

BAB I PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Keterampilan gerak dasar sangatlah penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada anak usia dini di sekolah dasar. Pada masa anak-anak, pendidikan jasmani sangat penting, karena pada masa tersebut anak masih sangat aktif bergerak. Anak-anak selalu bergerak seperti bermain, berlari, dan yang lainnya (Mulyani dan Sumarno, 2017. hlm. 69). Keterampilan gerak dasar memiliki peran dalam membentuk pondasi-pondasi tubuh dan meningkatkan fisik anak. Dalam keterampilan gerak anak akan membentuk suatu pola gerak, Mutaqin dkk, (2017, hlm. 89) mengemukakan “Pola gerak merupakan gerak dasar atau gerakan-gerakan yang dilibatkan dalam menampilkan suatu tugas tertentu”. Keterampilan gerak ini penting dikuasai bagi anak usia dini sebagai bekal untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Ropi dan Kardani (2021, hlm. 1) mengemukakan bahwa:

Kemampuan gerak, pemahaman gerak dan sikap positif harus dimiliki oleh siswa dari mulai usia awal sekolah/Sekolah Dasar, karena gerak dasar merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk melaksanakan kehidupan sehari-hari serta bekal untuk aktif dalam berbagai kegiatan olahraga siswa pada masa yang akan datang.

Karena dengan keterampilan gerak ini sebagai proses yang dapat mengubah perilaku seseorang dalam melakukan keterampilan gerak yang relatif bersifat permanen untuk digunakan dalam kehidupan sehari-hari yang dihasilkan dari proses latihan atau pengalaman dan hal ini bukan bersifat sementara.

Salah satu keterampilan yang harus dikuasai adalah keterampilan gerak fundamental, keterampilan gerak dasar (*Fundamental Movement Skill*) merupakan suatu pola gerak yang menjadi dasar dalam ketangkasan gerak, Supriadi (2019, hlm. 99) mengemukakan bahwa “untuk dapat melakukan aktivitas fisik dengan baik dan menuju kecabangan olahraga anak-anak perlu menguasai keterampilan gerak fundamental”. Wibowo, Nugraha & Sultoni (2018, hlm. 45) mengemukakan “Keterampilan gerak dasar dipandang sebagai 'pondasi dasar' untuk aktivitas fisik seumur hidup”. Ini merupakan dasar atau pondasi dalam menguasai keterampilan gerak yang lebih luas, pola gerak dan

keterampilan dasar tersebut diperlukan untuk melakukan aktivitas fisik lainnya. Logan (dalam Lawson, dkk. 2021, hlm. 626) mengemukakan bahwa *“fundamental Movement Skill are most commonly defined as an organized series of basic movement patterns that require a combination of two or more body limbs.”*

Keterampilan gerak fundamental paling sering didefinisikan sebagai serangkaian pola gerakan dasar yang terorganisir yang membutuhkan kombinasi dari dua atau lebih anggota tubuh. Selanjutnya menurut Fadilah dan Wibowo (2018, hlm. 61) mengemukakan bahwa :

Keterampilan gerak fundamental adalah suatu kemampuan yang perlu dikuasai oleh setiap siswa, dan salah satu tujuan program pendidikan jasmani diberikan kepada siswa dalam proses kegiatan belajar mengajarnya agar siswa terampil dalam beraktivitas fisik baik dalam sebuah permainan ataupun berbentuk keterampilan gerak. Keterampilan tersebut diantaranya terdiri dari keterampilan lokomotor, yaitu keterampilan yang dimiliki seseorang dalam melakukan gerakan yang membuat tubuhnya berpindah dari satu titik ke titik lainnya (seperti berlari, berjalan, merangkak) dan keterampilan objek kontrol, yaitu keterampilan seseorang untuk mengendalikan benda di luar dirinya (melempar, memukul, menendang, dll).

Keterampilan gerak dalam melakukan aktivitas olahraga merupakan suatu fondasi, untuk mencapai suatu hasil yang optimal dalam melakukan aktivitas olahraga. Oleh sebab itu siswa harus memiliki keterampilan gerak dasar yang baik. Salah satu teknik dasar yang harus dipelajari dalam melakukan aktivitas olahraga adalah keterampilan gerak dasar fundamental.

Keterampilan gerak fundamental akan berkembang seiring dengan proses pertumbuhan dan tingkat kematangan pada siswa. Keterampilan gerak fundamental dapat dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu keterampilan lokomotor dan keterampilan objek kontrol. Hidayat (2017, hlm. 23) mengemukakan *“Perkembangan gerak dimasa anak-anak sangat menonjol, terutama pada kemampuan gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif”*. Dengan begitu keterampilan gerak fundamental mempunyai peran yang sangat penting dalam melakukan aktivitas di berbagai cabang olahraga olahraga. Karena keterampilan gerak fundamental adalah gerakan

dasar pada tubuh kita yang sangat mudah untuk dipraktikkan dalam kegiatan aktivitas gerak pada pembelajaran pendidikan jasmani.

Pada anak usia 6-12 tahun atau kelas 1-6 SD permasalahan fisik sering terjadi pada siswa. Hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran siswa untuk melakukan tugas gerak dalam aktivitas pembelajaran. Maryanto (dalam Abdul dan Kardani, 2021, hlm. 30) mengemukakan bahwa :

Kurangnya kesadaran berolahraga disebabkan karena anak relatif kurang dalam penguasaan gerak dasar untuk melakukan aktivitas yang berhubungan dengan olahraga. Pada anak usia 6-12 tahun permasalahan fisik yang kerap terjadi yaitu karena kegemukan atau obesitas.

Selanjutnya Sartika (Dalam Halimah, 2019, hlm. 1) mengemukakan bahwa :

Proporsi anak yang tidak berolahraga sebesar 49.4%, kebiasaan olahraga tersebut didasarkan atas aktivitas fisik anak dalam kesehariannya antara lain kebiasaan berjalan dan bersepeda. Rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor utama yang mempengaruhi obesitas.

Wibowo dkk, (2021, hlm. 31) juga mengemukakan bahwa:

In 2003, the obesity case reached 10.5%, while in 2013 it became 14.8%, increased 4.3%. However, the case of obesity in 2018 escalated to 21.8%, increased 7% since 2013. By calculating the annual case from 2013-2018, the obesity case increased by 1.4% every year.

Oleh sebab itu anak harus menguasai *skill windows* dimana anak akan mudah menerima keterampilan gerak, karena di usia ini adalah usia emas anak. Pada usia 6-12 tahun anak akan mudah menerima berbagai keterampilan gerak, karena pada usia ini anak memiliki berbagai karakteristik dalam tahap perkembangannya seperti anak akan berimajinatif, menyukai kompetensi dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu adanya solusi yang tepat untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental. Penulis menganggap dengan latihan yang tepat sejak dini dengan program *kids athletics* dapat meningkatkan keterampilan gerak fundamental, karena dengan program tersebut anak dapat melatih gerak anggota tubuh dengan aspek lokomotor maupun non lokomotor. Sehingga siswa dapat meningkatkan kemampuan gerak melempar, melompat, dan berlari.

Kids athletics merupakan program yang dirancang untuk anak usia 6-12 tahun yang dirasa tepat untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental.

Kids athletics dirancang sedemikian rupa dengan memperhatikan gerakan siswa yang menyenangkan agar siswa tidak merasa bosan dalam melaksanakan pembelajaran. Selanjutnya, Tami (2021, hlm. 3) menyatakan bahwa “*Kids athletics* merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli di bidang olahraga untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran *athletics* yang sesungguhnya. Pada anak usia 6-12 tahun *kids athletics* merupakan alternatif pada pembelajaran *athletics* di usia dini, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran *athletics* yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan”. Jadi dapat disimpulkan bahwa *kids athletics* dibuat untuk menciptakan suasana yang menyenangkan dalam bermain aktivitas *athletics*. Dengan program yang inovatif diharapkan siswa dapat menemukan keterampilan dasar seperti berlari, lari ketahanan, melempar, dan melompat. Permainan *kids athletics* ini telah disesuaikan dengan tingkat perkembangan tubuh pada anak usia dini. Sehingga dapat menarik minat siswa dan dapat meningkatkan keterampilan gerak fundamental.

Terdapat penelitian terdahulu terkait dengan upaya meningkatkan keterampilan gerak fundamental melalui aktivitas *kids athletics* yang dilakukan oleh Widiyanto dan Nurrochman (2021, hlm. 390) menjelaskan bahwa :

Berdasarkan analisis data penelitian kemampuan gerak dasar *kids athletics* yang dilaksanakan pada siswa SD di kecamatan Kedungkandang kota Malang dari keseluruhan hasil tes yang terdiri dari 60 siswa dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan *kids athletics* pada siswa SD di kecamatan Kedungkandang kota Malang berada pada kategori “cukup”. Namun dalam item tes ini hanya menggunakan 4 item tes yang digunakan yaitu *kanga's escape*, loncat katak, tes lempar dan formula 1. Padahal masih banyak permainan *kids athletics* yang dapat digunakan untuk penelitian. Sehingga kelemahan pada peneliti ini, oleh penulis disempurnakan menjadi 7 item tes.

Hasil penelitian lain terkait dengan upaya meningkatkan keterampilan gerak fundamental melalui aktivitas *kids athletics* yang dilakukan oleh Brien dkk, dkk. (2015, hlm. 1) dengan hasil “*overall, 11% was scored as either mastery or near mastery for all nine FMS, there were marked differences in the number of participants who failed to obtain mastery level across the range of the nine*

FMS and their associated behavioural components.” Kelemahan dalam penelitian ini adalah hanya menggunakan 9 item dalam *test TGMD-2* yang digunakan yaitu antara lain *locomotor (run, horizontal jump, vertical jump dan skip)* lalu *object control (catch, kick, strike, overhand throw and stationary dribble)*. Selanjutnya dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa program latihan *kids athletics* yang diambil dari *International Association Of Athletics Federations (IAAF)* dengan membuat 8 program latihan untuk anak usia dini yang digunakan untuk anak usia 9 tahun. Hardy dkk, (dalam Supriadi, 2019, hlm. 99) menyatakan bahwa “Studi aktivitas Fisik dan gizi menyarankan anak-anak seharusnya telah menguasai keterampilan gerak fundamental pada usia 9-10 tahun sebelum masuk ke tahap selanjutnya”.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar dengan aktivitas *kids athletics* diharapkan dapat meningkatkan kemampuan gerak berlari, melempar, dan melompat. Karena dalam konteksnya pendidikan jasmani merupakan faktor yang mendukung anak untuk meningkatkan kemampuan motorik anak, Sultoni dkk, (2018, hlm. 40) mengemukakan bahwa “*Physical education is a supporting factor on how gross motor skills of children can be developed*”. Walaupun pada saat ini materi pembelajaran *kids athletics* belum dimasukkan ke dalam kurikulum di samping itu sarana dan prasarana sekolah belum memadai. Namun hal ini bukan berarti *kids athletics* tidak diperkenalkan pada siswa. Karena *kids athletics* adalah sarana yang tepat dalam meningkatkan keterampilan gerak fundamental. oleh sebab itu, penulis ingin melakukan penelitian dengan menawarkan berbagai materi aktivitas atletik dalam bentuk permainan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Meningkatkan Keterampilan Gerak Fundamental Melalui Aktivitas *Kids Athletics*”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka dapat ditemukan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Sejauh mana pengaruh aktivitas *kids athletics* terhadap keterampilan gerak fundamental pada anak usia 9 tahun?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah merujuk pada rumusan masalah penulis yang sudah dipaparkan. Dalam penelitian ini tujuan diperlukan sebagai acuan penulis terhadap masalah yang akan diteliti, sehingga peneliti mampu bekerja dengan terarah dalam mencari data, maka tujuan dari penelitian ini adalah “Untuk mengetahui pengaruh aktivitas *kids athletics* terhadap keterampilan gerak fundamental pada anak usia 9 tahun”.

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan dapat menjadikan bahan pertimbangan dalam penguasaan keterampilan gerak fundamental. Adapaun manfaat yang bisa diambil dalam penelitian ini antara lain :

1.4.1 Manfaat Dari Segi Teori

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan masukan dalam pembelajaran dengan penerapan gerak fundamental melalui aktivitas *kids athletics* yang dapat diterapkan dan menjadi solusi dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

1.4.2 Manfaat Dari Segi Kebijakan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kebijakan-kebijakan kepada pihak sekolah dan lembaga pemerintahan dalam menyediakan sarana dan fasilitas yang bertujuan untuk kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan meningkatkan keterampilan gerak fundamental melalui aktivitas *kids athletics*.

1.4.3 Manfaat Dari Segi Praktik

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memudahkan siswa saat mengikuti pembelajaran *athletics* dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak fundamental melalui aktivitas *kids athletics*.

- b. Mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang diharap mampu meningkatkan minat dan antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani serta menjadi motivasi siswa agar terus meningkatkan keterampilan gerakanya.

1.4.4 Manfaat Dari Segi Isu Serta Aksi Sosial

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada semua pihak tentang pentingnya setiap anak memiliki keterampilan gerak fundamental sebagai pondasi dalam melakukan berbagai aktivitas olahraga.

1.5 Struktur Organisasi Penulisan

Adapun struktur organisasi dalam skripsi ini adalah sebagai berikut :

- 1.5.1 BAB I Pendahuluan.** Pada bab ini penulis membahas terkait latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 1.5.2 BAB II Kajian Pustaka.** Pada bab ini penulis menerangkan konsep-konsep, teori, model dalam bidang yang akan diteliti serta penelitian dahulu yang relevan dengan judul penelitian.
- 1.5.3 BAB III Metode Penelitian.** Pada bab ini penulis menerangkan mengenai metode penelitian yang akan digunakan oleh peneliti yang meliputi : desain penelitian, partisipan, populasi, dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.
- 1.5.4 BAB IV Temuan dan Pembahasan.** Pada bab ini penulis menerangkan mengenai deskripsi dari hasil penelitian yang meliputi gambaran umum objek penelitian, gambaran variabel yang diamati, analisis data, dan pengujian hipotesis serta pembahasannya.
- 1.5.5 BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi.** Pada bab ini penulis menerangkan kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan dan mengemukakan implikasi dan rekomendasi yang berhubungan dengan hasil penelitian untuk dijadikan bahan referensi bagi pihak yang berkepentingan.