

Available online at : <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik>  
Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan 10 (02) 2019, 99-111  
Permalink/DOI: <https://doi.org/10.21009/GJIK.102.04>

## PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK BERBASIS PERMAINAN DI SEKOLAH DASAR

Putri Cicilia Kristina<sup>1</sup>, Reza Resah Pratama<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Sriwijaya, Jl. Masjid Al Gazali, Bukit Lama, Kec. Ilir Bar. I, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30128

*Corresponding Email.* putrickupgripalembang@gmail.com

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran Atletik berbasis permainan di Sekolah Dasar (SD), guna memperoleh data hasil efektivitas Pengembangan Model pembelajaran Atletik berbasis permainan pada anak usia Sekolah Dasar. Penelitian ini adalah penelitian pengembangan menggunakan Research and Development dari Sugiono. Subjek Penelitian adalah anak Sekolah Dasar usia 7 s.d 12 tahun di Kota Palembang. Berdasarkan hasil uji coba skala kecil dilakukan kepada 20 anak subjek. Sedangkan pada hasil uji coba skala besar dilakukan kepada 40 anak subjek. Sedangkan pada hasil uji efektivitas produk utama dilakukan kepada 80 anak. Permainan secara keseluruhan dinyatakan layak dan efektif dalam mengembangkan gerak dasar atletik melalui permainan kecil untuk anak usia 7 s.d 12 tahun. Produk hasil penelitian berupa buku pedoman gerak dasar atletik berbasis permainan kecil dan tradisional. Hasil penelitian membuktikan bahwa, Pengembangan model pembelajaran gerak dasar atletik berbasis permainan, untuk anak usia 7 s.d 12 tahun telah dinyatakan valid oleh ahli belajar motorik, ahli aktifitas fisik dan praktisi pendidikan anak usia Sekolah Dasar (SD). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar berbasis permainan kecil dan tradisional terbukti 85% dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar atletik sekaligus meningkatkan motivasi, membangun rasa percaya diri serta keberanian.

**Kata Kunci:** pengembangan model, pembelajaran atletik, berbasis permainan.

**Abstract.** *This study aims to develop a game-based Athletic learning model in Elementary School (SD), in order to obtain data on the effectiveness of the development of a game-based Athletic learning model in elementary school age children. This research is a development study using Research and Development from Sugiono. Research subjects were elementary school children aged 7 to 12 years in the city of Palembang. Based on the results of small-scale trials conducted on 20 subject children. Whereas the results of large-scale trials were conducted on 40 subject children. Whereas the results of the main product effectiveness test were carried out on 80 children. The game as a whole was declared feasible and effective in developing basic athletic motion through small games for children aged 7 to 12 years. The product of the research was in the form of a basic athletics manual based on small and traditional games. The results of the research prove that, the development of a game-based athletic basic motion learning model, for children aged 7 to 12 years has been declared valid by motor learning experts, physical activity experts and education practitioners of elementary school age children. Thus it can be concluded that the basic learning model of motion based on small and traditional games is proven to be 85% able to increase the ability of basic athletic movements while increasing motivation, building self-confidence and courage.*

**Keywords:** *development, model, athletic learning, base on game.*

## **PENDAHULUAN**

Anak usia sekolah dasar merupakan usia yang sedang tumbuh pesat baik pertumbuhan fisik maupun kognitifnya, untuk meningkatkan proses pertumbuhan tersebut, maka perlu dibantu melalui berbagai keterampilan gerak, terutama pada pengembangan gerak dasar yang terdapat pada nomor-nomor atletik. Untuk itu Pengembangan gerak dasar yang terdapat pada cabang atletik harus sudah diberikan sedini mungkin pada anak. Balesteros dikutip (Sukirno, 2017) menyatakan bahwa anak usia 7 s.d 8 tahun sangat peka diberikan berbagai latihan ketangkasan dalam membantu pertumbuhan fisik anak.

Dimana gerakan atletik merupakan gerak yang sangat alami setiap orang pasti mengalaminya seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Gerakan tersebut sudah terbiasa dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Tetapi gerakan yang dilakukan oleh orang pada umumnya tidak mengikuti gerakan yang sesuai dengan gerak anatomis manusia, sehingga gerakannya tidak efektif. Untuk mendapatkan gerakan yang efektif, maka perlu dikenalkan sejak dini melalui pengembangan gerak yang berkaitan dengan anatomis manusia. Berdasarkan masing-masing komponen gerak tersebut harus sesuai dengan ilmu gerak (kinesiologi).

Seperti pengembangan gerak jalan, pengembangan gerak lari, pengembangan gerak lompat dan pengembangan gerak lempar & tolak, agar mereka tumbuh secara harmonis. Gerak dasar yang dimaksud pada penelitian ini adalah pondasi gerak untuk belajar berbagai pengembangan nomor-nomor pada atletik, yang terdiri dari cara jalan, lari, lompat dan lempar. Berkaitan dengan ayunan tangan dan kaki, termasuk keseimbangan tubuh yang sangat penting dalam melakukan gerakan yang efektif dari semua nomor yang terdapat pada atletik. Sikap dasar yang dibentuk melalui pengembangan gerak dasar, dibarengi untuk berani, mematuhi peraturan, dan mendorong anak untuk partisipasi aktif, dalam melakukan semua gerakan yang dipelajari.

Pemahaman gerak dasar yang dilakukan diharapkan dapat dicapai anak melalui permainan kecil dan tradisional sebagai materi pengembangan pembelajaran Atletik. Dimana anak harus memahami terhadap prosedur pelaksanaan permainan, peraturan pada setiap permainan, instruksi guru, dan pelaksanaan pengembangan gerak dasar itu sendiri.

Pengembangan gerak dasar atletik melalui permainan sudah tercantum pada kurikulum 13 (K.13) melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK), bahwa pembelajaran atletik di

Sekolah Dasar harus dilakukan melalui bentuk-bentuk permainan yang disesuaikan dengan karakter anak. Hal tersebut mengindikasikan bahwa guru SD maupun orang tua murid menyadari kebutuhan untuk mengenalkan pada anak, melalui lingkungan bermain. Adapun bentuk-bentuk permainan yang digunakan adalah permainan tradisional sebagai kearifan lokal, yang selama ini sudah membumi ditengah-tengah masyarakat setempat, seperti hijau hitam, bentengan gobag sodor dan lainnya.

Permainan kecil dan permainan tradisional sangat tepat diberikan pada anak usia Sekolah dasar, karena permainan merupakan dunia anak. Balesteros (1998) menyatakan bahwa, anak usia 7 s.d 12 tahun sangat tepat diberikan latihan ketangkasan (bentuk-bentuk permainan). Bentuk-bentuk permainan yang mengutamakan gerak fisik juga akan membantu percepatan pertumbuhan anak. Dimana pertumbuhan anak laki-laki pada usia Sekolah Dasar (SD) 7 s.d 12 tahun sudah mencapai 81, %. Sedangkan pertumbuhan anak laki-laki terhenti pada usia 20 tahun, jadi pertumbuhan anak laki-laki pada usia 12 tahun pertumbuhannya tinggal 19%. Pertumbuhan anak perempuan pada usia 12 tahun sudah mencapai 88,4%. Dimana pertumbuhan anak perempuan terhenti pada usia 19 tahun. Jadi

pertumbuhan anak perempuan pada usia 12 tahun tinggal 11,6%.

Berdasarkan rumus tersebut, maka untuk meningkatkan pertumbuhan anak perlu dirangsang melalui gerak tubuh yang berkaitan dengan ketangkasan melalui berbagai permainan anak, untuk mempercepat pertumbuhan, dimulai pada usia 6 sampai dengan 12 tahun. Untuk memaksimalkan pertumbuhan anak agar lebih meningkat, maka perlu dilakukan melalui gerakan-gerakan yang efektif, seperti melalui bentuk-bentuk permainan yang memerlukan ketangkasan guna merangsang tulang anak, yang digerakan oleh otot, merangsang persendian melalui bonggol sendi, maka tulang akan tumbuh memanjang akibat rangsangan tersebut. Sehingga membantu pertumbuhan anak lebih maksimal pertumbuhannya (meninggi), baik anak perempuan maupun laki-laki

Untuk itu guru pendidikan jasmani dalam pelaksanaan KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) atletik lebih menekankan pada bentuk-bentuk permainan yang dinamis. Balesteros dikutip (Sukirno, 2017) menyatakan bahwa anak usia 7 s.d 12 tahun perlu diberikan latihan ketangkasan. Karena permainan yang menekankan kinerja fisik dengan gerakan eksplosif, akan meningkatkan (mempercepat) pertumbuhan anak, juga menanamkan

nilai-nilai moral yang terdapat didalam permainan tersebut. Seperti sifat rendah hati (tidak sombong), norma, kejujuran, etika, kesopanan dan memiliki sifat sportifitas.

Pada waktu wawancara berlangsung, peneliti menanyakan tanggapan guru yang ada di ketiga sekolah termasuk guru pendidikan jasmani. Berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran atletik yang berbasis pada permainan. Terdapat dua macam jawaban dari total 15 guru yang berasal dari tiga sekolah, yaitu; setuju dan tidak setuju. (1) pertama jawaban tidak setuju diberikan oleh 3 guru (20%), sedangkan 12 guru (80%) menjawab setuju. Alasan ketiga guru tidak setuju karena guru tidak memiliki keterampilan berkaitan dengan penjas. Oleh karena itu banyak sekolah yang tidak melaksanakan pembelajaran pengembangan gerak dasar atletik berbasis permainan.

Sedangkan pada model yang akan dikembangkan mengarah dengan jelas kepada tujuan yang akan dicapai. Penelitian ini akan mengembangkan model pembelajaran pengembangan gerak dasar atletik yang disesuaikan dengan karakteristik anak usia 7 s.d 12 tahun. Model yang dihasilkan diharapkan mampu merangsang perkembangan fisik-motorik, kognitif, sosio-emosional anak untuk

mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak, membentuk manusia seutuhnya sehat jasmani maupun rohaninya, dengan memilikim karakter yang baik.

### **Konsep Pengembangan Model**

Model adalah representasi, formalisasi atau visualisasi. Model juga dapat menunjukkan gambaran utuh dari sesuatu yang akan dikerjakan dan hasil yang akan dicapai. Menurut Harjanjo, (2011; 122) model adalah sesuatu yang menggambarkan pola berpikir. Sebuah model biasanya menggambarkan keseluruhan konsep yang saling berkaitan. Model bisa dianggap sebagai suatu upaya mengkonkretkan sebuah teori sekaligus juga merupakan sebuah analogi dan representasi dari variabel-variabel yang terdapat dalam teori tersebut.

Dalam pengembangan model terdapat beberapa model yang sering digunakan dalam penelitian pengembangan (*Research and Development*). Adapun model yang sering digunakan dalam penelitian sebagai berikut: (1) model pengembangan dick dan carey, (2) model pengembangan perangkat menurut KEMP, (3) model pengembangan instructional (MPI), (4) model pengembangan ADDIE, (5) model pengembangan IDI, (6) model pengembangan ASSURE, (7) model pengembangan 4D, (8), model

pengembangan Borg dan Gall dan (9) model pengembangan sugiyono (Rusman,2011 ; 148).

Berangkat dari teori dan beberapa model yang telah dijelaskan maka peneliti memilih rancangan model pengembangan dari Sugiyono dengan alasan sebagai berikut: (1) mampu mengatasi kebutuhan nyata dan mendesak melalui pengembangan solusi atas suatu masalah sembari menghasilkan pengetahuan yang bisa digunakan di masa datang; (2) mampu menghasilkan suatu produk/model yang memiliki nilai validasi tinggi, karena melalui serangkaian uji coba lapangan dan divalidasi oleh ahli; (3) mendorong proses inovasi/model yang tiada henti sehingga diharapkan akan selalu ditemukan model/produk yang selalu aktual dengan tuntutan kekinian; dan (4) merupakan penghubung antara penelitian yang bersifat teoritis dan lapangan.

Prosedur pengembangan dapat diartikan sebagai langkah-langkah penelitian atau proses untuk mengembangkan suatu produk tertentu. Menurut Sogiyono terdapat 10 langkah dalam prosedur pengembangan diantaranya : (1) Potensi dan Masalah (2) pengumpulan data (3) desain produk (4) validasi produk (5) revisi desain (6) ujicoba produk (7) revisi produk (8) ujicoba pemakaian (9) revisi produk (10) produk

masal.Berdasarkan prosedur pengembangan langkah-langkah tersebut dapat disesuaikan dengan kebutuhan dalam penelitian model pengembangan pembelajaran atletik berbasis permainan tradisional untuk anak sekolah dasar.

### **Konsep Model yang Dikembangkan**

Konsep pengembangan model adalah sebuah ide proses pengembangan untuk menghasilkan sesuatu. Menurut (Tangkudung, 2016, p. 14) konsep model yang dikembangkan yakni merupakan konsep dasar seseorang peneliti untuk mendasari pengembangan model yang akan dilakukan. Dalam penelitian dan pengembangan ini, ide yang akan dibuat atau dihasilkan berupa buku model dalam pembelajaran atletik berbasis permainan, yang selanjutnya diistilahkan model pengembangan gerak dasar atletik berbasis permainan. Model pengembangan gerak dasar berbasis permainan, baik permainan kecil maupun tradisional adalah permainan-permainan yang harus tersusun dalam suatu urutan sesuai dengan kebutuhan anak, serta pola perkembangan anak.

Untuk memadukan dua gerakan atau lebih, gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melempar, melompat, dan tolak. Dimana ayunan ayunan tangan mengimbangi gerakan tubuh, bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik anak. Pengembangan keterampilan motorik

pada anak usia 7 s.d 12 tahun melalui aktivitas jasmani, seperti berjalan, berlari, melompat, melempar serta kegiatan bermain lainnya yang menggunakan otot-otot besar dan kecil (Schmidt & Wrisberg, 2004; 64).

Dengan demikian pembelajaran fisik-motorik anak usia Sekolah Dasar sebagai salah satu stimulus/ rangsangan kepada anak agar anak dapat bergerak aktif berdasarkan usia dan tahap perkembangannya. Rangsangan pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 7 s.d 12 tahun dapat dilakukan dengan bermain. Konsep permainan anak usia 7 s.d 12 tahun diterapkan dengan konsep permainan yang memberikan kesempatan kepada anak untuk bergerak bebas. Konsep dari perkembangan model pembelajaran gerak dasar berbasis permainan adalah menggunakan permainan yang ada pada masyarakat setempat sebagai kearifan lokal, yang dijadikan sebagai salah satu alat/ media dalam proses permainan.

Permainan kecil dan permainan tradisional digunakan sebagai media yang baik dalam merangsang perkembangan anak, baik itu dalam membangun kepercayaan diri, keterampilan motorik, koordinasi mata tangan, dan meningkatkan kebugaran, termasuk penanaman nilai karakter yang terdapat di dalam permainan tersebut. Konsep dari pengembangan

model ini adalah menggunakan alat-alat yang sederhana, yang tersedia di lingkungan sekitar. Misalnya penggunaan kardus bekas, ring rotan ring besi, bola plastik, ban bekas, tongkat, pita bola tenis, bendera, dan alat lainnya yang dapat dimanfaatkan sebagai peralatan atau media pembelajaran, kemudian dikombinasikan dengan permainan yang akan dikembangkan.

Dalam pengembangan model permainan tersebut menggunakan konsep model Sugiyono. Kelebihan dari Sugiono mudah dipahami dan sangat akurat karena setiap tahap uji coba selalu dilakukan evaluasi secara menyeluruh, bahkan uji cobanya dilakukan dengan beberapa tahap-tahap yang dimulai dari tahap subjek paling kecil sampai kepada subjek yang paling besar. Maka dengan melalui proses pengembangan seperti ini produk yang dihasilkan tidak diragukan lagi kebermaknaannya.

### **Hakikat Gerak Dasar**

Gerak fundamental merupakan dasar gerak manusia yang terus berkembang sesuai dengan pertumbuhan, pengalaman, adaptasi dan kematangan seorang individu. Dalam buku Sport New Zealand dijelaskan bahwa (Sport New Zealand, 2012, p. 3)

*“This resource groups skills and activities under three fundamental movement skill categories:*

- 1) *Locomotor skills involve the body moving in any direction from one point to another. Locomotor skills in this resource include walking, running, dodging, jumping, hopping and skipping.*
- 2) *Stability skills involve the body balancing either in one place (static) or while in motion (dynamic). Stability skills in this resource include landing, balance (static and dynamic) and rotation.*
- 3) *Manipulative skills involve handling and controlling objects with the hand, the foot or an implement (stick, bat or racquet). Manipulative skills in this resource include throwing and catching, striking with the hands, feet and an implement (e.g. kicking, volleying, batting and dribbling)."*

Pernyataan di atas menjelaskan bahwa *fundamental skill* merupakan kemampuan gerak dasar yang terdiri dari gerak lokomotor, non lokomotor (stability) dan manipulatif. Gerak lokomotor terdiri dari *walking, running, dodging, jumping, hopping and skipping*. Gerak non lokomotor terdiri dari *landing, balance (static and dynamic) and rotation*. Sedangkan gerak manipulatif terdiri dari *throwing and catching, striking with the hands, feet and an implement*. Gallahue menyatakan bahwa keterampilan gerak dasar lokomotor, yaitu:

*"Total body movement in which the body is propelled in an upright posture from one point to the another in a roughly horizontal or vertical direction, movement such walking, running, hopping, galloping, leaping, sliding and jumping"* (Gallahue & Ozmun, 2006, p. 13)

Maksudnya dari keterampilan dasar lokomotor adalah gerakan tubuh yang

terjadi, dimana gerakan tersebut memindahkan posisi badan dari satu tempat ketempat lain, dengan arah gerak baik itu gerak horizontal maupun gerak vertical. Seperti berjalan, berlari, melonjat dan melompat. Sedangkan gerak non lokomotor gerakan yang dilakukan dimana posisi tubuh tetap tidak berpindah tempat, seperti meliukan badan, membungkuk, menegadah dan jongkok. Gerakan manipulatif menggabungkan beberapa gerakan menjadi satu rangkaian gerak, seperti melakukan lempar tangkap bola, menendang bola. Jadi dapat disimpulkan bahwa gerak dasar merupakan gerak yang terdiri dari gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative.

#### **4. Hakikat Belajar Gerak**

Belajar gerak pada dasarnya adalah suatu proses belajar yang memiliki tujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak yang optimal secara efektif dan efisien. Edward mengatakan bahwa belajar gerak itu adalah belajar motorik adalah suatu proses dalam memperoleh keterampilan motorik. Dalam mempelajari keterampilan motorik ini melalui pertumbuhan dan perkembangan yang normal.

Banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik dan dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, yaitu (1) pelajar/subjeknya, (2)

keterampilan yang akan dipelajari, dan (3) kondisi dimana keterampilan yang dipelajari. Ketiga faktor tersebut memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan motorik (Edwards, 2011, pp. 9–10)

Menurut (Magill, 2011, p. 3) belajar motorik merupakan studi tentang kemampuan motorik, peningkatan kinerja belajar keterampilan motorik untuk meningkatkan pengalaman gerak, atau memperoleh kembali keterampilan yang sulit untuk dilakukan atau tidak dapat dilakukan karena cedera, penyakit dan sejenisnya, yang menarik adalah perubahan perilaku dan/atau neurologis yang terjadi pada se-seorang saat mempelajari keterampilan motorik dan variabel lain yang mempengaruhi perubahan tersebut

Proses belajar motorik yang terjadi antara lain: (1) tahap menerima dan memproses masukan, (2) proses kontrol dan keputusan, dan (3) unjuk kerja keterampilan motoric (Gallahue & Ozmun, 2006, p. 10). Pelaku gerak sedang mempelajari cara melakukan suatu tugas gerak. Tahap latihan merupakan tahap mengekspresikan pola gerak yang telah terbentuk dalam sistem memori. Ekspresi gerak yang ditampilkan secara bertahap akan mengalami peningkatan efektivitas dan stabilitas apabila terus dilatih dengan frekuensi, intensitas, dan tempo yang tepat.

Secara fisiologis, intensitas pengulangan gerak akan menentukan masa ketetapan hubungan antara dendrit dan *axon* pada sistem saraf yang merupakan penghubung reseptor dengan efektor.

Dapat disimpulkan bahwa, tahap akhir proses pembelajaran motorik adalah tahap otonomi. Ciri khas tahap otonomi, yaitu sudah terbentuk gerak otomatis karena pelaku gerak telah menguasai keterampilan gerak. Pemikiran urutan gerak yang harus dilakukan sudah tidak diperlukan sehingga pelaku gerak dapat menerima tugas lain. Keterampilan gerak masih memiliki kemungkinan untuk ditingkatkan. Latihan tetap diperlukan pada tahap otonomi untuk meningkatkan kualitas gerak.

### **Hakikat Pembelajaran**

Pembelajaran anak usia Sekolah Dasar pada hakikatnya adalah pembelajaran yang berorientasi pada kegiatan bermain (belajar sambil bermain dan bermain sambil belajar), pembelajaran yang berorientasi pada pembelajaran, yang lebih banyak memberi kesempatan kepada anak untuk dapat belajar dengan cara-cara yang tepat yang sesuai dengan kebutuhan anak. Dimana pembelajaran tersebut menggunakan pendekatan yang berpusat pada anak.

Menurut (Majid, 2014, p. 15) pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu



proses interaksi antara anak dengan anak, anak dengan sumber belajar, dan anak dengan pendidik. Kata pembelajaran merupakan terjemahan dari “*instruction*”, yang banyak dipakai dalam dunia pendidikan di Amerika Serikat. Istilah ini banyak dipengaruhi oleh aliran Psikologi, yang menempatkan anak sebagai sumber dari kegiatan (Sanjaya, 2011, p. 3). Pembelajaran adalah suatu proses interaksi anak dengan pendidik dengan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (Rahyubi, 2012, p. 4).

Menurut (Rosdiani, 2013, p. 45) mendefinisikan “pembelajaran adalah proses interaksi anak dengan lingkungannya, sehingga terjadi perilaku ke arah yang lebih baik. sedangkan menurut (Dwiyogo, 2010, p. 45) menyatakan bahwa, pembelajaran merupakan “bagian dari pendidikan dan spesifik, proses dimana lingkungan seseorang dengan sengaja dikelola, agar ia dapat belajar atau melibatkan diri dalam perilaku yang spesifik dengan kondisi tertentu ataupun mereka dapat memberikan respons terhadap situasi yang spesifik.

Pengembangan model pembelajaran merupakan salah satu bentuk dari penerapan pendekatan sistem dalam kegiatan pembelajaran yang notabene adalah suatu proses sistematis yang menghasilkan suatu sistem pembelajaran yang siap untuk

digunakan dengan tepat. Model pembelajaran merupakan rangkaian komponen-komponen strategi pembelajaran yang terintegrasi dalam beberapa komponen diantaranya yaitu: (1) pentahapan dan urutan ide isi materi; (2) penggunaan contoh; (3) penggunaan praktik; dan (4) penggunaan strategi yang berbeda-beda.

### **Hakikat Permainan**

Menurut Santrock permainan adalah bagian mutlak dari kehidupan anak dan permainan merupakan bagian integral dari proses pembentukan kepribadian anak (Santrock, 2007, p. 35). Selanjutnya (Furqon, 2006, p. 12) menyatakan, bahwa permainan ada dua pengertian. Pertama, *permainan* adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menang-kalah.

Menurut (Andang, 2009, p. 34) menyatakan bahwa, definisi permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Lain halnya dengan (S.Tedjasyaputra, 2006, p. 26)

mendefinisikan bahwa, permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

Dengan demikian permainan adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh anak untuk mencari kesenangan untuk meningkatkan kesehatan, kesegaran. Sekaligus membantu percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik, serta meningkatkan intelektual, sosial, moral dan emosional. Dapat dipastikan setiap anak akan menyukai permainan, termasuk permainan kecil dan tradisional dan tradisional.

Bermain akan memberikan manfaat dalam kehidupan sosial. Karena permainan akan melibatkan orang banyak yang saling berhubungan. Belajar permainan baru mengembangkan keterampilan anak-anak mendengarkan dan perkembangan kognitif. Permainan juga menyediakan lingkungan yang positif dalam membantu anak-anak bahkan anak yang pemalu, serta meningkatkan interpersonal anak. Berhasil berinteraksi dengan orang lain membantu anak memperoleh kepercayaan diri. Selain itu permainan yang membutuhkan anak-anak untuk menggunakan imajinasi mereka mendorong peserta untuk mengekspresikan ide-ide dan berbagi kreativitas dengan anak lain.

## **METODE PENELITIAN**

Rancangan penelitian ini peneliti mengacu pada model pengembangan (*research and development*) Sugoyono, memiliki sepuluh langkah yang ada, dari komponen dimodifikasi oleh peneliti sesuai kebutuhan. Langkah-langkah yang diambil yaitu: (1) Analisis kebutuhan dan observasi lapangan, (2) Menyusun Rencana Penelitian, (3) Pengembangan produk awal, (4) Uji coba Tahap awal, (5) Revisi produk awal, (6) Uji lapangan utama (7) Revisi produk (8) Uji utama untuk melihat hasil efektivitas produk, (9) Revisi akhir dan (10) Diseminasi dan implementasi.

Subjek penelitian ini adalah diambil dari 3 (tiga) Sekolah Dasar dengan menggunakan teknik *random sampling*. Jenis data yang dihasilkan berupa data kuantitatif dan data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari data hasil dari tinjauan saran dan masukan para ahli. Data kuantitatif menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif dengan persentase dan statistik Uji T pada uji efektifitas produk. Subjek yang terlibat dalam pengembangan ini adalah sebagai berikut: (1) subjek sebagai penelitian awal (analisis kebutuhan) dilakukan wawancara terhadap 15 orang guru dari tiga sekolah, (2) subjek evaluasi ahli terdiri dari 2 (dua) orang ahli motorik, 2 (dua) orang ahli pendidikan jasmani (3) subjek uji coba adalah 20 anak

dari SD. Negeri 115 (4) Subyek uji coba lapangan adalah 60 anak dari dua sekolah, SD. Negeri 116 dan SD Negeri 117 (5) subjek uji utama pada uji efektifitas adalah 80 anak dari tiga sekolah, SD Negeri 115, SD Negeri 116 dan SD Negeri 117. Pada uji efektifitas tes yang digunakan adalah penilaian gerak dasar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil Peneliti melakukan penelitian awal atau analisis kebutuhan berdasarkan observasi dan wawancara dapat diketahui bahwa; Pada waktu wawancara berlangsung, peneliti menanyakan tanggapan guru kelas apabila diadakan pengembangan model pembelajaran pengembangan gerak dasar atletik dengan ketentuan guru kelas sebagai pengajar. Terdapat dua macam jawaban dari total 15 guru yang berasal dari tiga sekolah, yaitu; setuju dan tidak setuju. (1) pertama jawaban tidak setuju diberikan oleh 3 guru (20%), sedangkan 12 guru (80%) menjawab setuju. Alasan ketiga guru tidak setuju karena guru tidak memiliki keterampilan dalam penjas.

Setelah melakukan tahap pengumpulan data dan pembuatan draf model pembelajaran, langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji ahli. Pendapat ahli dikumpulkan dengan menggunakan angket yang berisi pertanyaan dan saran. Berdasarkan uji ahli yang dilakukan dapat

ditarik kesimpulan bahwa variasi model pembelajaran gerak dasar berbasis permainan layak dan dapat digunakan dan menghasilkan 20 variasi model pembelajaran.

Setelah mendapatkan hasil analisis kebutuhan dan temuan di lapangan, langkah selanjutnya adalah tahap perencanaan model (Setyantoko, Widiastuti, & Hernawan, 2019). Langkah selanjutnya setelah 20 model mengalami revisi dari ahli maka di lanjutkan dengan uji kecil terbatas dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 20 anak yang berasal dari Taman kanak-kanak di kota Palembang Berdasarkan evaluasi uji coba terbatas yang dilakukan dapat disimpulkan: 1) penyusunan tingkat kesulitan dimulai dari gerakan dan permainan dari yang mudah ke yang sulit, dari hal yang ringan ke berat, dan sederhana ke kompleks. 2) pengoptimalan waktu pelaksanaan dan keamanan. 3) pengembangan gerak dasar dari pengembangan jalan, lari, lompat dan lempar dilakukan melalui 20 permainan yang dilakukan oleh anak.

Langkah selanjutnya setelah 20 permainan mengalami revisi dari ahli maka di lanjutkan dengan uji coba utama dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 30 anak yang berasal dari Sekolah Dasar Menurut pendapat dari para ahli pada pengembangan model pembelajaran yang

telah diujicobakan dalam uji coba utama (*field testing*), ternyata penggunaan model yang telah dikembangkan tidak ada yang perlu direvisi karena semua aspek sudah memenuhi standar untuk digunakan sehingga dapat dilaksanakan uji coba produk dengan menguji efektifitas dan efisiensi dalam proses pembelajaran

Langkah selanjutnya Uji Coba operasional (uji coba efektivitas) uji ini melibatkan khalayak lebih luas. Tujuan utama langkah ini yaitu: seberapa efektifkah hasil penerapan desain model tersebut terhadap tujuan penelitian. Penelitian pada tahap ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*.

**Tabel 1. Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model**

Subyek	Pre-test	Perlakuan	Post-test
R	O <sub>1</sub>	P	O <sub>2</sub>

Hasil uji efektifitas model yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan tes unjuk kerja terhadap 3 Sekolah Dasar (SD) yaitu: SD Negeri 115, SD Negeri 116 dan SD Negeri 17, yang total berjumlah 80 anak diberikan perlakuan dengan menggunakan model pembelajaran pengembangan gerak dasar

atletik berbasis permainan untuk anak usia 7 s.d 12 tahun. Diberikan selama 5 lima kali pertemuan.

Berdasarkan hasil uji statistik nilai rata-rata hasil skor tes berdasarkan observasi sebelum diberikan model pembelajaran gerak dasar berbasis permainan air untuk anak usia 7 s.d 12 tahun adalah 7.2850 sebelum posttest dan setelah diberikan perlakuan peningkatan menjadi 9.5750. Persentase sebelum perlakuan 15% (12 anak) yang dapat mengikuti tes, sedangkan sesudah perlakuan 85% (68 anak) yang berhasil mengikuti tes. Hal ini membuktikan bahwa model pembelajaran gerak dasar berbasis permainan dapat mendekati sasaran yang telah ditentukan dan tujuan dari permainan ini tercapai.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian model pembelajaran pengembangan gerak dasar berbasis permainan pada anak usia 7 s.d 12 tahun disimpulkan sebagai berikut:

1. Penelitian ini telah menghasilkan sebuah produk berupa panduan model pembelajaran pengembangan gerak dasar atletik berbasis permainan pada anak usia 7s.d 12 tahun
2. Berdasarkan hasil uji efektifitas model pembelajaran pengembangan gerak

dasar atletik berbasis permainan, terbukti bahwa hasil produk memiliki efektifitas yang sangat baik sesudah perlakuan. Hal ini dapat terlihat dari hasil persentase keberhasilan sebesar 85% artinya 68 anak berhasil dalam tes yang diberikan. Hal tersebut juga dapat ditunjukkan dengan hasil uji-t menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan.

3. Pada umumnya anak memiliki semangat tinggi untuk melakukan bentuk-bentuk pengembangan gerak dasar atletik berbasis pada permainan
4. Pada umumnya anak sangat menyenangi pembelajaran atletik berkaitan dengan pengembangan gerak dasar berbasis permainan.
5. Jadi, model pengembangan pembelajaran gerak dasar atletik berbasis permainan untuk anak usia 7 s.d 12 tahun sangat efektif.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andang, I. (2009). *Educations Games*. Yogyakarta: Pro-U Media.
- Dwiyogo, W. (2010). *Dimensi Teknologi Pengembangan Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Edwards, W. H. (2011). *Motor Learning and Control From Theory to Practice*. USA: Wadsworth.
- Furqon, M. H. (2006). *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Gallahue, & Ozmun. (2006). *Understanding Motor Development, 6th ed*. New York: Mc Graw Hill.
- Magill, R. A. (2011). *Motor Learning and Control concepts and application (9thed)*. New York: Mc Graw Hill.
- Majid, A. (2014). *Pembelajaran Tematik Terpadu*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Rahyubi. (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media.
- Rosdiani, D. (2013). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- S.Tedjasyaputra, M. (2006). *Bermain, Mainan, dan Permainan: Untuk Pendidikan Usia Dini*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Sanjaya, W. (2011). *Strategi Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Predana Media.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak*. Boston: Mc Graw Hill.
- Setyantoko, M., Widiastuti, W., & Hernawan, H. (2019). The Game-Based ABC Running Exercise Model for Children Ages 6-12 Years. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 2(3), 506–518. <https://doi.org/10.33258/birle.v2i3.422>
- Sport New Zealand. (2012). *Fundamental Movement Skills among children in New Zealand*. Wellington: Sport New Zealand.
- Sukirno. (2017). *Dasar-Dasar Atletik dan Latihan Fisik Menuju Prestasi Tinggi*. Palembang: Unsri Press.
- Tangkudung, J. (2016). *Macam-Macam Metodologi Penelitian Uraian dan Contohnya*. Jakarta: Lensa Media Pustaka Indonesia.