

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. Pendidikan jasmani sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam pendidikan yang merupakan alat untuk membentuk dan mengembangkan secara seimbang potensi yang dimiliki siswa melalui serangkaian kegiatan jasmani dan mempunyai peranan yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup dan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina siswa, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif.

Menurut (Samsudin, 2022) Pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran melalui kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, pengetahuan dan penerapan pola hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosional. Salah satu komponenkomponen

Pendidikan jasmani adalah mendorong kegiatan jasmani untuk mencapai tujuan Pendidikan tertentu. Pendidikan jasmani, olahraga, dan Kesehatan berfungsi sebagai sarana untuk memfasilitasi pertumbuhan fisik, perkembangan mental, keterampilan morotik, pengetahuan, serta kemampuan berpikir. Selain itu, ini juga bertujuan untuk menghayati nilai – nilai seperti sikap mental, emosi, sportivitas, spiritual, dan sosial.

Lalu menurut (Sukamto et al., 2022) Pendidikan jasmani merupakan program dari bagian pendidikan umum yang memberi kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Dengan begitu pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai pendidikan gerak, dan pendidikan melalui gerak yang harus dilakukan dengan cara-cara yang sesuai dengan konsepnya. Pada prakteknya pendidikan jasmani yang dilaksanakan memiliki beberapa tujuan.

Tujuan pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah adalah untuk membantu peserta didik agar dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan gerak (psikomotor), kognitif, spiritual, emosional, afektif dan pengetahuan hidup sehat. Berdasarkan kebutuhan tersebut, pendidikan jasmani memiliki bagian penting dalam setiap kurikulum tingkat sekolah dasar, sekolah menengah dan sekolah menengah atas, terlebih kepada tumbuh kembang peserta didik karena dengan adanya pendidikan jasmani, siswa tersebut dapat belajar banyak hal bukan hanya sekedar olahraga. Bila dilihat dari setiap definisi dari berbagai ungkapan dan kalimat, namun memiliki maksud dan tujuan yang sama

bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan fisik untuk mengembangkan kebutuhan setiap insan.

Dilihat dari perkembangan dan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat meningkatkan kualitas mutu pembelajaran pada siswa di sekolah. Pendidikan jasmani yang baik harus mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang prinsip-prinsip gerak, pengetahuan tersebut akan membantu siswa agar mampu memahami bagaimana sebuah keterampilan dipelajari hingga tingkatnya lebih tinggi. Dengan demikian maka proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus dapat mengajarkan berbagai gerak dasar, teknik dan strategi permainan sehingga siswa dapat menguasai keterampilan gerak yang baik secara keseluruhan agar lebih bermakna.

Sekolah Dasar menjadi salah satu usaha pemerintah melalui pendidikan formal dalam rangka mewujudkan peningkatan kesegaran jasmani anak usia dini. Berdasarkan hal tersebut maka pendidikan jasmani di lingkungan Sekolah Dasar harus benar-benar mendapat perhatian yang intensif. Hal ini perlu dilakukan karena status kesegaran jasmani yang baik pada siswa Sekolah Dasar merupakan modal awal pencapaian status kesegaran jasmani selanjutnya, selain itu siswa Sekolah Dasar juga masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Pada umumnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah termasuk Sekolah Dasar didasarkan pada keterampilan sebenarnya dengan menggunakan peralatan yang sebenarnya. Namun pada kenyataannya, setiap sekolah tidak selalu memiliki fasilitas sarana dan prasarana yang memadai. Dengan keterbatasan fasilitas yang dimiliki, sekolah menuntut guru untuk mampu meningkatkan keterampilan siswa

dalam setiap materi pembelajaran Pendidikan Jasmani. Dalam materi keterampilan gerak dasar, siswa dituntut untuk mampu menguasai beberapa keterampilan gerak dasar. Pendidikan jasmani di sekolah dasar merupakan wahana strategis dalam mengembangkan kemampuan gerak peserta didik sejak usia dini. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik tidak hanya diarahkan untuk bergerak secara fisik, tetapi juga dibina kemampuan kognitif, sikap, dan nilai-nilai sosial melalui aktivitas jasmani yang terstruktur. Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani pada jenjang sekolah dasar harus dirancang secara tepat agar mampu mendukung perkembangan peserta didik secara optimal.

Peserta didik kelas 3 sekolah dasar umumnya berada pada rentang usia 8–9 tahun. Pada usia ini, anak berada pada fase perkembangan gerak fundamental khususnya pada tahap *mature stage*, yaitu tahap di mana anak seharusnya mulai menunjukkan pola gerak dasar yang lebih matang, terkoordinasi, dan efisien. Pada fase ini, anak tidak lagi hanya sekadar mampu melakukan gerakan, tetapi mulai mengombinasikan berbagai gerak dasar secara lebih baik dalam berbagai situasi permainan dan aktivitas jasmani. Pembelajaran PJOK Fase B (Kelas 3-4 SD) fokus pada pengembangan keterampilan gerak dasar (lokomotor, non-lokomotor, manipulatif) melalui variasi dan kombinasi, penerapan aktivitas fisik untuk kebugaran jasmani, pemahaman hidup sehat, serta internalisasi nilai karakter seperti kerja sama dan tanggung jawab, dengan tujuan siswa mandiri, terampil, dan sadar akan pentingnya gerak dan kesehatan

Pembelajaran gerak dasar lokomotor memiliki landasan yang jelas dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar. Dalam Kurikulum 2013, materi gerak dasar termasuk ke dalam kompetensi inti dan kompetensi dasar PJOK, khususnya pada ranah keterampilan gerak. Peserta didik diarahkan untuk memahami dan mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai aktivitas jasmani.

Secara khusus, pada kelas 3 Sekolah Dasar, Kompetensi Dasar PJOK menekankan kemampuan peserta didik dalam memahami dan mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor melalui aktivitas bermain dan olahraga sederhana. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran gerak dasar lokomotor bukan sekadar materi pendukung, melainkan bagian inti dari pembelajaran PJOK yang harus dikuasai peserta didik pada jenjang kelas 3.

Sejalan dengan penerapan Kurikulum Merdeka, pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar dirumuskan dalam bentuk Capaian Pembelajaran (CP). Pada fase B (kelas III-IV), CP PJOK menegaskan bahwa peserta didik diharapkan mampu menunjukkan penguasaan berbagai pola gerak dasar, termasuk gerak lokomotor, melalui aktivitas jasmani yang bervariasi, aman, dan menyenangkan. Peserta didik juga diharapkan mampu melakukan kombinasi gerak dasar dalam berbagai konteks permainan dan aktivitas fisik.

Dengan demikian, pada kelas 3 Sekolah Dasar, peserta didik berada pada fase yang menuntut pemantapan dan pengembangan gerak dasar lokomotor, bukan lagi sekadar pengenalan. Pembelajaran harus diarahkan agar peserta didik mampu melakukan gerak lokomotor dengan koordinasi, keseimbangan, dan kontrol gerak yang semakin baik sesuai dengan tahap perkembangan motoriknya.

Namun, dalam praktik pembelajaran PJOK, tuntutan KD dan CP tersebut sering kali belum sepenuhnya tercapai karena model pembelajaran yang digunakan masih kurang variatif dan belum optimal dalam melibatkan peserta

didik secara aktif. Pembelajaran yang belum mengintegrasikan unsur bermain secara maksimal menyebabkan peserta didik kurang mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan tujuan kurikulum.

Oleh karena itu, pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan sangat relevan dan selaras dengan tuntutan Kompetensi Dasar PJOK kelas 3 Kurikulum 2013 maupun Capaian Pembelajaran PJOK fase B Kurikulum Merdeka. Model pembelajaran ini memungkinkan peserta didik mencapai kompetensi yang diharapkan kurikulum melalui aktivitas yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak, sehingga pembelajaran PJOK menjadi lebih efektif, bermakna, dan berorientasi pada peserta didik.

Menurut penelitian Arlini, Sujarwo, dan Novitasari (2024) dari Universitas Negeri Jakarta, pembelajaran berbasis permainan merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar. Dari hasil pengamatan dan observasi yang dilakukan di beberapa sekolah dan wawancara pada guru, terdapat kendala dalam proses pembelajaran dengan kurang antusiasnya pada peserta didik.

Berdasarkan beberapa permasalahan gerak dasar lokomotor di atas, maka peneliti tertarik untuk membuat model pembelajaran yang mudah dan menarik untuk dilakukan oleh siswa kelas 3 Sekolah Dasar. Dengan demikian peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berbasis Permainan Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar.

B. Identifikasi Masalah

1. Kurangnya variasi model pembelajaran gerak dasar lokomotor pada pendidikan jasmani disekolah

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut maka fokus permasalahan pada penelitian ini adalah model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada siswa kelas 3 Sekolah Dasar.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian diatas, dapat dirumuskan sebagai masalah yang akan diteliti, yaitu; Bagaimakah variasi model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada siswa kelas 3 Sekolah Dasar ?

E. Kegunaan Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada materi gerak dasar lokomotor. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain :

1. Bagi Peneliti

Peneliti mampu menerapkan model yang sesuai dengan materi pembelajaran dasar lokomotor, serta peneliti mempunyai pengetahuan dan wawasan mengenai materi dan model pembelajaran yang sesuai.

2. Bagi Siswa

Pembelajaran dengan menggunakan metode permainan yang telah disesuaikan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar yang dapat di terapkan dan di minati oleh siswa, menjadi pengalaman baru bagi siswa khususnya dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, sehingga pembelajaran ini menjadi sangat menyenangkan dan materi yang disampaikan mampu diterima dengan baik.

3. Bagi Guru

Penerapan model pembelajaran gerak dasar lokomotor dalam pembelajaran dapat memfasilitasi siswa Sekolah Dasar dalam belajar dan mempelajari materi dengan mudah dan bermakna.

4. Bagi Sekolah

Hasil dari penelitian model pembelajaran gerak dasar lokomotor ini memberikan referensi dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan proses belajar mengajar yang dilakukan oleh guru pendidikan khusus. Serta sekolah dapat mendukung guru untuk menciptakan model pembelajaran yang lebih bervariasi lagi dan diadaptifkan sesuai dengan kebutuhan siswa.