

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Hasil wawancara dengan guru pendidikan jasmani SDN Kayu Putih 03 Pagi

No	Butir Pertanyaan	Temuan
1	Apakah siswa – siswi SDN Kayu Putih 03 Pagi memiliki gerak dasar lokomotor yang baik?	iya, tapi hanya beberapa karena mereka tidak semuanya aktif ketika bergerak baik pada saat bermain di sekolah ataupun saat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani.
2	Apakah siswa – siswi SDN Kayu Putih 03 Pagi sering bermain di luar rumah?	Kemungkinan sering, karena anak – anak senang bermain baik saat jam isitirahat sekolah maupun sepulang sekolah.

3	<p>Setujukah anda jika siswa – siswi SDN Kayu Putih 03 Pagi memiliki gerak lokomotor yang kurang baik akibat kurang beraktivitas fisik di luar rumah?</p>	<p>Setuju, karena kebanyakan siswa - siswi SDN Kayu Putih 03 pagi yang memiliki gerak lokomotor yang kurang baik lebih senang berada dirumah bermain gadget, daripada keluar rumah untuk melakukan aktivitas fisik.</p>
4	<p>Apakah anda setuju jika siswa – siswi SDN Kayu Putih 03 Pagi yang memiliki gerak dasar lokomotor yang kurang baik diberikan model aktivitas fisik dalam bentuk permainan?</p>	<p>Sangat setuju, karena dilihat dari keadaan saat ini, beberapa anak SDN Kayu Putih 03 pagi lebih senang bermain dengan permainan yang mereka miliki di gadget mereka masing - masing. Sangat disayangkan di usia 6-8 tahun mereka jarang bergerak aktif</p>
5	<p>Apakah anda setuju jika model gerak lokomotor dalam bentuk permainan mampu membuat siswa – siswi SDN</p>	<p>Setuju, karena kemungkinan siswa – siswa SDN Kayu Putih 03</p>

<p>Kayu Putih 03 pagi yang memiliki gerak dasar lokomotor yang kurang baik mau bergerak aktif dan bisa melatih gerak lokomotor mereka ?</p>	<p>Pagi ini lebih mudah mengikuti gerakan-gerakan serta tidak mudah merasa bosan saat melakukan gerak lokomotor. Serta diharapkan mampu membantu mempermudah siswa – siswi SDN Kayu Putih 03 Pagi untuk terus melakukan aktivitas fisik.</p>
---	--



LAMPIRAN 2**Dokumentasi Penelitian**

1. Permainan Langkah Jauh
2. Permainan Sebek dan neku
3. Permainan Pukat Harimau



4. Permainan Keretaku

5. Permainan duelist

6. Permainan jalan sesame



7. Permainan Dua Jalan



8. Permainan Botol Mager

9. Permainan Area Bersih

10. Permainan Bola Liga Dragon





11. Permainan Langkah Prajurit

12. Permainan Estafet Modern

13. Permainan Lubang Naga

14. Permainan Prajurit Sanhok

15. Permainan Perintah Minshittar





LAMPIRAN 3

Model Final

1. Nama Permainan : Langkah jauh

Tujuan Permainan :

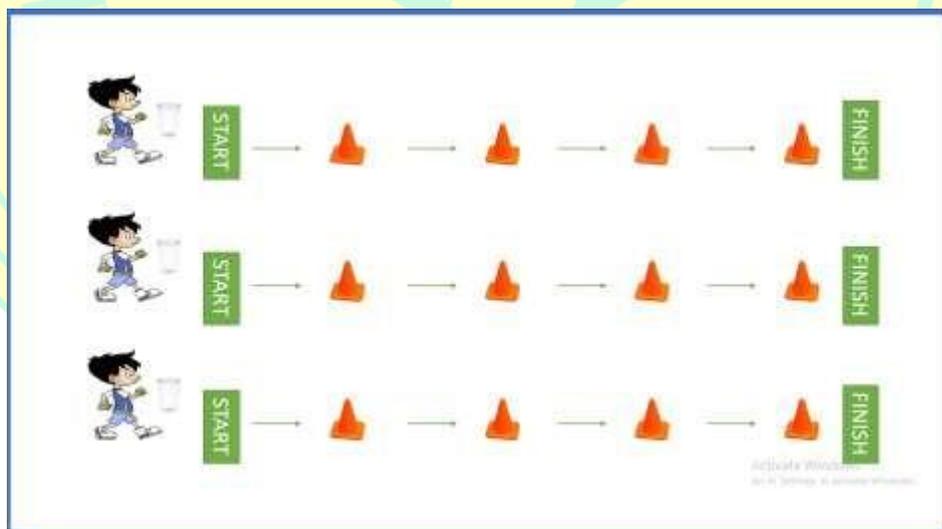
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lompat anak yang baik dan benar selain itu dengan permainan ini akan membuat otot bagian kaki kuat dan mampu membuat anak melompat dengan seimbang.

Alat :

- Gelas Plastik
- Cone

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat perorangan.
- Tiap anak akan mengisi lintasan yang sudah dibuat.
- Anak akan melompat dengan satu kaki bergantian.
- Bagi yang mengumpulkan gelas lebih cepat itulah pemenangnya.





2. **Nama Permainan : Pukat harimau**

Tujuan Permainan :

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerakan saat berlari dan berjalan saat melewati rintangan

Alat :

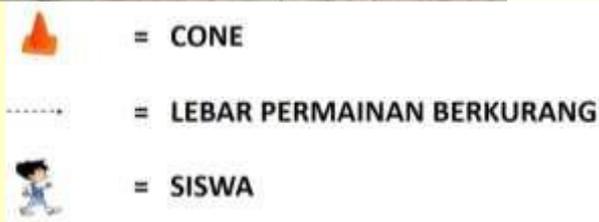
- Cone

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat perorangan.

- Fasilitator akan memilih dua anak untuk menjadi pukat harimau.
- Tugas pukat harimau adalah menangkap temannya untuk menjadi bagian dari pukat harimau.
- Setiap 30 detik sekali lebar permainan akan berkurang.
- Pemenang permainan ini adalah anak yang berhasil menyelamatkan diri dari pukat harimau.





3. Nama Permainan : Keretaku

Tujuan Permainan :

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi antara tangan dan kaki dalam berjalan secara berkelompok atau beriringan

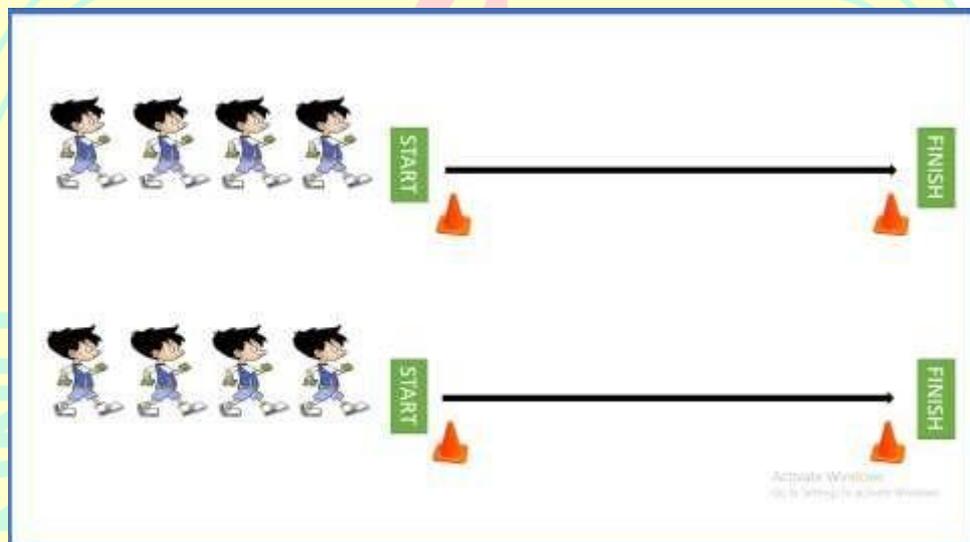
Alat :

- Cone

- Pluit

Cara bermain :

- Permainan ini dilakukan secara berkelompok.
- Tiap kelompok berisi 4 orang.
- Tiap kelompok akan berjalan dari start menuju finish dengan tangan memegang pundak temannya.
- Bagi kelompok yang mencapai finish terlebih dahulu itulah pemenangnya.





4. Nama permainan : Sebek dan Neku

Tujuan Permainan :

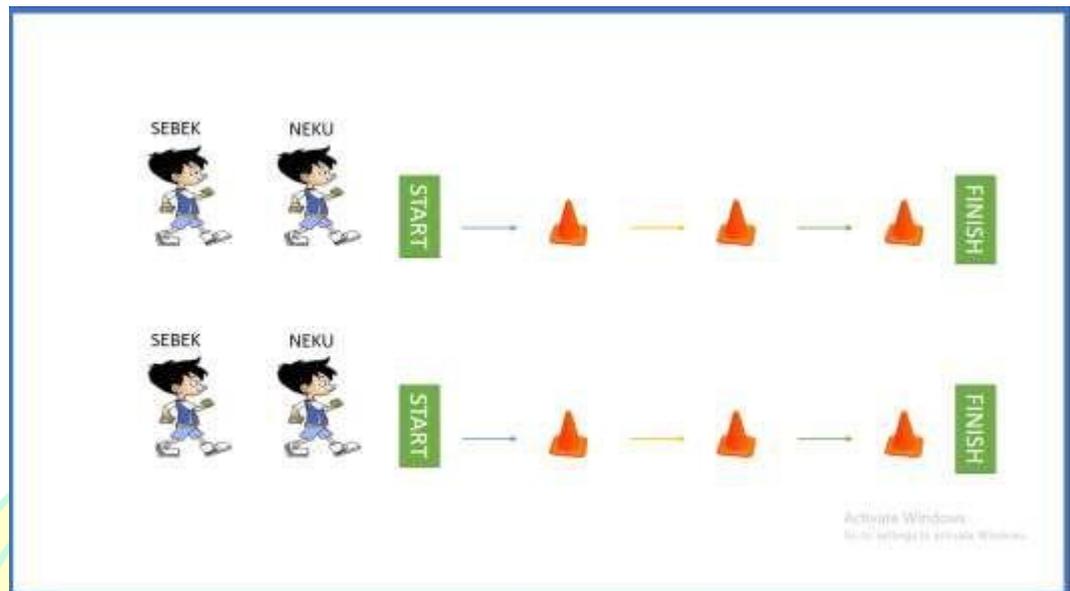
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi tangan dan kaki pada saat berjalan, berlari, dan melompat.

Alat :

- Pluit
- Cone

Cara bermain :

- Permainan ini bersifat duo.
- Akan ada pemain yang menjadi sebek dan menjadi neku.
- Tugas sebek adalah beradu suit dengan lawan.
- Tugas neku adalah menyelesaikan rintangan sampai finish.
- Rintangan pertama adalah neku harus berjalan.
- Rintangan kedua neku harus berlari.
- Rintangan ketiga neku harus melompat.
- Bagi tim duo yang mampu ke garis finish terlebih dahulu itulah pemenangnya.



5. Nama permainan : Duelist

Tujuan Permainan :

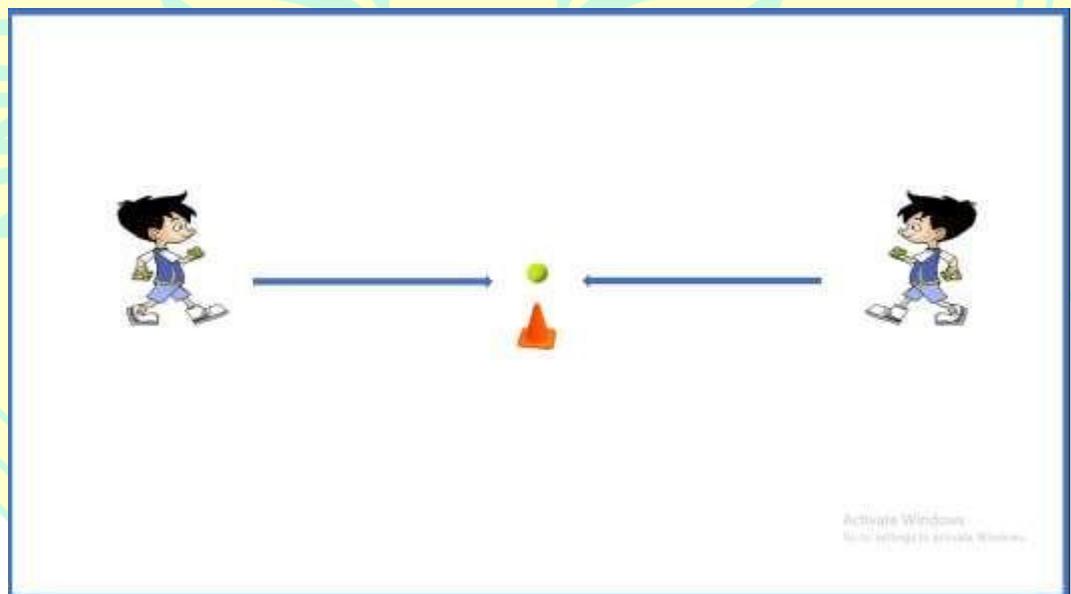
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerak tangan dan kaki pada saat berlari dan juga mampu meningkatkan kecepatan pada anak.

Alat :

- Cone
- Bola

Cara Bermain :

- Permainan ini merupakan permainan perorangan.
- Tiap anak bebas memilih lawan untuk bermain.
- Anak akan beradu cepat dengan lawannya untuk memperebutkan bola yang ada ditengah dari jarak lari yang sudah ditentukan.
- Bagi yang mendapatkan bola itulah pemenangnya.





	= CONE
	= BOLA KASTI
	= ARAH LARI
	= SISWA

6. Nama Permainan : Estafet Modern

Tujuan Permainan :

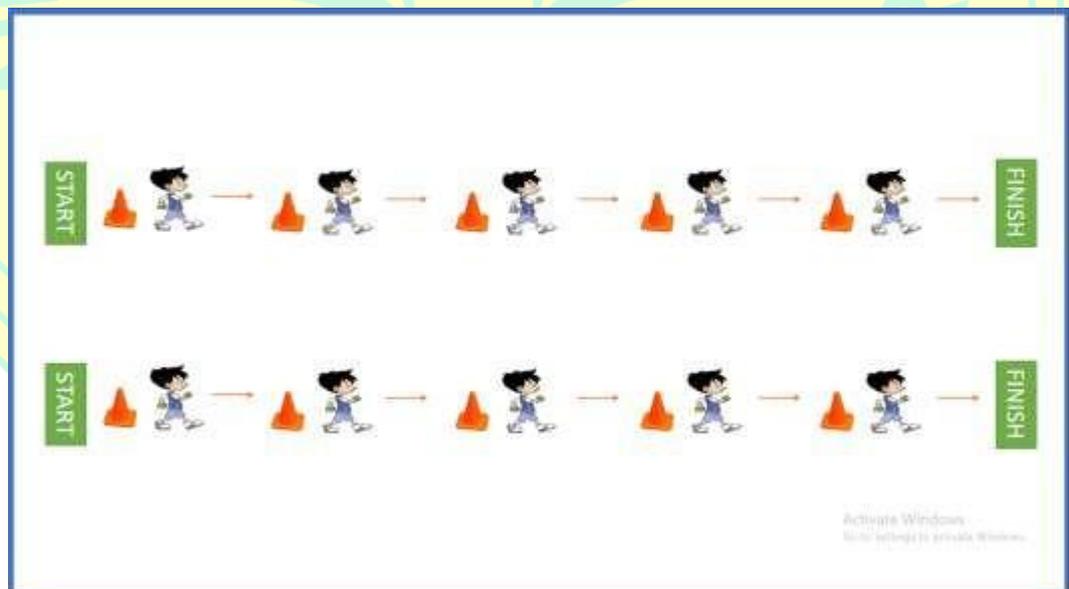
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi tangan pada saat memberi tongkat dan meningkatkan koordinasi gerak tangan dan kaki untuk si pelari .

Alat :

- Tongkat
- Cone

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat berkelompok.
- Tiap kelompok berisi 5 orang.
- Tiap anak akan berdiri diatas cone.
- Anak yang berdiri di cone terakhir harus berlari membawa tongkat yang sudah diterima.
- Kelompok yang mampu sampai di garis finish itulah pemenangnya.



 = ARAH LARI

 = CONE

 = SISWA



7. Nama Permainan : Botol Mager

Tujuan Permainan :

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi antara gerakan tangan dan kaki pada saat berlari memindahkan botol.

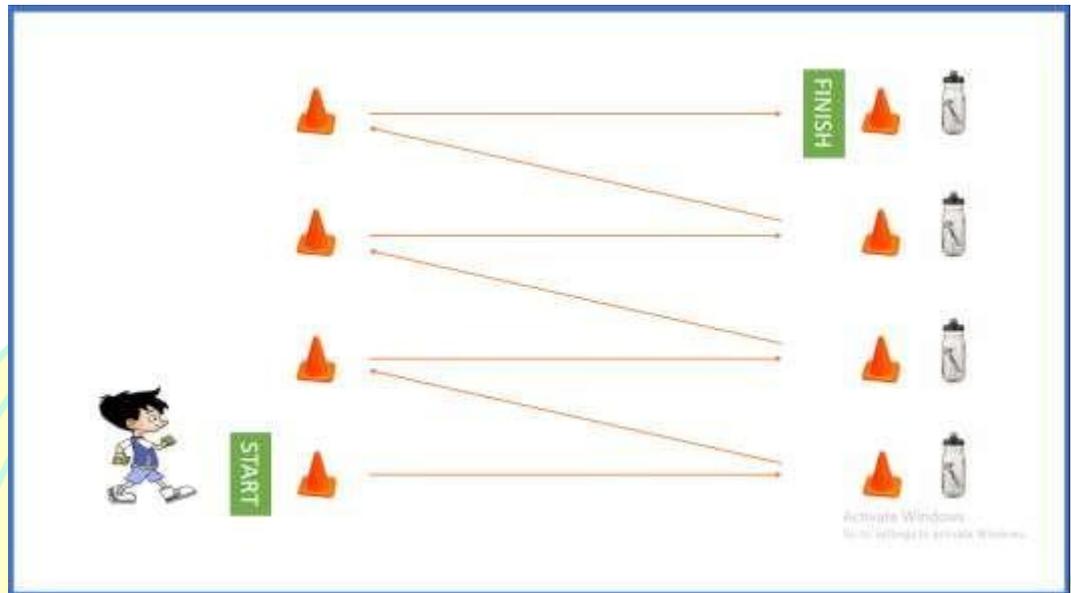
Alat :

- Botol Minum
- Cone

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat perorangan.

- Anak akan memindahkan botol dari satu cone ke cone yang lain.
- Anak yang tercepat memindahkan cone tersebut itulah pemenangnya.





8. Nama Permainan : Lubang Naga

Tujuan Permainan :

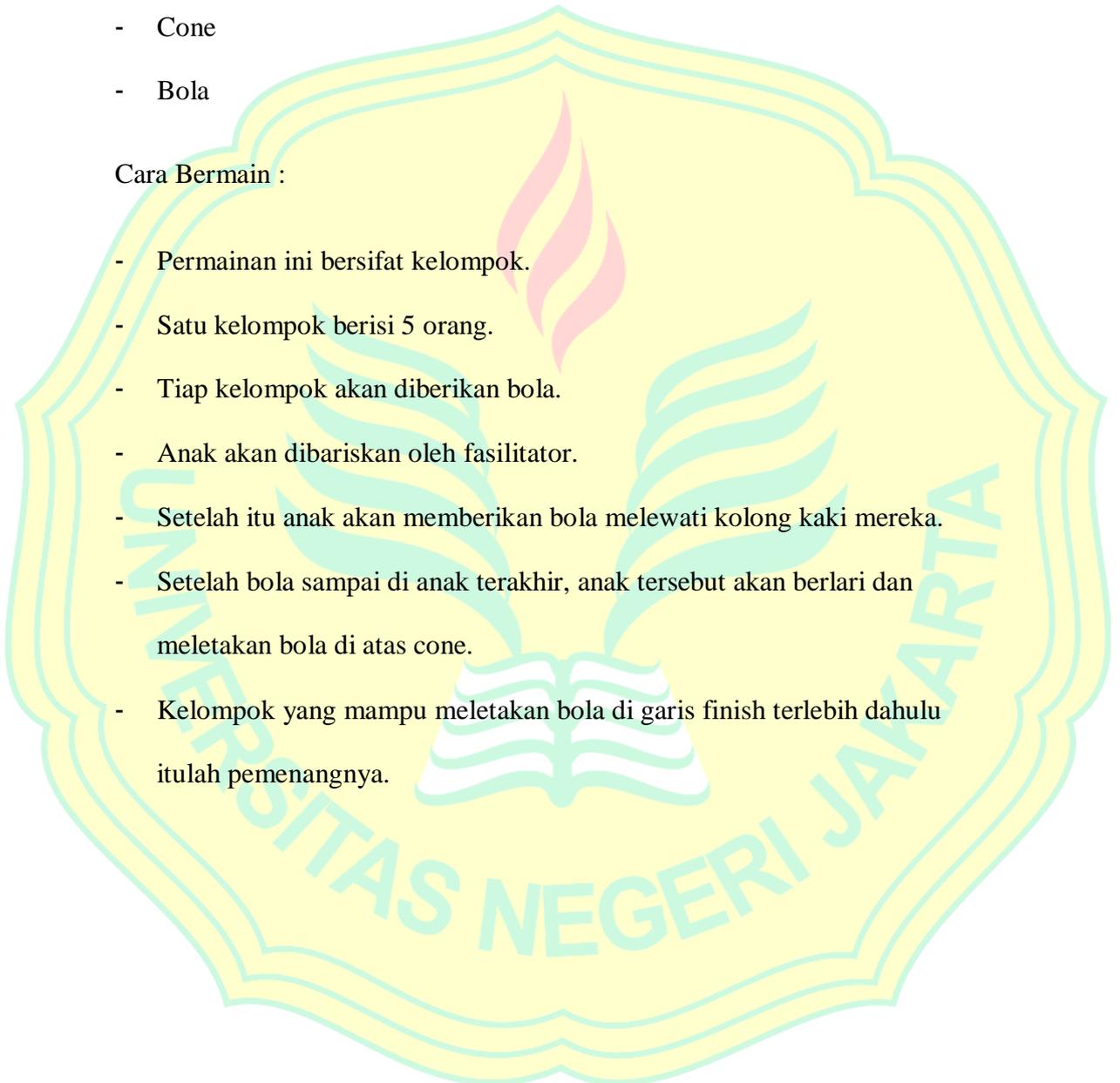
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan kekompakan pada anak dan juga meningkatkan koordinasi antara gerak tangan dengan kaki anak pada saat bermain.

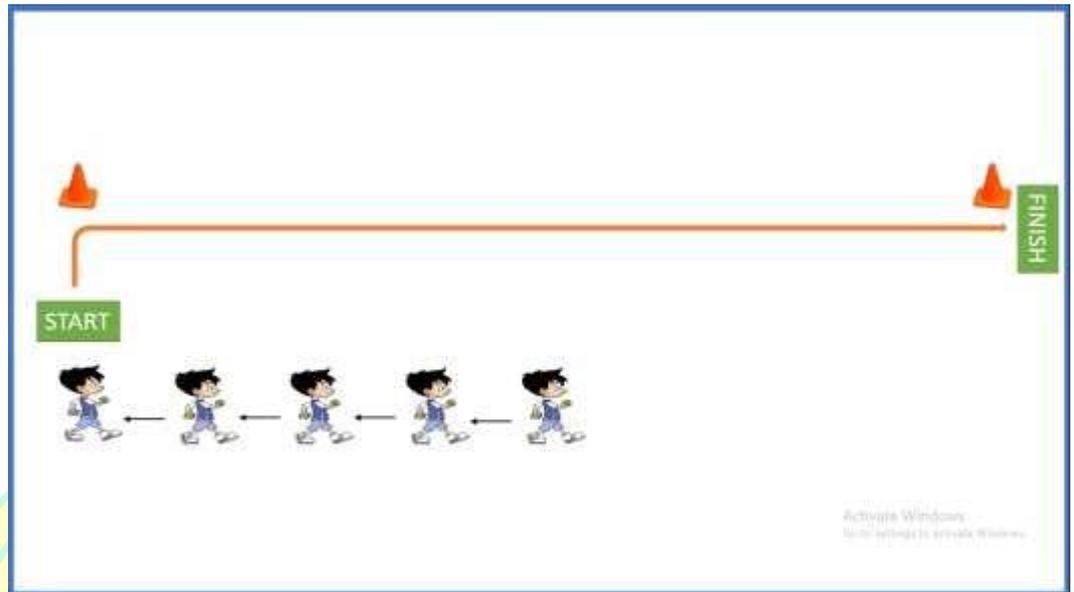
Alat :

- Cone
- Bola

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat kelompok.
- Satu kelompok berisi 5 orang.
- Tiap kelompok akan diberikan bola.
- Anak akan dibariskan oleh fasilitator.
- Setelah itu anak akan memberikan bola melewati kolong kaki mereka.
- Setelah bola sampai di anak terakhir, anak tersebut akan berlari dan meletakkan bola di atas cone.
- Kelompok yang mampu meletakkan bola di garis finish terlebih dahulu itulah pemenangnya.







= CONE



= ARAH OPER BOLA



= ARAH LARI



= SISWA

9. Nama Permainan : Dua Jalan

Tujuan Permainan:

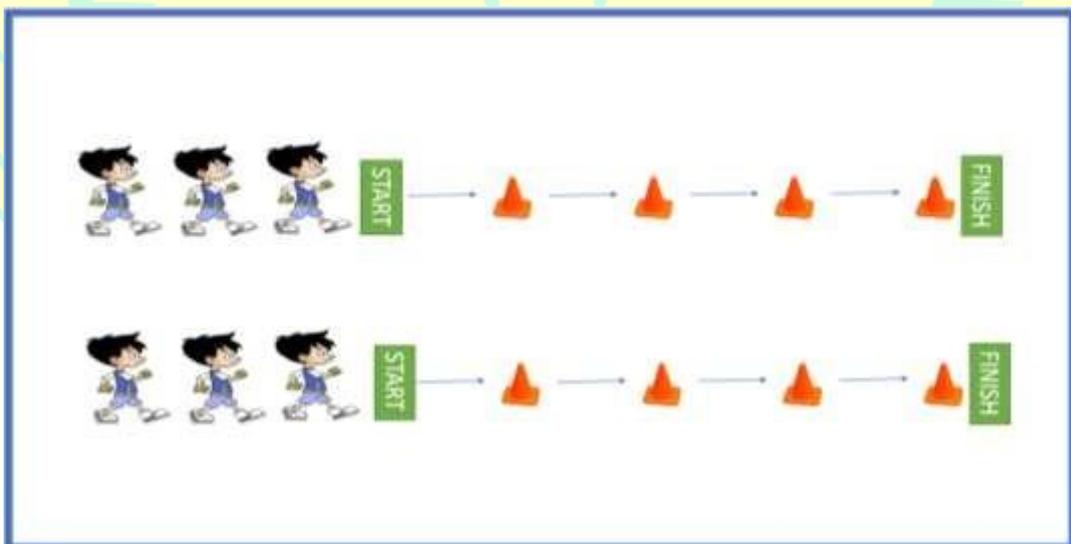
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi antara tangan, kaki, dan juga pandangan saat berjalan agar mampu berjalan dengan baik dan benar

Alat :

- Tongkat
- Cone
- Pluit

Cara Bermain :

- Anak dibagi menjadi 2 kelompok.
- Tiap kelompok berisi dari 3 anak.
- Masing-masing kelompok akan diberi satu tongkat untuk dibawa dalam permainan.
- Anak harus berjalan dan melewati cone yang ada di lapangan.
- Kelompok yang mampu menyelesaikan permainan lebih awal itulah pemenangnya.





10. Nama Permainan : Jalan Sesame

Tujuan Permainan :

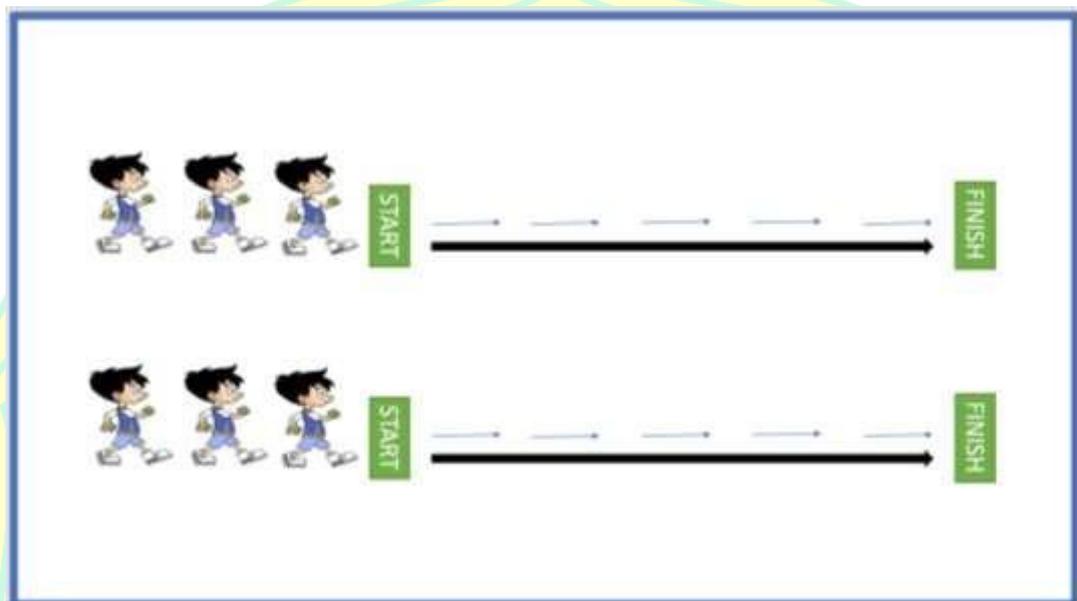
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerak pada tangan dan kaki pada anak dan meningkatkan fokus pandangan pada anak pada saat berjalan

Alat :

- Pluit
- Cone

Cara Bermain :

- Setiap anak akan mengisi lintasan yang sudah disiapkan.
- Anak akan berjalan diatas garis lurus.
- Bila anak keluar dari garis lurus maka akan di diskualifikasi.
- Anak yang mampu menyelesaikan lintasan lebih dulu itulah pemenangnya.





11. Nama Permainan : Prajurit Sanhok

Tujuan Permainan :

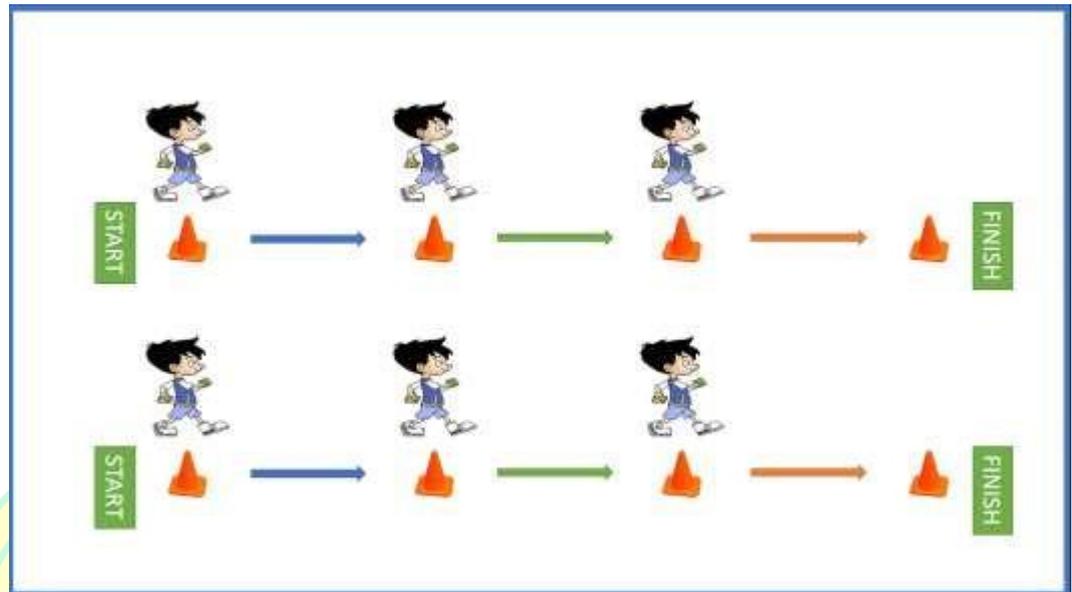
Permainan ini bertujuan agar meningkatkan koordinasi gerak tangan dan kaki pada saat melakukan gerak lokomotor dan juga meningkatkan fokus pandangan anak pada saat bermain.

Alat :

- Pluit
- Tongkat
- Cone

Cara Bermain :

- Anak akan dibagi menjadi 3 kelompok.
- Tiap satu kelompok akan diisi oleh 3 anak.
- Tiap anak memiliki tugas yang berbeda.
- Orang pertama akan berjalan membawa tongkat.
- Orang kedua akan melompat membawa tongkat.
- Orang ketiga akan berlari membawa tongkat.
- Kelompok yang menyelesaikan tugas dengan cepat itulah pemenangnya.



-  = ARAH LARI
-  = BOLA
-  = SISWA

12. Nama Permainan : Perintah Minshittar

Tujuan Permainan :

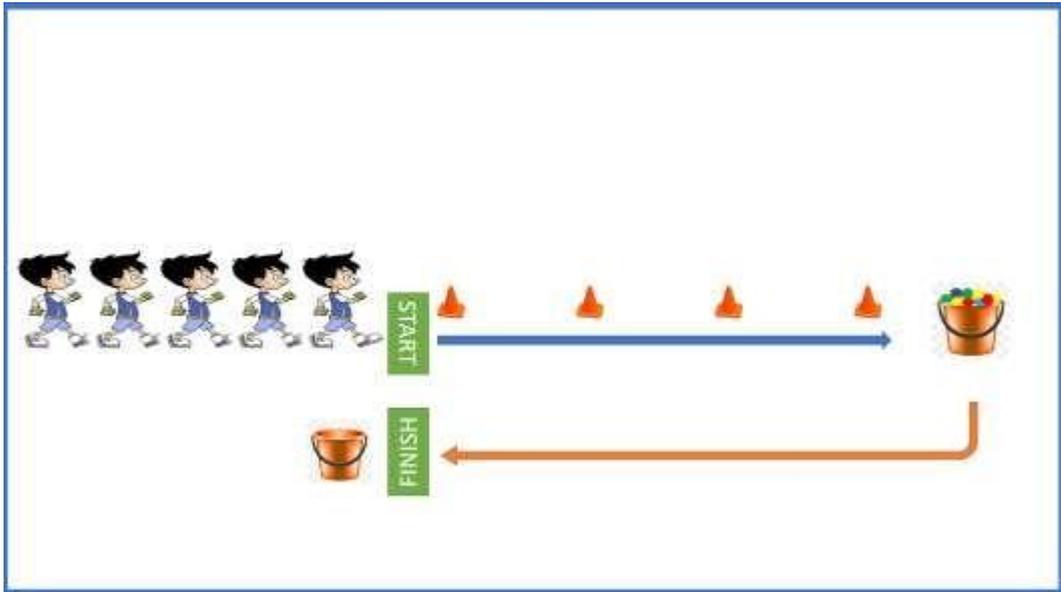
Permainan ini bertujuan meningkatkan koordinasi gerak tangan dan kaki pada anak pada saat melakukan gerakan lokomotor dan memfokuskan pandangan pada saat melakukan gerakan lokomotor.

Alat :

- Cone
- Bola
- Baskom/ember

Cara Bermain :

- Permainan ini bersifat berkelompok.
- Tiap kelompok akan terdiri dari 5 orang.
- Anak akan berjalan melewati cone yang sudah disusun menuju wadah berisi bola.
- Lalu setelah sampai wadah mereka mengambil bola kemudia berlari menuju wadah kosong yang mereka miliki.
- Kelompok yang lebih cepat memindahkan bola itulah pemenangnya.





	= CONE
	= ARAH JALAN
	= ARAH LARI
	= EMBER
	= SISWA

13. Nama Permainan : Area bersih

Tujuan Permainan :

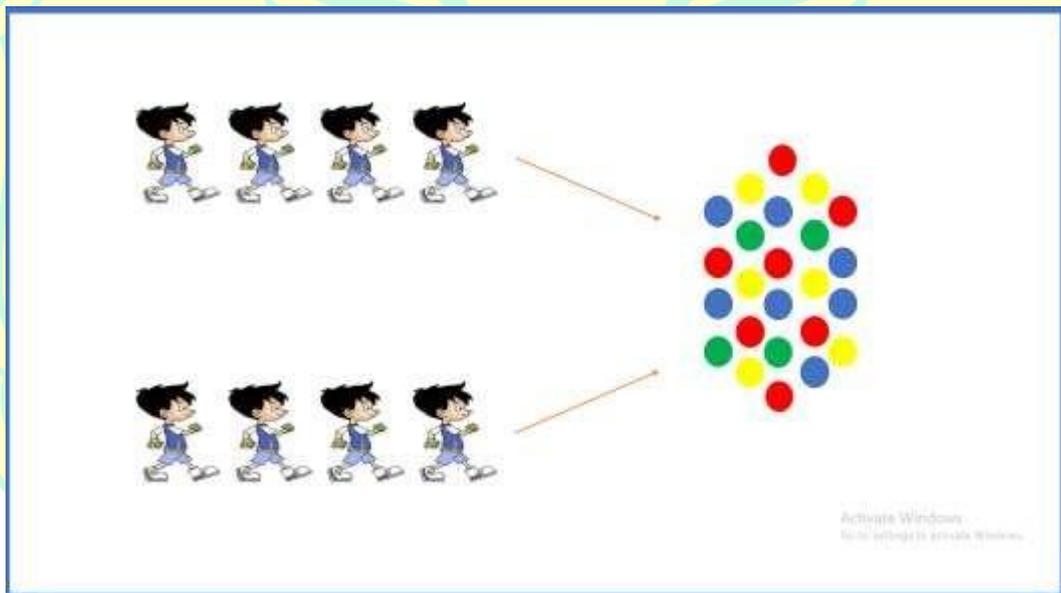
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerakan tangan dan kaki pada anak dan juga melatih fokus pandangan anak pada saat bermain.

Alat :

- Pluit
- Cone
- Bola warna warni

Cara Bermain :

- Tiap anak akan dibentuk berkelompok.
- Satu kelompok akan berisi 5 anak.
- Tiap kelompok akan memilih warna yang akan mereka kumpulkan.
- Tim yang berhasil mengumpulkan warna lebih cepat itulah pemenangnya.



— = ARAH LARI

● = BOLA

👤 = SISWA



14. Nama Permainan : Langkah Prajurit

Tujuan Permainan :

Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerak antara tangan dan kaki pada saat bermain dan juga melatih kekompakan pada anak .

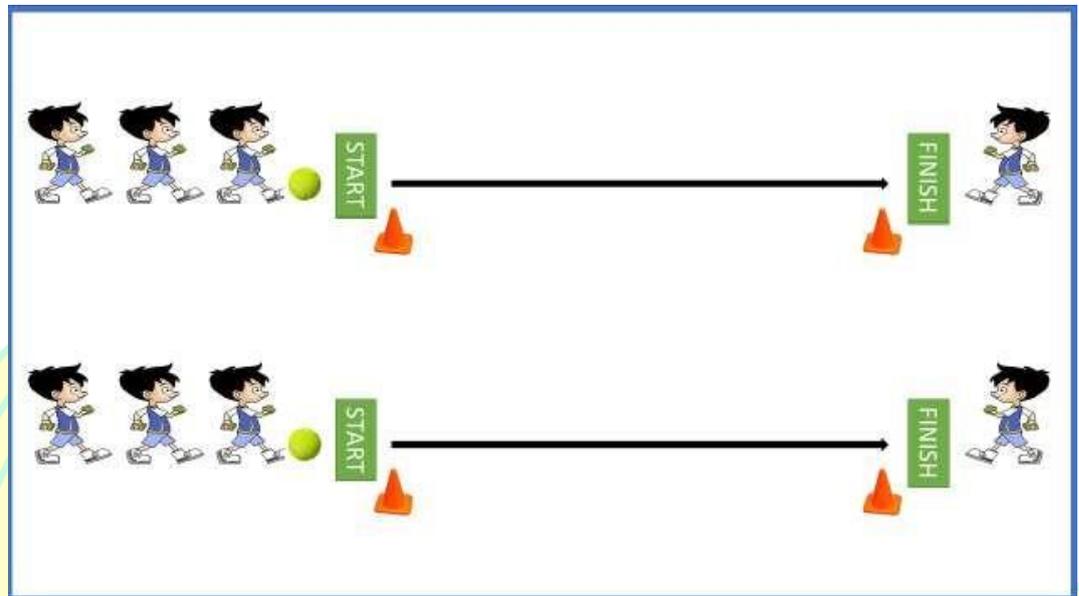
Alat :

- Cone
- Bola kasti
- Slayar

Cara Bermain :

- Permainan ini merupakan permainan berkelompok.
- Tiap kelompok akan terdiri 4 orang.
- Satu orang akan bertugas menjadi pemandu arah teman-temannya.

- Teman yang berjalan akan ditutup matanya untuk mengambil bola.
- Tim yang mampu menyelesaikan dengan cepat itulah pemenangnya



	= CONE
	= BOLA KASTI
	= LINTASAN
	= SISWA



15. Nama Permainan : Bola Liga Dragon

Tujuan :

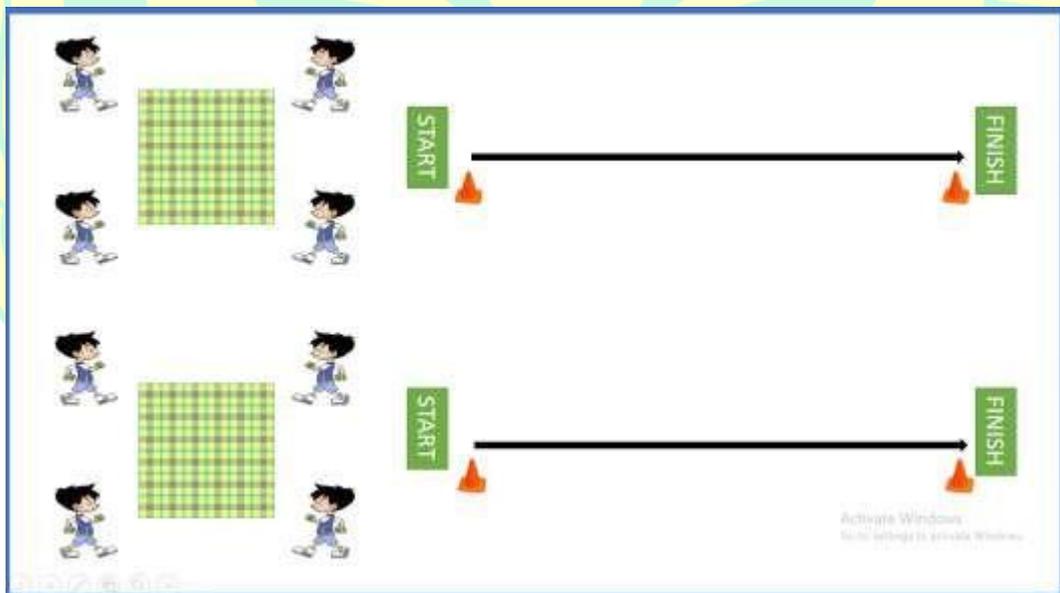
Permainan ini bertujuan untuk meningkatkan koordinasi gerak kaki pada saat bermain dan meningkatkan fokus pandangan anak pada saat bermain.

Alat :

- Taplak
- Cone
- Pluit
- Bola Pingpong

Cara Bermain :

- Anak akan dibentuk menjadi beberapa kelompok.
- Satu kelompok berisi 4 orang.
- Tiap kelompok akan memegang satu taplak dan 5 bola.
- Kelompok yang paling cepat memindahkan bola itulah pemenangnya.





= CONE



= TAPLAK



= LINTASAN



= SISWA



UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA