

Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Lubuk Alung

Yuda Yarazaq¹, Ibnu Andli Marta², Arie Asnaldi³, Sri Gusti Handayani⁴

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

yudayarazaq@gmail.com¹, ibnuandlimarta@fik.unp.ac.id², asnaldi@fik.unp.ac.id³, srigusti@fik.unp.ac.id⁴,

Doi: <https://doi.org/10.24036/IPDO.9.2026.0182>

- Kata Kunci** : Keterampilan gerak dasar, keterampilan objek kontrol, keterampilan lokomotor
- Abstrak** : Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara komprehensif profil keterampilan gerak dasar siswa SDN 01 Lubuk Alung berdasarkan aspek lokomotor dan kontrol objek dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan secara sistematis, terukur, dan berkelanjutan di sekolah dasar. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan tujuan mendeskripsikan hasil pengukuran keterampilan gerak dasar siswa. Sampel penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling sehingga berjumlah 43 orang siswa. Instrumen penelitian menggunakan *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2) yang terdiri atas dua subtes, yaitu keterampilan lokomotor dan keterampilan objek kontrol. Data dianalisis dengan statistik deskriptif menggunakan rumus persentase untuk memperoleh gambaran klasifikasi kemampuan siswa. Hasil penelitian menunjukkan keterampilan gerak dasar siswa secara keseluruhan berada pada klasifikasi *Sedang* dengan rata-rata skor 81 poin. Subketerampilan lokomotor berada pada klasifikasi *Sedang* dengan rata-rata 41 poin, sedangkan objek kontrol juga *Sedang* dengan rata-rata 40 poin. Temuan ini menegaskan bahwa siswa memiliki kemampuan gerak dasar cukup memadai, namun masih memerlukan peningkatan melalui pembelajaran jasmani yang terstruktur, berkesinambungan, dan berorientasi pada pengembangan motorik dasar. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi guru dan sekolah dalam merancang program pembelajaran jasmani yang lebih efektif.
- Keywords** : *Fundamental motor skills, object control, locomotor*
- Abstract** : This study aims to provide a comprehensive description of the fundamental motor skills of students at SDN 01 Lubuk Alung, focusing on locomotor and object control aspects within the framework of systematically organized and continuous physical education learning in elementary schools. The research employed a descriptive design to present the outcomes of motor skill assessments. The sample consisted of 43 students selected through purposive sampling techniques. The instrument used was the *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2), which includes two subtests: locomotor skills and object control skills. Data were analyzed using descriptive statistics with percentage formulas to classify students' abilities. The findings revealed that overall fundamental motor skills of the students were categorized as *Moderate*, with an average score of 81 points. Locomotor skills were also classified as *Moderate*, with an average of 41 points, while object control skills were similarly *Moderate*, with an average of 40 points. These results highlight that students possess adequate motor skills but still require improvement through structured and continuous physical education instruction.

PENDAHULUAN

Gerak dasar atau *fundamental motor skill* merupakan sebuah dasar yang harus dipelajari dan dikuasai oleh semua manusia. 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.

Memiliki keterampilan gerak dasar yang baik dapat menunjang segala aktivitas di usia selanjutnya (Asnaldi et al., 2020; Syahputra et al., 2025). Peningkatan gerak dasar di lingkungan sekolah perlu dibina untuk menunjang terciptanya proses belajar mengajar yang baik khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga (PJOK).

Manfaat gerak dasar sendiri sangatlah besar dalam perkembangan dan pertumbuhan siswa, jika aspek gerak dasar tersebut tergolong baik maka akan berpengaruh terhadap tercapainya tujuan dari sekolah dasar tersebut. Keterampilan gerak dasar dapat menjadi salah satu indikator dalam mendeteksi adanya keterlambatan dan gangguan dalam perkembangan anak (Afrian et al., 2025; Marta, 2025; Zafitra et al., 2025).

Jika tidak dideteksi sedini mungkin, maka akan berpengaruh pada kemampuannya dalam belajar dan bersosialisasi. Oleh karena itu, diperlukan alat ukur khusus untuk mendeteksinya.

Menurut Gallahue keterampilan gerak dasar yang penting bagi anak usia dini adalah keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol, keterampilan lokomotor merupakan gerak yang memindahkan tubuh dari satu titik ke titik lain sedangkan keterampilan

objek kontrol merupakan gerakan manipulasi objek dengan tangan maupun kaki (Dilandes et al., 2022; Putri et al., 2026).

Dapat dipahami bahwa, gerak dasar lokomotor maupun objek kontrol merupakan suatu fondasi bagi anak untuk melakukan aktivitas fisik termasuk dalam melakukan gerakan yang lebih kompleks dalam olahraga (Putri et al., 2024).

Banyak studi mengungkapkan bahwa, gerak dasar akan berkembang secara optimal jika diajarkan dan diberikan intervensi terhadap anak (Bakhtiar et al., 2020). Selanjutnya gerak dasar tidak akan dapat lagi ditingkatkan secara signifikan jika anak sudah berusia lebih dari 10 tahun (Marta & Syahputra, 2025).

Hal ini sesuai dengan yang studi terdahulu yang menyatakan bahwa bahwa *Fundamental Motor Skill* efektif berkembang antara usia 3 sampai 10 tahun (Li, 2009; Marta et al., 2026). Dengan demikian perlu kiranya untuk memberikan pembelajaran gerak dasar kepada anak pada saat mereka berusia di bawah 10 tahun tepatnya saat usia Sekolah Dasar.

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan pada tanggal 03 November 2025 di SDN 01 Lubuk Alung, ditemui bahwa belum pernah dilakukannya pengukuran atau tes keterampilan gerak dasar pada siswa sekolah tersebut.

Hal ini disampaikan langsung oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah tersebut. Pembelajaran yang diberikan oleh guru sendiri pada saat penulis observasi yaitu dalam bentuk kompetitif pada permainan sepak bola, siswa dibagi menjadi 2 tim untuk kemudian bertanding dalam permainan tersebut.

Menurut pandangan guru, hal ini dilakukan sebagai penunjang keterampilan gerak dasar yaitu gerak lokomotor dan objek

kontrol siswanya, yang mana dalam permainan tersebut anak berlari, melompat, dan juga menendang bola. Namun, tidak semua siswa ikut serta pada saat pembelajaran, terdapat beberapa siswa yang tidak ingin ikut sehingga lebih memilih untuk duduk-duduk dipinggir lapangan sampai jam pelajaran berakhir.

Penulis berasumsi bahwa tidak ikutnya siswa bisa saja karena mereka tidak mahir dalam permainan tersebut yang menuntut gerakan yang kompleks sedangkan mereka belum mahir dalam gerak dasar yang dibutuhkan.

Observasi selanjutnya penulis lakukan pada bulan Desember 2025, dalam pembelajaran yang dipaparkan oleh guru tersebut, penulis mengamati banyak siswa yang berlari belum sempurna sesuai level usia mereka. Selanjutnya saat menendang bola, semestinya sudah dapat dilakukan dengan punggung kaki atau sisi kaki, namun masih dilakukan dengan ujung jari kaki mereka.

Pengamatan yang dilakukan pada saat permainan yang menggunakan tangan seperti permainan kasti, banyak diantara siswa tidak dapat mengenai bola saat memukul. Sedangkan dalam melempar bola, mereka cenderung tidak kuat, tidak mengenai sasaran dan tidak sesuai arah yang diinstruksikan guru PJOK. Begitu juga saat menangkap bola lebih dari sebagian siswa dikelas tersebut susah dalam menangkap.

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 kontiniu, (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 01 Lubuk Alung.

Hal ini dilakukan agar dapat diungkapkan bagaimana gambaran kemampuan gerak dasar siswa tersebut agar mendapat acuan secara empiris, hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan penelitian yang berjudul "Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Lubuk Alung".

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan data penelitian tanpa menguji hipotesis (Asnaldi et al., 2026; Syahputra et al., 2021; Handayani, 2017). Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SDN 01 Lubuk Alung pada bulan April 2026.

Populasi merupakan siswa putra dan putri sebanyak 165 orang. Sampel penelitian digunakan *purposive sampling* (Asnaldi et al., 2023; Handayani et al., 2023). Data dalam penelitian dianalisis dengan statistik deksriptif dengan rumus persentase (Handayani et al., 2026).

Data keterampilan gerak dasar diukur dengan menggunakan instrumen *Test Gross Motor Development-2* (TGMD) yang terdiri dari keterampilan lokomotor (*run, hop, slide, jump, leap dan gallop*) dan oboek kontrol (*catch, throw, dribble, strike, roll dan kick*) (Bakhtiar, 2018)

HASIL

Keterampilan lokomotor

Tabel 1. Distribusi frekuensi data keterampilan lokomotor

Kelas Interval	FR	FA	Keterangan
> 49	0	0,0%	Sangat baik
45 - 48	12	27,9%	Baik
40 - 44	16	37,2%	Sedang
35 - 39	12	27,9%	Kurang
< 34	3	7,0%	Sangat kurang
Jumlah	43	100%	Jumlah

Sumber: data penelitian

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 43 siswa SDN 01 Lubuk Alung, keterampilan lokomotor menunjukkan variasi kemampuan yang cukup jelas. Tidak terdapat siswa pada kategori Sangat Baik. Sebanyak 12 siswa (27,9%) berada pada kategori Baik, 16 siswa (37,2%) kategori Sedang, 12 siswa (27,9%) kategori Kurang, dan 3 siswa (7%) kategori Sangat Kurang.

Untuk kemampuan yang dimiliki oleh anak untuk setiap item tes, berikut peneliti juga sudah sajikan deskripsi singkat dan gambarnya agar lebih mudah dipahami.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes berlari/*run*.



Gambar 1. Pelaksanaan *run*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor run yang dimiliki siswa adalah 7 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

Gambar di atas merupakan pelaksanaan

tes *galloping*.



Gambar 2. Pelaksanaan *gallop*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor langkah kuda yang dimiliki siswa adalah 6 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes melompat rintangan/*leap*.



Gambar 3. Pelaksanaan *leap*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor melompati rintangan yang dimiliki siswa adalah 9 dan belum mencapai nilai maksimal 10.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes loncat satu kaki/*hop*.



Gambar 4. Pelaksanaan *hop*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor melompat satu kaki yang dimiliki siswa adalah 5 dan belum mencapai nilai maksimal 6.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes lompat tanpa awalan/jump.



Gambar 5. Pelaksanaan *jump*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor lompat tanpa awalan yang dimiliki siswa adalah 6 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

Gambar di atas merupakan pelaksanaan tes *slide*.



Gambar 6. Pelaksanaan *slide*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor meluncur le samping yang dimiliki siswa telah mencapai nilai maksimal 8.

Keterampilan Objek Kontrol

Tabel 2. Distribusi frekuensi data keterampilan objek kontrol

Kelas Interval	FR	FA	Keterangan
> 49	0	0,0%	Sangat baik
45 - 48	12	27,9%	Baik
40 - 44	16	37,2%	Sedang
35 - 39	12	27,9%	Kurang
< 34	3	7,0%	Sangat kurang
Jumlah	43	100%	Jumlah

Sumber: data penelitian

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 43 siswa SDN 01 Lubuk Alung, keterampilan objek kontrol menunjukkan variasi kemampuan yang cukup signifikan. Sebanyak 3 siswa (7%) berada pada kategori Sangat Baik, 8 siswa (18,6%) kategori Baik, 15 siswa (34,9%) kategori Sedang, 13 siswa (30,2%) kategori Kurang, dan 4 siswa (9,3%) kategori Sangat Kurang. Hasil ini menunjukkan sebagian besar siswa masih berada pada tingkat penguasaan keterampilan objek kontrol kategori sedang.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes menendang/kick TGMD-2.



Gambar 7. Pelaksanaan *kick*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor menendang yang dimiliki siswa adalah 7 dan belum mencapai nilai maksimal 10.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes *throw*/melempar TGMD-2.



Gambar 8. Pelaksanaan *throw*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor melempar yang dimiliki siswa adalah 6 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes memantulkan bola basket/*dribble*.



Gambar 9. Pelaksanaan *dribble*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor memantulkan bolabasket yang dimiliki siswa adalah 7 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes memukul bola/*strike*.



Gambar 10. Pelaksanaan *strike*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor memukul bola yang dimiliki siswa adalah 8 dan belum mencapai nilai maksimal 10.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes menangkap bola/*catch*.



Gambar 11. Pelaksanaan *catch*

Sumber: Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor

menangkap bola yang dimiliki siswa adalah 5 dan belum mencapai nilai maksimal 6.

Gambar di bawah merupakan pelaksanaan tes menggelindingkan bola/*roll*.



Gambar 12. Pelaksanaan *roll*

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata skor menggelindingkan bola yang dimiliki siswa adalah 6 dan belum mencapai nilai maksimal 8.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan lokomotor siswa SDN 01 Lubuk Alung berada pada klasifikasi Sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan gerak dasar lokomotor yang cukup baik, meskipun belum mencapai tingkat perkembangan yang optimal.

Keterampilan lokomotor yang meliputi gerakan berlari (*run*), melompat (*jump*), meloncat dengan satu kaki (*hop*), melangkah jauh (*leap*), bergeser ke samping (*slide*), dan berlari dengan pola tertentu (*gallop*), merupakan bagian penting dari *fundamental motor skills* yang harus dikuasai anak sejak usia sekolah dasar.

Keterampilan lokomotor menjadi fondasi utama dalam perkembangan keterampilan motorik yang lebih kompleks, baik untuk aktivitas sehari-hari maupun kegiatan olahraga (Marta & Syahputra, 2025; Syahputra et al., 2021). Gallahue dan Ozmun dalam Bakhtiar (2018) juga menjelaskan bahwa keterampilan lokomotor merupakan

dasar penting dalam perkembangan gerak anak yang mendukung kemampuan fisik, koordinasi tubuh, serta partisipasi olahraga sepanjang hayat.

Klasifikasi Sedang yang diperoleh siswa menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar lokomotor mereka masih berada pada tahap perkembangan yang memerlukan latihan dan pembelajaran lebih lanjut. Siswa pada kategori ini umumnya telah mampu melakukan berbagai bentuk gerakan dasar, tetapi kualitas gerak yang ditampilkan masih belum stabil dari segi koordinasi, keseimbangan, ritme, dan efisiensi gerak.

Dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah dasar, keterampilan lokomotor yang belum berkembang optimal dapat memengaruhi kepercayaan diri siswa dalam mengikuti aktivitas fisik maupun olahraga. Sejalan dengan pendapat Asnaldi et al. (2020), apabila keterampilan gerak dasar tidak dikembangkan secara optimal pada masa kanak-kanak, maka akan muncul *proficiency barrier* yang dapat menghambat penguasaan keterampilan olahraga lanjutan pada tahap perkembangan berikutnya.

Selain itu, variasi skor yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kemampuan antar siswa dalam menguasai keterampilan lokomotor. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti koordinasi tubuh, kekuatan otot, keseimbangan, tingkat aktivitas fisik, serta pengalaman belajar gerak yang dimiliki masing-masing siswa. Haywood dan Getchell dalam Yuliarsih et al. (2024) menjelaskan bahwa perkembangan keterampilan motorik anak dipengaruhi oleh interaksi faktor biologis, lingkungan, dan pengalaman belajar.

Artinya, siswa yang memiliki kesempatan lebih banyak untuk bermain, berolahraga, dan melakukan aktivitas fisik cenderung menunjukkan perkembangan keterampilan

lokomotor yang lebih baik dibandingkan siswa yang kurang aktif. Lingkungan keluarga, sekolah, dan fasilitas bermain juga memiliki peran penting dalam memberikan stimulus gerak bagi anak.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pandangan bahwa keterampilan lokomotor merupakan indikator penting dalam menilai kesiapan fisik anak untuk mengikuti aktivitas olahraga dan aktivitas fisik lainnya. Marta et al. (2024) menyatakan bahwa anak yang memiliki keterampilan lokomotor baik cenderung lebih mudah beradaptasi dengan berbagai bentuk permainan dan olahraga karena telah memiliki kontrol gerak serta koordinasi tubuh yang memadai.

Dengan capaian rata-rata pada klasifikasi Sedang, siswa SDN 01 Lubuk Alung masih memerlukan program pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih intensif dan variatif, terutama dalam memberikan latihan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar.

Implikasi praktis dari hasil penelitian ini adalah perlunya guru pendidikan jasmani merancang pembelajaran yang lebih inovatif dan berorientasi pada pengembangan keterampilan lokomotor secara bertahap. Guru dapat menggunakan berbagai bentuk aktivitas seperti permainan tradisional, latihan lari dengan variasi kecepatan, permainan estafet, aktivitas melompat melalui rintangan, serta kombinasi gerakan berpindah tempat yang menyenangkan.

Pendekatan pembelajaran berbasis permainan dinilai lebih efektif untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut teori motor learning dari Schmidt dan Wrisberg dalam Nopembri et al. (2024), pengulangan gerakan dalam konteks yang bervariasi dapat memperkuat pola koordinasi motorik dan meningkatkan

penguasaan keterampilan gerak dasar.

Selain keterampilan lokomotor, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan objek kontrol siswa SDN 01 Lubuk Alung berada pada klasifikasi Sedang dengan capaian skor rata-rata sebesar 40. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan dasar dalam menguasai keterampilan objek kontrol, meskipun kemampuan tersebut masih belum optimal.

Keterampilan objek kontrol yang meliputi *strike, dribble, catch, kick, throw, dan roll* merupakan bagian integral dari fundamental motor skills yang sangat penting dalam perkembangan keterampilan olahraga anak. Menurut Gallahue dan Ozmun dalam Putri et al. (2026), keterampilan objek kontrol berfungsi sebagai fondasi utama dalam berbagai aktivitas olahraga karena melibatkan koordinasi antara penglihatan, gerakan tubuh, dan manipulasi objek.

Klasifikasi Sedang yang diperoleh siswa menunjukkan bahwa keterampilan objek kontrol mereka masih membutuhkan pembelajaran yang lebih intensif dan terarah. Siswa pada kategori ini umumnya telah mampu melakukan gerakan dasar manipulatif, namun pelaksanaannya belum maksimal dari segi ketepatan, koordinasi, kekuatan, maupun kontrol gerakan.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penguasaan keterampilan objek kontrol belum berkembang secara matang. Seefeldt dalam Afrian et al. (2025) menegaskan bahwa keterampilan dasar yang tidak dikembangkan secara optimal dapat menyebabkan *proficiency barrier*, yaitu hambatan perkembangan yang membuat anak kesulitan menguasai keterampilan olahraga yang lebih kompleks pada masa selanjutnya.

Oleh karena itu, keterampilan objek kontrol perlu mendapatkan perhatian khusus

dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Variasi skor yang ditemukan dalam penelitian ini juga mencerminkan adanya perbedaan kemampuan individu antar siswa.

Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh faktor koordinasi mata dan tangan, kekuatan otot, pengalaman motorik, serta kesempatan berlatih yang dimiliki siswa. Haywood dan Getchell dalam Bakhtiar (2018) menjelaskan bahwa perkembangan keterampilan motorik anak dipengaruhi oleh interaksi faktor biologis, lingkungan, dan pengalaman belajar.

Anak yang lebih sering bermain permainan bola, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, atau melakukan aktivitas fisik secara rutin cenderung memiliki keterampilan objek kontrol yang lebih baik dibandingkan anak yang kurang aktif.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pandangan Bakhtiar et al. (2020) yang menegaskan bahwa keterampilan objek kontrol merupakan indikator penting dalam menilai kesiapan fisik anak untuk berpartisipasi dalam aktivitas olahraga. Anak yang memiliki keterampilan objek kontrol baik akan lebih mudah mengikuti berbagai cabang olahraga seperti sepak bola, bola basket, bola voli, maupun permainan lainnya yang melibatkan manipulasi objek.

Dengan capaian rata-rata pada klasifikasi Sedang, dapat disimpulkan bahwa siswa SDN 01 Lubuk Alung masih membutuhkan program pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih variatif dan menarik, khususnya latihan yang berfokus pada keterampilan manipulatif menggunakan bola dan objek lainnya.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya guru pendidikan jasmani untuk merancang pembelajaran yang berorientasi pada peningkatan keterampilan objek kontrol secara bertahap dan berkesinambungan. Guru

dapat menerapkan berbagai bentuk latihan seperti small-sided games, aktivitas melempar dan menangkap bola dengan variasi ukuran dan jarak, latihan menggiring bola, permainan target, serta kombinasi gerakan menendang dan melempar.

Pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan akan membantu siswa lebih aktif, termotivasi, dan tidak mudah merasa bosan. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan lokomotor dan objek kontrol siswa SDN 01 Lubuk Alung masih berada pada tingkat perkembangan yang perlu ditingkatkan melalui pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih sistematis dan inovatif.

Klasifikasi Sedang yang diperoleh siswa harus dijadikan dasar evaluasi bagi guru untuk terus memperbaiki kualitas pembelajaran gerak dasar di sekolah. Pengembangan keterampilan lokomotor dan objek kontrol yang optimal akan membantu siswa meningkatkan kemampuan fisik, koordinasi gerak, serta kesiapan dalam mengikuti berbagai aktivitas olahraga.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjabaran pada BAB IV di atas didapatkan bahwa secara garis besar, hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa SDN 01 Lubuk Alung berada pada klasifikasi Sedang dengan rata-rata nilai 81 poin.

Keterampilan lokomotor siswa SDN 01 Lubuk Alung berada pada klasifikasi Sedang dengan rata-rata 41 poin, menunjukkan kemampuan gerak dasar moderat yang memerlukan peningkatan melalui pembelajaran jasmani terstruktur.

Keterampilan objek kontrol siswa SDN 01 Lubuk Alung berada pada klasifikasi Sedang dengan rata-rata 40 poin, menandakan penguasaan manipulasi objek dasar cukup baik namun masih perlu pengembangan

sistematis.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrian, H., Syahputra, R., Putri, L. P., Naldi, J., & Bakhtiar, S. (2025). Level Kemampuan Berlari: Indikator Fundamental Kesiapan Motorik dan Penguasaan Gerak Spesifik Olahraga. *Borneo Physical Education Journal*, 6(2).
- Asnaldi, A. (2026). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Karate Kumite Junior Putra Dojo FORKI Kota Sungai Penuh. *Jurnal JPDO*, 9(1), 313-322.
- Asnaldi, A., Febriani, R., & Deswandi, D. (2023). Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Kemampuan Gyaku Zuki Dalam Kumite Karate-Ka Dojo Tiger Karate Camp Kota Padang. *Sport Science*, 23(1), 41-51.
- Asnaldi, A., Yelis, R., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2020, August). The Differences of Ability in the Level of Development on Control Objects of Early Childhood Education Students in Pariaman City and Padang Panjang City. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 97-100). Atlantis Press.
- Bakhtiar, S., Famelia, R., Syahputra, R., Oktavianus, I., & Goodway, J. (2020, August). Developing a motor skill-based curriculum for preschools and kindergartens as a preventive plan for children with obesity in Indonesia. In *1st progress in social science, humanities and education research symposium (PSSHERS 2019)* (pp. 276-280). Atlantis Press.
- Bakhtiar, S. (2018). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press
- 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.
- Handayani, S. G., Oktaviani, R., Komaini, A., Sepriadi, S., & Andika, H. (2026). Pengaruh Model Pembelajaran PJBL Terhadap Hasil Belajar Berguling Belakang pada Peserta Didik. *Sporta Sainatika*, 11(1), 164-174.
- Handayani, S. G., Komaini, A., Callixte, C., Lesmana, H. S., & Dafun Jr, P. B. (2023). The effect of the teaching game approach in the gymnastics learning process to improve roll forward. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 9(1), 125-134.
- Handayani, S. G. (2017). Tinjauan Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai PT. Semen Padang. *Sporta Sainatika*, 2(2), 310-316.
- 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
- Marta, I. A., Syafnita, T., Suriani, A., Hachi, I., Rosalina, V., Wisma, N., ... & Nopembri, S. (2026). Analysis of motor competence in elementary school students aged 7 to 12 years: comparison between students in the highlands and lowlands in Indonesia. *Retos*, 78, 909-918.
- Marta, I. A., & Syahputra, R. (2025). Studi Deskriptif Fundamental Motor Skills: Analisis Keterampilan Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Baringin Kabupaten Tanah Datar. *Borneo Physical Education Journal*, 6(2).
- Marta, I. A. (2025). Profil Keterampilan Lokomotor Siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal JPDO*, 8(9), 9-2026.
- Nopembri, S., Shahril, M. I. B., & Marta, I. A. (2024). Students' performance level, teachers' mastery of materials, and implementation of fundamental motor skills: A sequential explanatory mixed-method study. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(6), 1487-1498.
- Putri, L. P., Syahputra, R., Afrian, H., Naldi, J., & Bakhtiar, S. (2026). Assessing Fundamental Motor Skills And Sex Across Different Age Groups Of Elementary School-Aged Children. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(1), 27-38.
- Putri, M., Bakhtiar, S., Bafirman, B., Ihsan, N., & Putri, L. P. (2024). The role of learning strategies on object control skills is reviewed from coordination in children. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 10(1), 139-156.
- Syahputra, R., Afrian, H., Naldi, J., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2025). Profil dan Perbandingan Profil FMS Berdasarkan Usia Siswi SD di Kota Padang. *Borneo Physical Education Journal*, 6(2).
- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Marta, I. A., & Putri, L. P. (2021). The Profile of Students' Locomotor Skills Level in Elementary School. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 138.
- Yuliarsih, T., Santosa, S., & Mutiansi, D. (2024). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar, Pada Fisik-Motorik, Kognitif, Bahasa, Dan
- Zafitra, Z. A., Marta, I. A., Bakhtiar, S., & Handayani, S. G. (2025). An Analyzing Locomotor Skill Profiles of Elementary Students. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 396-405.