



Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa SDNegeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang

Muhammad Furqon Alfarisi, Syahrial Bakhtiar, Arie Asnaldi, Indri Wulandari

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia
mfurqonalfarisi@gmail.com syahrial@fik.inp.ac.id, asnaldi@fik.unp.ac.id,
indriwulandari@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Keterampilan gerak dasar, objek kontrol, lokomotor

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah belum jelasnya profil keterampilan gerak dasar siswa SD 03 Balai-balai kota Padang Panjang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui profil kemampuan gerak dasar siswa. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan melibatkan sampel sebanyak 43 orang siswa laki-laki dan perempuan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan Instrumen TGMD-2 selanjutnya diolah dengan menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian adalah: (1) Kemampuan objek kontrol siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Sedang" dengan rata-rata poin sebesar 35,60 atau 59%. (2) Kemampuan lokomotor siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Sedang" dengan rata-rata poin sebesar 45,05 atau 75%. (3) Keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi "Kurang" dengan rata-rata kemampuan gerak dasar sebesar 80,65 atau 67%.

Keywords : *Fundamental movement skill, object control, locomotor*

Abstract : The problem in this study is the unclear profile of the basic movement skills of SD 03 students in Padang Panjang city halls. The purpose of this study was to determine the profile of students' basic motor skills. This type of research is descriptive involving a sample of 43 male and female students using a purposive sampling technique. Data was collected using the TGMD-2 instrument and then processed using the percentage formula. The results of the study were: (1) The control object ability of SD Negeri 03 Padang Panjang city hall students was in the "Moderate" classification with an average point of 35.60 or 59%. (2) The locomotor ability of SD Negeri 03 Padang Panjang city hall students is in the "Moderate" category with an average point of 45.05 or 75%. (3) Basic movement skills possessed by SD Negeri 03 Padang Panjang city hall students are on average in the "Less" classification with an average basic movement ability of 80.65 or 67%.

PENDAHULUAN

Kebugaran Tujuan pendidikan nasional yang tertuang dalam UU No.20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 berbunyi : "Bertujuan untuk

berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara

yang demokratis serta bertanggung jawab.” Agar dapat mencapai tujuan seperti yang di tetapkan dalam undang-undang di atas, salah satunya adalah melalui pembelajaran Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas gerak yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan gerak, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Gerak dasar merupakan substansi penting dari keterampilan gerak yang harus dimiliki oleh anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Gerak dasar atau *fundamental motor skill* merupakan sebuah dasar yang harus dipelajari dan dikuasai oleh semua manusia sedini mungkin. Menurut Bakhtiar, (2018) gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otot besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar merupakan kecakapan yang membentuk dasar dalam merealisasikan gerak yang benar (Syahputra, 2020). Keterampilan gerak dasar ialah bagian dari perkembangan motorik, karena keterampilan gerak dasar adalah akar bagi anak untuk meningkatkan kemampuan motorik (Irsanikah, dkk 2021). Dengan memiliki keterampilan gerak dasar yang baik dapat menunjang segala aktivitas di usia selanjutnya.

Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang atau individu dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak (Asnaldi et al, 2018). Semakin baik kemampuan motorik maka semakin baik dalam melakukan gerakan dan aktivitas fisik (Asnaldi et al., dalam Sudadik dan Raharjo, 2021). Gallahue, Ozmun dan Goodway mengatakan bahwa keterampilan gerak dasar terbagi dalam dua kelompok kontrol, yaitu kemampuan objek dan lokomotor (Oktarifaldi dalam Dilandes dkk, 2022).

Banyak studi mengungkapkan bahwa, gerak dasar akan berkembang secara optimal jika diajarkan dan diberikan intervensi terhadap anak. Anak-anak tidak dapat secara otomatis memperoleh derajat penguasaan penampilan yang sempurna dalam keterampilan gerak dasar. Seperti banyaknya keterampilan lainnya, mereka harus diajarkan (Goodway dalam Bakhtiar dkk, 2019). Famelia dkk (2018) mengatakan, kompetensi motorik anak belum terpenuhi. Selain membahas tentang perkembangan gerak dasar pada usia, temuan tentang perbedaan jenis kelamin dalam gerak dasar juga berpengaruh karena keterampilan gerak dasar berkaitan langsung dengan aktifitas fisik yang dalam hal ini mengasumsikan anak laki-laki memiliki tingkat aktifitas fisik lebih tinggi (Dilandes ddk, 2022). Bakhtiar (2020) mengemukakan bahwa data empiris menunjukkan anak laki-laki mengungguli anak perempuan dalam keterampilan pengendalian objek. Sementara itu, tidak ada perbedaan jenis kelamin pada keterampilan lokomotor anak.

METODE

Jenis Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas II dan III di Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang sebanyak 43 orang. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen atau alat pengumpulan data yaitu *Test of gross Motor Development-2* (TGMD-2) Ulrich dalam Bakhtiar (2018). TGMD-2 digunakan untuk mengukur keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol.

TGMD-2 merupakan rangkaian tes yang terdiri dari 12 keterampilan gerak dasar, 6 tes keterampilan lokomotor dan 6 tes keterampilan objek kontrol. Setelah seluruh data di lapangan didapatkan dalam bentuk video, video akan dilakukan pengkodean terlebih dahulu oleh ahli/pakar. Selanjutnya, data yang didapatkan yaitu dalam bentuk skor mentah. Skor mentah dilakukan penyusunan dan diubah ke dalam nilai standar skala 5 yaitu A (Baik Sekali), B (Baik), C (Sedang), D (Kurang) dan E (Kurang Sekali). Standar skala 5 patokan yang digunakan adalah :

Selanjutnya, dihitung persentase dari nilai-nilai skor frekuensi siswa yang telah dikonversikan dalam Skala 5, yakni dengan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah Sampel

HASIL

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang, didapatkan nilai kemampuan *Objek Kontrol* tertinggi adalah 50 point sedangkan nilai terendah adalah 21 point, dengan nilai rata-rata perolehan sebesar 35,60 point. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh maka kemampuan objek kontrol yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Sedang". Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data kemampuan objek kontrol.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Total Kemampuan Objek Kontrol

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 23,55	3	6.98%	Sangat Kurang
2	23,56 - 31,59	13	30.23%	Kurang
3	31,60 - 39,62	10	23.26%	Sedang
4	39,63 - 47,66	12	27.91%	Baik
5	> 47,66	5	11.63%	Sangat Baik
Jumlah		43	100%	



Histogram 1. Histogram Data Total Kemampuan Objek Kontrol

Berdasarkan tabel di atas, pada kelas interval < 23,55 untuk kemampuan *objek kontrol*, ditemui 3 orang atau 6,98% siswa dengan klasifikasi "Sangat Kurang". Pada kelas interval 23,56 - 31,59 terdapat sebanyak 13 orang siswa atau 30,23% dengan

klasifikasi "Kurang". Pada kelas interval 31,60 - 39,62 terdapat sebanyak 10 orang atau 23,26% dengan klasifikasi "Sedang". Pada kelas interval 39,63 - 47,66 terdapat sebanyak 12 orang atau 27,91% siswa dengan klasifikasi "Baik". Terakhir, pada kelas interval > 47,66 ditemui 5 orang atau 11,63% siswa dengan klasifikasi "Sangat Baik".

Sedangkan untuk kemampuan lokomotor berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang, didapatkan nilai kemampuan lokomotor tertinggi adalah 55 point sedangkan nilai terendah adalah 30 point, dengan nilai rata-rata perolehan sebesar 45,05 point. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh maka kemampuan lokomotor yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Sedang". Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data kemampuan lokomotor.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Locomotor

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 36,77	3	6,98%	Sangat Kurang
2	36,77 - 42,29	10	23,26%	Kurang
3	42,30 - 47,80	15	34,88%	Sedang
4	47,81 - 53,32	14	32,56%	Baik
5	> 53,32	1	2,33%	Sangat Baik
Jumlah		43	100%	



Histogram 2. Histogram Data Kemampuan Locomotor

Berdasarkan tabel di atas, pada kelas interval < 36,77 untuk kemampuan lokomotor, ditemui 3 orang atau 6,98% siswa dengan klasifikasi "Sangat Kurang". Pada

kelas interval 36,77- 42,29 ditemui 10 orang atau 23,26% siswa dengan klasifikasi "Kurang". Pada kelas interval 42,30 - 47,80 terdapat sebanyak 15 orang siswa atau 34,88% dengan klasifikasi "Sedang". Pada kelas interval 47,81 - 53,32 terdapat 14 orang siswa atau 32,56% dengan klasifikasi "Baik". Terakhir, pada kelas interval >53,32 terdapat 1 orang siswa atau 2,33% dengan klasifikasi "Sangat Baik".

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang, didapatlah nilai keterampilan gerak dasar siswa (lokomotor dan objek kontrol). Nilai keterampilan gerak dasar tertinggi adalah 103 point sedangkan nilai terendah adalah 58 point, dengan nilai rata-rata perolehan sebesar 80,65 poin. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh maka keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Kurang". Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data keterampilan gerak dasar.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Gerak Dasar

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 63,75	2	4,65%	Sangat Kurang
2	63,75 - 75,02	13	30,23%	Kurang
3	75,03 - 86,29	14	32,56%	Sedang
4	86,30 - 97,55	10	23,26%	Baik
5	> 97,55	4	9,30%	Sangat Baik
Jumlah		43	100%	

Berdasarkan tabel di atas, pada kelas interval < 63,75 untuk keterampilan gerak dasar, ditemui 2 orang siswa atau 4,65% dengan klasifikasi "Sangat Kurang". Pada kelas interval 63,75 - 75,02 ditemui 13 orang siswa atau 30,23% dengan klasifikasi "Kurang". Pada kelas interval 75,03 - 86,29

terdapat sebanyak 14 orang siswa atau 32,56% dengan klasifikasi "Sedang". Pada kelas interval 86,30 - 97,55 terdapat 10 orang siswa atau 23,26% dengan klasifikasi "Baik". Terakhir, pada kelas interval > 97,55 ditemui sebanyak 4 orang siswa atau 9,30% dengan klasifikasi "Sangat Baik".

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa rata-rata keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang berada pada klasifikasi "Kurang" meskipun ada beberapa siswa yang mendapatkan nilai sangat rendah dan ada yang sangat tinggi dibandingkan dengan teman-temannya untuk setiap sub-tes yang mereka lakukan. Hal ini menunjukkan bahwa perlu dilakukan suatu intervensi terhadap anak agar rata-rata kemampuan mereka dapat meningkat. Keterampilan gerak dasar dianggap sebagai bahan dasar keterampilan motorik yang lebih kompleks dan khusus, yang diperlukan untuk keberhasilan partisipasi anak dalam banyak kegiatan sehari-hari seperti: kegiatan sosial, olahraga dan keterampilan (Kokštejn dkk dalam Putri dkk, 2020). Gallahue et.al dalam Oktarivaldi dkk (2019), keterampilan gerak dasar yang sangat penting bagi anak usia dini terbagi atas dua bentuk, yaitu lokomotor dan objek kontrol. dipahami bahwa gerak dasar dapat dikelompokkan menjadi dua serta penting untuk dikuasai anak. Namun, keterampilan gerak dasar yang dimiliki antara anak yang satu dengan anak yang lainnya terdapat perbedaan. Hal ini karena dipengaruhi oleh berbagai factor, diantaranya: antara lain aspek biologis, psikologis, sosial, motivasi dan kognitif anak (Branta dan Seefeldt dalam Engel dkk, 2018).

Mengajarkan gerak dasar pada siswa merupakan hal penting yang tidak bisa disepelekan. Karena keterampilan gerak

dasar yang dimiliki oleh anak akan berkorelasi dengan perkembangan kemampuan kognitif anak, seperti menulis, membaca dan berhitung (Andrzej dalam Syahputra, 2020). Menurut Pangrazi dalam Bakhtiar (2014) sangat penting untuk mengajarkan keterampilan gerak dasar pada anak di usia dini, karena jika tidak anak akan mengalami hambatan dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dimasa yang akan datang. Gerak dasar tidak akan dapat lagi ditingkatkan secara signifikan jika anak sudah berusia lebih dari 10 tahun. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Li., L (2009) yang menerangkan bahwa *Fundamental Motor Skill* efektif berkembang antara usia 3 sampai 10 tahun.

Penulis sendiri memiliki pandangan bahwa banyak penyebab rendahnya keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol. Diantaranya, (1) kematangan keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol antar siswa sekolah tersebut berbeda-beda, (2) tidak diajarkannya oleh guru PJOK materi lokomotor dan objek kontrol secara lanjutan, (3) belum adanya wawasan guru dalam merancang pembelajaran gerak dasar lokomotor dan objek kontrol, (4) tidak didukungnya materi lokomotor dan objek kontrol dalam sarana dan prasarana belajar, (5) penguasaan keterampilan lokomotor dan objek kontrol yang kurang baik. Namun karena belum jelasnya penyebab permasalahan dilapangan, penulis tertarik untuk menggali informasi tentang bagaimana kemampuan anak dalam merealisasikan keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa SDN 03 Balai-balai Kota Padang Panjang.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, adapun kesimpulan yang dapat diambil adalah: (1) Kemampuan objek kontrol siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi "Sedang". (2) Kemampuan lokomotor siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi "Sedang". (3) Keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi "Kurang"

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16-27
- Bakhtiar, S. (2018). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak
- Bakhtiar, S., Khairuddin, K., & Afrian, H. (2019). Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan, Indeks Massa Tubuh Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini. *Sporta Sainatika*, 4(2), 84-96.
- Bakhtiar, S., Syahputra, R., Mardiansyah, A., Hendrayana, A. A., & Pion, J. (2020) Sistem Identifikasi Bakat dalam Olahraga. In Wineka Media(Pertama). Wineka Media.
- Bakhtiar, S. (2014). Strategi Pembelajaran, Lokasi Sekolah, Dan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 20(2), 127-133.
- Dilandes, A. A., Syahputra, R., Oktarifaldi, O., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2022). Perbedaan Level Kemampuan Objek Kontrol Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia PAUD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 27-35.
- Engel, A., Broderick, C., Ward, R., & Parmenter, B. (2018). Study protocol: the effect of a fundamental motor skills intervention in a preschool setting on fundamental motor skills and physical activity: a cluster randomised controlled trial. *Clin Pediatr OA*, 3(129), 2572-0775.
- Famelia, R., Tsuda, E., Bakhtiar, S., & Goodway, J. D. (2018). Relationships among perceived and actual motor skill competence and physical activity in Indonesian preschoolers. *Journal of Motor Learning and Development*, 6(s2), S403-S423.
- Irsakinah, I., & Yaswinda, Y. (2021). Gambaran Keterampilan Gerak Dasar Anak di Taman Kanak-Kanak Sani Ashilla II Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 6(2), 99-108.
- Li, L. (2009) Children Gross Motor Development from Ages 3 to 10 in Shandong. *Journal of Shandong Institute of Physical Education and Sports*, 25(4), 47-50
- Putri, L. P., Septri, S., Zumroni, Z., Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Marta, I. A., ... & Nata, A. D. (2020). Effect Of Nutritional Status On Object Ability Of Children's Object Controls Aged 5 To 6

- Years. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 25-32.
- Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2019). The Effect Of Agility, Coordination and Balance On The Locomotor Ability Of Students Aged 7 To 10 Years. *Jurnal Menssana*, 4(2), 190-200.
- Sudadik, S., & Raharjo, H. P. (2021). Survei Tingkat Perkembangan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 17-25.
- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Oktarifaldi, O., Rasyid, W., & Putri, L. P. (2020). Assistance In Learning Basic Early Childhood Motion Skills For Early Childhood Teachers In Pesisir Selatan Regency. *Jurnal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1-13.