

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Pendahuluan

Tujuan hakiki pendidikan adalah membentuk individu agar mampu memainkan peranannya dalam kehidupan bermasyarakat (Teraoka et al., 2020). Oleh karena itu, pendidikan diawali dengan pembentukan karakter yang sehat, meliputi kesehatan jasmani, mental, sosial, dan spiritual (Bektas, 2022). Karakter yang sehat memungkinkan seseorang berperan aktif dalam masyarakat dan menjalani kehidupan yang saling menguntungkan (Aybek & Aslan, 2017). Pendidikan juga merupakan suatu proses pengembangan potensi peserta didik agar dapat memahami dirinya sendiri, hidup selaras dengan makhluk hidup lain, dan berkontribusi terhadap kesejahteraan dan kemakmuran dunia (Tintori et al., 2021).

Pendidikan adalah upaya untuk menghasilkan manusia yang berkembang secara optimal baik secara fisik, mental, sosial, dan spiritual (Defitrika & Mahmudah, 2021). Oleh karena itu, pendidikan dipandang sebagai investasi jangka panjang yang memerlukan upaya maksimal dan harus dimulai sejak usia dini (Purnomo et al., 2024). Pendidikan jasmani sejak dini berperan dalam mendorong pertumbuhan organ tubuh, motorik, kecerdasan, dan perkembangan emosi anak (Ertekin, 2021).

Perkembangan anak meliputi gerakan tubuh yang terkoordinasi melalui pusat saraf, sistem saraf, dan pengendalian otot (Laar et al., 2021). Pendidikan anak usia dini bertujuan untuk memberikan landasan bagi pertumbuhan dan perkembangan motorik, emosional, intelektual, dan spiritual anak (Yu et al., 2006). Upaya pendidikan anak usia dini harus mencakup materi gerak dasar untuk meningkatkan kemampuan motorik anak (Kathleen Williams, 2013). Hal ini dikarenakan kemampuan motorik berkorelasi positif dengan perkembangan kognitif pada anak usia dini (Sucipto et al., 2023). Semakin baik kemampuan motorik yang dikuasainya maka akan semakin baik pula perkembangan kognitif

anak (Treasure & Roberts, 1995).

DEVTIO DWIWAHYUDI, 2025

*PENGARUH PERMAINAN SIRKUIT BERBASIS PERMAINAN GERAK DASAR TERHADAP KETERAMPILAN
MOTORIK ANAK DAN TINGKAT MOTIVASI SISWA SD SINGAWADA*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini yang melibatkan intervensi aktivitas fisik dapat secara efektif meningkatkan keterampilan motorik dasar anak prasekolah, yang pada akhirnya berkontribusi pada perkembangan kognitif mereka di masa depan (Matta, 2022). Keterampilan motorik pada anak usia dini berperan penting dalam menunjang pertumbuhan tubuh yang kuat, sehat, dan terampil (Veldman et al., 2016). Keterampilan motorik meliputi gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar pada tubuh, seperti otot punggung, otot kaki, dan otot tangan (Barnett et al., 2016). Keterampilan motorik melibatkan koordinasi gerakan otot pada lengan, kaki, dan otot besar lainnya untuk melakukan aktivitas seperti berlari, melompat, dan melempar (Griffiths et al., 2018). Kemampuan ini berperan penting dalam aktivitas sehari-hari anak dan perkembangan fisiknya di masa depan (Nuryadi et al., 2019). Keterampilan motorik sendiri terdiri dari tiga komponen utama yaitu lokomotor, non lokomotor dan manipulatif (Lucas et al., 2016). Keterampilan motorik yang berkembang dengan baik mempunyai banyak manfaat, antara lain meningkatkan kemampuan anak dalam menguasai gerakan-gerakan yang kompleks (Meylia et al., 2022).

Berdasarkan urgensi permasalahan yang ditemukan di lapangan, penelitian ini dilaksanakan karena tingginya prevalensi perilaku sedentari yang telah banyak diungkap dalam studi-studi sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Salsabillah Aisyah Putri (2020) pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 4 Surabaya menunjukkan bahwa 61,91% anak memiliki perilaku sedentari tinggi dengan durasi ≥ 5 jam per hari. Hasil tersebut sejalan dengan temuan Mega Lestari (2018) yang juga mengidentifikasi tingginya perilaku sedentari pada siswa di salah satu sekolah di Surabaya, peneliti tersebut menemukan bahwa rata-rata aktivitas sedentari siswa adalah 3.681,34 menit, tidak hanya itu, terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Dwi Yuniar Ramadhani, Roseda Riantara Bianti (2020) yang melakukan penelitian pada anak usia 9-11 tahun di SDN Kedurus III/430 Surabaya, peneliti menemukan bahwa 96,9% anak dengan aktivitas fisik pasif menunjukkan perilaku sedentari yang tinggi, hal ini di rangkum kedalam satu data besar yang dilakukan oleh Tim AHKI, Universitas Pendidikan Indonesia (2022) dengan hasil perekapan data perilaku *Sedentary*

Behavior Anak Indonesia: Indonesia's Report Card, yang didalamnya menyebutkan bahwa berdasarkan data GSHS 2015, 29,1% anak usia 13–17 tahun menghabiskan waktu duduk lebih dari 3 jam/hari; 70,4% memenuhi pedoman perilaku sedentari Kanada (<2 jam/hari). Dengan banyaknya data yang terlampir, dapat disimpulkan bahwa perilaku *sedentary* ini terus meningkat dari tahun ke tahun, yang nantinya akan berdampak serius pada perkembangan motorik anak, yang seharusnya anak-anak dimasa itu aktif untuk melakukan aktivitas luar ruangan dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar, akan tetapi dengan adanya perilaku *Sedentary behavior* ini, lebih sedikit energi yang dikeluarkan karena anak-anak lebih merasa nyaman untuk melakukan aktivitas diluar ruangan seperti bermain (Katagiri et al., 2021a). Banyak sekali penelitian yang membuktikan bahwa usia rentang pada anak-anak dimasa itu akan mempengaruhi pertumbuhan dimasa dewasa kelak, seperti yang disampaikan oleh Rohmawati (2015), usia taman kanak-kanak (4-6 tahun) merupakan masa yang sangat menentukan bagi perkembangan anak di usia dewasa kelak. Melihat dari hasil penelitian tersebut sudah bisa digambarkan bahwa pentingnya memberikan kesempatan anak agar lebih aktif untuk beraktivitas diluar ruangan untuk mendukung tumbuh kembangnya yang akan dirasakan dimasa yang akan datang (Kul et al., 2021).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Cristia & Seidl, 2015) yang menyebutkan bahwa masa kanak-kanak adalah saat terbaik untuk meningkatkan keterampilan motorik. Stimulasi membantu perkembangan motorik karena perkembangan sistem saraf baru saja dimulai. Anak-anak yang bermain secara pasif akan mengalami penurunan motorik, yang berbeda dan meningkatkan kehidupan sehari-hari, dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain. Akan tetapi terdapat penelitian yang harus menjadi sebuah acuan mengenai bagaimana cara yang seharusnya dilaksanakan oleh seorang guru untuk membuat proses pembelajaran menjadi menarik dengan berbagai macam model permainan yang sudah dimodifikasi yang nantinya hal tersebut akan meningkatkan motivasi siswa untuk terus mengikuti proses pembelajaran dengan senang dan gembira (Rohmansyah & Hiruntraku, 2022). Maka dari itu dengan cara bermain, anak-anak akan melakukan aktivitas yang menyenangkan dan

berdampak pada kesenangan dan kepuasan diri. Kegiatan ini tidak berdasarkan usia atau jenis kelamin, tidak ada paksaan, dan aturan yang memberikan kepuasan bagi pemain. Sutapa et al., (2020) mendukung gagasan ini, menyatakan bahwa aktivitas bermain menunjukkan keberadaan diri, menjadi bagian dari organisme yang ada secara mandiri dan bergantung satu sama lain, dan memiliki kemampuan untuk merenungkan dan memahami keberadaannya sendiri. Bermain membantu anak-anak yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan memahami dunia luar dan mengembangkan kemampuan pemecahan masalah. Bermain juga membantu mereka memahami tantangan hidup. Menurut Hong et al., (2016), bermain menawarkan aktivitas yang meningkatkan kecerdasan intelektual anak-anak. Bermain dilakukan dengan menggerakkan otot berulang kali untuk meningkatkan kekuatan, kecepatan, dan kelincahan otot. Ini meningkatkan kemampuan motorik kasar dan halus. Hal tersebut diperjelas dengan apa yang disampaikan oleh Ní Chróinín et al., (2018). Tanpa mereka sadari, pengembangan motorik yang dibutuhkan oleh anak-anak diusia mereka ikut meningkat dengan berbagai macam permainan yang mengandung lari, loncat, tangkap dan lempar. Hal tersebut diperkuat dengan pendapat yang disampaikan oleh Kwon & Maeng (2022) yang menyebutkan bahwa melalui berbagai kegiatan seperti lari, lompat, dan bermain, anak-anak dapat melatih kekuatan otot, keseimbangan, koordinasi, dan keterampilan motorik lainnya. Hal tersebut bisa dibungkus dengan berbagai macam permainan yang menyenangkan, penelitian yang dilakukan oleh Zirawaga, Olusanya, & Maduki (2017) menyebutkan bahwa melalui permainan-permainan yang dimodifikasi sesuai kebutuhan dan karakteristik anak akan membantu pendidik ingat anak, keterampilan memecahkan masalah, melatih daya fokus anak, dan mengajarkan anak untuk mentaati suatu aturan. Upaya pengembangan kemampuan motorik anak melalui pendekatan permainan sirkuit merupakan salah satu metode yang telah banyak dikaji dalam berbagai penelitian. Salah satunya adalah studi yang dilakukan oleh Blagojević, Obradović, Radović, Đukić, dan Dimitrić (2017) yang menunjukkan bahwa penerapan permainan sirkuit lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Hal ini disebabkan karena pendekatan permainan

sirkuit menggabungkan berbagai gerakan dinamis yang dapat memperkuat koordinasi otot, keseimbangan, serta keterampilan motorik dasar yang penting bagi anak usia sekolah (Sari, 2019). Selain itu, permainan yang melibatkan aturan dan unsur kompetisi juga terbukti mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan. Apriyani et al. (2020) menyatakan bahwa permainan yang menantang dan memiliki aturan tertentu dapat meningkatkan keterlibatan emosional anak, sehingga menciptakan rasa kenikmatan dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, anak-anak tidak hanya merasa terhibur tetapi juga termotivasi untuk terus berpartisipasi dan mengembangkan keterampilan gerak mereka (Juditya et al., 2020). Lebih lanjut, gerakan spontan yang dilakukan anak dalam permainan sirkuit berdampak langsung pada otomatisasi gerak. Ini membuktikan bahwa, dengan menggunakan beberapa permainan yang sudah dimodifikasi menjadi permainan sirkuit dianggap menyenangkan oleh anak-anak, bisa menjadikan solusi untuk mengurangi perilaku *sedentary behavior*.

Namun hingga saat ini jika dilihat dari hasil penelitian yang ada, belum secara komprehensif membahas mengenai bagaimana dampak dari dampak yang ditimbulkan dari penerapan permainan-permainan yang dimodifikasi dengan menggunakan konsep *post to post* yang berisi satu permainan dalam setiap *post*, yang identik dengan metode permainan sirkuit terhadap perkembangan motorik anak dan tingkat motivasi. Karena belum diterapkannya penelitian tersebut di Indonesia maka mendorong penulis untuk meneliti dengan judul “Pengaruh Permainan sirkuit Berbasis Permainan Gerak Dasar terhadap Perkembangan Motorik Anak dan Tingkat Motivasi Siswa”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas ada beberapa poin penting yang menjadi perhatian penulis diantaranya:

1. Meningkatnya Perilaku *Sedentary* pada Anak Usia Dini: Anak-anak seharusnya aktif dalam berbagai aktivitas fisik di luar ruangan. Namun, perilaku *Sedentary behavior* semakin sering ditemui, yang berisiko menghambat perkembangan motorik mereka.

2. Kurangnya Kesempatan Anak untuk Mengembangkan Kemampuan Motorik: Meskipun pendidikan jasmani penting dalam perkembangan anak usia dini, masih terdapat keterbatasan dalam implementasi aktivitas fisik yang optimal di lingkungan pendidikan. Hal ini menyebabkan anak-anak kehilangan kesempatan untuk meningkatkan keterampilan motorik mereka.
3. Minimnya Strategi Pembelajaran yang Menarik dalam Pendidikan Jasmani: Guru masih menghadapi tantangan dalam menciptakan model pembelajaran yang menarik agar anak-anak lebih termotivasi dalam mengikuti aktivitas fisik. Model permainan yang dimodifikasi dapat menjadi solusi, tetapi belum banyak penelitian yang membahas dampaknya secara komprehensif.
4. Belum Diterapkannya Konsep Permainan sirkuit Berbasis Permainan Gerak Dasar dalam Konteks Pendidikan Anak Usia Dini di Indonesia: Penelitian mengenai penerapan metode Permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar terhadap perkembangan motorik dan motivasi anak masih sedikit dilakukan di Indonesia, sehingga perlu dilakukan studi untuk melihat efektivitas metode ini dalam meningkatkan keterampilan motorik dan motivasi anak usia dini.

1.3. Rumusan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah diuraikan pada latar belakang di atas, ialah:

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh kemampuan motorik siswa yang diberikan program permainan sirkuit dan non sirkuit?
2. Apakah terdapat perbedaan pengaruh motivasi siswa yang diberikan program permainan sirkuit dan non sirkuit?
3. Seberapa efektif permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar dibandingkan dengan metode permainan non sirkuit dalam meningkatkan motorik anak dan motivasi siswa SD Singawada?
4. Apakah peningkatan keterampilan gerak lokomotor siswa lebih tinggi secara signifikan dibandingkan peningkatan keterampilan gerak non-lokomotor dan manipulatif setelah diberikan perlakuan permainan sirkuit?

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh Permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar terhadap perkembangan motorik anak di SD Singawada.
2. Untuk mengetahui dampak Permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar terhadap tingkat motivasi siswa dalam mengikuti aktivitas fisik.
3. Mengetahui efektivitas metode permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar dibandingkan metode permainan non sirkuit dalam meningkatkan motorik dan motivasi siswa SD Singawada.
4. Untuk mengetahui dan menganalisis apakah peningkatan keterampilan gerak lokomotor siswa lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan peningkatan keterampilan gerak non-lokomotor dan manipulatif setelah diberikan perlakuan permainan sirkuit berbasis permainan gerak dasar.

1.5. Manfaat penelitian

1.5.1. Secara Teoritis

1. Menambah wawasan dan memperkaya kajian ilmiah dalam bidang pendidikan jasmani terkait dengan metode latihan yang efektif bagi anak usia sekolah dasar.
2. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengembangan metode pembelajaran berbasis permainan untuk meningkatkan aspek motorik dan motivasi siswa.

1.5.2. Secara Praktis

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani: Memberikan alternatif metode pembelajaran yang menarik dan efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik serta motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran olahraga.
2. Bagi Siswa: Membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan motorik melalui aktivitas yang menyenangkan serta meningkatkan minat mereka dalam berpartisipasi dalam kegiatan fisik.
3. Bagi Sekolah: Menyediakan strategi inovatif dalam proses pembelajaran yang dapat meningkatkan kualitas pendidikan jasmani di lingkungan sekolah dasar.

4. Bagi Orang Tua: Memberikan pemahaman tentang pentingnya aktivitas fisik berbasis permainan dalam mendukung perkembangan motorik anak secara optimal.

1.6. Struktur organisasi penelitian

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memaparkan urutan dalam penyusunannya. Adapun urutan dari masing-masing BAB akan penulis jelaskan sebagai berikut:

- Bab I berisi Pendahuluan yang menguraikan latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, serta manfaat penelitian. Bagian ini juga mencakup lingkup penelitian serta pembatasan masalah yang dibahas.
- Bab II berupa Tinjauan Pustaka yang menguraikan teori dan penelitian terdahulu yang relevan. Tinjauan pustaka mencakup kajian teoretis dan konsep utama yang mendukung penelitian, serta mengidentifikasi gap penelitian yang ada.
- Bab III berisi penjelasan Metode Penelitian yang menguraikan metode penelitian yang digunakan, jenis penelitian, teknik pengumpulan data, populasi dan sampel, instrumen penelitian, dan teknik analisis data. Penjelasan metode ini harus mendetail agar penelitian dapat direplikasi.
- Bab IV berisi uraian Hasil Penelitian yang menyajikan temuan-temuan penelitian dalam bentuk data, tabel, grafik, atau ilustrasi yang mendukung hipotesis atau tujuan penelitian.
- Bab V berisi Pembahasan untuk menginterpretasikan hasil penelitian, membandingkannya dengan teori atau penelitian sebelumnya, dan menjelaskan implikasi dari temuan. Bagian ini juga membahas kekuatan dan kelemahan penelitian serta rekomendasi untuk penelitian mendatang.
- Bab VI berupa Simpulan dan Saran, yaitu rangkuman temuan utama dari penelitian dan menjawab rumusan masalah. penjelasan implikasi dan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya atau aplikasi praktis hasil penelitian.