

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan dan pengembangan kemampuan motorik, karakter, serta gaya hidup aktif dan sehat pada peserta didik. Pada jenjang sekolah dasar, aspek perkembangan motorik menjadi perhatian utama karena merupakan fase awal yang krusial dalam membentuk fondasi keterampilan gerak anak (Arifin, 2017). Salah satu elemen penting dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah pengembangan pola gerak dasar, yang mencakup kemampuan berlari, melompat, melempar, dan menjaga keseimbangan. Pola gerak dasar ini bukan hanya berguna dalam konteks olahraga, tetapi juga sebagai dasar keterampilan hidup sehari-hari yang mendukung aktivitas fisik anak secara keseluruhan.

Pola gerak dasar merupakan fondasi dari seluruh keterampilan motorik yang lebih kompleks dan spesifik. Gerakan-gerakan dasar fundamental dibagi atas gerakan lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif (Rianto dkk., 2023). Tanpa penguasaan pola gerak dasar yang baik, anak akan mengalami kesulitan dalam mengikuti aktivitas fisik yang menuntut koordinasi dan kemampuan motorik yang lebih tinggi.

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa sekolah dasar masih memiliki tingkat penguasaan pola gerak dasar yang rendah. Berdasarkan hasil evaluasi Direktorat GTK Kemdikbudristek (2023) dan Magdalena dkk., (2020), lebih dari 50% siswa SD di Indonesia belum mencapai kategori "mahir" dalam keterampilan motorik dasar. Salah satu penyebabnya adalah pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani yang masih bersifat monoton, minim variasi, serta kurang melibatkan aktivitas yang menyenangkan dan sesuai perkembangan anak.

Di sisi lain, berdasarkan laporan WHO (2022), lebih dari 80% anak usia sekolah di dunia tidak mencapai tingkat aktivitas fisik yang direkomendasikan, yaitu minimal 60 menit per hari. Fenomena ini mengindikasikan perlunya pendekatan yang lebih inovatif dan efektif dalam mengajak anak untuk aktif bergerak, salah satunya melalui kegiatan pembelajaran yang bersifat menyenangkan, menantang, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Sappile dkk.,

Pebila Risti, 2025

PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN PUNCAK RAYA

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

(2024) menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan pembelajaran yang berbasis aktivitas fisik menyenangkan dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran PJOK, terutama dalam hal peningkatan keterampilan motorik, pemahaman terhadap konsep kesehatan, serta pembentukan sikap positif terhadap aktivitas olahraga

Beberapa studi terkini menunjukkan efektivitas model pendidikan gerak berbasis permainan. Penelitian oleh Ali Budiman & Dewi, (2022) menemukan bahwa penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan koordinasi gerak dan partisipasi aktif siswa secara signifikan. Sementara itu, penelitian dari Syamsudar dkk., (2025) mengungkapkan bahwa pendekatan berbasis permainan meningkatkan antusiasme dan kemampuan motorik siswa kelas rendah SD hingga 40% dibanding pembelajaran konvensional. Lebih lanjut, studi oleh Sofyan dkk., (2022) menemukan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran PJOK berbasis permainan menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek keseimbangan dan koordinasi dibandingkan kelompok kontrol.

Kemudian hasil penelitian yang dilakukan Nugraha dkk., (2018) pada Siklus I (Tindakan I) penilaian praktek gerak manipulatif mencapai jumlah 738 dengan rata-rata 32.08 dan perolehan prosentase yang dicapai 49.36%. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pola gerak dasar manipulatif siswa dengan menerapkan model pendidikan gerak mengalami peningkatan walau masih di dalam kategori kurang. Hal demikian dapat kita lihat dari naiknya nilai prosentase penilaian praktek gerak manipulatif dari 42.80% menjadi 49.36

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan Mei di SD Negeri Puncak Raya ditemukan beberapa permasalahan meliputi aktivitas pembelajaran PJOK yang dilakukan cenderung repetitif dan kurang variatif, sehingga tidak mampu memfasilitasi pengembangan kemampuan gerak dasar secara maksimal. Beberapa siswa tampak kesulitan mengikuti instruksi gerak dari guru, menunjukkan kurangnya koordinasi ketika melakukan aktivitas fisik.

Sebagai respons terhadap permasalahan tersebut, pendekatan pembelajaran berbasis permainan mulai dilirik sebagai alternatif metode yang lebih efektif. Permainan memiliki keunggulan karena bersifat menyenangkan, sesuai dengan

karakteristik perkembangan anak, serta mampu memotivasi siswa untuk aktif bergerak. Melalui permainan, anak secara alami melibatkan diri dalam gerakan seperti lari, lompat, dan lempar tanpa merasa terpaksa Nugroho dkk., (2021). Oleh karena itu, pendekatan ini dinilai potensial untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa secara lebih optimal.

Penerapan model pendidikan gerak berbasis permainan di SDN Puncak Raya tidak hanya diharapkan mampu meningkatkan pola gerak dasar siswa, tetapi juga mengubah paradigma pembelajaran yang selama ini cenderung monoton dan kaku menjadi lebih dinamis dan interaktif. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada pengaruh penerapan model pendidikan gerak berbasis permainan terhadap peningkatan pola gerak dasar siswa SDN Puncak Raya, dengan tujuan untuk mengeksplorasi sejauh mana model ini dapat meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan keterampilan fisik siswa melalui aktivitas pembelajaran yang menyenangkan dan kontekstual.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi kekurangan penelitian terdahulu yakni meneliti pola gerak dasar. Penelitian ini tidak hanya akan memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas model pendidikan gerak berbasis permainan terhadap peningkatan pola gerak dasar, tetapi juga menyajikan bukti ilmiah yang dapat dijadikan dasar pengembangan kurikulum PJOK yang lebih kontekstual dan menyenangkan di tingkat sekolah dasar. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas pendidikan jasmani, khususnya pada fase pendidikan dasar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

"Apakah model pendidikan gerak berbasis permainan berpengaruh terhadap peningkatan pola gerak dasar siswa SDN Puncak Raya?"

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pendidikan gerak berbasis permainan terhadap peningkatan pola gerak dasar siswa SDN Puncak Raya. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana penerapan

model tersebut dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa, yang mencakup keterampilan berlari, melompat, melempar, dan menjaga keseimbangan.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat secara teoritis dan praktis. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pendidikan jasmani, khususnya mengenai efektivitas penerapan model pendidikan gerak berbasis permainan dalam meningkatkan pola gerak dasar siswa sekolah dasar. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat memperkaya kajian literatur yang berkaitan dengan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik perkembangan motorik anak.

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan manfaat langsung bagi guru PJOK sebagai acuan dalam merancang strategi pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan untuk meningkatkan penguasaan pola gerak dasar siswa. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam menyusun program pembelajaran PJOK yang lebih kontekstual dan berorientasi pada keterampilan motorik siswa. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan untuk pengembangan studi lanjutan dengan cakupan yang lebih luas atau pendekatan metodologis yang lebih mendalam.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN Puncak Raya dengan subjek siswa kelas 4. Fokus utama penelitian adalah pada pengaruh model pendidikan gerak berbasis permainan terhadap peningkatan pola gerak dasar. Penelitian tidak membahas aspek kognitif dan afektif secara mendalam, melainkan lebih menitikberatkan pada aspek psikomotorik.

1.6 Sistematika Penulisan

Bab I: Pendahuluan

Bab II: Tinjauan Pustaka

Bab III: Metode Penelitian

Bab IV: Hasil dan Pembahasan

Bab V: Kesimpulan dan Saran