

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fundamental movement skill (FMS) atau keterampilan gerak dasar penting dimiliki anak. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak lebih kompleks. Sehingga gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan.

Menurut Gallahue & Donnelly (2003) Keterampilan gerak dasar (*Fundamental Movement Skills*) adalah bagian dari gerakan yang lebih kompleks dan terbagi dalam tiga kategori: stabilitas (misalnya, menyeimbangkan dan memutar), lokomotor (misalnya, berlari dan melompat), dan kontrol objek (misalnya, menangkap dan melempar). Pada dasarnya yang termasuk kedalam gerakan lokomotor yaitu gerakan berjalan, berlari, melompat, hop, berderap, skip, slide dan sebagainya. Sedangkan gerakan non lokomotor adalah gerakan yang tidak berpindah tempat seperti, menekuk, membengkokan badan, membungkuk, menarik, mendorong meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dll. Kemudian gerakan manipulatif biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan objek tertentu sebagai medianya, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda diluar dirinya (Mahendra, 2007, hlm. 33).

Anak-anak memiliki potensi pengembangan untuk menguasai sebagian besar keterampilan gerakan dasar pada usia 6 tahun. Studi aktivitas Fisik dan gizi menyarankan anak-anak seharusnya telah menguasai keterampilan gerak dasar pada usia 9-10 tahun sebelum masuk ke tahap selanjutnya (Hardy, King, Espinel, Cosgrove, & Bauman, 2010). Kontribusi positif yang diberikan dari keterampilan gerak fundamental akan mendukung kompetensi keterampilan sosial, kognitif dan afektif (Tsangaridou, 2012). Dengan memiliki keterampilan gerak fundamental baik maka seseorang dapat melakukan berbagai cabang olahraga dengan baik

sehingga partisipasi anak akan meningkat dan menciptakan gaya hidup aktif. Selain itu prestasi olahraga dapat diraih jika para atlet memiliki landasan keterampilan gerak dasar yang baik.

Di Indonesia pengetahuan orang tua terhadap keterampilan gerak sangatlah kurang sehingga tidak menutup kemungkinan bahwa anak-anak di usia Sekolah Dasar memiliki keterampilan gerak yang buruk. Belum lagi program pembelajaran yang siswa dapatkan di sekolah seringkali tidak memfasilitasi anak untuk bergerak dengan intensitas yang baik. Salah satu sebabnya adalah, mayoritas guru penjas di Indonesia banyak menggunakan muatan model pendidikan olahraga khususnya di SD, sehingga mengakibatkan berkurangnya intensitas dan frekuensi gerak pada anak. Program pembelajaran yang siswa dapatkan di sekolah seringkali tidak memfasilitasi anak untuk bergerak dengan intensitas yang baik dalam pendidikan jasmani. Dengan hal ini pendidikan jasmani bertujuan untuk memberikan kontribusi maksimal terhadap pengembangan potensi masing-masing individu secara optimal dalam semua fase kehidupan (Aurnhammer, dkk., 2013).

Program pembelajaran pendidikan jasmani di Indonesia umumnya masih menekankan pada pembelajaran kecabangan olahraga, di mana anak Sekolah Dasar sudah diberikan teknik-teknik dasar kecabangan olahraga, seperti passing dan dribbling dalam permainan sepak bola atau basket. Sehingga pembelajaran akan cenderung monoton dan diperparah oleh sarana dan prasarana yang terbatas, sehingga kebutuhan anak dalam proses pembelajaran menjadi tidak terpenuhi. Secara otomatis pembelajaran pendidikan jasmani dengan keadaan seperti itu membatasi ruang gerak siswa. Dan sebagai akibatnya, kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif anak tidak berkembang secara optimal dan menyebabkan mayoritas anak Indonesia pada usia Sekolah Dasar kurang baik dalam perkembangan gerakannya.

Ada beberapa faktor yang dapat mengembangkan keterampilan gerak dasar, salah satunya yaitu dengan adanya program aktivitas fisik pada anak. Aktivitas fisik bukan saja tentang aktivitas yang mengeluarkan energi, tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan keterampilan gerak fundamental (Morgan et al., 2013.). Keterampilan gerak fundamental yang diperoleh melalui aktivitas fisik

dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya berguna dan bertujuan untuk menguasai cabang olahraga tertentu saja, akan tetapi keterampilan gerak tersebut berguna untuk melakukan aktivitas dan tugas fisik dalam kehidupan sehari-hari.

Anak usia sekolah dasar sedang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dimana anak usia sekolah dasar mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangan, maka dari itu diperlukan bimbingan dan perhatian khusus, terutama dari guru pendidikan jasmani yang didaulat untuk membina siswa dalam mengajar kemampuan gerak dasar. Bila seseorang kurang memperoleh kesempatan sejak usia dini untuk mengembangkan kemampuan geraknya, maka pada tahap usia berikutnya, bahkan hingga dewasa ia akan lebih banyak gagal dalam melaksanakan tugas gerak, keadaan tersebut disebut “cacat gerak” (Lutan, 2001). Di sisi yang sama, keterampilan gerak fundamental akan menimbulkan masalah jika tidak dapat dikuasai dengan baik, seperti kurangnya tingkat kepercayaan diri seorang anak untuk berpartisipasi dalam bermain mengakibatkan ia menjadi kurang bergerak dan interaksi dengan teman pun akan sulit terjadi. Situasi bermain merupakan salah satu aktivitas fisik yang selalu digunakan oleh anak usia dini maupun tingkatan yang lebih tinggi (Bryant et al. 2013).

Keterampilan gerak fundamental dapat dikembangkan melalui aktivitas fisik berupa permainan, karena dengan bermain siswa akan dituntut untuk mengembangkan kreatifitasnya untuk bertindak dan atau mengambil keputusan yang secara interaktif akan membuat siswa berfikir untuk mengeluarkan keterampilan geraknya dalam setiap keputusan yang ia ambil. Keterampilan gerak telah menjadi salah satu tujuan dari program pendidikan, bagaimanapun keterampilan gerak dapat mempengaruhi aktivitas fisik.

Dalam menerapkan program aktivitas fisik dan keterampilan gerak dasar yang dilakukan pada saat ini jarang sekali yang terencana dan terorganisir secara terstruktur. Proses aktivitas fisik dan pembelajaran keterampilan gerak dasar baik dalam konteks pendidikan, rekreasi maupun prestasi seringkali hanya mementingkan aspek itu sendiri seperti performan, keterampilan dan sebagainya, sedangkan dalam

hal yang lain seringkali tidak tersentuh pada proses tersebut, seperti aktivitas fisik terhadap keterampilan gerak dasar itu sendiri.

Dipertegas oleh Strok and Sanders (2008, hlm. 204) : *“Planing and careful organization of physical activities maximize opportunities for children to acquire a wider variety of physical skills than might be developed during play alone.”* Artinya aktivitas fisik yang terencana dan terorganisasi dengan baik dapat memaksimalkan kesempatan bagi anak untuk mengembangkan keterampilan motoriknya dibanding dengan bermain sendiri.

Perkembangan keterampilan gerak dasar dapat teroptimalisasi dengan baik melalui pembelajaran dan pelatihan, sesuai dengan yang diungkapkan (Payne and Issacs, 2002) bahwa *“Children do not acquire these skill as result of the maturation process, but rather through instruction and practise”*. Maka dari itu, diperlukan suatu program pembelajaran gerak anak yang mampu memfasilitasi intensitas dan durasi serta mampu membangkitkan kesenangan serta partisipasi anak dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar nya.

Satu hal yang perlu digariskan bahwa ketika *physical activity* masuk menjadi materi ajar dalam pendidikan jasmani, *physical activity* tersebut harus memiliki sifat yang sesuai dengan prinsip *Development Appropriate Practice*. Hal ini sejalan dengan Suherman (2010, hlm. 12) yang menjelaskan bahwa *“Salah satu karakteristik program pembelajaran penjas yang berkualitas adalah ditandai dengan Development Appropriate Practice, yaitu program aktifitas fisik yang diberikan sesuai dengan kemampuan gerak anak didik dan mampu mengakomodasi setiap perbedaan karakteristik kualitas gerak siswa”*.

Oleh karena itu, penelitian ini ditunjukkan dalam rangka mengoptimalkan program aktivitas fisik terhadap keterampilan gerak dasar. sehingga akan lebih baik jika program pembelajaran aktivitas fisik terhadap keterampilan gerak dirancang secara terstruktur dan terencana sehingga program yang diberikan akan sesuai dengan kemampuan dan peningkatan aktifitas fisik terhadap keterampilan gerak dasar anak dapat berkembang secara optimal. Mengingat pelaksanaan program ini belum dapat dilaksanakan dalam bentuk praktek langsung di sekolah dengan adanya ancaman wabah Covid 19, maka untuk tahap pertama ini, penulis ingin

memperdalam pemahaman terhadap *Physical Activity* terhadap *Fundamental Movement Skills* Siswa Sekolah Dasar ini dalam bentuk literature review secara sistematis. Tinjauan ini akan menafsirkan temuan pengaruh aktivitas fisik dengan FMS.

Berdasarkan dari latar belakang di atas peneliti ingin meneliti tentang “Pengaruh level *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills: Systematic Literature Review*”.

B. Fokus Penelitian dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, *Physical Activity* (aktivitas fisik) diharapkan dapat mengembangkan *Fundamental Movement Skill* (Keterampilan gerak dasar) Siswa Sekolah Dasar. Maka dari itu rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh level *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* menggunakan *Systematic Literature Review*?”.

Untuk kepentingan mengeksplorasi data dan menjawab rumusan masalah maka diajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Apakah terdapat pengaruh *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* ?
2. Bagaimana penerapan *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis Pengaruh *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* menggunakan *Systematic Literature Review*.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui secara teoritis tentang pengaruh level *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills*.
- b. Untuk mengetahui secara teoritis tentang penerapan *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan positif dan gambaran bagi penelitian berikutnya yang ada hubungannya dengan pengaruh *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills*.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat memperoleh gambaran yang jelas tentang Penerapan *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan memberikan temuan yang berkontribusi dalam merancang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani.
 - b. Penelitian ini diharapkan sebagai temuan yang berkontribusi bagi perencanaan program sekolah, dan peningkatan mutu pembelajaran khususnya pendidikan jasmani.
 - c. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman konsep dan menjadi alternatif yang mampu meningkatkan kemampuan dan menambah wawasan dalam melaksanakan proses pembelajaran

E. Struktur Organisasi Penulisan

Sistematika penulisan tesis ini mengacu pada pedoman penulisan karya ilmiah yang dikeluarkan Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) tahun 2019 yang di dalamnya memberikan petunjuk mengenai tata cara penulisan tesis.

Bab I : merupakan pendahuluan yang berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, rumusan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi penulisan.

Bab II : Membahas tentang kajian pustaka yang berisikan mengenai beberapa substansi, yakni sebagai berikut : penelitian terdahulu yang relevan, posisi teoritis penulis, dan hipotesis penelitian. Penulis menjelaskan perihal teori-teori serta hasil penelitian tentang Pengaruh level *Physical Activity* anak terhadap *Fundamental Movement Skills* menggunakan *Systematic Literature Review*.

Bab III : Membahas tentang metodologi yang digunakan dalam penelitian ini dan dibahas secara mendalam mengenai : desain penelitian, tahapan penelusuran jurnal, jenis data penelitian, instrumen penelitian, pelaksanaan penelitian, dan analisis data.

Bab IV adalah hasil penelitian dan pembahasan, dalam bab ini dipaparkan pembahasan terhadap temuan-temuan penelitian yang di peroleh dari Jurnal.

Bab V adalah kesimpulan dan rekomendasi dari penelitian yang dilakukan.