

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar masih menghadapi berbagai kendala dalam upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Salah satu kendala yang ditemukan adalah kurangnya variasi metode dan media pembelajaran yang digunakan oleh guru, sehingga proses pembelajaran cenderung berlangsung secara monoton. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa kurang aktif, merasa bosan, dan memiliki motivasi belajar yang rendah, akhirnya berdampak terhadap pencapaian hasil belajar yang belum optimal. Selain itu, terdapat perbedaan capaian hasil belajar antar siswa, baik dalam aspek pemahaman konsep gerak, keterampilan mempraktikkan gerak dasar lokomotor, maupun sikap selama mengikuti proses pembelajaran.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar masih perlu ditingkatkan. Hal ini terlihat dari belum optimalnya pencapaian hasil belajar siswa pada aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap dalam mengikuti aktivitas gerak dasar lokomotor. Sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep gerak, menerapkan pola gerak sesuai dengan indikator, serta menunjukkan keterampilan gerak secara efektif.

Keterampilan gerak dasar lokomotor merupakan bagian fundamental dari perkembangan motorik anak. Keterampilan ini melibatkan gerakan tubuh yang berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan pola tertentu. Menguasai keterampilan ini sangat penting karena menjadi dasar bagi berbagai aktivitas fisik

dan olahraga yang lebih kompleks di masa depan. Dengan kata lain, gerak dasar lokomotor adalah pondasi utama bagi anak dalam mengembangkan kemampuan gerak yang lebih lanjut (Wati & Rezki, 2025).

Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu kemampuan penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa usia 7-8 tahun yang mencakup berbagai jenis gerakan seperti *walking*, *running*, *jumping*, *hopping*, *slide*, *galloping*, *skipping*, dan *leaping*. Namun, dalam praktik pembelajaran masih terdapat berbagai masalah, seperti kurang optimal dalam melakukan koordinasi gerak, keseimbangan tubuh yang belum baik, serta ketidaktepatan dalam melakukan pola gerakan. Selain itu, gerakan yang tergolong lebih kompleks seperti *slide*, *leaping*, *galloping*, dan *skipping* juga masih sulit dilakukan oleh sebagian siswa. Kondisi tersebut menunjukkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan hasil observasi awal pada bulan Juni 2026 yang dilakukan di SDN Rawamangun 02, SDN Rawamangun 09, SDN Cipinang 01, dan SDN Jati 07, diketahui bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II masih belum optimal. Permasalahan utama terlihat pada aspek psikomotor, yaitu kemampuan siswa dalam melakukan variasi gerak dasar lokomotor yang masih terbatas. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang masih cenderung menggunakan pendekatan konvensional, di mana kegiatan pembelajaran lebih banyak berpusat pada guru melalui pemberian contoh gerakan dan latihan secara berulang. Pembelajaran yang dilakukan lebih berfokus pada gerakan dasar seperti berjalan (*walking*), berlari (*running*), melompat (*jumping*), dan melompat dengan satu kaki (*hopping*), sehingga kesempatan siswa untuk mengeksplorasi dan

mengembangkan gerakan lokomotor yang lebih kompleks seperti melangkah ke samping (*slide*), berderap (*galloping*), langkah jingkrak (*skipping*), dan lompatan jauh (*leaping*) masih terbatas. Selain itu, kurangnya variasi aktivitas pembelajaran menyebabkan pengalaman belajar siswa belum berkembang secara optimal.

Selain aspek psikomotor, pada aspek kognitif masih ditemukan beberapa siswa yang belum memahami konsep gerak dasar lokomotor secara optimal, seperti membedakan jenis gerakan, memahami tujuan gerakan, serta mengikuti aturan dalam aktivitas pembelajaran. Hal tersebut terlihat dari masih adanya siswa yang membutuhkan arahan guru dalam menjelaskan kembali konsep maupun langkah-langkah pelaksanaan gerakan. Proses pembelajaran yang masih bersifat konvensional menyebabkan siswa lebih banyak menerima informasi dan contoh gerakan dari guru, sehingga kesempatan siswa untuk memahami konsep melalui pengalaman langsung masih terbatas. Aspek afektif siswa telah menunjukkan keterlibatan dalam proses pembelajaran, seperti mengikuti arahan guru, bekerja sama, dan berpartisipasi dalam kegiatan, tetap perlu dikembangkan melalui pembelajaran yang lebih menarik dan melibatkan aktivitas siswa secara aktif. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa diperlukan suatu upaya perbaikan melalui inovasi pembelajaran yang mampu mengoptimalkan hasil belajar siswa, baik pada aspek keterampilan gerak, pengetahuan, maupun sikap, sehingga proses pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung lebih efektif dan bermakna.

Salah satu pendekatan yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar adalah melalui permainan. Pembelajaran berbasis permainan dapat menciptakan suasana belajar yang menarik dan tidak membosankan, sehingga siswa terdorong

untuk lebih aktif dalam setiap kegiatan. Siswa dapat melakukan berbagai bentuk gerak dasar lokomotor secara alami, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif. Pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani adalah kunci untuk mengisi kesenjangan instruksional sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan dan kegiatan ini memberikan kebebasan anak untuk mengembangkan keterampilan mereka di masa kini dimana mulai dari karakter, berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi dan komunikasi menjadi bagian yang tidak terpisahkan di dalamnya (Sari et al., 2023).

Siswa usia 7-8 tahun, masih memerlukan rasa ingin tahu dan bergerak bebas dalam kegiatan belajarnya, permainan menjadi pilihan untuk anak usia 7-8 tahun tersebut, karena siswa dapat mengenal karakter dirinya serta kemampuan geraknya. Dengan demikian perlu model pembelajaran yang dapat membuat siswa lebih berkembang dengan cara yang menyenangkan. Permainan merupakan suatu kegiatan yang bertujuan mencapai tertentu dengan cara menyenangkan seseorang. Permainan merupakan sarana yang efektif dan efisien serta penting untuk menghibur, mendidik, memberikan dampak positif, dan membesarkan setiap pribadi (Bateâ et al., 2023). Permainan yang digunakan didalam pembelajaran juga memiliki komponen-komponen mulai dari siswa sebagai pemain, lingkungan sekolah sebagai sarana, adanya aturan-aturan permainan yang ditetapkan oleh guru dan juga menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam setiap permainan itu sendiri.

Pemanfaatan permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih perlu dikembangkan lebih optimal. Permainan yang digunakan perlu dibuat dengan sistematis agar tidak hanya bersifat hiburan saja, tetapi juga memiliki tujuan

pembelajaran yang jelas, terutama dalam meningkatkan gerak lokomotor siswa usia 7-8 tahun. Pembelajaran gerak dasar lokomotor, permainan menjadi salah satu pilihan untuk siswa usia 7-8 tahun, banyak permainan yang dapat digunakan untuk mengembangkan komponen gerak dasar lokomotor siswa.

Salah satu bentuk permainan yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah permainan hula hoop. Penggunaan media hula hoop dapat menjadi salah satu model permainan untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa. Media hula hoop mudah dibawa kemanapun dan berbagai ukuran lingkarannya bisa dijadikan beragam model permainan gerak dasar lokomotor seperti *walking, running, jumping, hopping*. Bahkan gerakan yang lebih kompleks seperti *slide, galloping, skipping, dan leaping* bisa menggunakan permainan berbasis media hula hoop tersebut.

Permainan hula hoop juga memiliki keunggulan karena dapat dibuat dengan memanfaatkan berbagai bahan sederhana yang mudah ditemukan, seperti selang air, atau bahan fleksibel lainnya yang dibentuk menyerupai lingkaran sesuai dengan kebutuhan pembelajaran dan karakteristik siswa. Guru dapat merancang berbagai bentuk aktivitas yang bervariasi dengan menggunakan media tersebut untuk melatih gerak dasar lokomotor. Memanfaatkan modifikasi media pembelajaran, guru dapat mencerminkan kreativitas dalam merancang pembelajaran yang menarik dan inovatif melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop.

Hasil penelitian Nenggar (2024) di SD Negeri Kayangan 2 Jombang juga menunjukkan bahwa permainan hula hoop berpengaruh positif terhadap kemampuan motorik kasar siswa. Kegiatan seperti melompat dalam lingkaran dapat

meningkatkan keaktifan serta keterampilan gerak siswa, serta keseimbangan gerak. Peneliti tertarik untuk menerapkan permainan berbasis media hula hoop sebagai upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa diperlukan suatu upaya dalam pembelajaran yang mampu meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan berbagai jenis gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat hingga gerakan yang lebih kompleks. Diperlukan pembelajaran yang mampu mengembangkan keterampilan gerak tersebut secara terarah dan berkelanjutan. Permainan berbasis media hula hoop dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena mampu mendorong keterlibatan aktif siswa dalam berbagai aktivitas gerak dasar lokomotor. Selain itu, penggunaan hula hoop juga dapat disesuaikan dengan kondisi sekolah dengan memanfaatkan bahan sederhana yang mudah diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran tetap dapat dilaksanakan secara efektif meskipun dengan keterbatasan sarana. Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian mengenai penerapan permainan berbasis media hula hoop untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa, sehingga dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan untuk dalam upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa usia 7-8 tahun melalui penerapan permainan hula hoop dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Fokus utama pada penelitian ini terletak

pada bagaimana proses pembelajaran yang dirancang dalam bentuk permainan dapat memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan mendukung perkembangan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Gerak dasar lokomotor siswa menjadi perhatian dalam penelitian ini yang meliputi kemampuan berjalan, berlari, melompat, meloncat, gerakan menyamping, berderap, langkah jingrak, dan melompat jauh/lari kijing, terutama pada keseimbangan yang menjadi tumpuan siswa sekolah dasar guna memberikan dampak positif gerak dasar masa depannya.

Penelitian ini juga memfokuskan pada proses pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan secara bertahap melalui pendekatan penelitian tindakan. Dalam hal ini, kegiatan pembelajaran dirancang melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi yang dilakukan secara berulang. Melalui tahapan tersebut, diharapkan terjadi perbaikan pembelajaran berkelanjutan sehingga mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa secara optimal.

Penelitian ini diarahkan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor sekaligus memperbaiki kualitas proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui penerapan permainan hula hoop, sehingga siswa dapat berpartisipasi secara aktif, memperoleh pengalaman belajar yang menyenangkan, dan mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah diuraikan, maka “Bagaimana peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor setelah diterapkan permainan berbasis media hula hoop?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu Pendidikan jasmani, khususnya terkait penggunaan pendekatan permainan sebagai strategi pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber rujukan bagi penelitian lainnya yang berkaitan dengan pembelajaran berbasis permainan.

2. Kegunaan Praktis

1) Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melaksanakan penelitian tindakan, khususnya dalam pengembangan pembelajaran berbasis permainan.

2) Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif bagi guru dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih inovatif, bervariasi dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui penerapan permainan hula hoop untuk pengembangan keterampilan gerak dasar lokomotor.

3) Bagi Siswa

Dalam penelitian ini, siswa diharapkan dapat mengalami peningkatan dalam hasil belajar gerak dasar lokomotornya, seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, serta gerakan yang lebih kompleks. Selain itu, pembelajaran yang

dikemas dalam bentuk permainan diharapkan mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan menyenangkan.

