

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemampuan motorik merupakan salah satu aspek penting dalam tumbuh kembang anak karena berkaitan dengan kemampuan melakukan berbagai aktivitas fisik secara efektif, efisien, dan terkoordinasi. Perkembangan motorik yang optimal tidak hanya mendukung aktivitas gerak sehari-hari, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan aspek kognitif, sosial, dan emosional siswa. Anak yang memiliki kemampuan motorik yang baik cenderung lebih percaya diri dalam berpartisipasi pada berbagai aktivitas pembelajaran maupun permainan dibandingkan anak yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik. Oleh karena itu, pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan stimulasi gerak yang sesuai dengan tahap perkembangan siswa. Widyawan, Sujarwo, dan Andrianto (2024) menyatakan bahwa gerak dasar adalah pondasi bagi anak dikemudian hari untuk aktivitas fisik. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik yang dikembangkan sejak usia sekolah dasar akan menjadi bekal bagi anak dalam menjalani berbagai aktivitas fisik pada masa perkembangan selanjutnya.

Salah satu kemampuan motorik yang harus dikembangkan sejak dini adalah gerak dasar (*fundamental movement skills*). Gerak dasar merupakan kemampuan yang menjadi fondasi bagi siswa untuk mempelajari keterampilan olahraga yang

lebih kompleks pada tahap perkembangan berikutnya. Gerak dasar terdiri atas gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Di antara ketiga jenis tersebut, gerak lokomotor memiliki peran yang sangat penting karena berkaitan dengan kemampuan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain melalui aktivitas berjalan, berlari, melompat, melompat satu kaki. Penguasaan gerak dasar lokomotor yang baik akan membantu siswa mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, kekuatan, serta kesiapan mengikuti berbagai aktivitas olahraga dan aktivitas kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, pembelajaran gerak dasar lokomotor perlu diberikan secara sistematis melalui kegiatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar di Indonesia masih belum berkembang secara optimal. Salah satu penyebabnya adalah proses pembelajaran yang masih didominasi metode konvensional, kurang bervariasi, serta belum memanfaatkan media pembelajaran yang menarik sehingga siswa kurang memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi kemampuan gerakannya. Penelitian yang dilakukan oleh Febriani, Arwin, dan Prabowo (2023) menunjukkan bahwa penerapan metode bermain mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa secara signifikan. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan peningkatan ketuntasan belajar dari 55,11% pada tahap prasiklus menjadi 87,55% pada siklus II, sehingga peneliti menyimpulkan bahwa penerapan metode bermain efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar. Temuan

tersebut menunjukkan bahwa inovasi pembelajaran menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK.

Karakteristik siswa sekolah dasar, khususnya Fase A, pada dasarnya masih berada pada tahap senang bermain, aktif bergerak, dan belajar melalui pengalaman langsung. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK hendaknya dikemas dalam bentuk aktivitas yang menyenangkan sehingga siswa tidak merasa terbebani ketika mempelajari berbagai keterampilan gerak. Pembelajaran berbasis permainan memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar sambil bergerak, bekerja sama dengan teman, memecahkan masalah, serta mengeksplorasi berbagai bentuk gerakan secara alami. Selain meningkatkan keterampilan motorik, pendekatan bermain juga mampu meningkatkan motivasi belajar, partisipasi aktif, rasa percaya diri, serta interaksi sosial antar siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Ahmad, Mujriah, dan Irmansyah (2025) yang menyatakan bahwa model pembelajaran PJOK berbasis permainan aktif ini layak digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran yang kontekstual, efektif, dan adaptif. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan tidak hanya meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa, tetapi juga mampu meningkatkan kerja sama, motivasi belajar, serta keterlibatan aktif siswa selama mengikuti pembelajaran PJOK. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa pembelajaran yang dirancang dalam bentuk permainan lebih sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar dibandingkan pembelajaran yang bersifat monoton.

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar masih memerlukan perhatian. Gerak dasar lokomotor merupakan fondasi bagi anak dalam melakukan berbagai aktivitas fisik sehingga penguasaannya sejak usia sekolah dasar sangat penting untuk mendukung perkembangan motorik pada tahap berikutnya. Namun, dalam praktiknya masih ditemukan siswa yang belum mampu melakukan berbagai keterampilan lokomotor secara optimal, seperti berlari, melompat, meloncat (hop). Kondisi tersebut berdampak pada kurang optimalnya perkembangan keterampilan motorik siswa dan dapat memengaruhi partisipasi mereka dalam berbagai aktivitas pembelajaran PJOK. Hasil penelitian Bikalawan, Al Ardha, Indahwati, dan Wijaya (2024) menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar masih berada pada kategori yang perlu ditingkatkan, terutama pada beberapa indikator gerak lokomotor. Oleh karena itu, diperlukan pembelajaran yang lebih inovatif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik siswa agar kemampuan gerak dasar lokomotor dapat berkembang secara optimal. Permasalahan tersebut tidak terlepas dari berbagai faktor yang memengaruhi proses pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Penelitian Rukmana dkk. (2025) menjelaskan bahwa pembelajaran PJOK masih menghadapi tantangan berupa kurangnya inovasi metode pembelajaran, yang mengakibatkan siswa mudah merasa bosan, kurang antusias, pasif selama pembelajaran, serta berdampak pada rendahnya minat belajar dan pencapaian keterampilan gerak dasar. Selain itu, penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran menjadi salah satu kendala guru dalam menciptakan aktivitas belajar yang lebih bervariasi

dan menarik bagi siswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan individu siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh model pembelajaran yang digunakan guru, variasi aktivitas pembelajaran, serta ketersediaan media pembelajaran yang mendukung proses belajar gerak.

Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut, diperlukan suatu media pembelajaran yang mampu menciptakan aktivitas gerak yang lebih menarik, bervariasi, dan sesuai dengan karakteristik siswa Fase A. Salah satu media yang memiliki potensi untuk digunakan adalah *hula hoop*. Potensi penggunaan *hula hoop* sebagai media pembelajaran tersebut mendorong perlunya pengembangan suatu model pembelajaran yang dirancang secara sistematis dan didukung oleh kajian ilmiah. Sebelum mengembangkan model tersebut, penting untuk menelaah berbagai penelitian terdahulu yang berkaitan dengan pengembangan gerak dasar lokomotor. Telaah ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penelitian-penelitian sebelumnya telah dilakukan, sekaligus mengidentifikasi aspek-aspek yang masih memerlukan pengembangan sehingga penelitian yang dilakukan memiliki kebaruan (*novelty*) dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Meskipun berbagai penelitian mengenai pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor telah banyak dilakukan, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian (*research gap*) yang menjadi dasar penting dilaksanakannya penelitian ini. Penelitian yang dilakukan oleh Arlini, Sujarwo, dan Novitasari (2024) berhasil mengembangkan 20 model pembelajaran gerak dasar

lokomotor berbasis permainan kartu bergambar untuk siswa kelas II sekolah dasar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa model yang dikembangkan dinyatakan layak dan efektif digunakan dalam pembelajaran PJOK. Namun demikian, media yang digunakan masih berupa kartu bergambar sehingga aktivitas gerak siswa belum memanfaatkan alat permainan yang dapat memberikan pengalaman gerak secara langsung melalui aktivitas berpindah tempat, melompat, maupun berlari. Adapun, penelitian Wijayanti (2024) mengembangkan model pembelajaran PJOK berbasis permainan sederhana untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor dan kerja sama siswa kelas bawah sekolah dasar. Penelitian tersebut berhasil menghasilkan model permainan yang layak dan praktis digunakan dalam pembelajaran. Akan tetapi, penelitian tersebut lebih menitikberatkan pada pengembangan format permainan sederhana secara umum tanpa mengembangkan satu media permainan tertentu yang dapat dijadikan produk pembelajaran secara sistematis dan mudah diterapkan oleh guru PJOK. Penelitian mengenai pengembangan model gerak dasar lokomotor juga dilakukan oleh Rejeki dan Gunawan (2022) melalui pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor lompat berbasis permainan sederhana. Penelitian tersebut membuktikan bahwa permainan sederhana efektif meningkatkan kemampuan gerak lokomotor siswa sekolah dasar. Namun, model yang dikembangkan hanya berfokus pada keterampilan lompat, sehingga belum mencakup keseluruhan komponen gerak dasar lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, dan melompat satu kaki secara terpadu.

Berdasarkan ketiga penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa seluruh penelitian memiliki persamaan, yaitu sama-sama mengembangkan pembelajaran gerak dasar lokomotor pada siswa sekolah dasar melalui aktivitas bermain. Namun demikian, terdapat perbedaan pada media dan produk yang dikembangkan. Penelitian Arlini, Sujarwo, dan Novitasari (2024) menggunakan permainan kartu bergambar, Wijayanti (2024) mengembangkan permainan sederhana dalam pembelajaran PJOK, sedangkan Rejeki dan Gunawan (2022) berfokus pada pengembangan gerak dasar lompat berbasis permainan sederhana. Dengan demikian, penelitian-penelitian tersebut belum secara khusus mengembangkan model gerak dasar permainan lokomotor berbasis media *hula hoop* yang disusun secara sistematis sesuai karakteristik siswa SD Fase A.

Berdasarkan hasil kajian terhadap penelitian-penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penelitian telah mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan kartu bergambar, permainan tradisional, permainan sederhana, maupun media berbahan daur ulang. Akan tetapi, hingga saat ini masih sangat terbatas penelitian yang secara khusus mengembangkan model gerak dasar permainan lokomotor berbasis media *hula hoop* sebagai produk pembelajaran bagi siswa Fase A sekolah dasar. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang mengembangkan model permainan *hula hoop* dalam bentuk 10 variasi permainan yang disusun secara sistematis berdasarkan karakteristik perkembangan siswa Fase A, divalidasi oleh ahli, dan diuji kelayakannya kepada dosen ahli, serta menghitung tingkat kemudahan dan kemenarikan dari siswa.

Setelah mengetahui kesenjangan tersebut, penelitian ini memiliki unsur kebaruan (*novelty*) berupa pengembangan model gerak dasar permainan lokomotor berbasis media *hula hoop* pada siswa fase A di kelurahan Pulo Gadung. Model yang dikembangkan tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor, tetapi juga dirancang menggunakan media yang sederhana, mudah diperoleh, aman digunakan, serta dapat diterapkan oleh guru PJOK dalam berbagai kondisi sekolah. Produk penelitian ini diharapkan menjadi alternatif model pembelajaran yang inovatif, praktis, dan sesuai dengan implementasi Kurikulum Merdeka, khususnya pada pembelajaran PJOK di Fase A sekolah dasar.

Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut, diperlukan suatu model pembelajaran yang mampu memberikan pengalaman belajar gerak yang lebih variatif, menarik, serta sesuai dengan karakteristik siswa Fase A sekolah dasar. Namun, sebelum model tersebut dikembangkan, peneliti terlebih dahulu melakukan studi pendahuluan melalui kegiatan observasi, wawancara, dan analisis kebutuhan untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi pembelajaran PJOK di lapangan.

Dilihat dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di beberapa SD di Kelurahan Pulo Gadung, diperoleh gambaran bahwa kemampuan gerak dasar lokomotor siswa Fase A masih perlu ditingkatkan. Pada saat kegiatan pembelajaran PJOK berlangsung, masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan berbagai gerak dasar lokomotor, seperti berlari, dengan koordinasi yang baik, melompat dengan keseimbangan yang tepat, serta melakukan perpindahan gerak sesuai instruksi guru. Selain itu, beberapa siswa masih tampak ragu-ragu dalam melakukan setiap gerakan sehingga pembelajaran masih belum berlangsung

secara optimal. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa proses pembelajaran gerak dasar lokomotor masih didominasi oleh latihan gerak sederhana yang dilakukan secara berulang. Variasi aktivitas pembelajaran yang diberikan oleh guru masih terbatas sehingga kesempatan siswa untuk mengeksplorasi berbagai bentuk gerakan lokomotor belum maksimal. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa terlihat kurang antusias, mudah kehilangan konsentrasi, serta kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran karena aktivitas yang cenderung monoton. Selain berkaitan dengan proses pembelajaran, peneliti juga menemukan bahwa ketersediaan media pembelajaran di sekolah masih menjadi salah satu kendala dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK. Media yang digunakan guru umumnya terbatas pada cone, peluit, bola, atau garis lapangan, sedangkan media *hula hoop* jumlahnya sangat terbatas. Akibatnya, guru belum memanfaatkan *hula hoop* sebagai salah satu alternatif media pembelajaran untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa. *Hula hoop* dipilih karena merupakan media yang sederhana, mudah dimodifikasi, memiliki biaya pembuatan yang relatif rendah, serta dapat digunakan dalam berbagai variasi aktivitas gerak dasar lokomotor sesuai karakteristik siswa SD Fase A.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa masih diperlukan inovasi dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, baik dari segi model pembelajaran maupun pemanfaatan media yang digunakan. Salah satu media yang memiliki potensi untuk dikembangkan adalah *hula hoop*, karena media ini dapat dimodifikasi menjadi berbagai bentuk permainan yang menarik, aman, serta sesuai dengan karakteristik siswa Fase A. Oleh karena itu, diperlukan suatu model gerak

dasar permainan lokomotor berbasis media *hula hoop* yang dapat menjadi alternatif bagi guru dalam menciptakan pembelajaran yang lebih variatif, menyenangkan, dan mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa.

Uraian mengenai kajian teori, penelitian terdahulu, hasil observasi, wawancara, serta analisis kebutuhan menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar lokomotor siswa Fase A masih perlu ditingkatkan. Di sisi lain, guru memerlukan alternatif model pembelajaran yang lebih inovatif, menarik, dan mudah diterapkan untuk mendukung proses pembelajaran PJOK. Pemanfaatan media *hula hoop* sebagai media pembelajaran juga belum optimal karena keterbatasan sarana serta belum tersedianya model permainan yang dapat dijadikan pedoman dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor. Oleh karena itu, peneliti mengembangkan Model Gerak Dasar Permainan Locomotor Berbasis Media *Hula Hoop* Pada Siswa Fase A di Kelurahan Pulo Gadung sebagai alternatif model pembelajaran yang diharapkan mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa.

B. Fokus Penelitian

Melihat uraian latar belakang yang telah diuraikan, maka fokus penelitian ini adalah “Model Gerak Dasar Permainan Locomotor Berbasis Media *Hula hoop* Pada Siswa Fase A di Kelurahan Pulo Gadung”.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan menjadi:

1. Bagaimana pengembangan, tingkat kelayakan dan tingkat kemudahan serta kemenarikan Model Gerak Dasar Permainan Lokomotor Berbasis Media *Hula hoop* pada siswa Fase A di Kelurahan Pulo Gadung?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian, maka yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani melalui penggunaan model pembelajaran yang lebih inovatif dan variatif.

2. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa melalui pendekatan permainan yang menarik dan menyenangkan.

3. Bagi Siswa

Model pembelajaran yang dikembangkan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa serta meningkatkan motivasi mereka dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani.