



Hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes

Muhammad Wahyu Saputra, Kamal Firdaus

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

wahyusaputra@gmail.com

Kata Kunci: Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor, Hasil Belajar Penjas

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan perhatian masyarakat tentang kebutuhan jasmaninya sendiri dan mengetahui hubungan gerak dasar lokomotor dengan hasil belajar siswa SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi menggunakan metode survei dengan tes dan dokumentasi, instrumen Gerak Dasar Lokomotor dengan menggunakan tes TGMD 2, umur 7–10 tahun, sedangkan hasil belajar penjasorkes dilihat dari nilai rapor semester genap. Subjek penelitian yang digunakan adalah siswa Putra kelas II dan Kelas III SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung, Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 24 anak. Teknik analisis data menggunakan korelasi product moment pada taraf signifikansi 0,05 atau 5 %. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara keterampilan gerak dasar lokomotor dengan hasil belajar penjasorkes siswa kelas II dan III SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung, Kabupaten Dharmasraya

Keywords: *Locomotor Basic Motion skills, Physical Learning Outcomes*

Abstract: *The purpose of this research is to increase the public's attention about its own physical needs and to know the basic movement of locomotor with the learning outcomes of elementary School students 09 Pulau Punjung. This research is a correlation study using a survey method with tests and documentation, Locomotor Basic motion instrument using TGMD 2 test, age 7–10 years, while the study of the classification is seen from the value of even semester player ratings. The research subject used is the student of grade II and class III Elementary School of Primary 09 Pulau Punjung subdistrict, Dharmasraya district, which amounted to 24 children. The data analysis technique uses the product moment correlation at a signification level of 0.05 or 5%. The results showed there was a significant link between the locomotor basic motion skills with the learning outcomes of grade II students and III Elementary School 09 Sub-district of Pulau Punjung, Dharmasraya Regency.*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang di perlkan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. (UU No.

20 Tahun 2003 Pasal 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional). Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana. dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Melalui sekolah, siswa belajar pengetahuan dan pengalaman yang sifatnya merubah tingkah laku siswa kearah lebih baik. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah berkewajiban mengembangkan

potensi siswa secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang.

Menurut Firdaus. K (2011) Pengembangan Keolahragaan dalam tatanan sistem keolahragaan nasional dikembangkan melalui tiga pilar yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan yang dilaksanakan baik pada jalur formal maupun non formal melalui kegiatan intra dan atau ekstrakurikuler. Olahraga rekreasi merupakan olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan kesadaran masyarakat untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, kesenangan dan hubungan sosial, sedangkan olahraga prestasi dikhususkan untuk pencapaian prestasi baik dalam kejuaraan tingkat daerah, nasional, regional maupun internasional.

Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yang ada sekarang memiliki ciri-ciri yang terdiri atas keterampilan teknik dasar beberapa cabang olahraga. Keterampilan teknik dasar olahraga ini, akan dapat dikuasai bila sebelumnya menguasai keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar itu dapat dibagi menjadi beberapa kategori meliputi tiga macam, yaitu: lokomotor, non lokomotor, dan manipulasi.

Menurut Johor. Z (2019) Kemampuan motorik seseorang dapat ditinjau atas dua aspek, yaitu (a) kemampuan gerak perseptual (*perceptual motor ability*), dan (b) kemampuan ketangkasan fisik (*physical proficiency abilities*).

Gerak dasar (*fundamental motor skill*) yang diupayakan pembelajarannya melalui pendidikan jasmani adalah keterampilan yang membentuk dasar dari gerakan manusia. Kemampuan gerak dalam keterampilan gerak dasar (*fundamental motor skill*) menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata tangan dan mata-kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual. Untuk anak bisa belajar bergerak, mereka mesti

mengenal keterampilan gerak dasar, apabila seorang anak tidak dapat menguasai gerak dasar dengan baik maka dikemudian hari akan mengalami hambatan dalam mempelajari gerakan yang lebih sulit. Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah “jalan, lari, lompat dan lempar” Syahara (2011). Bentuk gerakan dasar tersebut telah dimiliki oleh murid-murid sekolah dasar. Gerak dasar jalan, lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar (SD) disamping gerak dasar lainnya, Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu yang domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*). Gerak dasar lokomotor merupakan dasar dari macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan baik dan benar.

Arie Asnaldi (2018) hasil belajar siswa tentu akan lebih baik, apabila di dukung oleh faktor kemampuan motorik yang dimiliki siswa. Sehingga dengan kemampuan motorik yang baik, mereka akan mudah melakukan keterampilan jasmani, olahraga yang merupakan materi dalam pembelajaran penjasorkes.

Gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya. Para siswa sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor. Pada umumnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah didasarkan pada keterampilan yang sebenarnya atau menggunakan peralatan sebenarnya. Dari pembelajaran keterampilan tersebut, ternyata siswa sekolah dasar mengalami kendala atau kesulitan, karena pada masa kanak-kanak kemampuan gerak lokomotor baru berkembang, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dilaksanakan secara maksimal.

Menurut Asnaldi. A, dkk (2018) Mengajar sering diistilahkan dengan pembelajaran dalam konteks standar proses pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya sekedar menyampaikan materi pelajaran, tetapi juga dimaknai sebagai proses mengatur lingkungan supaya siswa belajar. Prestasi siswa dapat di ketahui jika dilakukan suatu evaluasi nilai rapor. Nilai rapor mencakup semua nilai mata pelajaran yang diajarkan dalam periode tertentu.

Hasil dari pencapaian belajar tidak lepas dari proses belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar. Ada dua faktor yang mempengaruhi proses belajar yaitu : faktor yang datang dari individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar individu (eksternal). Faktor yang berasal dari individu (internal) meliputi : (1) faktor jasmaniah, (2) faktor kesehatan, (3) faktor cacat tubuh, (4) faktor kelelahan, dan (5) faktor psikologi. Adapun faktor yang berasal dari luar individu (eksternal) meliputi: (1) faktor keluarga, (2) faktor sekolah, dan (3) masyarakat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap guru penjasorkes di SD Negeri 09 Pulau Punjung didapati bahwa proses pembelajaran dibagi menjadi beberapa di antaranya: senam, olahraga permainan, dan olahraga kelompok.

Meskipun demikian tidak semua aktivitas penjasorkes berjalan dengan baik karena ada kendala dalam peralatan dan lahan pembelajaran.

Dari hasil observasi peneliti juga menemukan bahwa di SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung, penulis melihat hasil nilai ulangan penjas diketahui banyak siswa yang belum mencapai KKM dan ada beberapa siswa yg hanya mencapai nilai KKM 75, sehingga siswa yang belum mencapai KKM tersebut harus diadakan remedy. Dengan memperhatikan uraian diatas dapat di ketahui Gerak Dasar Lokomotor sangat penting untuk mendukung belajar siswa, tetapi sampai saat ini di SD Negeri 09 Pulau Punjung belum pernah diadakan penelitian tentang hubungan gerak dasar lokomotor dengan

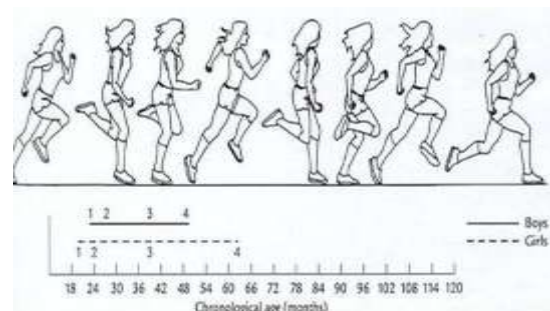
hasil belajar siswa, Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis memberanikan diri untuk mengadakan penelitian dengan judul, “Hubungan Gerak dasar lokomotor terhadap Hasil belajar siswa SD Negeri 09 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya”.

METODE

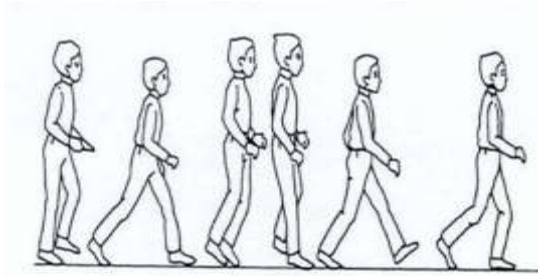
Jenis penelitian ini adalah korelasional untuk melihat hubungan antara variabel bebas Keterampilan gerak dasar lokomotor dengan variabel terikat hasil belajar penjasorkes. Populasi berjumlah 155 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan purposive sampling dengan pertimbangan hanya menjadikan siswa laki-laki dengan usia 7-10 tahun, sehingga sampel berjumlah 24 orang.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini tes untuk mengevaluasi kemampuan gerak dasar (Test of Gross Motor Skill-TGMD), yang merupakan edisi kedua. TGMD-2 merupakan sebuah tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan gerak kasar individu, yang berkembang semenjak dini. TGMD-2 menguji 12 keterampilan gerak dasar yang yang dibagi ke dalam dua subtes, yaitu lokomotor dan objek kontrol. Keterampilan lokomotor adalah keterampilan yang memerlukan gerak cepat tubuh saat bergerak dari satu arah ke arah lain. Keterampilan lokomotor terdiri dari berikut ini.

- 1) Lari-melangkah dengan cepat, sampai terdapat gerakan dimana kedua kaki melayang sebentar di udara.



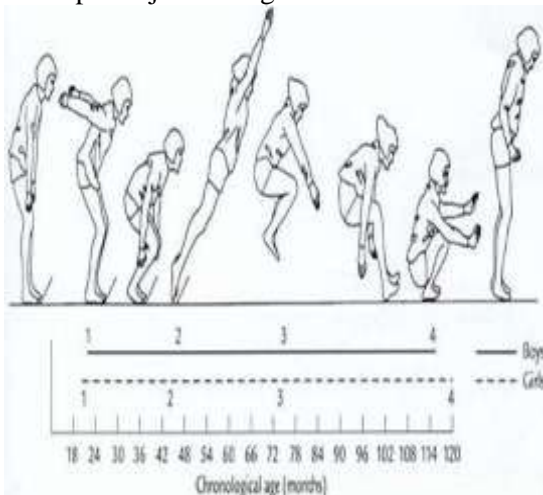
- 2) Gallop-melakukan langkah kuda dengan cepat.



- 3) Hop–melompat dalam jarak minimum pada setiap kaki.
- 4) Leap–melaksanakan keterampilan terkait dengan melompati objek dengan satu kaki.



- 5) Horizontal jump–melakukan lompatan horizontal dari posisi berdiri ke arah depan sejauh mungkin.



- 6) Slide–gerakan menyamping pada suatu garis lurus dari satu titik ke titik lainnya.

Teknik analisis data menggunakan uji korelasi sederhana dan dilanjutkan

dengan uji signifikansi korelasi dengan menggunakan rumus uji t.

HASIL

1. Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor

Berdasarkan hasil data TGMD-2 dari 24 siswa yang menjadi sampel di peroleh rerata hitung (mean) = 31.96, standar deviasi = 8.51, nilai minimum = 16 dan maksimum = 48. Dari 24 Siswa yang menjadi Sampel Penelitian dapat di peroleh data Frekuensi gerak dasar Lokomotor yang kelas Intervalnya (16-21) sebanyak 2 orang dengan Persentasi Frekuensi (8%), (22-27) sebanyak 5 orang dengan Persentasi Frekuensi (21%), (28-33) sebanyak 7 orang dengan Persentasi Frekuensi (29%), (34-39) sebanyak 5 orang dengan Persentasi Frekuensi (21%) , (40-45) sebanyak 4 orang dengan Prsenasi Frekuensi (17%), (45-51) sebanyak 1 orang dengan Persentasi Frekuensi (4%). Untuk lebih jelasnya distribusi frekuensi Gerak Dasar Lokomotor disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Distribusi Gerak Dasar Lokomotor

Kelas Interval	Fa	Fr%
16 – 21	2	8
22 – 27	5	21
28 – 33	7	29
34 – 39	5	21
40 – 45	4	17
46 – 51	1	4
Jumlah (Σ)	24	100

2. Hasil Belajar Penjas Siswa SD Negeri 09 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya

Berdasarkan hasil penelitian dari 24 anak diperoleh statistik penelitian untuk Hasil Belajar PJOK Kelas II dan III SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung, Kabupaten Dharmasraya ,yaitu : rerata hitung (mean) = 86.29, standar deviasi = 5.30, nilai minimum = 77 dan maksimum = 98. Dari 24 siswa yang menjadi Sampel dalam

Penelitian dapat di peroleh angka Frekuensi Hasil Belajar PJOK siswa SD Negeri 09 sebagai berikut, yang kelas Interval (77-80) di peroleh 4 orang siswa dengan Persentasi Frekuensi (16.67%) , (81-84) sebanyak 3 orang Persentasi Frekuensi (12.50%) , (85-88) sebanak 9 orang dengan Persentasi Frekuensi (37.50), (89-92) sebanyak 6 orang dengan Persentasi Frekuensi (25 %), (93-96) Sebanyak 1 orang denan persentasi Frekuensi (4.17%), dan (97 >) sebanyak 1 orang dengan persentasi frekuensi (4.17%) Untuk lebih jelasnya dapat di lihat pada Tabel Deskripsi penelitian Hasil Belajar PJOK siswa disajikan :

Tabel 2. Hasil Uji Distribusi Frekuensi Nilai Belajar PJOK

Kelas Interval	Fa	Fr%
77-80	4	16.67
81-84	3	12.5
85-88	9	37.5
89-92	6	25
93-96	1	4.17
97 >	1	4.17
JUMLAH (Σ)	24	100

1. Pengujian Persyaratan Analisis

1) Uji Normalitas

Tujuan uji Normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari tiap - tiap Variabel yang dianalisis sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Uji variabel dilakukan dengan menggunakan rumus kolmogrov sminov. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu sebaran adalah $L_0 > 0.05$ sebaran dinyatakan normal, begitu sebaliknya jika $L_0 < 0.05$ maka sebaran di nyatakan tidak normal. Dibawah ini adalah rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada table:

Tabel 3. Uji Normalitas Data Penelitian

Data	Variabel	L_0	L_{tabel}	Ket
PA	Gerak Dasar Lokomotor	0.091	0.173	Normal
	Nilai PJOK Siswa	0.117	0.173	Normal

Dari tabel tersebut, menunjukkan bahwa nilai *signifikansi* adalah lebih besar dari 0.05, jadi data tersebut berdistribusi normal.

2) Uji Linearitas

Pengujian ini dilakukan melalui uji F. Hubungan antara variabel X dengan Y dinyatakan linear apabila nilai F hitung $<$ F tabel dengan taraf signifikansi 5%, Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Hubungan Fungsional	F_{hitung}	F_{tabel}	Keterangan
X.Y	0.39	2.7	Normal

Dari tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa variabel bebas dan variabel terikat dinyatakan linear yang memiliki varian yang homogen, dengan nilai f hit (0.39) $<$ f tab (2.70)

4. Uji Hipotesis

Analisis data penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis terdiri atas analisis korelasi sederhana dan ganda. Untuk memperjelas hubungan variabel bebas dan variabel terikat maka dilakukan analisis dan hasilnya sebagai berikut

Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan yang signifikan anatarai Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes di SD Negeri 09 Pulau Punjung Kabupaten dharma sraya” hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Pengujian Hipotesis

Variabel	r hitung	r tabel	Keterangan
Nilai PJOK siswa (X)	0.456	0.404	Signifikansi
Gerak Dasar Lokomotor (Y)			

Berdasarkan hasil analisis diatas diperoleh koefisien korelasi hubungan keterampilan gerak dasar lokomotor dengan hasil Belajar Penjasorkes sebesar 0.456 dan didapatkan nilai dari r tabel sebesar 0.404, r hit 0.456 >

r tab 0.404, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes di SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, Berdasarkan Gambar dan Tabel penelitian di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar di Sekolah tersebut.

Dari hasil Test TGMD 2 yang di laksanakan terlihat bahwa Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor, siswa memperoleh nilai rata-rata sebesar 31.96 dengan nilai maksimal 48 dan minimal 16, yang berarti nilai TGMD-2 yang di dapat rata-rata siswa di kategorikan sedang, terlihat dari besar persentasi frekuensi siswa yang mendapat nilai dengan kelas interval (28-33) sebanyak 7 orang dari 24 siswa yang menjadi sampel yang berarti Persentasi Frekuensi nya (29%).

Sedangkan Nilai Hasil Belajar Penjasorkes Siswa yang di peroleh berdasarkan nilai Rapor rata rata nilai yang di dapat 86,29 dengan Nilai Minimal sebesar 77 dan maksimal 98 yang termasuk dalam kategori sedang terlihat dari persentasi frekuensi siswa yang memperoleh nilai dengan kelas interfal (85-88) sebanyak 37.5%.

Berdasarkan perhitungan yang di peroleh r hit (0.456) > r tab (0.404) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Dengan Hasil Belalajar Siswa SD Negeri 09 Pulau Punjung. Nilai korelasi pada hubungan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes adalah positif, Artinya semakin tinggi nilai Gerak Dasar Lokomotor maka Prestasi Belajar akan semakin baik. Prestasi Belajar merupakan tingkat penguasaan siswa terhadap suatu mata pelajaran setelah melakukan proses belajar dan dinyatakan dalam nilai test. Pencapaian prestasi akademik yang baik

akan sangat didukung oleh beberapa faktor, salah satunya dalam hal ini adalah kemampuan gerak dasar lokomotor.

Dari hasil di atas dapat diartikan bahwa Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor berhubungan dengan kondisi fisik serta kemampuan fisik seseorang. Gerak dasar (fundamental motor skill) yang diupayakan pembelajarannya melalui pendidikan jasmani menurut Pangrazi dalam Bakhtiar (2015) adalah “keterampilan yang membentuk dasar dari gerakan manusia”. Kemampuan gerak dalam keterampilan gerak dasar (fundamental motor skill) menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata tangan dan mata-kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual.

Dalam hal ini hubungan keterampilan gerak dasar lokomotor dengan hasil belajar pendidikan jasmani merupakan hubungan tidak langsung, artinya dengan kemampuan gerak dasar lokomotor yang baik siswa dapat dengan baik melakukan aktivitas jasmani, dengan demikian akan mendukung pencapaian prestasi akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kemampuan gerak dasar lokomotor dengan hasil belajar penjasorkes. Artinya ada hubungan yang signifikan antara kemampuan gerak dasar lokomotor dengan hasil belajar penjasorkes. Dari Kofisiensi antara Fariabel bebas dengan Fariabel terikat diperoleh koefisien korelasi hubungan keterampilan gerak dasar lokomotor dengan hasil Belajar Penjasorkes didapatkan nilai dari r hit lebih besar dari r tab, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi.A, dkk. 2019. 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* Vol. 3 No. 2: 16-27
- Gusril.2015. Perkembangan Motorik pada Masa Anak-Anak. Padang: UNP Press.
- Johor.Zainul. 2019. Pengaruh Metode Dan Kemampuan Motorik Terhadap Keterampilan Jurus Tunggal Pencak Silat. *Jurnal Menssana* Vol 4 No.1: 76-89.
- Mutohir, T Cholik & Gusril. 2005. Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak. Jakarta PPKKO, Dirjen Olahraga, Depdiknas.
- Syahrial, Bakhtiar. 2015. Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. Padang: UNP Press.
- Undang-undang RI No 03. 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Yogyakarta : Pustaka Yudisti.
- Wahjoedi. 2001. Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.