-9 tahun dimana anak-anak usia tersebut selalu aktif bermain. Bagi mereka bermain adalah hal yang sangat tidak boleh dilewatkan, untuk usia anak 7-9 tahun belajar untuk mengenali dan mengeksplor ide-ide yang datang dari luar dirinya, ini berarti bahwa jika setiap permainan atau aktivitas yang ditujukan untuk anak yang bersangkutan dimainkan, anak pada akhirnya akan mengenali dan mengeksploitasinya sendiri. Anak-anak usia 7-9 tahun sangat penting bagi mereka untuk bermain yang memiliki efek positif untuk tubuh mereka, seperti dampak positif bagi tubuh dan gerak mereka.

Menurut Al-Ghazali, bermain adalah sesuatu yang sangat penting bagi anak-anak, karena dapat membantu mereka mengembangkan kecerdasan emosional mereka, meningkatkan kecerdasan mereka, dan meningkatkan kualitas hidup mereka (Fadillah, 2017). Bermain adalah salah satu aspek pendidikan jasmani yang digunakan untuk tujuan pendidikan lebih lanjut. Bermain dapat membantu anak bergerak menuju perubahan positif dalam perkembangan fisik, psikologis, dan sosial mereka. Fungsi bermain dalam pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan keterampilan kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik secara jelas dan ringkas, yaitu terwujudnya peserta didik yang berkarakter, hal ini menunjukkan bahwa tujuan pendidikan secara keseluruhan dapat dicapai. Guru pendidikan jasmani dapat menggunakan banyak jenis permainan untuk mengajari siswa gerak lokomotor. Mayoritas anak masih mengalami kesulitan saat melakukan gerakan dasar lokomotor. Masalah semacam ini dapat menyebabkan pertumbuhan anak terhambat. Gerak dasar lokomotor dapat dikatakan berkembang apabila anak terampil dalam menggunakan koordinasi anggota tubuhnya. mampu menggunakan gerak lokomotor yang baik akan mampu membantu dirinya dalam mengembangkan sikap yang baik dan mampu secara efektif menangani persoalan sehari-hari yang dihadapi anak tersebut.

Permasalahan di Sekolah Dasar cukup banyak, guru hanya sebatas mengetahui gerak lokomotor seperti berjalan berlari dan melompat sedangkan gerakan dasar lokomotor sangat banyak, seperti gerakan walking, gerakan running, gerakan jumping, gerakan hopping, gerakan galloping, gerakan sliding, gerakan skipping, dan gerakan leaping. Setelah peneliti mengamati beberapa sekolah dasar, guru mempunyai hambatan seperti guru hanya menyampaikan 1 materi di setiap pertemuan sehingga kurangnya efisiensi waktu dan materi pembelajaran, dan kurangnya sarana prasarana sekolah sehingga menyebabkan terhambatnya tujuan pembelajaran. Adapun permasalahan yang terjadi pada siswa, peneliti mengamati gerak tubuh anak di sekolah dasar terdapat siswa yang berjalan dengan posisi badan bungkuk dan posisi tangan tidak diayun, terdapat pula siswa yang berlari dengan posisi kaki diangkat miring dan siswa kurang tertarik dalam melakukan gerakan lokomotor karena dilakukan dengan permainan yang kurang variatif sehingga membuat siswa bosan dan kurang mau untuk melakukan gerakan dasar lokomotor. Oleh karena itu peneliti sangat tertarik untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar agar tercapainya tujuan pembelajaran. Berdasarkan permasalahan tersebut, terlihat bahwa khususnya dalam pembelajaran aspek pembelajaran yang kurang di implemmentasikan dalam pembelajaran. Mengingat hal ini, pendidikan gerak dasar sangatlah penting dan bermanfaat untuk mewujudkan potensi yang ada dalam diri setiap siswa.

Oleh karena itu, perlu dilakukan perubahan pada media dan model pembelajaran yang berbeda, terutama yang berkaitan dengan gerak dasar lokomotor. Gerak dasar lokomotor dapat mempengaruhi berbagai aspek lain dari perkembangan siswa, seperti motorik, kognitif, emosional, emosi, moral, sosial, dan daya imajinasi.

Mengintegrasikan gerak dasar lokomotor yang akan dibuat oleh peneliti adalah permainan berbasis kartu gambar pembelajaran gerak dasar lokomotor. Konsep model yang dikembangkan pada pengembangan ini adalah model pembelajaran gerak dasar lokomotor dari buku gerak dasar lokomotor anak yang di susun oleh Eka Fitri Novita Sari. Usia 8 tahun memasuki tahap operasional konkret, dimana anak sudah bisa menggunakan pemikiran atau pemikiran logis, tapi hanya bisa

menerapkan logika pada objek fisik. Peneliti akan mengembangkan model-model pembelajaran dari buku tersebut menjadi model-model permainan dengan menggunakan media kartu gambar. Di model sebelumnya anak-anak hanya diberikan intruksi perintah oleh guru sehingga anak sering lupa akan intruksi yang sudah diberikan, dengan menggunakan media kartu gambar akan membantu memudahkan anak-anak untuk mengingat intruksi yang diberikan dan dapat meningkatkan pemahaman anak terhadap materi pembelajaran. Dengan permainan berbasis kartu gambar dapat meningkatkan kemampuan berpikir siswa, meningkatkan pengetahuan gerak dasar lokomotor, meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik secara lisan maupun tulisan, dan meningkatkan kosakata siswa. Peneliti juga menggunakan benda-benda yang aman dan ramah untuk anak-anak sehingga siswa dapat mengeksplor dengan baik tanpa risiko yang besar, seperti bola plastik, kartu gambar, keranjang, hulahup dan kardus. Benda tersebut dibuat semenarik mungkin agar dapat merangsang keterampilan motoriknya. Selain itu, dengan mengimplementasikan permainan yang sesuai usia dan ceria, siswa dapat merasa yakin bahwa mereka telah menyelesaikan permainan dengan benar dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan.

Permasalahan di atas siswa diinstruksikan untuk melakukan gerak dasar lokomotor seperti gerakan *walking*, gerakan *running*, gerakan *jumping*, gerakan *hoping*, gerakan *galloping*, gerakan *sliding*, gerakan *skipping*, dan gerakan *leaping* dengan benar. Dengan menggunakan pembelajaran yang menyenangkan yaitu bermain, karena pada dasarnya dunia anak pada siswa sekolah dasar adalah bermain. Agar terciptanya suasana pembelajaran yang menyenangkan, sehingga tidak muncul kesan buruk bahwa gerak dasar lokomotor itu sulit, maka peneliti mengangkat judul "Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Permainan Kartu Gambar Pada Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar".

## METODE

Metode penelitian yang digunakan penulis pada penelitian ini yaitu model ADDIE. Dalam sistem penelitian ADDIE menggunakan lima tahapan yang terdiri dari *analysis*, *design*, *development*, *implementation*, dan *evaluation*. Subjek penelitian adalah pada siswa Sekolah Dasar (SD). Penelitian ini dilakukan: SDN Rawamangun 09 Jakarta Timur, Jl. Pemuda No.6 8, RT.8/RW.5, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13220. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei. Target capaian belajar siswa tuntas dengan nilai KKM 75. Instrumen penilaian berupa 8 gerak dasar lokomotor yaitu, *walk*, *run*, *gallop*, *jump*, *slid*, *hop*, *skip*, dan *leap* yang dilakukan dengan menggunakan media kartu gambar. Fokus penilaian tubuh dari kepala, tubuh, lengan, dan tungkai, diberikan skor 2 jika siswa dapat melakukan indikator dengan benar dan diberikan skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan indikator dengan benar. Analisis data menggunakan Microsoft Excel untuk mencari rata-rata dan presentase. Model ADDIE disajikan dengan bagan pada gambar 1.



Gambar 1. Model ADDIE

### Validasi Data

Pada tahap ini model pembelajaran gerak lokomotor berbasis permainan kartu gambar yang peneliti telah buat akan ada proses selanjutnya yaitu proses validasi model oleh para telaah pakar yang bersangkutan, terdapat 3 dosen ahli permainan, 2 dosen ahli pembelajaran, dan 1 guru PJOK. Tujuan adanya penilainya dari 6 ahli yaitu untuk mengetahui kelayakan model yang telah dibuat oleh penelitian untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK untuk siswa sekolah dasar. Berikut tabel daftar nama ahli yang memberikan validasi pada penelitian ini:

Tabel 1. Nama Ahli (Validator)

Nama Ahli	Jabatan	Instansi
Dr. Sri Nuraini, M.Pd	Ahli Permainan	Dosen Universitas Negeri Jakarta
Slamet Sukriadi, M.Pd	Ahli Permainan	Dosen Universitas Negeri Jakarta
Dwi Indra Kurniawan, M.Pd	Ahli Permainan	Dosen Universitas Negeri Jakarta
Dr. Iwan Setiawan, M.Pd	Ahli Pembelajaran	Dosen Universitas Negeri Jakarta
Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd	Ahli Pembelajaran	Dosen Universitas Negeri Jakarta
Tria Yuliyani, S.Or	Guru PJOK	SDN Rawamangun 09

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan validasi, selanjutnya peneliti melakukan penelitian kepada subjek yang telah ditentukan. Subjek penelitian yang digunakan yaitu siswa kelas 2 Sekolah Dasar Negeri Rawamangun 09 dengan jumlah 27 siswa, dan 5 dosen ahli sebagai validator dan 1 guru PJOK untuk penilaian model gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar. Target capaian belajar siswa tuntas dengan nilai KKM 75. Penelitian dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, pada tes awal peneliti mengimplementasikan 10 model permainan seperti, gading, jembatan warna, lewati aku, antar jemput teman, estafet bola, lewati dan lompat aku, antar balon, lingkaran hantu, ambil aku, dan kumpulkan harta karun. Peneliti melakukan tes awal untuk melihat keterampilan gerak dasar lokomotor siswa yang menjadi subjek penelitian yang diteliti. Pada akhir pertemuan dilakukan tes akhir untuk melihat apakah tujuan yang ingin dicapai tercapai. Peneliti mengimplementasikan 10 model permainan seperti, halang rintang, terbangkan aku, hitung ceria, jatuling, gerak bebas, kelompokkan aku, huluhup

ceria, tiru aku, kebun binatang, dan beri aku. Setiap permainan berdurasi 5-7 menit dan menggunakan media- media yang sangat menarik.

Tabel 2. Hasil data tes awal

Subjek Penelitian	Data Awal Keterampilan Gerak Dasar	
	Lokomotor	
	KKM (75)	< KKM(75)
27 Siswa	10 Siswa	17 Siswa
	37%	63%

Berdasarkan tabel diatas terdapat 17 siswa yang dinyatakan tidak tuntas dalam tesawal gerak dasar lokomotor. Selanjutnya diimplementasikan model pembelajaran gerak dasar lokomotor untuk tes akhir gerak dasar lokomotor.

Tabel 3. Hasil data tes akhir

Subjek Penelitian	Data Awal Keterampilan Gerak Dasar	
	Lokomotor	
	KKM (75)	< KKM(75)
27 Siswa	22 Siswa	5 Siswa
	81%	19%

Berdasarkan tabel diatas, setelah dilakukan tes akhir gerak dasar lokomotor terdapat 5 siswa yang dinyatakan tidak tuntas dalam tes akhir gerak dasar lokomotor dan 22 siswa dinyatakan tuntas dalam tes akhir gerak dasar lokomotor.

Berdasarkan tabel-tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya variasi model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar, adanya peningkatan gerak dasar lokomotor terhadap siswa. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan siswa yang tuntas di tes akhir. Pada tes awal, terdapat 10 siswa yang tuntas, selanjutnya di tes akhir terdapat peningkatan menjadi 22 siswa yang tuntas dengan menggunakan model yang peneliti buat. Gerak lokomotor siswa sesuai dengan KKM 75 sesuai dengan di sekolah siswa dan meningkat menjadi 81% dan termasuk kriteria B (Baik).

## SIMPULAN

Pada penelitian model yang telah dilakukan, produk akhir berupa model gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar, yangnantinya dikemas dalam bentuk sebuah buku. Berdasarkan data yang terkumpul dari hasil penelitian meliputi uji verifikasi ahli, uji coba

kelompok, dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik kesimpulan diantaranya : Subjek peneliti pada anak kelas 2 Sekolah Dasar pada pembelajaran gerak dasar lokomotor 20 model gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar. Produk model gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar yang dihasilkan telah ditinjau dan diperbaiki termasuk dalam kategori sesuai dan layak digunakan. Serta model yang diperoleh secara keseluruhan dari dosen ahli permainan, dosen ahli pembelajaran, dan guru PJOK bahwa model yang dikembangkan termasuk dalam kategori sesuai dan layak digunakan. Berdasarkan hasil pembelajaran model gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar serta pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan kartu gambar pada siswa kelas 2 Sekolah Dasar dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor yang dikombinasikan dengan alat-alat yang variatif efektif untuk dijadikan model pembelajaran, dilihat dari adanya peningkatan jumlah siswa berdasarkan KKM di sekolah tersebut.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Auvisena, Ulfa, A., Sifa, L., Wardani, Kusuma, E., Afifah, Umi, N., Salzabila, Alicia, P., Annabela, Y., Rahma, Azhar, S., & Hanifah, Sofia, A. (2023). Model Model Pembelajaran di Era Merdeka Belajar. Cahya Ghani Recovery.
- Fadillah, M. (2017). Buku Ajar Bermain & Permainan Anak Usia Dini. Prenadamedia Group.
- Goh, A. (2023). Fun Start Move Smart, Learning to Move, Moving to Learn. Sport Singapore.
- Hanief, Y. N. (2017). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Journal of Sportif*, 1(1), 60-73.
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan jasmani olahraga usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1).
- Permainan Bilangan untuk Peningkatan 8 Gerak Dasar Locomotor Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3437– 3448.
- Rayanto, Hari, Y., & Sugianti. (2020). Penelitian Pengembangan Model ADDIE dan R2D2: Teori dan Praktek. Lembaga Academic & Research Institute.
- Siti Nur Hayati, & Putro, K. Z. (2021). Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini. *Generasi Emas*, 4(1), 52–64.
- Utama, A. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal pendidikan jasmani indonesia*, 8(1).
- Vanagosi, K. D. (2016). Konsep gerak dasar untuk anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2(1), 72-79.