

Model Pembelajaran Gerak Dasar Berbasis Permainan Pada Anak Usia 7-9 Tahun Di Sd Alchasannah Jakarta Barat

Hernando Dwi Prasetyo

Pendidikan Jasmani, Universitas Negeri Jakarta,
Jl Rawamangun Muka Rt.11/Rw.14, Rawamangun, Kec.Pulo Gadung ,Kota Jakarta Timur, Daerah
Khusus Ibukota Jakarta 1320
email: unj@unj.ac.id

Abstrak : Pembelajaran gerak dasar lokomotor bukan merupakan hal yang baru dalam proses pembelajaran, tetapi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani model pembelajaran gerak dasar lokomotor belum banyak yang memvariasikannya, bahkan kurangnya sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah sehingga guru terbatas ketika menyampaikan materi, sehingga membuat siswa kelas bawah sekolah dasar tersebut tidak memahami dan merasa pembelajaran tersebut membosankan. Maka dari itu tujuan penelitian ini adalah membuat Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Permainan pada Anak usia 7-9 tahun Di Sd Alchasannah yang menggunakan model dan sarana yang cocok untuk siswa kelas bawah sekolah dasar, tidak lupa juga memperhatikan keselamatan siswa dengan cara menggunakan permainan agar tidak monoton dan alat yang aman dan ramah bagi siswa kelas bawah sekolah dasar. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian yaitu, penelitian di pengembangan (*research and development*) dengan model ADDIE, dimana terdapat 5 tahapan dalam model ADDIE, yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi, evaluasi. Kelebihan dari model ADDIE ini adalah sangat akurat karena setiap tahap uji cobanya selalu dilakukan analisis, desain, pengembangan, implementasi dan evaluasi secara menyeluruh, model yang dikembangkan dalam penelitian ini berjumlah 10 model yang layak dan telah diuji coba ahli. Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini bertujuan untuk digunakan oleh pendidik sebagai pedoman bagi para pendidik dalam memberikan materi gerak dasar lokomotor

Kata kunci : Gerak lokomotor, Permainan, Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan dan merupakan alat pendidikan, yang dimana pendidikan jasmani berkewajiban meningkatkan jiwa raga yang dapat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan sehari-hari seseorang atau pribadi seseorang, dengan pendidikan jasmani dapat mempengaruhi seseorang untuk meningkatkan dan merubah aspek-aspek yang saling berhubungan. Aspek-aspek tersebut mencakup yaitu kawasan organik, kognitif maupun efektif, perasaan seseorang, hubungan pribadi, tingkah laku kelompok, perkembangan mental, sosial, serta estetika, dengan menggunakan pendekatan yang saling berkaitan pada aspek satu dengan aspek yang lainnya. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, merupakan cara untuk menjaga, mengembangkan kebugaran jasmani, dan

mengembangkan keterampilan seseorang. Kesegaran jasmani merupakan aspek fisik dari kesegaran yang menyeluruh, yang memberi kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup produktif yang dapat menyesuaikan diri pada tiap pembebanan fisik yang layak (Widiastuti, 2015).

Suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan 2 motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi, ungkapan tersebut sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani, yaitu merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional. Didalam aktivitas pendidikan jasmani disekolah dasar, guru dan siswa dapat bekerja sama untuk membangun pengetahuan dan

mengembangkan keterampilan sesuai dengan pertumbuhan yang dapat dilihat langsung pada diri seorang anak melalui aspek kognitif, motorik, emosi, bahasa, moral, sosial, dan daya imajinasi atau fantasi. Pada sekolah dasar merupakan jenjang pendidikan formal yang sangat dasar dengan tahap usia siswa yang sangat tepat dan harus diperhatikan, diperkenalkan sebaik-baiknya, sedini mungkin dalam tindakan pemberian pembelajaran keterampilan yang sesuai dengan kebutuhannya dengan memperkenalkan gerakan-gerakan dasar yang mudah dipahami oleh siswa, serta dapat menggali potensi siswa dan sangat berguna bagi kehidupan sehari-hari maupun dimasa yang akan datang untuk siswa.

Adapun permasalahan yang terjadi di sekolah dasar khususnya sekolah negeri yaitu cukup banyak guru sekolah dasar yang kurang memahami dan menyadari tentang pentingnya pembelajaran gerak lokomotor. Bahwa yang di ketahui oleh guru –guru hanya sebatas gerakan lokomotor seperti berjalan berlari dan melompat saja sedangkan pembelajaran gerak lokomotor sendiri ada 10 gerakan yaitu 1 gerakan berjalan/*walking*, 1 gerakan berlari/*running*, 3 gerakan melompat/*jumping*, 1 gerakan satu kaki/*hopping*, 1 gerakan berlari kencang/*galloping*, 1 gerakan menyamping/*sliding*, 1 gerakan melewati benda/*skipping*. Selain itu yang peneliti telah amati bahwa beberapa sekolah sekolah dasar termasuk guruguru mempunyai beberapa hambatan serta kurangnya jam mata pelajaran yang ada di sekolah sehingga mengakibatkan tidak tersampainya materi – materi yang sudah di persiapkan. Oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada anak usia 7 – 9 tahun di SD AL-

CHASANNAH JAKARTA BARAT. Untuk seluruh siswa mendapatkan hak yang seutuhnya dalam menerima pembelajaran apapun tidak berpengaruh di internasional maupun di negeri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, terlihat bahwa khususnya dalam pembelajaran aspek perkembangan pembelajaran kurang di intergrasikannya tema-tema pembelajaran yang ada di kurikulum, beda halnya seperti pembelajaran lainnya yang guru sangat kreatif untuk mengintegrasikan tema-tema yang ada pada kurikulum. Padahal, pembelajaran gerak dasar yang termasuk dalam aspek perkembangan motorik sangat penting dan berpengaruh untuk menggali potensi yang ada pada diri siswa, maka perlunya dilakukan modifikasi media dan variasi model-model pembelajaran khususnya pada gerak lokomotor yang dapat mempengaruhi berbagai aspek perkembangan lainnya, seperti motorik, kognitif, emosi, bahasa, moral, sosial, dan daya imajinasi atau fantasi.

Modifikasi dan variasi model-model pembelajaran gerak dasar lokomotor yang peneliti akan buat yaitu permainan pembelajaran gerak 4 lokomotor. Peneliti menggunakan benda-benda yang aman dan ramah anak agar siswa dapat mengeksplor, seperti bola plastik, matras. Sekaligus mengaplikasikan gerakan-gerakan lokomotor yang merangsang kemampuan kognitifnya. Benda tersebut dibuat dengan semenarik mungkin yang akan digunakan untuk mempratekan gerakan lokomotor, untuk merangsang keterampilan motorik kasarnya. Serta menggapai benda dan memindahkan benda untuk merangsang keterampilan motorik halus pada jari-jari tangannya. Selain itu, dengan adanya pengaplikasian permainan gerakan yang ceria dan sesuai agar siswa merasa telah benar melakukan gerakan. Dalam

pengembangan model pembelajaran berbasis permainan tersebut, perlunya dilakukan dan memvalidasi produk pembelajaran berbasis permainan sesuai dengan standar, aspek-aspek perkembangan dan karakteristik pada anak usia 7 – 9 thn. Dalam permasalahan ini digunakan metode sebagai alat penelitian dan pengembangan media pembelajaran untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut melalui metode *Research & Development* (R&D) (Sugiyono, 2015). Diharapkan pengembangan media pembelajaran dengan menggunakan metode *Research & Development* (R&D), siswa sekolah dasar kelas bawah mampu meningkatkan keterampilan gerak lokomotor yang lebih baik dari sebelumnya.

Penelitian pada dasarnya adalah suatu kegiatan atau proses sistematis untuk memecahkan masalah yang dilakukan dalam penerapan metode ilmiah. Sehingga penelitian atau riset (*research*) adalah suatu kegiatan atau proses sistematis untuk memecahkan masalah yang dilakukan dengan menerapkan metode ilmiah (Emzir, 2008). Penelitian terbagi dalam beberapa bentuk, antara lain: penelitian kuantitatif komparatif, penelitian kuantitatif asosiatif, penelitian kualitatif, penelitian evaluasi program atau kebijakan, penelitian pengembangan instrument, penelitian pengembangan model, penelitian action research. Salah satu model penelitian yang akan digunakan yaitu penelitian pengembangan.

Susilo mendefinisikan penelitian pengembangan (*development research*) adalah suatu proses dalam mengembangkan memberi validasi kepada produk pendidikan dalam hal ini dengan sebuah penelitian dapat mengetahui kemampuan produk apabila digunakan (Susilo, 2009). Contoh pengembangan dari bahan pengajaran

adalah buku ajar, alat peraga, media permainan dan lain sebagainya. Penelitian pengembangan merupakan penelitian yang tidak digunakan untuk menguji teori. Model-model pembelajaran yang telah dibuat oleh peneliti selanjutnya akan divalidasi oleh dosen ahli.

METODE

Pendekatan dalam sebuah penelitian dapat dilihat oleh banyaknya variable dalam penelitian tersebut. Selain banyaknya variable pendekatan penelitian juga harus disesuaikan dengan banyaknya subjek dalam sebuah penelitian yang dapat dilihat dari populasi dan sampel yang dijadikan subjek. Selain itu suatu pendekatan juga tergantung dari tujuan dan keterbatasan penelitian yang berupa waktu dan biaya penelitian. Penelitian dan pengembangan bertujuan menciptakan produk baru atau memodifikasi atau memperbaiki produk yang telah ada, yang hasilnya nanti bisa digunakan oleh masyarakat banyak Menurut Robert salah satu model desain pembelajaran yang lebih bersifat generik adalah model ADDIE (*Analysis Design Develop Implement Evaluate*). ADDIE muncul pada tahun 1990-an yang dikembangkan Resier dan Mollenda. Salah satu fungsinya ADDIE yaitu menjadi pedoman dalam membangun perangkat dan infrastruktur program pelatihan yang efektif, dinamis dan mendukung kinerja pelatihan itu sendiri (Robert, 2009). Model ADDIE dapat digambarkan sebagai gambar berikut



Gambar 2.2 : Model ADDIE

Sumber: Robert Maribe Branch, *Instructional Design: The ADDIE Approach*, 2009, h.2.

Model ini menggunakan 5 tahap pengembangan yakni:

1. *Analisis* kebutuhan dan studi pustaka. Untuk melakukan analisiskebutuhan ada beberapa kriteria, yaitu:
 - a. apakah media pembelajaran gerak lokomotor berbasis permainan yang dikembangkan merupakan hal yang tepat bagi pendidikan?
 - b. apakah media pembelajaran gerak lokomotor berbasis permainan mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan?
2. *Design* (desain/perancangan)
Pada tahap ini peneliti membuat desain berupa model permainan yang akan di kembangkan untuk dijadikan buku pembelajaran untuk para guru.
3. *Development* (pengembangan)
Pada tahap ini yaitu pembuatan produk awal, peneliti membuat 1 gerakan berjalan/*walking*, 1 gerakan berlari/*running*, 1 gerakan melayang/*leaping*, 3 gerakan melompat/*jumping*, 1 gerakan menyamping/*sliding*, 1 gerakan berlari kencang/*galloping*, 1 gerakan melompat satu kaki/*hopping*, dan 1 gerakan melewati benda/*skipping*.
4. *Implementation* (implementasi/eksekusi)

Setelah tahap pengembangan model dan validasi, peneliti akan melakukan penelitian pada bulan desember.

5. *Evaluation* (evaluasi atau umpan balik)

yaitu proses untuk melihat apakah model yang sedang dibangun berhasil, sesuai dengan harapan awal atau tidak. Sebenarnya tahap evaluasi dapat terjadi pada setiap empat tahap diatas. Evaluasi yang terjadi pada empat tahap diatas itu dinamakan evaluasi formatif, karena tujuannya untuk tujuan revisi. Kelebihan dari model ini adalah, sifatnya yang generic (umum) dan langkah-langkahnya yang lengkap dan detail, namun kekurangannya belum bisa langsung melakukan uji coba kepada anak kelas bawah sekolah dasar sehingga ada kemungkinan model yang dilaksanakan dan dihasilkan masih memiliki kekurangan atau kesalahan. Nana Sukmadinata mendefinisikan bahwa penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan. Sugiyono dalam bukunya menyebutkan bahwa *Research and Development* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2012). Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan dapat dipergunakan dalam proses pembelajaran gerak dasar loncat, maka diperlukan langkah-langkah penelitian yang sesuai untuk menguji model pembelajaran tersbut.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian pengembangan

adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan. Produk yang dihasilkan antara lain: bahan pelatihan untuk guru, materi belajar, media, soal, dan sistem pengelolaan dalam pembelajaran.

Penelitian pengembangan dimulai dengan indentifikasi masalah pembelajaran yang ditemui dengan identifikasi masalah pembelajaran yang ditemui di kelas oleh guru yang akan melakukan penelitian hingga sampai pada tahap uji coba produk dilapangan. Yang dimaksud masalah pembelajaran dalam penelitian pengembangan adalah masalah yang terkait dengan perangkat pembelajaran, seperti silabus, bahan ajar, lembar kerja siswa, media pembelajaran, tes untuk mengukur hasil belajar dan sebagainya dan yang dimaksud uji coba produk dilapangan yaitu penerapan media pembelajaran kepada siswa sekolah dasar.

Hasil dan pembahasan

Hasil pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada anak usia 7-9 tahun di SD ALCHASANNAH JAKARTA BARAT, dibuat dalam bentuk buku model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Permainan. Buku tersebut menyajikan 10 Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Permainan Pada Anak Usia 7-9

Tahun di SD ALCHASANNAH JAKARTA BARAT yang terdiri dari dalam 3 kategori yaitu mudah, sedang dan sulit.

Pembahasan, hasil dari Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Pada Anak Usia 7-9 Tahun di Sd Alchasannah dapat disimpulkan bahwa siswa dapat mengikuti permainan yang ada dalam model pembelajaran ini, dimana dengan variasi – variasi dan pembelajaran yang menyenangkan dalam Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor ini tidak cepat menimbulkan rasa bosan dan jenuh saat pembelajaran. Menyikapi hal ini, maka diperlukan Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor dengan bermain agar dapat meningkatkan keterampilan gerak untuk kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil uji variabel yang didapatkan 83% untuk data kemudahan dan dinyatakan baik, serta data kemenarikan yang diperoleh 81% dinyatakan baik. Validasi tersebut bertujuan untuk menyempurnakan draf dengan memberikan evaluasi untuk membekali siswa dalam mengimplementasikan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan **Rekapitulasi hasil implementasi model** Kemudahan Model Pembelajaran Gerak Dasar Locomotor Berbasis Permainan

Model	Siswa										Jumlah	Rata-rata	%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	25	2,5	83,33%
2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	25	2,5	83,33%
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	27	2,7	90%
4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	23	2,3	76,66%
5	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	24	2,4	80%
6	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	26	2,6	86,66%
7	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	24	2,4	80%
8	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	26	2,6	86,66%
jumlah											200	20,0	666,64%
Rata-rata													83%

Keterangan!
= Mudah (3point) = Sedang (2point) = Sulit(1point)

Rekapitulasi Hasil Implementasi Model
Kemenarikan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan

Pada penelitian ini didapatkan 10 model pembelajaran gerak lokomotor berbasis permainan pada anak usia 7-9 tahun dengan kategori mudah, sedang dan sulit

Daftar Pustaka

Widiastuti, (2015). Tes dan pengukuran olahraga. Jakarta

Model	Siswa										Emzir, (2008). Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif. Jakarta : Rineka Cipta.	Jumlah	Rata-rata	Penelitian %
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	25	2,5	83,33%
2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	24	2,4	90%
3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	23	2,3	77%
4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	21	2,1	70%
5	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	2,5	83,33%
6	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	24	2,4	80%
7	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	22	2,2	73,33%
8	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	24	2,4	80%
Jumlah												240	24	96%
Rata-rata														81%

Keterangan!
= Mudah (3point) = Sedang (2point) = Sulit (1point)

Kesimpulan

Berdasarkan dari semua data yang di peroleh dari hasil validasi ahli dengan jumlah 10 model, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada umur 7-9 tahun di sd al chasannah ini dapat diterapkan dan dikembangkan juga dalam bentuk permainan. Dapat dilihat dari antusias dan semangat siswa saat peneliti menerapkan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan Pada Anak Usia 7-9 Tahun Di Sd Alchasannah untuk validasi. Model yang di validasikan dari ahli permainan dan pembelajaran Pendidikan Jasmani menyatakan bahwa yang dibuat termasuk dalam kategori sesuai dan layak digunakan.

Maka peneliti menyimpulkan bahwa Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan pada usia 7-9 tahun di Sd Alchasannah ini dapat di terapkan disekolah dan bisa juga untuk panduan para guru dalam mengembangkan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor berbasis Permainan Pada Anak Usia 7-9 Tahun di Sd Alchasannah.

Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung: Alfabeta