

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gerak dasar lokomotor adalah gerakan-gerakan dasar yang digunakan dalam pergerakan manusia dari satu tempat ke tempat lain. Contohnya termasuk berjalan, berlari, dan melompat. Gerak dasar lokomotor merupakan komponen penting dalam pendidikan jasmani. Tetapi perkembangan fisik dan motorik masing-masing anak berbeda, hal tersebut terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti lingkungan, dukungan orang tua, dan lain-lain. Namun, perkembangan fisik dan motorik adalah dua hal yang saling berpengaruh dan tidak dapat dipisahkan (Rahmawati et al., 2019).

Adapun gerak lokomotor tersebut menurut (*Elementary*, 2022) adalah perilaku motorik memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat yang lain atau gerak yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain. Seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat Gerakan lokomotor merupakan gerakan yang penting untuk dikembangkan pada masa anak-anak, karena merupakan faktor pendukung dalam meningkatkan kesegaran jasmaninya.

Anak usia dini merupakan sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia dini berada pada usia 0-8 tahun, pada masa ini proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek sedang mengalami masa yang cepat dalam berbagai aspek yang mengalami masa yang cepat

dalam perkembangan hidup manusia. Proses pembelajaran sebagai bentuk perlakuan yang diberikan pada anak harus memperhatikan karakteristik yang dimiliki setiap tahapan perkembangan anak (Dini, n.d.).

Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Salah satu alternatif yang dapat diterapkan adalah model pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*). Model ini memanfaatkan aktivitas permainan sebagai media untuk menyampaikan materi, sehingga suasana pembelajaran menjadi lebih menyenangkan, bermakna, dan mendorong partisipasi aktif siswa. Selain itu, strategi berbasis permainan memungkinkan siswa belajar melalui pengalaman langsung, yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dasar dan motivasi belajar. Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak. Antara 3 – 20% waktu dan energy anak-anak dihabiskan untuk bermain (D. K. Pratama, 2024).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan atau PJOK merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari proses pendidikan secara keseluruhan. PJOK menggunakan aktivitas jasmani, permainan, olahraga, dan pembelajaran kesehatan sebagai media untuk mengembangkan kemampuan peserta didik secara menyeluruh. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan agar peserta didik menguasai teknik olahraga, tetapi juga mengembangkan aspek fisik, keterampilan gerak, pengetahuan, sikap, dan kemampuan sosial (Tyas et al., 2024).

Guru harus mampu merancang model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Berbagai model pembelajaran yang diberikan harus memperhatikan tujuan perkembangan sesuai usia siswa. Pembelajaran yang diterapkan harus memungkinkan siswa untuk mengeksplorasi gerakan dengan bebas dan aktif, dalam suasana yang aman dan menyenangkan, serta dapat mengungkapkan kreativitas, inovasi, dan keterampilan secara sportif (Ibrahim et al., 2025).

Peneliti melakukan observasi pembelajaran gerak dasar lokomotor pada siswa SD fase A ada berbagai permasalahan, Observasi awal dan wawancara dengan guru olahraga yang dilakukan pada 4 kelas dengan jumlah keseluruhan 120 siswa, ditemukan bahwa pada setiap kelas terdapat sekitar 3–5 siswa yang kurang mampu melakukan gerak dasar lokomotor dan kurang motivasinya dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Secara keseluruhan, jumlah siswa yang kurang motivasinya ketika pembelajaran PJOK berkisar antara 12–15 siswa atau sekitar 10%–16,67% dari total siswa. Sementara itu, sebanyak 83,33%–90% siswa menunjukkan motivasi yang baik ketika pembelajaran PJOK. Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian siswa yang memerlukan stimulasi dan pembelajaran yang lebih variatif untuk meningkatkan kemampuan gerak motoriknya. menunjukkan bahwa sebagian siswa kurang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran, belum mampu melakukan gerak lokomotor dengan benar, serta kurangnya motivasi dalam proses pembelajaran.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan inovasi dalam model pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah melalui model permainan yang dikombinasikan dengan media sederhana, seperti *hula hoop*. Karna hula hoop merupakan alat yang mudah diperoleh, aman digunakan, dan sangat menarik minat siswa untuk memainkannya, serta memiliki potensi besar dalam mendukung berbagai aktivitas gerak, terutama yang berkaitan dengan keterampilan lokomotor. Melalui penggunaan hula hoop dalam bentuk permainan yang variatif dan menyenangkan, siswa dapat lebih aktif bergerak, meningkatkan koordinasi tubuh, serta mengembangkan keterampilan lokomotor secara optimal. Selain itu, pendekatan permainan juga dapat menumbuhkan rasa percaya diri, kerja sama, serta kemampuan sosial siswa.

Berdasarkan uraian diatas peneliti menunjukan bahwa penerapan model belajar gerak dasar lokomotor berbasis permainan dalam pembelajaran PJOK melalui media hula hoop dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor (*galoping, skipping, leaping, sliding*) pada siswa SD Fase A. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan praktik pembelajaran PJOK di sekolah dasar, serta menjadi alternatif strategi pembelajaran yang lebih menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan para siswa

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada pengembangan model permainan lokomotor melalui media hula hoop yang layak, praktis, dan efektif untuk meningkatkan kemampuan gerak lokomotor serta motivasi siswa dalam pembelajaran PJOK .

Pengembangan model permainan mencakup gerak lokomotor seperti *galloping*, *skipping*, *leaping*, dan *sliding* yang dikemas dalam bentuk aktivitas bermain yang menarik, aman, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar..

C. Perumusan Masalah

Apakah model permainan lokomotor melalui media *hula hoop* yang dikembangkan layak digunakan untuk siswa SD Fase A?

D. Kegunaan hasil penelitian

1) Manfaat Teoretis

Menambah wawasan tentang pendidikan jasmani, khusus nya pada efektivitas model pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan kemampuan gerak lokomotor. Dan dapat memberikan kontribusi terhadap teori pembelajaran motorik, bahwa pendekatan melalui pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

2) Kegunaan Praktis

a Bagi Guru

Memberikan alternatif model pembelajaran Penjas yang lebih menarik, menyenangkan, dan sesuai karakteristik siswa kelas rendah dan dapat membantu guru dalam merancang kegiatan belajar yang mampu meningkatkan kemampuan gerak lokomotor secara efektif. Serta Menjadi acuan dalam memperbaiki proses pembelajaran, khususnya dengan strategi bermain yang lebih terstruktur.

b Bagi Siswa

Meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam kegiatan Penjas. Dan untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan gerak dasar seperti berlari, melompat, dan meloncat dengan cara yang menyenangkan. Serta memberikan pengalaman belajar yang positif, sehingga berdampak pada peningkatan hasil belajar gerak lokomotor.

c Bagi Sekolah

Mendukung upaya sekolah dalam meningkatkan kualitas pembelajaran Penjas di kelas rendah dan menjadi dasar untuk mengembangkan program olahraga dan aktivitas fisik yang lebih variatif dan sesuai perkembangan anak. Bertujuan untuk meningkatkan citra sekolah sebagai lembaga yang berinovasi dalam metode pembelajaran. Hasil pengembangan ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan referensi bagi sekolah dalam menyusun kebijakan maupun program pembelajaran Penjas yang lebih efektif. Selain itu, program tersebut dapat diterapkan dan dikembangkan secara berkelanjutan agar mampu memberikan dampak positif terhadap kualitas pembelajaran, kompetensi guru, serta kesehatan dan kebugaran siswa di kelas rendah.