

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak usia 8-9 tahun masuk dalam kategori anak usia sekolah dasar kelas rendah yang umumnya berada dalam kelas tiga sekolah dasar. Zulvira (2021) dalam (Mar'ah et al., 2022) menjelaskan pembelajaran pada sekolah dasar dikelompokkan ke dalam dua bagian yaitu: (1) kelompok pembelajaran siswa kelas rendah/bawah yang dilaksanakan bagi kelas 1,2, dan 3 dan (2) kelompok pembelajaran untuk siswa kelas tinggi/atas yang dilaksanakan bagi kelas 4,5, dan 6. Menurut Santrock Anak usia 8-9 tahun berada pada tahap *middle childhood* merupakan periode perkembangan anak usia sekitar 6-12 tahun yang ditandai dengan peningkatan kemampuan kognitif, sosial, emosional dan keterampilan motorik.

Pada usia ini anak mulai memiliki kemampuan gerak yang lebih gesit, menunjukkan jiwa kompetitif, serta senang melakukan aktivitas fisik dan bermain dengan teman sebaya (Nathasya, 2024). Menurut (Lubis et al., 2025) berpendapat bahwa anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik aktif bergerak, senang bermain, dan menyukai aktivitas yang menantang. Oleh karena itu, anak membutuhkan rangsangan pendidikan yang tepat agar seluruh aspek perkembangannya dapat berkembang secara optimal. Sejalan dengan hal tersebut, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 6 ayat (1) menyatakan bahwa setiap warga negara yang berusia 7 sampai dengan 15 tahun wajib

mengikuti pendidikan dasar sebagai upaya pengembangan potensi peserta didik untuk memasuki jenjang pendidikan lebih lanjut.

Dimasa perkembangan ini anak mengalami perkembangan fisik dan motorik yang cukup signifikan untuk penunjang hidupnya. Anak mulai memahami, menguasai, dan menerapkan keterampilan gerak dasar dengan lebih baik, seperti berlari, melompat, menjaga keseimbangan, melakukan koordinasi gerak yang lebih kompleks, serta kelincahan untuk penunjang sepanjang hidupnya. Keterampilan itu disebut sebagai literasi fisik yang dijelaskan oleh Whitehead dalam (Ihsan et al., 2021) mendefinisikan literasi fisik sebagai "motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman untuk mempertahankan aktivitas fisik sepanjang hidup". Literasi fisik bagi anak-anak sangatlah penting guna menunjang segala aspek perkembangan gerak anak sehingga menjadi kebiasaan hidup yang sehat (Dwi Khory et al., 2025).

Literasi gerak merupakan fondasi penting dalam membangun kebiasaan hidup aktif sejak masa kanak-kanak. Literasi gerak tidak hanya mengacu pada kemampuan anak melakukan berbagai keterampilan gerak dasar, tetapi juga mencakup motivasi, kepercayaan diri, pengetahuan, dan pemahaman untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik secara berkelanjutan. Menurut Whitehead, individu yang memiliki literasi gerak yang baik akan lebih percaya diri dalam melakukan aktivitas fisik, mampu beradaptasi terhadap berbagai bentuk gerakan, serta terdorong untuk tetap aktif sepanjang hayat. Pada anak usia 8–9 tahun, pengembangan literasi gerak menjadi sangat penting karena pada tahap ini anak berada pada fase penyempurnaan keterampilan gerak dasar

(*fundamental movement skills*) yang menjadi landasan dalam mempelajari keterampilan olahraga yang lebih kompleks. Oleh karena itu, stimulasi literasi gerak perlu diberikan melalui aktivitas yang menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak agar kemampuan gerak berkembang secara optimal.

Mencakup kemampuan gerak, rasa percaya diri, motivasi, serta pemahaman terhadap aktivitas fisik berkelanjutan termasuk dalam gerak dasar *fundamental movement skills* yang terdiri atas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menurut Sutapa et al., 2021 dalam (Aryati, 2025). Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerakan dasar yang melibatkan berbagai bagian tubuh dan menjadi landasan untuk mengembangkan aktivitas fisik Gallahue dan Ozmun dalam (Harliawan et al., 2024). Kemampuan gerak dasar perlu distimulasi sejak anak-anak karena menjadi fondasi yang lebih kompleks pada tahap perkembangan berikutnya.

Salah satu aspek perkembangan yang sangat penting pada anak usia sekolah dasar adalah motorik kasar dan motorik halus. Gallahue dan Ozmun menyatakan motorik kasar merupakan penggunaan beberapa otot besar untuk melakukan sebuah gerakan, kemampuan lokomotor dan manipulatif (ardhana reswari, anik lestariningrum, Selfi Lailiyatul Iftitah, 2020). Motorik kasar yang berkembang dengan baik dapat membantu anak melakukan aktivitas fisik secara optimal, meningkatkan kebugaran jasmani, serta mendukung keterampilan gerak yang lebih kompleks (Humaedi et al., 2021). Selain itu, perkembangan koordinasi gerak juga membantu

anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari maupun kegiatan olahraga di sekolah dan lingkungan bermain.

Perkembangan motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan menyenangkan. Aktivitas fisik memiliki peran penting dalam meningkatkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, kekuatan otot, serta daya tahan tubuh anak. *World Health Organization* menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar membutuhkan aktivitas fisik yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Aktivitas tersebut dapat dilakukan melalui permainan aktif, olahraga, maupun kegiatan fisik lainnya yang melibatkan koordinasi tubuh secara menyeluruh.

Namun, perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup menyebabkan aktivitas fisik anak mengalami penurunan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menjelaskan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan pada anak berdampak pada berkurangnya aktivitas bermain aktif di luar ruangan. Anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan menonton video atau bermain *game* digital dibandingkan melakukan aktivitas fisik secara langsung. Kondisi ini menyebabkan rendahnya aktivitas gerak yang disebut perilaku kurang gerak (*sedentary behaviour*) yang berdampak menurunnya perkembangan motorik kasar serta kebugaran jasmani anak.

Salah satu bentuk aktivitas fisik yang penting bagi perkembangan motorik anak adalah aktivitas lari. Rahmat (2015:13) dalam (Arsyendi et al., 2023) menjelaskan bahwa lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu

berlari ada kecenderungan badan melayang, yang artinya pada waktu lari kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah. Aktivitas lari termasuk gerak lokomotor dasar yang melibatkan koordinasi kaki, tangan, keseimbangan tubuh, dan kelincahan gerak. Melalui aktivitas lari, anak dapat meningkatkan kekuatan otot, koordinasi tubuh, serta daya tahan fisik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lari dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak karena gerakannya melibatkan otot besar dan seluruh tubuh Saringatun & Rohita dalam (Lestari & Puspitasari, 2021).

Konsep literasi gerak (*physical literacy*) merupakan penguasaan keterampilan mekanis dan koordinasi tubuh itu sendiri seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap. Literasi gerak menjadi salah satu pendekatan penting dalam mendukung perkembangan motorik anak menurut (Carl et al., 2022) dalam (Aryati, 2025). Literasi gerak tidak hanya berkaitan dengan kemampuan fisik, tetapi juga mencakup motivasi, rasa percaya diri, kompetensi gerak, serta partisipasi aktif anak dalam aktivitas fisik. Anak yang memiliki literasi gerak yang baik cenderung lebih aktif secara fisik, percaya diri dalam bergerak, dan mampu berpartisipasi dalam berbagai aktivitas secara optimal.

Dalam pendidikan anak usia sekolah dasar, pendekatan pembelajaran yang paling sesuai adalah melalui aktivitas bermain. Bermain menurut Vygotsky dalam (Piaget et al., 2025) merupakan sumber perkembangan anak terutama untuk aspek berfikir. Bermain menjadi salah satu pendekatan efektif dalam memberikan aktivitas belajar pada anak karena dapat mengembangkan kemampuan fisik, sosial, emosional

secara bersamaan (Syahputra, 2025). Metode pembelajaran berbasis permainan diakui sebagai alat yang efektif untuk merangsang perkembangan motorik kasar (Nurdiana, 2023). Aktivitas bermain juga membuat anak lebih termotivasi untuk bergerak dan terlibat selama proses pembelajaran berlangsung.

Salah satu bentuk pengembangan literasi gerak yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar adalah melalui aktivitas lari yang dikemas dalam bentuk permainan. Aktivitas lari merupakan bagian dari keterampilan gerak lokomotor yang menjadi dasar bagi berbagai aktivitas olahraga maupun aktivitas sehari-hari. Permainan berbasis lari tidak hanya melatih kemampuan berlari, tetapi juga mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, kecepatan, kemampuan mengambil keputusan, serta interaksi sosial antaranak. Dengan demikian, permainan berbasis lari dapat menjadi media yang efektif untuk meningkatkan literasi gerak karena mengintegrasikan aspek kompetensi gerak, motivasi, kepercayaan diri, dan partisipasi aktif anak dalam aktivitas fisik.

Aktivitas bermain di luar ruangan (*outdoor play*) juga memiliki peranan penting dalam perkembangan anak usia sekolah dasar. Lingkungan luar ruangan memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk mengeksplorasi dan berinteraksi dengan dunia nyata, yang secara alami meningkatkan keterampilan motorik (Crane et al., 2023) dalam (Aliriad et al., 2024) Penelitian (Usman et al., 2024) bahwa aktivitas bermain di luar ruangan memberikan dampak positif terhadap perkembangan fisik, sosial, dan kesehatan anak. Lingkungan bermain yang terbuka memungkinkan anak

mengembangkan kemampuan motorik melalui berbagai aktivitas gerak yang bervariasi.

Salah satu ruang publik yang dapat dimanfaatkan untuk aktivitas fisik anak adalah RPTRA (Ruang Publik Terpadu Ramah Anak). RPTRA Sangkuriang yang beralamat di Jalan Kelurahan Ujung Menteng No.49, RT.02/RW.01, Ujung Menteng, Kecamatan Cakung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta memiliki fasilitas bermain yang mendukung aktivitas gerak anak, seperti lapangan terbuka dan area bermain yang aman. Lingkungan RPTRA yang terbuka dan ramah anak dapat menjadi tempat yang tepat untuk mengembangkan model permainan aktivitas gerak.

Meskipun literasi gerak memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan anak, implementasinya di lingkungan sekolah maupun ruang publik masih belum optimal. Aktivitas fisik yang dilakukan anak umumnya belum dirancang secara sistematis berdasarkan prinsip-prinsip literasi gerak, sehingga anak lebih banyak melakukan permainan tanpa tujuan pengembangan keterampilan gerak secara terarah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya suatu model permainan yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mampu mengembangkan komponen-komponen literasi gerak secara terpadu melalui aktivitas yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia 8–9 tahun.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 13 April 2026 di RPTRA Sangkuriang Ujung Menteng, terlihat bahwa beberapa anak di RPTRA terfokuskan dengan *gadget*, sebagian anak kurang aktif bergerak dan kurang tanggap

dalam melakukan aktivitas, serta mudah merasa bosan saat bermain. Kegiatan bermain anak masih cenderung monoton dan belum dirancang secara sistematis berdasarkan konsep literasi gerak. Aktivitas bermain yang dilakukan juga belum banyak menggabungkan aktivitas lari sebagai bagian dari pengembangan motorik kasar anak. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa aktivitas bermain yang ada belum sepenuhnya mampu menstimulasi perkembangan gerak anak secara optimal. Sedangkan keterbatasan dalam penguasaan gerak dasar dapat menyebabkan koordinasi, keseimbangan, dan kontrol tubuh yang kurang optimal sehingga meningkatkan risiko terjadinya cedera saat bermain maupun berolahraga.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengembangkan model pembelajaran maupun model permainan untuk meningkatkan kemampuan motorik anak. Dalam pengamatan peneliti (Susiono & Hernawan, 2020) mengenai gerak dasar yang baik, efisien dan harmonis seseorang yang mengikuti latihan pengembangan kemampuan gerak dasar akan memiliki sikap tubuh dan kemampuan koordinasi yang baik. (Harahap et al., 2025) dengan penelitiannya yang berjudul Pengembangan Model Permainan Aktivitas Jasmani dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Usia 8-9 Tahun di Tingkat Sekolah Dasar mengembangkan model permainan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kemampuan motorik anak secara umum. (Indra et al., 2026) dengan penelitiannya yang berjudul Model Pembelajaran Lokomotor dan Manipulatif Berbasis Permainan untuk Anak Usia 7-8 Tahun menghasilkan model permainan untuk meningkatkan kemampuan lokomotor dan manipulatif siswa Sekolah Dasar.

Peneliti (Nevitaningrum, Mulyatno, 2023) dengan judul Pengembangan model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Berbasis Permainan untuk Anak Usia Sekolah Dasar mengembangkan model permainan untuk keterampilan melompat. (Rejeki et al., 2021) dengan judul penelitiannya Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor untuk siswa Sekolah Dasar menggunakan model pembelajaran untuk meningkatkan gerak lokomotor anak. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendekatan permainan mampu meningkatkan keterlibatan anak dalam aktivitas pembelajaran serta memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan gerak anak.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada peningkatan kemampuan motorik dan gerak dasar secara umum. Penelitian yang secara khusus mengembangkan model permainan literasi gerak berbasis aktivitas lari untuk anak usia 8-9 tahun masih sangat terbatas. Selain itu, pemanfaatan RPTRA sebagai lingkungan pembelajaran gerak anak juga belum banyak dikembangkan dalam penelitian sebelumnya. Kondisi tersebut menunjukkan adanya *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan model permainan literasi gerak berbasis lari yang mengintegrasikan teori literasi gerak dan teori bermain dalam satu produk pembelajaran. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada peningkatan keterampilan gerak dasar atau aktivitas bermain secara terpisah, penelitian ini mengombinasikan kedua pendekatan tersebut untuk

menghasilkan model permainan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia 8–9 tahun sekaligus mendukung pengembangan literasi gerak secara menyeluruh.

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis dan praktis terhadap pengembangan literasi gerak anak di Indonesia, khususnya pada anak usia sekolah dasar. Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu pendidikan jasmani, perkembangan motorik, dan literasi gerak melalui pengembangan model permainan berbasis lari yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia 8–9 tahun. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam merancang program aktivitas fisik yang adaptif, edukatif, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak usia sekolah dasar.

Berdasarkan latar belakang, permasalahan pada saat observasi di RPTRA Sangkuriang, Ujung Menteng, dan beberapa penelitian terdahulu, membuat peneliti tertarik untuk membuat pengembangan model permainan literasi gerak berbasis lari untuk anak usia 8-9 tahun yang dirancang secara sistematis, menyenangkan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Model permainan yang dikembangkan diharapkan mampu meningkatkan aktivitas fisik, kemampuan motorik kasar, koordinasi gerak, serta partisipasi aktif anak selama kegiatan bermain berlangsung. Selain itu, model permainan ini juga diharapkan dapat menjadi alternatif pembelajaran gerak yang inovatif dan praktis bagi guru PGSD, pengelola RPTRA, Forum Anak, maupun orang tua dalam mendukung perkembangan anak. Dengan demikian, peneliti tertarik

melakukan penelitian dengan judul “Pengembangan Model Permainan Literasi Gerak Berbasis Lari untuk Anak Usia 8-9 Tahun”.

### **B. Fokus Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang peneliti identifikasi, agar tidak terjadi perluasan makna dan istilah dalam masalah penelitian ini maka, dibatasi dengan memilih satu masalah dalam penelitian yaitu “Pengembangan Model Permainan Literasi Gerak Berbasis Aktivitas Lari untuk Anak Usia 8-9 Tahun di RPTRA Sangkuriang Ujung Menteng”

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan dengan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dirumuskan diatas maka, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengembangan model permainan literasi gerak berbasis lari untuk anak usia 8-9 tahun di RPTRA Sangkuriang Ujung Menteng ?
2. Apakah pengembangan model permainan literasi gerak berbabis lari efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 8-9 tahun?

### **D. Manfaat Hasil Penelitian**

Kegunaan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan wawasan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis : Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan dan konsep permainan terhadap literasi gerak anak yang termasuk dalam olahraga

rekreasi. Selain itu hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan juga referensi tentang pengembangan model permainan dari literasi gerak anak usia 8-9 tahun.

## 2. Manfaat Praktisi :

### a) Bagi Anak :

1. Memberikan suasana baru dalam proses belajar tentang memahami literasi gerak serta memberikan inspirasi agar lebih inovatif dalam menggunakan media permainan.
2. Anak lebih mudah menyerap materi dengan permainan untuk meningkatkan kemampuan literasi gerak secara terstruktur.
3. Anak menjadi termotivasi dalam permainan untuk meningkatkan kemampuan literasi gerak yang bervariasi

### b) Bagi Guru PGSD

1. Memaksimalkan proses permainan bidang olahraga rekreasi terutama pada materi permainan untuk meningkatkan literasi gerak serta memberikan inspirasi agar lebih inovatif dalam menggunakan media permainan
2. Memperluas tentang metode permainan terutama pada materi pengembangan model untuk literasi gerak ramah anak
3. Membantu pelatih / guru dalam menyajikan sebuah materi permainan yang baik dan benar.

c). Bagi Forum Anak

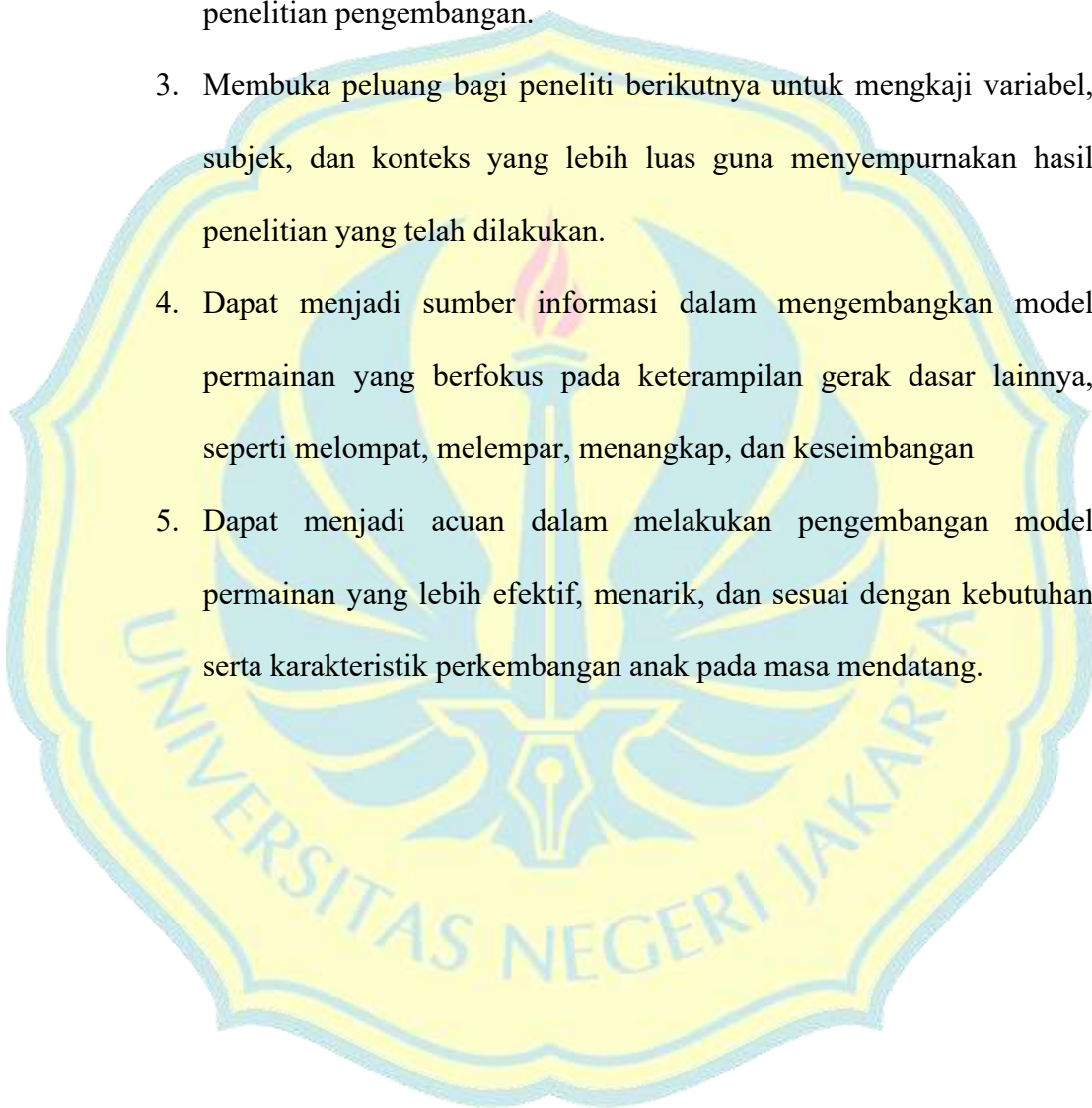
Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi program forum anak sebagai :

1. Menjadi salah satu referensi bagi forum anak dalam merancang program kegiatan yang mengintegrasikan unsur bermain, belajar, dan aktifitas fisik secara seimbang
2. Mendorong anggota Forum Anak untuk lebih aktif bergerak dan berpartisipasi dalam kegiatan fisik yang bermanfaat bagi kesehatan anak
3. Membantu Forum Anak dalam menyelenggarakan kegiatan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal
4. Membantu Forum Anak dalam mengembangkan program yang mendukung pemenuhan hak anak untuk bermain, berpartisipasi, dan memperoleh kesempatan mengembangkan potensi dirinya secara maksimal.

d). Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan kajian terkait literasi gerak anak usia sekolah dasar, khususnya berbasis aktivitas permainan.

2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam pengembangan produk lanjutan, penyusunan instrumen penelitian, serta acuan metodologi penelitian pengembangan.
3. Membuka peluang bagi peneliti berikutnya untuk mengkaji variabel, subjek, dan konteks yang lebih luas guna menyempurnakan hasil penelitian yang telah dilakukan.
4. Dapat menjadi sumber informasi dalam mengembangkan model permainan yang berfokus pada keterampilan gerak dasar lainnya, seperti melompat, melempar, menangkap, dan keseimbangan
5. Dapat menjadi acuan dalam melakukan pengembangan model permainan yang lebih efektif, menarik, dan sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik perkembangan anak pada masa mendatang.



*Intelligentia - Dignitas*