

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Konsep Gerak

Gerak adalah perubahan atau peralihan posisi dari suatu tempat ke tempat yang lain. Menurut Delphie (2006, hlm. 20) gerak merupakan alat bantu kita untuk dapat berpindah dari satu relasi ke relasi yang lain sehingga ruang itu menjadi milik kita. Pendapat diatas didukung oleh Utama (2012) gerak adalah perubahan posisi tubuh dalam ruang atau terhadap bagian tubuh lainnya. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa gerak adalah perubahan posisi bagian tubuh dalam ruang dari suatu dari tempat ke tempat yang lain, sehingga menghasilkan peralihan.

Konsep gerak adalah tahapan atau pemahaman gerak untuk mengembangkan dan kematangan suatu keterampilan gerak anak yang melibatkan dasar gerak anak. Menurut Mahendra (2017, hlm. 2) konsep gerak yang meliputi konsep tubuh, konsep ruang, konsep usaha dan konsep keterhubungan. Stanley, (1997) dan Longsdon, dkk. (1984) (dalam Abels dan Bridges), (2010) *“Identified the four major movement concept as body (representing the instrument of the action), space (where the body is moving), effort (the quality with which the movement is executed), and relationships (the connections that occurs as the body moves-with objects, people, and environment)”*. Menurutny, ada empat konsep gerak utama yaitu (1) tubuh yang mewakili alat tindakan atau alat yang digunakan untuk bergerak, (2) ruang merupakan tempat dimana tubuh bergerak, (3) usaha merupakan kualitas gerakkan yang dilakukan, dan (4) hubungan merupakan koneksi atau interaksi alat saat tubuh bergerak baik dengan benda, manusia atau lingkaran.

1. Konsep Tubuh

Menurut Mahendra (2017, hlm. 15) *“Tubuh pada dasarnya dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu bagian tubuh dan aksi tubuh”*. Konsep tubuh ini biasanya berkaitan dengan upaya menjawab pertanyaan: *“Apa yang bergerak?”*, *“Tubuh atau bagian tubuh mana yang gerak atau digunakan?”*.

Sedang aksi tubuh, bisa digunakan untuk menjawab pertanyaan “Bagaimana tubuh bergerak atau beraksi?”

2. Konsep Ruang

Menurut Mahendra (2017, hlm. 16) konsep ruang selalu berkaitan dengan upaya menjawab pertanyaan “Ke arah mana kamu bergerak?” atau “Di mana kamu dapat melakukan gerakan?”. Ada berapa konsep yang anak harus diketahui mengenai konsep ruang ini, yaitu area dan dimensi ruang. Area merupakan konsep pertama yang harus diketahui oleh anak bahwa area (wilayah) ini dibagi dalam beberapa bagian yaitu wilayah pribadi, wilayah umum dan wilayah peralatan. Yang pertama wilayah pribadi yaitu ruang yang dapat digunakan seseorang untuk melakukan gerakan tanpa menghalangi orang lain dan cukup untuk bergerak, biasanya area pribadi ini digunakan dalam bentuk pembelajaran non-lokomotor misalnya area anak untuk berbaring. Yang kedua, wilayah umum merupakan seluruh ruangan/lapangan olahraga yang digunakan oleh semua anak yang terlibat dalam pembelajaran pendidikan, wilayah umum ini termasuk kedalam wilayah pribadi dan peralatan. Yang ketiga, wilayah peralatan ialah tempat dimana alat-alat ada diruang sekitarnya. Dimensi ruang, berhubungan dengan gerakan dapat terjadi pada tingkatan, arah dan bidang berbeda.

3. Konsep Usaha

Konsep usaha selalu berkaitan dengan upaya menjawab pertanyaan “Bagaimana gerakan dilakukan?” (Mahendra, 2017, hlm. 19). Konsep usaha mempunyai komponen waktu, daya dan irama yang secara bersamaan menunjukkan adanya usaha. Waktu, berkaitan dengan cepat dan lambatnya gerakan yang dilakukan. Daya, berkaitan dengan tenaga yang dikeluarkan bisa kuat-lemah, ringan-berat. Sedangkan irama jika waktu dan daya bergabung akan menghasilkan ketukan/irama gerakan.

4. Konsep Keterhubungan

Konsep keterhubungan selalu berkaitan dengan upaya menjawab pertanyaan “Bagaimana gerakan dilakukan dalam kaitanya dengan orang atau aspek lainnya ?”

Secara individu dan kelompok, Orang dapat :

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

- Terpaut – terpisah
- Bertemu – berpisah
- Memimpin – mengikuti
- Bergabung – berpecah
- Sesuai – bertentangan
- Mengimitasi
- Membayangi

Secara ruang, orang dapat bergerak :

- ke arah, menjauh dari, disekitar, diatas, dibawah, diantara melalui.

Orang dapat menjadi :

- dekat bersama, jauh terpisah, di depan, di belakang, di samping, di bawah, di atas.

Sementara, dapat bergerak :

- bersamaan dalam waktu dan bentuk, saling menyusul, bersamaan, berturut-turut. (Mahendra, 2017, hlm. 20).

Sedang konsep gerak (movement concept) menurut Delphie (2006, hlm. 43) sebagai berikut :

Tabel 2.1
Konsep gerak (Movement concept)

| Ruang gerak tubuh dimana tubuh bergerak | Bagaimana tubuh itu digerakkan (Hubungannya dengan tenaga) | Hubungan gerak dengan: (Relationship) |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Lokasi : Tempat khusus atau tempat umum • Arah-gerak : ke atas - bawah : kedepan-belakang : kekiri atau kekanan • Tingkat gerak : rendah; sedang-atau berat | <ul style="list-style-type: none"> • Waktu : Cepat atau lambat, tiba-tiba/teratur. • Tenaga: Sepenuhnya atau cukup ringan. • Arah: Diarahkan/bebas | <p><u>Bagian tubuh</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Melengkung/bulat • Menyempit • Meluas/melebar • Memutar/memilih • Sejajar atau berlawanan atau berlawanan arah dengan tubuh |

| | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Jalur :lurus;berkelok-kelok • Keadaan gerak:pendek;jauh atau dekat | | <p><u>Memakai alat/orang</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • atas/bawah • dekat/jauh • di depan/belakang • menyeluruh/sebagian • disatukan/dipisahkan • menyeluruh tubuh • berputar sepanjang sisi tubuh • memimpin/mengikuti • mengaca/menemukan pasangan • searah/berlawanan <p><u>Dengan menyertakan orang lain</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • sendirian dalam kelompoknya. • sendirian tanpa teman • berteman atau berpasangan dan kelompok • diantara sekelompok regu |
|---|--|---|

Sumber : Delphie (2006, hlm. 43)

2.1.1 Gerak Dasar Fundamental dan Konsep gerak

Pada dasarnya pelaksanaan model pendidikan gerak adalah penggabungan anantara gerak dasar fundamental dengan konsep gerak. Artinya, pengajaran pendidikan gerak adalah pengajaran gerak dasar fundamental berdasarkan pada penerapan konsep gerak.

Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan dasar yang berkembangnya terjadi sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kematangan pada anak-anak. Menurut Hands (2012, hlm. 11) :

The importance of fundamental movement skills children with a high level of competence in a range of FMS are able to confidently participate in a wide variety of activities. They also benefit from many physical, social and emotional health outcomes in both the short and long term.

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

Maksudnya, pentingnya keterampilan gerakan mendasar anak-anak dengan tingkat kompetensi yang tinggi dalam berbagai Fundamental Movement Skills (FMS) mampu berpartisipasi dengan penuh percaya diri dalam berbagai kegiatan. Mereka juga mendapat manfaat dari banyak hasil kesehatan fisik, sosial dan emosional baik dalam jangka pendek maupun panjang.

Gerakan dasar fundamental mulai bisa dilakukan oleh seseorang sebagian pada masa bayi dan sebagian pada masa anak-anak. Gerakan dasar di sempurnakan pada masa-masa sesudahnya melalui proses latihan atau melakukan berulang-ulang. Hal ini didukung oleh pendapat Mahendra (2017, hlm. 21) gerak dasar fundamental (*Basic Fundamental Movement*) merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Menurut Burstiando dan Kholis (2017, hlm. 169) “Gerak dasar fundamental didefinisikan sebagai pola belajar gerakan dasar yang tidak terjadi secara alami dan menyarankan untuk menjadi dasar untuk kegiatan fisik dan olahraga yang lebih kompleks”. Dengan makna yang hampir mirip Cohen, dkk. (2014, hlm. 2) “*Fundamental movement skill (FMS) are considered the building blocks for movement and provide the foundation for specialized and sport-specific movement skills required for participation in a variety of physical activities*”. Artinya, gerak dasar atau fundamental motor skills dianggap sebagai blok atau fondasi bangunan untuk keterampilan gerakan khusus dan olahraga yang diperlukan untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan fisik. Dapat disimpulkan bahwa gerak dasar fundamental adalah pola gerakan dasar yang menjadi dasar untuk suatu kegiatan aktivitas fisik atau jasmani dalam keterampilan gerak olahraga yang lebih kompleks.

Pada dasarnya, pelaksanaan model pendidikan gerak adalah penggabungan antara gerak dasar *fundamental* dengan konsep gerak artinya, pengajaran pendidik gerak adalah pengajaran gerak dasar *fundamental*

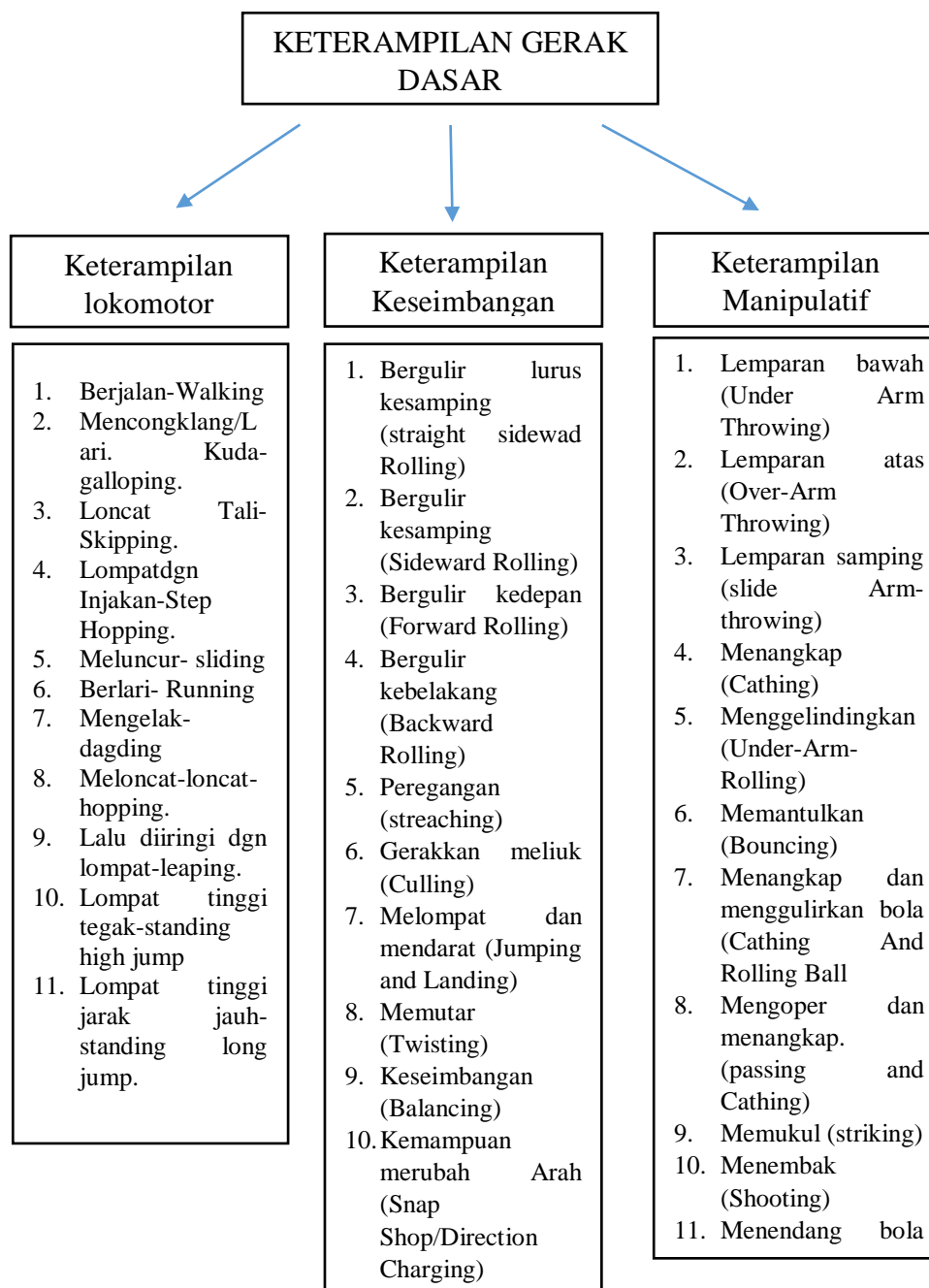
berdasarkan pada penerapan konsep gerak. Gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badanya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan. Performa yang baik dari pola gerak ini bersifat penting karena menjadi starting point untuk pengembangan kemampuan perseptual dan fisik anak, serta tidak kalah pentingnya untuk perkembangan keterampilan gerak olahraga.

2.2 Komponen Gerak

Komponen-komponen gerak dalam model pendidikan gerak adalah gerakan lokomotor, gerakan non lokomotor, dan gerakan manipulatif, menurut Mahendra (2017, hlm. 21-22) :

1. Gerakan lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainya. Contoh gerakan lokomotor adalah berlari, berjalan, melompat, dsb.
2. Gerakan non-lokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dsb
3. Gerak manipulatif
Gerakan manipulatif sebagai gerakan yang mempermainkan obyek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya. Contoh gerakan manipulatif yaitu melempar, menendang, menangkap, menyetop bola, memukul dengan raket, memukul dengan pemukul softball, dsb.

Hal sejalan juga diungkap oleh Gallahue, 2010 (dalam Safitri, 2018, hlm. 21-22) keterampilan gerak dasar dikelompokkan atas tiga bagian, yaitu (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan keseimbangan dan (3) keterampilan manipulatif. Berikut bagan keterampilan komponen gerak dasarnya :



Gambar 2.1 Keterampilan Gerak dasar, Bakhtiar, 2015, (dalam Safitri, 2018, hlm. 22)

Keterampilan lokomotor merupakan gerakan berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lain. Keterampilan non lokomotor atau keterampilan

keseimbangan merupakan gerakan yang tidak menyebabkan perpindahan tempat atau dapat dikatakan keterampilan yang stabil. Keterampilan manipulatif merupakan gerakan untuk bertindak melakukan sesuatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil, seperti menendang, melempar, menangkap dan sebagainya. Menurut Mahendra (2017, hlm. 22) gerakan manipulatif biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang memperlakukan objek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan seseorang dan menggunakan bagian tubuh yang memanipulasi benda diluar dirinya. Menurut Kogan (dalam Mahendra, 2017, hlm. 22) keterampilan ini perlu melibatkan koordinasi antara mata-tangan dan koordinasi mata-kaki, misalnya menangkap, melempar, menendang, memukul dengan pemukul seperti raket, tongkat, atau bat. Hal ini mempunyai makna sama dengan pendapat Sukintaka (1992, hlm. 65) keterampilan manipulatif merupakan kegiatan mengontrol suatu objek, terutama dengan tangan dan kaki. Kemampuan melempar, menangkap, menendang, menyetop dan memukul bola salah satu kemampuan manipulatif yang sangat diperlukan pada masa perkembangan. Pendapat diatas selaras dengan Syahban (2015) gerakan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau memastikan obyek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki atau bagian tubuh yang lain. Makna yang hampir mirip menurut Hidayat (2017, hlm. 23) gerak manipulatif adalah gerak yang dikembangkan ketika anak tengah menguasai bermacam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan manipulatif adalah gerakan memanipulasi atau mengontrol objek tertentu dengan menggunakan tangan, kaki seperti melempar, menangkap, memukul dan menyetop bola.

Gerakan manipulatif memerlukan koordinasi bagian tubuh yang digunakan untuk memanipulasi objek dengan indra pelihatan dan peraba misalnya memainkan bola menggunakan tangan, kaki, dan kepala. Karena keterampilan ini dapat menopang terhadap kebutuhan gerak pada usia anak-anak. Keterampilan manipulatif dibagi menjadi tiga bagian diantaranya :

1. Menjauhkan obyek : melempar, memukul, menendang.

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

2. Menambah penguasaan : menangkap, mengumpulkan, mengambil.
3. Bergerak bersama : membawa, memantul-mantulakan (dribbling).

Sedang menurut pendapat Kalaja, dkk. (2012, hlm. 412) mengatakan keterampilan keterampilan manipulatif termasuk motorik kasar atau motorik halus gerakan hal ini sebagai berikut :

Manipulative skills include either gross motor or fine motor movements. Gross motor manipulative skills involve movements that give force to objects or receive force from objects. Throwing, catching, kicking, trapping, striking, volleying, bouncing, rolling, and punting are examples of fundamental gross motor manipulative skills. Fine motor manipulative skills refer to small object-handling activities that emphasize motor control, precision, and accuracy of movement.

Yang berarti, keterampilan manipulatif motorik kasar melibatkan gerakan yang memberi kekuatan pada benda atau menerima kekuatan dari benda. Melempar, menangkap, menendang, menjebak, menyerang, melakukan tendangan voli, memantul, berguling, dan mengayuh adalah contoh dari keterampilan manipulatif motorik kasar yang mendasar. Keterampilan manipulatif motorik halus mengacu pada aktivitas penanganan objek kecil itu menekankan kontrol motorik, presisi, dan akurasi gerakan.

Dari beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan manipulatif merupakan keterampilan gerak kombinasi antara gerak lokomotor dan non lokomotor dengan menggunakan objek sebagai alat yang dimainkannya. Keterampilan gerak yang kompleks yang akan dilewati oleh anak selama masa perkembangannya. Oleh karena itu anak yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sangat memerlukan kontrol yang struktur dari orang dewasa, kemampuan melempar dan menangkap menjadi salah satu kemampuan manipulatif yang sangat diperlukan, karena keterampilan ini dapat menopang terhadap kebutuhan gerak pada usia anak-anak. Adapun keterampilan lainnya seperti menendang, menggiring dan memukul (smash) diperlukan pada usia remaja.

Menurut McKenzie, dkk. (2016, hlm. 329) *“Mastery of basic manipulative skills enables children to attempt more specialized and complex movements that are part of more dynamic game and sport play, and mastery of advanced skills is typically required if adolescents are to be retained in*

youth sport". Maksudnya, penguasaan keterampilan manipulatif dasar memungkinkan anak-anak untuk mencoba gerakan yang lebih terspesialisasi dan kompleks yang merupakan bagian dari permainan dan permainan olahraga yang lebih dinamis, dan penguasaan keterampilan tingkat lanjut biasanya diperlukan remaja untuk dilatih dalam olahraga remaja.

2.2.1 Macam-macam Gerak Manipulatif Lengan

Keterampilan manipulatif lengan merupakan gerakannya mengarah ke bagian-bagian dari lengan, adapun gerakan-gerakan manipulatif lengan yaitu melempar, menangkap, dan memukul bola. Berikut penjelasan dari beberapa ahli :

1. Melempar

Melempar adalah gerakan mengarahkan satu benda yang dipegang dengan cara mengayunkan tangan ke arah tertentu. Menurut Mahendra (2017, hlm. 133) melempar adalah suatu keterampilan manipulatif yang kompleks dimana satu atau dua tangan digunakan untuk melontarkan suatu objek menjauhi tubuh ke ruang tertentu. Pendapat diatas selaras dengan Graham, 2007 (dalam Hasan, dkk. 2015, hlm. 190) menjelaskan "*Throwing is basic movement pattern that propel on object away from the body*". Melempar adalah pola gerakan dasar yang mendorong sebuah objek dari badan dengan menggunakan tangan.

Dari pernyataan diatas disimpulkan bahwa melempar adalah gerakan yang kompleks yang menggunakan satu tangan atau dua tangan terhadap suatu benda untuk melontarkan suatu objek tertentu.

Menurut Soekarsono, dkk (1979, hlm. 11) lemparan dapat dibedakan menjadi tiga macam yaitu lemparan atas (overhand throw), lemparan samping (sidehand throw), dan lemparan bawah (underhand throw).

2. Menangkap

Menangkap merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu tersebut untuk dapat menguasai bola dengan tangan, baik dalam satu tangan maupun dua tangan. Menurut Mahendra (2017, hlm. 134) menangkap adalah gerakan yang melibatkan penghentian momentum suatu objek dengan menggunakan satu tangan atau dua tangan. Menangkap bola dibedakan menjadi tiga yaitu

menangkap bola lurus, menangkap bola gulir tanah, dan menangkap bola melambung.

3. Memukul

Memukul adalah aktivitas ayunan tangan terhadap suatu benda yang akan di pukul dengan benda tersebut yaitu alat pemukul. Menurut Sukintaka (1992, hlm. 65) memukul merupakan kegiatan dengan atau tanpa alat untuk memberikan kuat kepada objek yang dipukul. Sedangkan menurut Mahendra (2017, hlm. 134) memukul adalah aksi memberikan gaya kepada suatu benda dengan cara mengerahkan kekuatan eksplosif (meledak) yang besar kepada benda tersebut dengan cara langsung menggunakan tangan, atau menggunakan alat pemukul. Dari pendapat ahli diatas bahwa memukul dapat diartikan kegiatan atau gerakan tangan baik itu menggunakan satu tangan atau dua tangan kemudian dibantu oleh alat pemukul dan melakukannya dengan mengerahkan kekuatan yang besar agar hasil pukulanya baik dan jauh.

2.3 Model Pendidikan Gerak

Proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui model pendidikan gerak dapat memberikan banyak pengalaman dan akan menjadi fasilitas baik anak untuk mengembangkan gerakan lebih kompleks serta koordinasi yang baik. Seperti yang diungkap Altinkök (2016, hlm. 1050) :

The main view on the movement education, along with the integration of recent developments into the fields of sports sciences and movement education, is focused on the fact that it is of great importance to enhance children's activeness in participating in various activities to provide an effective and efficient education through the functionality of the educational methods used in the learning-teaching process.

Maksudnya, pandangan utama tentang pendidikan gerak bersamaan dengan integrasi perkembangan terkini pada bidang ilmu olahraga dan pendidikan gerak, di fokuskan pada fakta bahwa sangat penting untuk meningkatkan keaktifan anak-anak dalam berpartisipasi dalam berbagai kegiatan untuk memberikan pengalaman yang efektif dan efisien melalui fungsionalitas metode pendidikan yang digunakan dalam proses belajar mengajar.

Menurut Mahendra (2017, hlm. 1) “Pendidikan gerak (*movement education*) adalah sebuah model pembelajaran penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak”. Model pendidikan gerak berbeda dengan model pembelajaran penjas, dalam model pendidikan gerak anak tidak diperkenalkan dengan peraturan-peraturan permainan, teknik-teknik dasar dalam cabang olahraga, tetapi lebih menekankan pada pemahaman konsep gerak yang terdiri dari konsep tubuh, ruang, konsep usaha dan konsep keterhubungan. Dalam model pendidikan gerak guru tidak dianjurkan untuk memberikan contoh kepada anak, melainkan diperbanyak memberikan pertanyaan kepada anak terhadap gerakan yang harus dilakukannya.

Makna lain juga Pam (2013) menyatakan bahwa “*Movement education is a strand of teaching or education which aims to educate individuals to develop their motor skills through physical movement*”. Yang artinya pendidikan gerak adalah untaian pengajaran pendidikan yang bertujuan untuk mendidik individu untuk mengembangkan keterampilan motorik mereka melalui aktivitas gerak jasmani.

2.3.1 Kelebihan Model Pendidikan Gerak

Kelebihan yang didapatkan oleh siswa dalam model pendidikan gerak bahwasanya siswa dapat diarahkan untuk menjawab melalui serangkaian pertanyaan dan aktivitas yang diajukan guru, menekankan kreativitas, dan siswa umumnya aktif bersama. Menurut Mahendra (2017, hlm. 11-12) :

1. *Siswa diarahkan untuk menjawab melalui serangkaian pertanyaan dan aktivitas yang diajukan oleh guru.* Misalnya siswa harus mencari berbagai macam cara untuk memainkan bola sesuai temuan sendiri. Siswa yang berhasil menemukan gerakan sendiri, mendapat reward dari guru berupa pujian, dan guru akan terus menanyakan kemungkinan lebih lanjut dari gerakan yang dapat ditemukan selanjutnya.
2. *Menekankan kreativitas.* Karena pendekatan pengajaran dalam pendidikan gerak lebih menekankan pada kemampuan memproduksi gerak-gerak baru dalam khasanah pengalaman gerak anak, pada dasarnya siswa sedang dilatih untuk bersikap kreatif untuk mencipta hal-hal yang baru. Dan ketika siswa terus menerus diberi pengukuhan (*reinforcement*) secara verbal untuk memecahkan masalah gerak, terutama yang bersifat kreatif, maka bukan mustahil bahwa pembelajaran model pendidikan gerak akan menjadi wahana penumbuhan kreativitas kepada anak didik.

3. *Siswa umumnya aktif bersama.* Model pendidikan gerak adalah pembelajaran yang menekankan pendekatan pola gerak bebas, dimana anak bisa bergerak bersama dalam ruangan secara serentak, sehingga semua siswa bisa aktif bersama. Model ini pun dinyalir sebagai pembelajaran yang mengurangi kecenderungan perintah guru dan tumbuhnya “look at him/her syndrome”. dimana anak biasanya siswa merasa tidak nyaman, maka model inipun dipercayai dapat menumbuhkan kepercayaan diri anak serta mengurangi kecenderungan “memberi malu” pada anak didepan publik.

Dengan meminjam ungkapan Chen dan Revegno, (2000) (dalam Kulinna, 2008, hlm. 223) *“Few studies have addressed student outcomes from the movement education curricular model. Of those, Chen and Revegno (2000) found the elementary student could develop critical thinking skills and creative movement after participation in movement education programs”*. Dalam uraian tulisan tersebut dijelaskan bahwa Chen dan Revegno menemukan bahwa siswa sekolah dasar dapat mengembangkan keterampilan berfikir dan gerakan kreatif setelah berpartisipasi dalam program pendidikan gerak.

Dari kelebihan-kelebihan dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa model pendidikan gerak, siswa mendapatkan keuntungan atau kelebihan baik untuk siswanya atau gurunya. Dengan model pendidikan gerak guru tidak harus memaksakan anak untuk melakukan aktivitas gerak diluar batas kemampuannya. Dengan demikian guru lebih banyak berinteraksi dengan siswa karena guru sering memberikan pertanyaan agar anak aktif melakukan aktivitas gerak yang bervariasi serta tidak lupa untuk selalu memberikan penghargaan kepada anak atas aktivitas gerak yang telah dilakukannya agar anak lebih termotivasi.

2.4 Konsep Bermain dan Permainan dalam Model Pendidikan Gerak

Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yg menghasilkan pengertian atau memberikan informasi , memberikan kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak spontan dan tanpa beban. Menurut Sukintaka (1992, hlm. 7) bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan suka rela atas dasar rasa senang. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (dalam Utama, 2011, hlm. 3)

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

menyatakan bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Selaras dengan pendapat Piaget (dalam Sujiono, 2010, hlm. 34) mengatakan bahwa bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan berulang-ulang dan menimbulkan kesenangan/kepuasan bagi diri seseorang. Menurut Mutiah (2010, hlm. 91) :

Bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain harus dilakukan atas inisiatif anak dan atas keputusan anak itu sendiri. Bermain harus dilakukan dengan rasa senang, sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak.

Terdapat juga 5 pengertian bermain menurut Moeslichatoen, R 2004 : 33 (dalam Widati, 2016, hlm. 14) antara lain :

1. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai positif bagi anak.
2. Bermain tidak memiliki tujuan ekstrinsik namun motivasinya lebih bersifat instrinsik.
3. Bersifat spontan dan sukarela tidak ada unsur keterpaksaan dan bebas dipilih oleh anak.
4. Melibatkan peran aktif keikutsertaan anak.
5. Memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti misalnya kreativitas, pemecahan masalah, belajar bahasa, perkembangan sosial dan sebagainya.

Hampir mirip juga dengan Moeslichatoen pendapat Abidin (2009, hlm. 1) bermain merupakan dunia anak-anak, tempat dengan siapa mereka bertemu, beraktivitas, dan berkreaitivitas. Walaupun mereka tidak saling mengenal, mereka berkumpul bersama untuk bermain. Melalui bermain mereka akan saling mengenal dan berinteraksi dengan bahasa mereka. Dari pengertian menurut para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktivitas anak yang dilakukan secara berulang-ulang demi kesenangan tanpa adanya tujuan dan sasaran yang hendak dicapai, bermain juga bisa dilakukan tanpa atau menggunakan alat sehingga anak juga dapat memikirkan dan berkreaitivitas dalam suatu hubungan.

Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Bermain bukan hanya merupakan aktivitas jasmani saja tetapi juga menyangkut fantasi, logika, dan bahasa. Sehingga dalam

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

bermain dibutuhkan keterpaduan antara fisik dalam hal ini aktivitas jasmani dan psikis yaitu logika, persepsi, asumsi, emosi, keberanian, kecerdasan lain-lain. Kegiatan bermain dapat membantu anak mengenal tentang diri sendiri, dengan siapa ia hidup, serta lingkungan tempat dimana ia hidup.

Permainan adalah suatu aktivitas yang menyenangkan bagi anak yang mampu mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak. Permainan bagi anak yaitu permainan yang mengandung nilai pendidikan karena melalui permainan tersebut anak belajar mengembangkan segenap aspek. Menurut Sukintaka (1992, hlm. 11) permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Sedangkan pendapat Piaget (dalam Mutiah, 2010, hlm. 138) permainan sebagai suatu media yang meningkatkan perkembangan kognitif anak-anak. Permainan memungkinkan anak mempraktikkan kompetensi-kompetensi dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dengan cara yang santai dan menyenangkan”. Pendapat piaget didukung oleh Vigotsky (dalam Mutiah, 2010, hlm. 138) permainan adalah suatu *setting* yang sangat bagus bagi perkembangan kognitif ia tertarik khususnya pada aspek-aspek simbolis dan hanyalan suatu permainan, sebagaimana ketika seorang anak menirukan tongkat sebagai kuda dan mengembarai tongkat seolah-olah itu seekor kuda. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan permainan adalah bentuk aktivitas yang menyenangkan yang dilakukan semata-mata untuk aktivitas itu sendiri, bukan karena ingin memperoleh sesuatu yang dihasilkan dari aktivitas tersebut.

Oleh sebab itu permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani. Jenis permainan yang dimainkan oleh anak sangat ditentukan oleh umur anak. untuk kelompok umur tertentu jenis permainan nya akan berbeda dengan jenis permianan yang dimainkan oleh kesenangan anak. Hal ini disebabkan oleh kemampuan anak, dan juga oleh kesenangan anak. Dari penelitian Harlock (dalam sukintaka, hlm. 7) yang diamati dalam waktu satu minggu diperoleh kesimpulan bahwa jumlah permainan yang dimainkan oleh anak pada kelompok umur berbeda-beda, akan berbeda juga. Adapun hasil penelitian sebagai berikut : Umur 8

tahun : rata-rata ganti permainan 40,11 % dan umur 12 tahun : rata-rata ganti permainan 17,71 %.

Hal ini dapat terjadi sebab ada kemungkinan anak pada kelompok umur lebih tua hanya mempunyai waktu luang yang sedikit, dan pada kelompok umur yang lebih muda untuk memperoleh rasa senang, mereka dapat bermain tanpa alat, atau dengan alat yang mereka peroleh dari tempat disekelilingnya. Mereka dapat bermain sendiri dengan berfantasi, atau bermain dengan teman siapa saja yang mau menemani dan ikut bermain. Anak-anak yang lebih muda akan bermain dengan aktivitas jasmani yang lebih sedikit dibanding dengan permainan anak-anak yang lebih tua. Anak kelompok umur lebih tua akan memainkan permainan yang mempunyai aturan yang tetap dan biasanya menuntut aktivitas jasmani yang lebih berat.

Anak ketika bermain atau diberi permainan dalam rangka pembelajaran pendidikan jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa senang (pada umumnya anak merasa lebih senang melakukan permainan, daripada melakukan cabang olahraga lainnya). Karena rasa senang inilah maka anak akan mengungkap keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik itu berupa watak asli, maupun kebiasaan yang telah membentuk pribadinya. Selain itu juga struktur permainan sangat lah penting untuk dilakukan, seperti yang dikatakan pendapat Leech & Marston (2016, hlm. 10) “Struktur permainan sangatlah penting, struktur permainan melibatkan komponen seperti peralatan, jumlah pemain, yang diperlukan untuk memainkan permainan, batasan aturan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menjadi sukses dipertandingan”. Penjelasan hal tersebut sebagai berikut :

1. Batas. Aspek spasial permainan diidentifikasi dan ditentukan oleh batas yang ditunjuk. Konsep gerakan ruang umum dan pribadi biasanya konsep pertama yang diajarkan kepada anak-anak, tidak hanya untuk pengenalan kognitif ruang dalam dimana mereka dapat memanipulasi tubuh mereka tetapi juga untuk keselamatan dan alasan manajemen kelas. (Graham, Holt / Hale, & Parker, 2012)
2. Aturan dan penilaian. Siswa perlu tahu apa yang mereka boleh lakukan atau apa yang mereka dilarang untuk menang permainan. Aturan memberikan informasi ini dan juga harus menentukan apa konsekuensinya untuk melanggar aturan. Ingatlah selalu aturan itu

sementara. Artinya, guru tidak perlu ragu untuk mendorong siswa untuk menambah, menghapus, atau mengubah aturan jika ada perubahan meningkatkan game dengan cara apa pun (mis., keselamatan, motivasi, pengembangan keterampilan). Penilaian terkait erat dengan aturan, karena aturan menentukan caranya skor dicapai atau ditolak.

3. Peralatan. Komponen ini berkaitan dengan jenisnya dan jumlah peralatan yang dibutuhkan dan yang terkait lainnya peralatan seperti kerucut untuk batas atau garis lantai. Misalnya, sasaran dengan ukuran yang berbeda mungkin diimplementasikan dalam periode kelas atau selama segmen di mana guru menggunakan pendekatan "ajarkan dengan undangan", di mana setiap kelompok dapat memilih ukuran atau jenis tujuan yang ingin mereka gunakan untuk permainan mereka.
4. Berapa banyak pemain yang dibutuhkan untuk setiap tim? Ini akan memengaruhi berapa banyak game yang bisa dimainkan terorganisir, tergantung pada ukuran kelas. Ingat itu fokusnya adalah menjalankan beberapa permainan kelompok kecil daripada hanya satu pertandingan grup besar.

Pemahaman dasar tentang struktur permainan itu penting karena memungkinkan siswa untuk memecahkan masalah yang terkait dengan permainan yang dirancang sendiri dan akhirnya mengajarkan mereka pentingnya mengapa permainan disusun seperti apa adanya.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang akan mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap dan perilaku. Dari situasi yang timbul ini maka seorang guru pendidikan jasmani dapat melaksanakan kewajibannya. Sebab dari situasi itu, bilamana perlu guru dapat memberikan pengarahan, koreksi, saran, latihan atau dorongan yang tepat agar anak didiknya berkembang lebih baik, dan dapat mencapai kedewasaan yang diharapkan dan meningkatkan kualitas anak sesuai dengan aspek pribadi manusia.

2.5 Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Pemecahan masalah dalam suatu strategi yang memanfaatkan tindakan nyata dan proses pengembangan kemampuan dalam mendeteksi permasalahan dalam suatu penelitian, Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Menjadi *top hit* dilingkungan para pendidik. Jenis penelitian ini mempunyai karakteristik yang berbeda dengan jenis penelitian deskriptif atau eksperimen.

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

Jika penelitian deskriptif bertugas memaparkan apa yang terjadi dalam objek yang diteliti, sedangkan penelitian eksperimen memaparkan sebab-akibat yang terjadi sesudah adanya perlakuan maka penelitian tindakan kelas dapat dikatakan gabungan dari keduanya.

Menurut Arikunto (2010, hlm. 3) penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan. Hal ini dapat diartikan penelitian yang mengangkat masalah-masalah yang aktual yang dilakukan oleh para guru yang merupakan pencermatan kegiatan belajar yang berupa tindakan untuk memperbaiki dan meningkatkan praktik pembelajaran dikelas secara professional.

2.5.1 Tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Dapat dikatakan bahwa semua penelitian bertujuan untuk memecahkan suatu masalah, namun khusus PTK disamping tujuan tersebut tujuan PTK yang utama adalah untuk perbaikan dan peningkatan layanan professional guru dalam menangani proses belajar mengajar. Menurut Arikunto (2010, hlm. 61) tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai berikut :

1. Meningkatkan mutu, isi, masukan, proses, serta hasil pendidikan dan pembelajaran disekolah.
2. Membantu guru dan tenaga kependidikan lainnya mengatasi masalah-masalah pembelajaran dan pendidikan didalam dan di luar kelas.
3. Meningkatkan sikap professional pendidik dan tenaga kependidikan.
4. Menumbuhkembangkan budaya akademik di lingkungan sekolah sehingga tercipta sikap proaktif didalam melakukan perbaikan mutu pendidikan dan pembelajaran secara berkelanjutan (*sustainable*)

Dengan kata lain bahwa tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah pengembangan keterampilan guru yang bertolak dari kebutuhan untuk menanggulangi berbagai permasalahan pembelajaran aktual yang dihadapi dikelasnya atau disekolahnya sendiri dengan atau tanpa masukan khusus berupa berbagai program latihan yang lebih eksplisit.

2.5.2 Manfaat Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Banyak manfaat yang dapat diraih dengan dilakukannya penelitian tindakan kelas. Manfaat itu antarlain dapat dilihat dan dikaji dalam beberapa

komponen pendidikan dan pembelajaran, Menurut Arikunto (2010, hlm. 108) manfaat penelitian tindakan kelas mencakup :

1. Inovasi pembelajaran
2. Pengembangan kurikulum ditingkat regional/nasional
3. Peningkatan profesionalisme pendidikan

Dengan memahami dan mencoba melaksanakan penelitian tindakan kelas, diharapkan kemampuan pendidik dalam proses pembelajaran makin meningkatkan kualitas pendidikan, serta profesi pendidik/tenaga kependidikan yang sekarang dirasakan menjadi hambatan utama.

2.6 Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan sebelumnya sesuai dengan penelitian ini sebagai berikut :

1. Wulan Purnamasari (2017). *“Upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan manipulatif siswa melalui penerapan model pendidikan gerak”*. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah kelas VA SDN 001 Merdeka kota Bandung yang berjumlah 33 anak. Pengumpulan data dengan cara observasi, dokumentasi dan catatan lapangan yang selanjutnya dilakukan analisis data. Hasil dari penelitian ini yaitu penerapan model pendidikan gerak cocok diterapkan terhadap siswa sekolah dasar kelas V karena materi pembelajaran dari model pendidikan gerak itu sendiri berupa permainan, cocok dengan karakteristik siswa kelas V yang memiliki keinginan untuk bermain sangat besar.
2. Iis Suyantini (2013). *“Peningkatan Keterampilan Gerak Manipulatif Melalui Permainan Bola Beranting Pada Anak Usia 5-6 Tahun”*. Pada penelitiannya beliau menggunakan metode deskriptif dengan bentuk penelitian yaitu penelitian tindakan kelas. Hasil penelitian yang dilakukannya bahwa keterampilan gerak manipulatif anak mengalami peningkatan yang berarti kemampuan dalam memainkan bola ke lantai yang mendapatkan kategori berkembang sangat baik sebanyak 85%, kemampuan melempar bola dengan tepat yang mendapat kategori berkembang sangat baik sebanyak 80% dan kemampuan menangkap bola

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

dengan baik yang mendapat kategori berkembang sangat baik sebanyak 85%. Hal ini berarti pembelajaran melalui permainan bola beranting memberikan pengaruh besar dalam meningkatkan keterampilan gerak manipulative terutama dalam kemampuan memantulkan bola ke lantai, melempar bola dengan tepat dan menangkap bola dengan baik.

3. Nur Shandy (2017). *Implementasi Model Pendidikan Gerak Untuk Meningkatkan Keterampilan Dan Pemahaman Anak Tentang Konsep Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Negeri 052 Cisaranten Wetan*. Pada penelitian nya beliau menggunakan instrumen untuk mengukur dan pemahaman keterampilan yaitu lembar penilaian keterampilan lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Adapun hasil penelitiannya beliau mengatakan model pendidikan gerak sangat cocok diberikan kepada siswa karena membuat keterampilan dan pemahaman anak tentang konsep gerak dasar meningkat menjadi baik.
4. Diana Sri Safitri (2018). *Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Melalui Penerapan Model Pendidikan Gerak Format Halang Rintang*. Metode penitiannya beliau menggunakan metode penelitian tindakan kelas, pengumpulan datanya menggunakan lembar observasi TGM-D2. Dari hasil penelitiannya secara keseluruhan rata-rata penguasaan keterampilan gerak meningkat sebesar 9,8 atau jika diprosentasikan sebesar 20,42%, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pendidikan gerak berformat haling rintang dipandang efektif untuk diterapkan pada siswa kelas 3, karena dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa.
5. Dedy Agung Nugroho (2016). *“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar keterampilan Gerak Dasar Manipulatif Melempar dan Menangkap Bola Melalui Media Visual Pada Siswa Kelas IV SDL-B-B Negeri Surakarta”*. Yang pada penelitian nya beliau menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), dan subjek dalam penelitian nya adalah siswa kelas IV SDLB-B-SLB Negeri Surakarta berjumlah 4 siswa yang terdiri dari 2 siswa putra dan 2 siswa putri. Pengumpulan datanya menggunakan observasi, angket, dan dokumentasi. Adapun hasil penelitiannya pada

siklus 1 keterampilan gerak melempar, menangkap bola mencapai 75% atau sebanyak 3 siswa sudah masuk kriteria tuntas pada siklus 2 mencapai 100% atau semua siswa telah mencapai kriteria tuntas dengan KKM 75.

6. Lutfi Fahrur Roozzie (2016). *Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pembelajaran Pola Gerak Dasar Lokomotor Melalui Pemanfaatan Permainan Sederhana*. Metode yang digunakan dalam penelitiannya yaitu penelitian tindakan kelas, subjek penelitiannya berjumlah 20 siswa, yaitu 12 laki-laki dan 8 perempuan dan data penelitiannya diambil menggunakan lembar observasi. Pada penelitiannya beliau menggunakan 2 siklus dan 2 tindakan. Hasil dari siklus 1 tindakan 1 nilai presentase keberhasilannya diperoleh 40.10%, setelah diadakan tindakan 2 perolehan nilai meningkat menjadi 52.30%, pada siklus 2 tindakan 1 meningkat lagi menjadi 71.20% dan pada siklus 2 tindakan 2 kembali meningkat menjadi 86.40%. Dari hasil penelitiannya beliau menyimpulkan bahwa : penerapan model pendidikan gerak dapat meningkatkan keterampilan lokomotor dalam aktivitas pola gerak dasar siswa kelas III SDN Cibereum 2 Kab. Bandung, dengan perolehan akhir yaitu : 86.40%.

2.7 Kerangka Berpikir

Model pendidikan gerak dapat diartikan proses pelaksanaan pembelajaran yang berupa penyajian fisik dari suatu pembelajaran yang menekankan kurikulumnya sebagai konsep pengajaran komponen gerak. Dalam model pendidikan gerak pembelajarannya anak tidak diberi contoh tentang tugas gerak yang harus dilakukannya, melainkan anak harus mencari dalam bentuk eksplorasi. Pembelajaran dalam model pendidikan gerak lebih kepada bentuk permainan, pembelajaran tersebut cocok dengan karakter anak sekolah dasar yang selalu ingin bermain. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak Sekolah Dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah bermain. Maka dari itu peneliti memberikan pembelajaran model pendidikan gerak dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan manipulatif lengan terhadap siswa kelas IV SDPN 252 Setiabudi.

Risma Jati Rahayu, 2019

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MANIPULATIF LENGAN PADA PEMBELAJARAN MODEL PENDIDIKAN GERAK BERFORMAT PERMAINAN

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

2.8 Hipotesis

Perumusan hipotesis penelitian merupakan langkah ketiga dalam penelitian, setelah peneliti mengemukakan landasan teori dan kerangka berfikir. Hipotesis adalah jawaban sementara atau pernyataan singkat terhadap masalah yang masih bersifat praduga karena masih harus dibuktikan kebenarannya. Menurut Sugiono (2016, hlm. 96) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Selaras dengan Sumantri (2011, hlm. 55) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap permasalahan yang diajukan, yang kebenarannya jawaban ini akan dibuktikan secara empirik dengan penelitian yang akan dilakukan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Berdasarkan masalah-masalah yang telah ditemukan, maka penulis mengambil hipotesis tindakan yaitu dengan menggunakan pembelajaran model pendidikan gerak berformat permainan dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan manipulatif lengan, terhadap siswa kelas IV SDPN 252 Setiabudi Bandung.