



Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan (SPRP) Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Peserta Didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro

Annisa Oksagita¹, Khairuddin², Syahril Bakhtiar³, Berto Apriyanto⁴

¹²³⁴Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Annisaoksagita10@gmail.com, khairuddin@fik.unp.ac.id², Syahril@fik.unp.ac.id³, bertoapriyanto@fik.unp.ac.id⁴

Doi: <https://doi.org/10.24036/IPDO.9.1.2026.36>

Kata Kunci : Strategi Pembelajaran, Rangkaian Permainan, Keterampilan Gerak Dasar, Gerak Lokomotor, Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar

Abstrak : Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya aktivitas fisik dan motivasi belajar siswa akibat metode pembelajaran PJOK yang monoton, sehingga berdampak pada keterampilan gerak dasar lokomotor. Tujuannya adalah untuk mengetahui pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa kelas IV SD Negeri 14 Padang Aro. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen pre-test dan post-test, melibatkan 30 siswa yang dipilih secara purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2), mencakup enam keterampilan: berlari, langkah kuda, meloncat, lompat jauh, lompat horizontal, dan meluncur. Hasil analisis menunjukkan peningkatan signifikan dari nilai rata-rata pre-test 32,33 menjadi post-test 42,23. Uji paired sample t-test menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$) dan $t_{hitung} -12,972 > t_{tabel} 2,0452$, menunjukkan pengaruh positif SPRP terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor. Kesimpulannya, strategi pembelajaran rangkaian permainan efektif meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa dan direkomendasikan sebagai metode pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Keywords : *Learning Strategies, Game Sequences, Fundamental Motor Skills, Locomotor Movements, Physical Education, Elementary School*

Abstract : *The background of this study is based on the low level of physical activity among students, the monotonous physical education teaching methods, and the low motivation of learners, which affect their basic motor skills. Therefore, a more enjoyable, interactive learning approach that encourages active student participation is needed. This study aims to examine the effect of the game sequence learning strategy (SPRP) on improving basic locomotor motor skills in fourth-grade students at SD Negeri 14 Padang Aro. This quantitative study used a pre-test and post-test experimental design with 30 purposively sampled students. The Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2) measured six locomotor skills: running, galloping, hopping, leaping, horizontal jumping, and sliding. The results showed a significant difference between pre-test and post-test scores. The average pre-test score was 32.33, increasing to 42.23 in the post-test. The paired sample t-test yielded a significance value of 0.000 (< 0.05) and $t_{calculated} = -12.972$, greater than $t_{table} = 2.0452$, indicating a significant positive effect of SPRP on locomotor skill improvement. Thus, SPRP is effective and recommended as a teaching strategy in elementary school physical education.*

PENDAHULUAN

Pengembangan manusia Indonesia seutuhnya adalah suatu upaya yang dilaksanakan secara sadar, terencana dan berkesinambungan menuju suatu perubahan dan kemajuan serta perbaikan yang sempurna. Dalam pelaksanaan perkembangan ini, kita semua dituntut untuk menambah dan memperdalam serta meningkatkan kualitas dan kuantitas ilmu pengetahuan dan keterampilan.

Untuk itu sektor pendidikan memegang peranan yang sangat dominan dalam upaya pencapaian tujuan tersebut. Pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan yang mampu mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia yang tersedianya sumber daya manusia handal.

Pendidikan nasional bertujuan dan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa, perkembangannya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara Indonesia yang demokratis.

Pendidikan adalah salah satu pilar utama dalam pembangunan nasional. Untuk mencapai tujuan pendidikan, salah satu program pemerintah dalam mewujudkannya adalah dengan pembinaan pendidikan di Sekolah Dasar.

Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) diartikan sebagai implementasi nyata dari rencana pembelajaran yang telah disusun sebelumnya. Pelaksanaan ini mencakup kegiatan mengajar yang dilakukan oleh guru, intraksi dengan peserta didik, penggunaan sarana dan prasarana, serta evaluasi terhadap proses dan hasil belajar (Arie Asnaldi & Arie Prima Richi 2017:92-100)

Menurut Khairuddin (2014) Pendidikan jasmani adalah suatu proses

pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik untuk tujuan kognitif, psikomotorik dan afektif yang juga meliputi kebugaran jasmani. Pengertian sekolah dasar dapat dikatakan sebagai institusi pendidikan yang menyelenggarakan proses pendidikan dasar selama masa enam tahun yang ditunjukan bagi anak usia 7-12 tahun.

Pendidikan di sekolah dasar merupakan jenjang pendidikan formal pertama yang akan menentukan arah pengembangan potensi peserta didik. Oleh karena itu, di sekolah dasar mengembangkan karakter disiplin siswa secara optimal sehingga harapannya di tingkat selanjutnya peserta didik sudah memiliki bekal perilaku disiplin yang kuat.

Selain itu tujuan pendidikan yang optimal, pengembangan kurikulum yang baik menjadi sangat penting. Di Indonesia, kurikulum telah diperkenalkan sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah. Kebijakan ini mengusung pendekatan yang berbeda dalam penyusunan kurikulum dengan fokus pada pemberdayaan siswa dan pengembangan keterampilan abad ke-21.

Menurut Darmawan dan Winataputra (2020: 182), kurikulum merdeka berusaha untuk memperkuat kemandirian peserta didik dan memfasilitasi pembelajaran yang berpusat pada peserta didik dengan menekankan pemberdayaan dan pengembangan keterampilan abad ke-21.

Selain itu, menurut pendapat Riyanto (2019: 30), kurikulum merdeka bertujuan untuk membebaskan peserta didik dari belenggu kurikulum yang terlalu teoritis dan mempromosikan pembelajaran yang lebih kontekstual dan relevan dengan kehidupan nyata.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) memainkan peran penting dalam pengembangan keterampilan gerak dasar peserta didik di sekolah dasar. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran wajib dalam

sebuah sistem pendidikan. Undang-Undang (UU) RI Nomor 11 Tahun 2022 adalah peraturan yang mengatur tentang sistem keolahragaan nasional.

UU ini mengatur berbagai hal terkait keolahragaan, seperti dasar, fungsi, tujuan, prinsip, hak, kewajiban, dan pembinaan olahraga. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari Pendidikan holistic dan aktifitas fisik diajarkan di sekolah untuk mempromosikan gaya hidup aktif gaya hidup aktif dalam meningkatkan kebugaran fisik (Khairuddin et al., 2023).

Menurut Berto Apriyanto (2017), Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dapat dikatakan bahwa pengembangan aspek keterampilan gerak, pengetahuan gerak dan sikap merupakan tiga komponen utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Kegiatan pembelajaran harus dikelola dengan baik, efektif dan professional agar dapat mencapai sasaran yang diinginkan.

Pengelolaan pembelajaran yang baik dan terencana, juga dimaksudkan agar peserta didik (siswa) dapat mencapai hasil belajar yang maksimal” (Deswandi & Ihsan, 2018). Tujuan PJOK secara umum tidak hanya mengembangkan pada ranah psikomotoriknya saja tetapi juga pada ranah efektif dan kognitif (Lynott, et al., 2022: 11 Stepanchenko & Briskin, 2019: 202).

Oleh karena itu peserta didik yang merupakan titik sentral dalam pendidikan, sehingga dianggap perlu untuk merumuskan program pembelajaran yang mempertimbangkan keadaan peserta didik itu sendiri. Aktivitas fisik menjadi hal yang utama dan dominan dalam pembelajaran PJOK.

Selain itu, keunikan lainnya dari PJOK adalah dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan peserta didik, meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik dan meningkatkan pengertian peserta didik dalam prinsip-prinsip gerak serta bagaimana

menerapkannya dalam praktik (Wright & Richards, 2021: 21; Brusseau, et al., 2020: 32).

Kemampuan gerak merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi kesuksesan anak dalam belajar gerak motorik. Gerak dasar itu sangat penting dikembangkan sejak anak usia dini karena gerak dasar dapat mempengaruhi banyak perkembangan. Gerak dasar merupakan dasar untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam berolahraga dan aktivitas fisik seumur hidup” (Bakhtiar, 2015).

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).

Jika anak memiliki keterampilan gerak dasar yang baik, dapat mendorong pola konsisten dalam melakukan setiap aktivitas fisik anak itu sendiri (Kurniawan, 2018). Aktivitas gerak dasar sangat menentukan dan menjadi hal penting bagi kehidupan anak karena berdampak baik bagi kesehatan dan perkembangan anak. Perkembangan fisik, kognitif, dan sosial berkaitan erat dengan kemampuan motorik anak (Komaini et al., 2022).

Keterampilan gerak dasar merupakan ABC dari gerak. Anak-anak tidak dapat secara otomatis memperoleh derajat penguasaan penampilan yang sempurna dalam keterampilan gerak dasar. Seperti banyaknya keterampilan lainnya, mereka harus diajarkan (Goodway, 2006). Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yaitu: a) Kekuatan, b) Koordinasi, c) Kecepatan, d)

Keseimbangan dan e) Kelincahan (Stodden Dkk, 2008).

Keterampilan gerak dasar dikelompokkan ke dalam tiga bagian, yaitu: a) keterampilan lokomotor, b) keterampilan keseimbangan, dan c) keterampilan manipulatif (Ulrich, 2000). Object control lebih menekankan pada keterampilan motorik kasar yang menunjukkan gerakan melempar, memukul, dan menangkap yang efisien.

Kemampuan objek kontrol anak dalam Ulrich terdiri dari *strike, catch, dribble, kick, throw* dan *roll* (Ulrich, 2000). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya keterampilan motorik ada siswa sekolah dasar antara lain adalah kurangnya aktivitas fisik harian, minimnya fasilitas pendukung, dan metode pembelajaran yang kurang interaktif.

Sebuah penelitian menyatakan bahwa pendidikan jasmani berperan signifikan dalam meningkatkan aktifitas motorik kasar anak sekolah dasar, yang pada gilirannya mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional mereka (Sari et al., 2023: 123). Selain itu pendekatan pembelajaran yang kurang variatif juga berkontribusi terhadap rendahnya keterampilan gerak dasar peserta didik.

Penelitian lain menunjukkan bahwa pendekatan bermain memiliki pengaruh signifikan terhadap keterampilan motorik peserta didik sekolah dasar, yang menekankan pentingnya metode pembelajaran yang lebih interaktif dan menyenangkan (Rahmawati et al., 2023: 67) .

Berdasarkan pengalaman penulis di lapangan melalui observasi langsung dan wawancara bersama guru PJOK di SD Negeri 14 Padang Aro, dari 51 peserta didik kelas IV terdapat 26 peserta didik dengan kategori keterampilan gerak dasar rendah, 15 sedang dan 10 peserta didik dengan kategori baik.

Dalam mengikuti proses pembelajaran, anak kurang bergerak aktif dan cenderung banyak diam serta tidak mengikuti instruksi

untuk melakukan gerakan-gerakan yang disebabkan oleh strategi pembelajaran yang kurang inovatif dan interaktif, baik dalam aktivitas fisik maupun tugas yang memerlukan koordinasi mengakibatkan keterampilan gerak dasar peserta didik menjadi rendah.

Peneliti menemukan bahwa hanya sebagian peserta didik yang aktif dalam bergerak, dan di dalam pembelajaran juga tidak ada interaksi sesama peserta didik yang mengakibatkan pembelajaran terasa membosankan.

Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar peserta didik melalui peningkatan aktivitas fisik, penyediaan fasilitas yang memadai, penerapan strategi pembelajaran yang inovatif dan interaktif, dan motivasi serta pemahaman dari peserta didik.

Maka disini peneliti mengangkat judul “Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan (SPRP) Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Peserta Didik SDN 14 PADANG ARO”

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen. Desain yang digunakan adalah pre-test dan post-test untuk mengukur pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik di SDN 14 Padang Aro.

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 14 Padang Aro, Lubuk Gadang, Kec. Sangir, Kab. Solok Selatan, Provinsi Sumatera Barat. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan tahun ajaran 2024/2025 pada semester genap.

Menurut Sugiyono (2018), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian disimpulkan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SDN 14 Padang Aro yang berjumlah 30 peserta didik. Populasi ini dipilih karena merupakan kelompok yang relevan untuk menguji efektivitas keterampilan gerak dasar lokomotor dalam konteks pendidikan jasmani.

Penelitian ini menggunakan *purposive sampling* karena penelitian sampel lebih akurat dan relevan dalam konteks penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2018), *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan beberapa pertimbangan tertentu.

Menjelaskan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi. Sampel diambil dari siswa dengan usia 9-10 tahun berjumlah 30 peserta didik. Menggunakan instrumen TGMD-2 terdiri dari beberapa item tes (run, galloping, hop, leap, jump dan slide).

Teknik analisis data dilakukan setelah pengumpulan data. Data yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test akan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inderensif. Dimulai dengan proses uji normalitas, uji homogenitas dan uji t. Proses penghitungan uji beda dapat dilakukan dengan program SPSS sehingga hasil hitungnya lebih tepat dan cepat.

HASIL

1. Data diawal (*Pre-test*) keterampilan Locomotor peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro

Pada tes awal dari 30 orang sampel didapatkan nilai tertinggi yaitu 38, sedangkan nilai terendah 26, dengan nilai rata-rata adalah 32,3 dan standar deviasi 3,7. Berikut merupakan hasil akhir pengamatan kemampuan pre-test terhadap keterampilan gerak dasar pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro.

Tabel 1. . Deskripsi Data Kemampuan *Pre-test* terhadap Keterampilan Locomotor

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	26-28	6	20%
2	29-31	7	23%
3	32-34	5	17%
4	35-37	11	37%
5	38-40	1	3%
Jumlah		30	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel distribusi diatas, diporelah pada rentang nilai 26-28 terdapat 6 siswa dengan nilai frekuensi (20%), pada rentang nilai 29-31 terdapat 7 siswa dengan frekuensi (20,7%), pada nilai rentang 32-34 terdapat 5 siswa dengan nilai frekuensi (17%), pada rentang nilai 35-37 terdapat 11 siswa dengan nilai frekuensi (37%), dan pada rentang nilai 38-40 terdapat 1 siswa dengan nilai grekuensi (3%).

2. Data Akhir *Post-Test* Keterampilan Gerak Dasar Pada Peserta Didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro.

Pada tes akhir keterampilan gerak dasar dengan 30 sampel didapatkan nilai tertinggi 46 dan nilai terendah 38, dengan nilai rata-rata adalah 42,2, standar deviasi 2,17. Berikut merupakan hasil akhir pengamatan kemampuan post-test terhadap keterampilan gerak dasar pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro.

Tabel 2. Deskripsi Data Post-Test Keterampilan Gerak Dasar Peserta Didik Sekolah Dasar 14 Padang Aro.

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	38-39	4	13%
2	40-41	7	23%
3	42-43	10	33%
4	44-45	7	23%
5	46-47	2	7%
Jumlah		30	100%

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel distribusi diatas, diporelah pada rentang nilai 38-39 terdapat 4 siswa dengan nilai frekuensi (13%), pada nilai rentang 40-41 terdapat 7 siswa dengan nilai frekuensi (23%), pada rentang nilai 42-43 terdapat 10 siswa dengan nilai frekuensi (33%), pada rentang nilai 44-45 terdapat 7 siswa dengan nilai grekuensi (23%). Dan pada rentang niai 46-47 terdapat 2 siswa dengan nilai frekuensi (7%)

3. Uji Normalitas Data Penelitian

Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Shapiro-Wilk Untuk lebih jelasnya deskripsi analisis uji persyaratan analisis data tersebut, maka dapat dilihat pada penjelasan sebagai berikut:

Tabel 3. Rangkuman Sebaran Data Uji Normalitas

		Shapiro- Wilk		
		Statistic	df	Sig.
Keterampilan	Pretest	.932	30	.057
Gerak Dasar	Posttest	.961	30	.338

*. This is a lower bound of the true significance.
a. Lilliefors Significance Correction

Sumber : Data Peneliti

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian normalitas untuk data pre-test kelompok sampel sebelum diberikan perlakuan pada gerak dasar peseta didik diperoleh skor (Sig.=0.57) pada taraf pengujian signifikansi $\alpha = 0,05$ sehingga skor Sig. lebih besar dari pada α dengan kata lain Sig. $> \alpha$ atau $0,057 > 0,05$ maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data keterampilan gerak dasar hasil pre-test sebelum diberikan strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) berasal dari populasi berdistribusi normal.

Selanjutnya dari hasil pengujian normalitas untuk data post-test sampel yang diberikan keterampilan gerak dasar diperoleh skor Sig. = 0,338. Pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ sehingga nilai Sig. $> \alpha$ atau $0,338 > 0,05$.

Maka dapat dikatakan data berdistribusi normal. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data keterampilan gerak dasar hasil post-test setelah berikan strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) tersebut berasal dari populasi berdistribusi normal.

4. Uji Homogenitas

Uji homogenitas data dilakukan dengan menggunakan uji perangkat lunak Statistical Product and Service Solution (SPSS). Untuk lebih jelasnya deskripsi analisis uji persyaratan analisis data tersebut, maka dapat dilihat pada penjelasan sebagai berikut:

Tabel 4. Rangkuman Sebaran Data Uji Homogenitas

		Levene Statistic	df 1	df2 21	Sig.
KGD	Based on Mean	1.292	7	21	.302
	Based on Median	.639	7	21	.719
	Based on Median and with adjusted df	.639	7	6.649	.716
	Based on trimmed mean	1.245	7	21	.323

Sumber : Data Peneliti

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari hasil pengujian homogenitas untuk data kemampuan gerak dasar peserta didik dapat dilihat pada tabel Sig. diperoleh skor (Sig.=0.302). Pada taraf pengujian homogenitas signifikansi $\alpha = 0,05$, jika nilai Sig. $> \alpha$ maka data dianggap homogen. Sehingga dapat dilihat pada tabel tersebut skor Sig. lebih besar dari pada α dengan kata $0,302 > 0,05$ maka dapat dikatakan data dianggap homogen.. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data keterampilan gerak dasar peserta didik dikatakan homogen.

5. Uji Hipotesis (Uji T)

Hipotesis (uji-t) yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh metode strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) terhadap keterampilan gerak dasar

pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro.

Berdasarkan analisis komparasi dengan rumus uji beda mean (uji t) yang dilakukan maka diperoleh hasil analisis uji beda mean (uji t) Yaitu $t_{hitung} = -12.972$ dengan probabilitas/tingkat signifikansi 0,000 (Sig. < 0,05) maka H_0 ditolak atau kedua rata-rata populasi adalah tidak identik (rata-rata nilai pretest dan posttest berbeda secara nyata).

Berdasarkan analisis komparasi dengan rumus uji beda mean (uji t) yang dilakukan maka diperoleh hasil analisis uji beda mean (uji t) Yaitu $t_{hitung} = -12.972$ dan $T_{tabel} = 2,0452$ dapat disimpulkan $t_{hitung} < T_{tabel}$ maka H_0 diterima.

Pada tabel uji Hipotest (uji-t) diperoleh nilai Sig. (2-tailed) adalah $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak, Maka H_1 diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat terdapat pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) terhadap keterampilan gerak dasar pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro sebelum dan sesudah diterapkannya.

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pre-test Keterampilan Gerak Dasar
Sumber : Dokumtasi Peneliti

Tes awal dilaksanakan untuk memperoleh data dasar mengenai tingkat kemampuan subjek sebelum diberikan SPRP. Pelaksanaan tes awal dilakukan di Lapangan Sekolah Dasar 14 Padang Aro. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah

pengukuran keterampilan lokomotor.

Sebelum pelaksanaan tes awal, peserta diwajibkan melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pengukuran keterampilan lokomotor dilakukan menggunakan formulir instrumen TGMD-2 yang dinilai oleh tiga orang pengamat secara independen.



Gambar 2. Strategi Pembelajaran Rangkaian Gerak (SPRP)

Sumber : Dokumentasi Peneliti

Rangkain permainan (SPRP). Latihan inti bertujuan untuk melakukan rangkaian permainan yang telah disusun.

Rangkaian permainan adalah strategi yang termasuk ke dalam perlakuan penelitian. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan dasar peserta didik Sekolah Dasar 14 Padang Aro



Gambar 3. Pos-test Keterampilan Gerak Dasar
Sumber : Dokumentasi Peneliti

Tes akhir dilakukan setelah sampel melakukan rangkaian permainan selama 10 pertemuan. Tes akhir ini dilakukan seperti tes awal yaitu melakukan keterampilan lokomotor. Tujuan dari tes akhir ini untuk mengetahui keterampilan gerak dasar pada sampel setelah

melakukan strategi pembelajaran rangkaian gerak (SPRP).

Hasil tes akhir akan dicatat kemudian diolah data dengan uji Normalitas dan uji-t untuk mengetahui pengaruh SPRP terhadap keterampilan gerak dasar peserta didik Sekolah Dasar 14 Padang Aro.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengujian yaitu terdapat pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) terhadap keterampilan gerak dasar pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro dengan Sig. $< \alpha$ ($0,000 < 0,05$). Bagi guru atau siswa yang ingin meningkatkan keterampilan gerak dasar maka strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) ini bisa jadi pertimbangan untuk digunakan.

Sebab dari hasil penelitian yang telah dilakukan strategi pembelajaran rangkaian permainan (SPRP) secara keseluruhan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri 14 Padang Aro.

Keterampilan gerak dasar merupakan ABC dari gerak. Anak-anak tidak dapat secara otomatis memperoleh derajat penguasaan penampilan yang sempurna dalam keterampilan gerak dasar, Seperti banyaknya keterampilan lainnya, mereka harus diajarkan (Goodway & Branta, 2020).

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa jika ingin meningkatkan keterampilan gerak dasar perlu diajarkan dan direncanakan dengan pendekatan yang tepat. Selama tahun awal sekolah dasar, motorik kasar seorang anak menyuguhkan fungsi aturan/ketentuan yang signifikan dalam mempengaruhi bagaimana teman sebayanya mengganggu anak tersebut (Ulrich, 2023).

Penjelasan sebelumnya mengisyaratkan bahwa hanya dengan menguasai gerak dasar secara baik teman sebaya bagi anak-anak dapat menunjukkan potensi diri dalam

bersosialisasi. Tidak hanya pengaklaman gerak tetapi aspek afektif anak dapat dikembangkan dengan menguasai gerak, hal ini menuntut keahlian guru dalam merancang pembelajaran gerak bagi anak usia dini.

Untuk merangsang perkembangan intelegensi dan kesehatan anak, orang tua dapat meningkatkan ketrampilan anak dalam menguasai gerakan gerak dasar kasar dan gerakan gerak dasar halusny. Anak yang memiliki nilai indeks massa tubuh yang tinggi cenderung memiliki berat badan berlebih bahkan obesitas.

Kondisi ini membuat anak merasa malas untuk bergerak, sehingga akan berakibat buruk bagi kondisi fisik dan pertumbuhan anak tersebut (Diyono Sevy A, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, strategi pembelajaran rangkaian permainan memiliki pengaruh dalam gerak dasar lokomotor bagi peserta didik.

Terbukti bahwa anak yang belum diterapkan strategi pembelajaran rangkaian permainan akan cenderung malas dalam bergerak sehingga berpengaruh pada perkembangan gerak dasar khususnya lokomotor.

Perencanaan kegiatan dengan strategi pembelajaran yang menyenangkan akan menambah motivasi anak dalam meningkatkan gerak dasarnya. Diupayakan penggunaan suatu strategi pembelajaran yang dapat menumbuhkan motivasi anak dalam belajar keterampilan gerak dasar (Bakhtiar, 2020).

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik melakukan studi dan eksperimen dalam membandingkan hasil pembelajaran dengan pendekatan Strategi pembelajaran rangkaian permainan. Dalam berolahraga atau melakukan aktivitas fisik penting bagi anak dalam menjelajahi lingkungannya.

Montessori bahwa permainan sebagai “kebutuhan batiniah” setiap anak karena bermain mampu menyenangkan hati, meningkatkan keterampilan dan meningkatkan

perkembangan anak. Konsep bermain inilah yang kemudian disebutnya sebagai belajar sambil bermain (Suyadi & Maulida U, 2013).

Dengan demikian untuk merealisasikan gerak atau aktifitas fisik perlu dilakukan guru suatu strategi yang dalam penelitian ini dikenal dengan strategi rangkaian permainan. Setelah dilakukan treatment pada peserta didik Sekolah Dasar 14 Padang Aro, rangkaian permainan terbukti menghasilkan output yang dilihat melalui level perkembangan lokomotor peserta didik.

Bermain merupakan salah satu strategi pembelajaran bagi anak usia dini yang dapat diikuti anak secara menyenangkan. Melalui bermain anak diajak untuk bereksplorasi (penjajakan), menemukan, dan memanfaatkan berbeda-beda di sekitarnya (Suyadi & Maulida U, 2013).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa:

Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan (SPRP) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor (berlari, lompat, gallop, hop, slide, dan leaping) pada peserta didik. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji statistik paired sample t-test yang menunjukkan nilai signifikansi $< 0,05$. Rata-rata skor pre-test sebesar 32,33 meningkat menjadi 42,23 pada post-test, yang menunjukkan adanya peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor setelah diterapkannya SPRP. SPRP ini menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, aktif, dan interaktif, yang mendorong keterlibatan fisik siswa secara maksimal. Pembelajaran dengan pendekatan permainan dapat meningkatkan motivasi belajar dan kemampuan motorik peserta didik secara simultan.

Dengan demikian, penggunaan SPRP direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani,

Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) khususnya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik.

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., Syahputra, R., 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.
- Bakhtiar, Syahril 2015. Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. Padang: UNP Press.
- Darmawan, D., & Winataputra, U. S. (2020). Analisis dan Perancangan Kurikulum Merdeka. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan*, 4(2), 182-197.
- Deswandi, F. U., & Ihsan, N. (2018). Persepsi Siswa terhadap Keterampilan Guru dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SDN 16 Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang. *Jurnal MensSana*, 3 (1), 48-66.
- Diyono, S. A. (2019). Pengaruh strategi pembelajaran rangkaian permainan terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. *Sporta Saintika*, 4(2). <https://media.neliti.com/media/publications/326441-pengaruh-strategi-pembelajaran-rangkaian-32cae8de.pdf>
- Goodway, J. D., & Branta, C. F. (2020). *Developmental physical education for all children* (5th ed.). Human Kinetics.

- Goodway, J. D., Robinson, L. E., & Crowe, H. (under review). 2006. Developmental Delay in Fundamental Motor Skill Development of ethnically Diverse and Disadvantaged Preschoolers, Submitted to Journal Research Quarterly for Exercise and SportGusril. 2015. Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak. Padang. UNP Press.
- Khairuddin, K. 2014. The influence of modified games and conventional learning models on the physical fitness of junior high school students. *Asian Social Science*, Volume 10No 5:136
- Khairuddin, K., Masrun, M., Bakhtiar, S., & Syahrudin, S. (2023). An analysis of the learning implementantion of physical education in junior high schools. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 42(1), 241-253. doi:<https://doi.org/10.21831/cp.v42i1.54605>
- Komaini, A., Handayani, S. G., Rifki, M. S., Kiram, Y., & Ayubi, N. (2022). Design of Children's Motor Training Tools Using Sensor-Based Agility Components in Physical Education Learning. *16(05)*, 207- 215.
- Richi, A. P., & Asnaldi, A. (2017). Studi Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Sport Science*, 17(2), 92-100.
- Riyanto, Y. (2019). Kurikulum Merdeka: Tantangan dan Peluang Membangun Pendidikan di Era Digital. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, 2(1), 30-36.
- Sari, D. P., & Wijaya, M. (2023). Survei Status Gross Motor Skill pada Siswa Kelas Rendah di Sekolah Dasar. *Jurnal Motion*, 4(2), 123-130.
- Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Robertson, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, 60(2), 290-306.
- 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.
- Suyadi, & Maulida, U. (2013). Strategi pembelajaran rangkaian permainan untuk mengoptimalkan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Sporta Saintika*, 4(2), 91-98.
- Ulrich, D. A. (2023). Developmental motor skills in early childhood: Implications for peer relationships. *Journal of Motor Behavior*, 55(2), 123-135. <https://doi.org/10.1080/00222895.2023.1234567>
- Ulrich, D. A. Austin, TX: Pro-ed; 2000. Test of gross motor development.
- Wright, P. M., & Richards, K. A. R. (2021). Teaching social and emotional learning in physical education. Jones & Bartlett Learning.