

## UPAYA MENINGKATKAN *BASIC MOVEMENT* MELALUI METODE BERMAIN PADA SISWA SD N NGARAN 1 TAHUN 2017/2018

**Danang Prama Dhani**

(Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa)  
[danangpramadhani1989@untirta.ac.id](mailto:danangpramadhani1989@untirta.ac.id)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *basic movement* melalui metode bermain pada siswa SD N Ngaran Tahun Pelajaran 2017/2018.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus, yang terbagi atas perencanaan kemudian dilanjutkan pelaksanaan tindakan, kemudian dilanjutkan observasi, dan terakhir adalah refleksi. Subyek penelitian merupakan siswa kelas III SD N Ngaran Tahun Pelajaran 2017/2018, yang berjumlah 20 siswa dan terbagi atas 7 putra, 13 putri..

Sumber data penelitian adalah guru maupun siswa, dengan melakukan observasi serta penilaian hasil belajar *Basic movement* Anak sebagai pengumpulan datanya. Analisis data menggunakan analisis kualitatif dengan prosentase.

Hasil penelitian menyatakan melalui metode bermain, Ketrampilan *Basic movement* Anak dari tiap siklus mengalami peningkatan yang baik. Data pra siklus menunjukkan kurangnya kemampuan *basic movement* anak usia mereka. Kemudian pada data siklus I mengalami peningkatan kelulusan sebesar 15% dan bertambah kembali sebesar 20% saat siklus II.

Simpulan penelitian ini adalah metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar Ketrampilan *Basic Movement* Anak SD N Ngaran Tahun Pelajaran 2017/2018 khususnya pada anak kelas III.

**Kata kunci:** Hasil belajar, *basic movement*, pendekatan bermain

### PENDAHULUAN

Pada masa sekolah dasar, kemampuan motorik dasar menjadi fokus utama dan dianggap menjadi hal terpenting dalam fase mereka saat ini. Pembelajaran pada anak-anak sekolah dasar tentu sangat mengutamakan perkembangan kemampuan dari *basic movement* dibandingkan prestasi dalam olahraga itu sendiri. Kesempurnaan *basic movement* melompat, menangkap, berlari melempar menjadi bagian penting

alan *basic movement* anak-anak difase pertumbuhan mereka saat ini. Hal ini digunakan untuk menyiapkan anak-anak dimasa depannya dimana dalam kegiatan sehari-hari nantinya sangat didominasi pada kegiatan manusia yang berkuat dengan *basic movement* melompat, menangkap, berlari melempar itu sendiri.

Untuk beberapa sekolah terkadang pengajaran *basic movement* ini sangat terbatas pada adanya alat-alat yang

baik, serta aman sehingga pembelajaran sulit dilakukan. Kemampuan SDM dari guru terutama guru penjas yang dituntut untuk selalu kreatif dalam pengajarannya, terkadang juga menjadi permasalahan yang sulit diatasi dan memperburuk keadaan. Fasilitas dan dukungan dari pihak sekolah di beberapa daerah terutama daerah terpencil terhadap mata pelajaran penjas pun perlu menjadi sorotan yang perlu diperhatikan di negeri ini.

Dalam pembelajaran Penjasorkes di tingkat sekolah dasar khususnya SD N Ngaran, seringkali anak-anak diajarkan dengan materi bermain yang tidak lengkap, seperti hanya mengedepankan materi berlari dan melompat saja, sedangkan komponen *basic movement* yang lain tidak diberikan dikarenakan mempertimbangkan sarana prasarana dan lokasi sekolah yang dirasa kurang aman untuk pemberian materi yang direncanakan pada buku panduan. Untuk itulah guru sebagai penanggung jawab pembelajaran harus berupaya memutar otak dengan membuat sesuatu yang kreatif guna menggantikan materi yang ada tanpa membuang inti dari materi, sehingga tujuan pembelajaran yang diharapkan oleh pihak sekolah dapat terlaksana. Namun kreatifitas guru terkadang terkenal oleh dukungan dari pihak sekolah.

Keadaan ini diperburuk dengan kurikulum sekolah yang selalu saja berubah dalam beberapa tahun ini. Membuat pembelajaran *basic movement* menjadi dilupakan oleh pihak-pihak sekolah maupun wali murid. Kebanyakan anak-anak dianggap menjadi anak pintar jika mampu menghafal isi materi dalam buku, sehingga pada fase anak-anak ini, waktu untuk bermain menjadi sangat kurang. Anak-anak membawa beberapa buku tebal dan berat dalam tas mereka yang berpotensi

merusak pertumbuhan mereka, hilangnya waktu bermain disekolah berkurang, sehingga harapan bermain dan menembangkan kemampuan *basic movement* anak-anak hanya pada saat mata pelajaran olahraga saja. Bermain harus selalu dianggap sebagai bagian penting dari anak pada pendidikan awal. Fase bermain dapat mengembangkan ketrampilan pada anak-anak khususnya motoriknya, serta mengajarkan cara-cara hubungan sosial maupun etika dilingkungkannya. Pembelajaran dapat melalui Permainan-permainan sederhana menggunakan air maupun pasir dapat menjadi pembelajaran yang berharga.

Dalam materi yang sudah diajarkan pada penjaskes yang sudah terlaksana sampai saat ini penyampaian materi *basic movement* masih sangat terbatas dalam pelaksanaannya karena fasilitas yang dimiliki pihak sekolah serta adanya pandangan bahwa olahraga tidak terlalu menjadi materi yang diutamakan dalam kelas. Hal ini menjadikan ketrampilan dasar anak-anak disana masih tergolong rendah pada usia mereka. Terlihat pada respon barang yang dilempar seperti bola, reaksi ketakutan yang berlebih hingga keputusan menghindar sangat mendominasi kelas ini. Selain itu kontrol lemparan yang rendah membuat *basic movement* sangat terlihat belum terolah. Bukan tanpa sebab namun kondisi alat untuk pembelajaran juga terlihat sudah usang dan dipertanyakan keamanannya.

Dari beberapa pengalaman yang ada yang dapat dilihat pada jurnal-jurnal yang telah terbit, masalah yang terjadi disana mungkin saja bisa sedikit teratasi dengan adanya metode bermain dan bantuan-bantuan alat yang diharapkan dapat memberikan stimulus-stimulus dalam pembelajaran sehingga terjadi peningkatan

ketrampilan *basic movement* meskipun dibatasi oleh waktu karena berkaitan dengan kurikulum sekolah.

Pemilihan judul penelitian, ” Upaya Meningkatkan *Basic movement* Melalui metode Bermain Pada Siswa SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018” dirasa menjadi judul yang tepat jika meninjau latar belakan permasalahan yang sudah disampaikan sebelumnya.

Selain itu dari judul yang telah disusun dapat dilihat rumusan masalah terhadap penelitian ini adalah :

Bagaimanakah Metode bermain dapat Meningkatkan Ketrampilan *Basic movement* Pada Siswa SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018?

Definisi Operasional Variable dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hasil Belajar Ketrampilan *Basic movement* Anak adalah hasil terhadap penilaian test belajar akhir pembelajaran yang sudah disusun dan direncanan sesuai pertimbangan sisi kognitif, psikomotor, dan afektif.
2. Metode bermain merupakan bentuk metode pembelajaran yang disapaikan slama pembelajaran menggunakan materi-materi yang dikemas dalam bentuk permainan.

Dari hasi rumusan masalah yang ada, maka tujuan penelitian ini ialah untuk meningkatkan ketrampilan *basic movement* anak melalui metode bermain Pada Siswa SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018.

Dalam penelitian ini terdapat tiga sisi manfaat yang berbeda bagi siswa, bagi guru, maupun bagi peneliti itu sendiri, dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. Manfaat Bagi Siswa

Diharapkan adanya peningkatan kemampuan *basic movement* anak-anak didik dan membuat anak-anak makin terpacu untuk berprestasi dan mengikuti pembelajaran.

- b. Manfaat Bagi Guru

Dengan adanya penelitian terkait *basic movement* anak seperti ini, maka guru dapat menambah referensi pendekatan model pembelajaran yang ada, yang dapat mendukung hasil belajar nantinya.

- c. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan data efektifitas dari pemberian metode bermain dengan waktu yang dibatasi oleh kurikulum Pada Siswa SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018, yang diharapkan dapat memberikan dampak yang sama jika dilaksanakan dikelas maupun sekolah yang lain yang memiliki kendala yang sama.

## METODE PENELITIAN

Teknik analisis dalam penelitian tindakan kelas berikut ini disebut deskriptif kuantitatif, dikarenakan sebagian besar dari data yang dikumpulkan dari uraian yang bersifat deskriptif dengan keiku sertaan dari siswa dalam pembelajaran *basic movement* yang menjadi sasaran penelitiannya. Terdapat 2 macam jenis data yang diambil, yaitu:

1. Kemampuan *basic movement* anak yang dimasukkan dalam ranah afektif, psikomotor dan kognitif.
2. Hasil belajar *basic movement* anak diambil dari total penjumlahan afektif, psikomotor dan kognitif. Yang kemudian dimasukkan dalam kategori tuntas maupun tidak tuntas sesuai KKM sekolah.

Tes dan observasi dipilih karena paling memungkinkan dilakukan dalam ranah penelitian ini, penjabarannya sebagai berikut:

1. Tes tulis : digunakan untuk mengukur aspek kognitif dari siswa
2. Tes praktek : digunakan untuk mengukur aspek psikomotor ketrampilan *basic movement* dari siswa
3. Observasi : digunakan untuk mengukur aspek afektif dari siswa

Lebih jauh penjelasan akan alat pengumpulan data adalah sebagai berikut:

No	Jenis Data	Sumber Data	Teknik Pengumpulan	Instrument
1	Hasil belajar siswa	Siswa	Psikomotor Kognitif Afektif	test praktek pengukuran <i>basic movement</i> anak, sesuai dengan rubrik penilaian pada RPP Soal tes, sesuai dengan rubrik penilaian pada RPP  Observasi: sesuai rubrik penilaian pada RPP

Pengambilan data afektif psikomotor dan afektif dilaksanakan penelitian

berlangsung sesuai pada rencana pembelajaran yang sudah disusun, dengan memperhatikan prosedur penelitian. Kemudian dengan memperhatikan hasil yang diperoleh maka ditentukan pula banyaknya tindakan yang dirasa diperlukan untuk keberhasilan penelitian ini.

Mulai dari tahap orientasi hingga penyusunan siklus pertama serta refleksi penyempurnaan pada siklus berikutnya dilakukan selalu dengan kolaborasi bersama guru kelas sebagai penanggung jawab siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

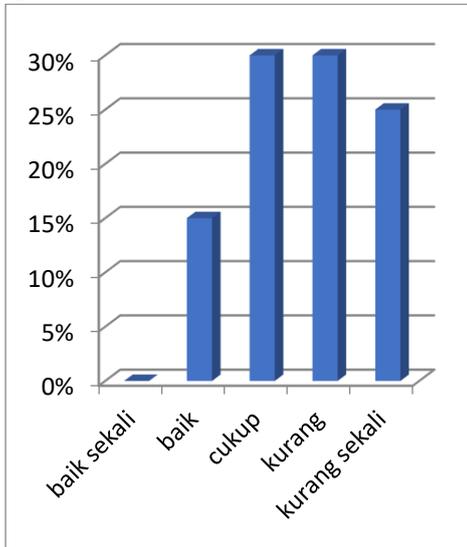
#### Pra Siklus

Setelah dilakukan observasi secara mendalam dilapangan untuk mengetahui data awal kondisi kelas diperoleh hasil observasi berupa:

1. Peran siswa yang masih kurang, dimana siswa hanya menjadi objek belajar sehingga peran aktif tidak terlihat, dan partisipasi siswa tidak terlihat secara penuh dalam berlansungnya proses pembelajaran.
2. Hasil pengambilan data pada kondisi awal siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 kurang menguasai *basic movement* anak dengan baik dan benar dengan deskripsi data adalah hanya 9 anak dari 20 siswa yang dinyatakan tuntas atau 45% yang tuntas, sisanya 55% atau 11 siswa lainnya tidak tuntas. Dengan ketentuan siswa akan dinyatakan tuntas jika mencapai skor 75 keatas sebaai batas KKM sekolah.

3. Kurangnya kreatifitas guru menghadapi karakter kelas yang baru.

Dalam grafik dapat dilihat keadaan kondisi awal pada siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 sebagai berikut.



Gambar 4. Data Awal anak kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018

Tabel 1. Deskripsi data awal kemampuan anak kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 (pra siklus).

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>94	Baik Sekali	Tuntas	0	0%
85 – 94	Baik	Tuntas	3	15%
75 – 84	Cukup	Tuntas	6	30%
65 – 74	kurang	Tidak Tuntas	6	30%

< 65	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	5	25%
Jumlah			20	100%

### Siklus 1

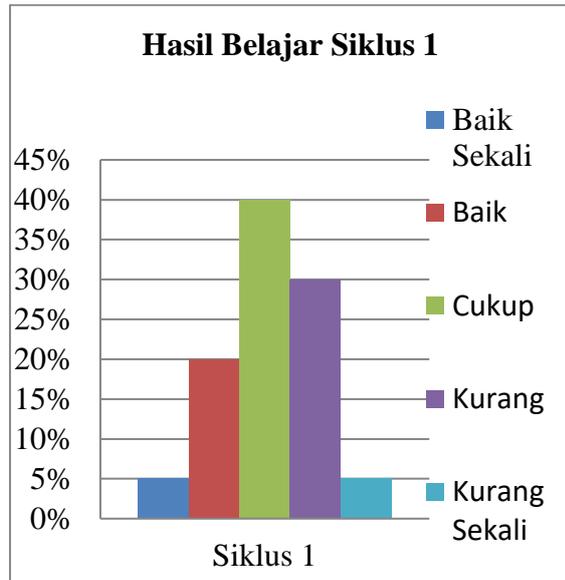
Pada siklus ini diambil data penelitian berupa keseluruhan test psikomotor,afektif dan kognitif yang kemudian akan dijumlahkan dan hasil akhir dari test tersebut dapat disajikan dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Belajar Anak kemampuan anak kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 Siklus I

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>94	Baik Sekali	Tuntas	1	5%
85 – 94	Baik	Tuntas	4	20%
75 – 84	Cukup	Tuntas	8	40%
65 – 74	Kurang	Tidak Tuntas	6	30%
< 65	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	1	5%
Jumlah			20	100%

Dari data diketahui bahwa target masih kurang bisa dipenuhi akibat tingkat kelulusan masih 65 % sedangkan diharuskan target nya ialah  $\geq 75\%$  siswa harus tuntas.

Dalam diagram dapat disajikan sebagai berikut:



Gambar 5. Hasil Belajar Anak Siklus 1

Berdasarkan hasil diskripsi data awal, prestasi belajar Siswa kelas SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 setelah diberikan Tidakan I adalah; Baik sekali dengan prosentase 5%, Baik dengan prosentase 20%, Cukup dengan prosentase 40%, Kurang dengan prosentase 30% dan kurang sekali 5 %.

**Siklus 2**

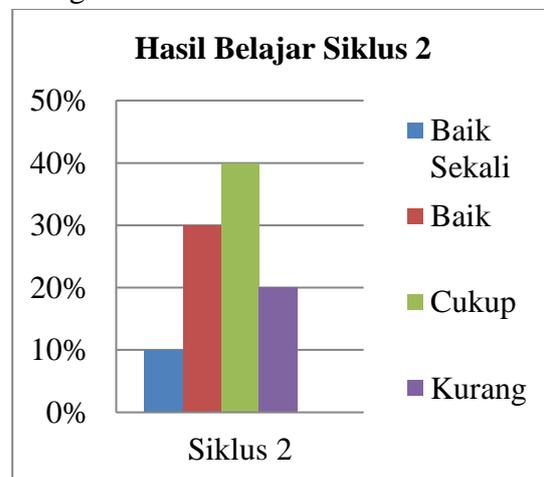
Seperti siklus sebelumnya, pada siklus ini juga diambil penilaian yang sama dengan hasil deskripsi pengambilan nilai Siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Data Hasil Belajar Anak kemampuan anak kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>94	Baik Sekali	Tuntas	2	10%

85 – 94	Baik	Tuntas	6	30%
75 – 84	Cukup	Tuntas	8	40%
65 – 74	kurang	Tidak Tuntas	4	20%
< 65	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	0	0%
Jumlah			20	100%

Dari data diketahui bahwa target masih sudah bisa dipenuhi karena tingkat kelulusan masih 80 % sedangkan diharuskan taget nya ialah  $\geq 75\%$  siswa harus tuntas berarti target pembelajaran peningkatan ketrampilan *basic movement* anak, sehingga tidak diperlukan siklus berikutnya. Dalam diagram dapat disajikan sebagai berikut:



Gambar 6. Hasil Belajar Anak Siklus 2

Berdasarkan hasil diskripsi diagram, prestasi belajar Siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 setelah diberikan Tidakan II adalah; baik sekali dengan prosentase 10%, Baik dengan prosentase 30%, Cukup dengan prosentase 40%, Kurang dengan prosentase 20% dan kurang sekali 0 %.

## Pembahasan

### 1. Pra Siklus

Merupakan deskripsi dari kegiatan evaluasi sebagai salah satu alat ukur keberhasilan proses pembelajaran, sehingga dapat diketahui tingkat kemampuan anak terhadap materi pelajaran yang berupa aspek ingatan, pemahaman, penerapan (aplikasi) analisis dan sintesis. Berdasarkan hasil deskripsi data awal, kemampuan anak bagi siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018. Sebelum diadakan tindakan menggunakan metode bermain adalah kurang, dengan presentase tuntas 45% dan tidak tuntas 55%.

### 2. Siklus 1

Awal pengenalan metode bermain ini sudah menunjukkan dampaknya serta perbedaannya dibandingkan dengan metode sebelumnya. Pada tanggal 2 Maret 2018 sampai dengan 9 Maret 2018 telah dilakukan pengambilan nilai *basic movement* bagi siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018 untuk siklus I, ditemukan fakta berupa antusiasme murid dalam memperhatikan arahan guru meningkat, terjadi pembelajaran yang aktif ditandai dengan adanya beberapa pertanyaan dalam pembelajaran dan segera meminta memulai permainan yang sudah disiapkan. Pada akhir pertemuan diketahui pembelajaran berhasil meningkatkan hasil belajar ketrampilan *basic movement* beberapa siswa. Metode bermain sangat efektif bagi anak-anak dalam meningkatkan ketrampilan *basic movementnya*.

Awalnya anak-anak diminta mengikuti perintah dari guru untuk memahami jalannya permainan. kemudian peneliti meminta bantuan teman sejawat dari peneliti, dicatatlah segala kejadian selama proses pembelajaran baik yang berhasil maupun kendala-kendala yang terjadi dilapangan, yang

kemudian akan dilanjutkan dengan refleksi dan evaluasi berdasarkan catatan yang sudah dilakukan. Selama proses evaluasi dinyatakan lancar dan memerlukan beberapa perbaikan, hal ini juga terlihat pada hasil test ketrampilan *basic movement* dan tercatat bahwa sebanyak 65 % atau 13 siswa dari 20 siswa dapat melakukan dengan benar dan berhasil. Dengan demikian perbaikan pembelajaran anak dengan metode bermain sangat diminati oleh anak dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Anmun memang memerlukan siklus berikutnya dikarenakan target persentase belum tercapai.

### 3. Siklus 2

Siklus berikutnya dilaksanakan pada tanggal 16 Maret 2018 sampai dengan 22 maret 2018 dan disebut dengan siklus II. Berdasarkan pada hasil evaluasi sebelumnya ditemukan bahwa anak didik sudah sangat tertarik dan memberikan dampak yang baik berupa peningkatan, sehingga pada siklus ini perbaikan berupa pemberian tmbahan intensitas bermian dan pemberian motivasi selam berlangsungnya pembelajaran. Dan dari hasil test akhir ketrampilan *basic movement* terlihat siswa dalam melakukan anak sebanyak 80 % atau 16 siswa dari 20 siswa dapat melakukan dengan benar dan berhasil sehingga dinyatakan sudah tuntas. Pernyataan ini sesuai dengan instruksi sekolah serta guru kolaborator yang menginginkan target kelulusan minimal adalah 75% dengan nilai kelulusan 75 poin. Dengan didapatnya hasil seperti itu maka peneliti bersama kolaborator memutuskan untuk menghentikan siklus pada tahap ini saja. Dengan begitu proses pembelajaran dapat dilanjutkan ke materi selanjutnya.

## A. KESIMPULAN DAN SARAN

## 1. Kesimpulan

Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan dari siklus II. Hasil belajar ketrampilan *basic movement* melalui metode bermain pada siklus II dalam kategori tuntas adalah (80%) dengan jumlah siswa yang tuntas adalah 16 siswa, sedangkan siswa yang tidak tuntas adalah 4 siswa..

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa upaya meningkatkan hasil ketrampilan *basic movement* melalui metode bermain dapat meningkatkan hasil

2. Guru harus bisa mengatasi keterbatasan yang dimiliki sekolah guna kemajuan siswa didik.

belajar ketrampilan *basic movement* pada siswa kelas III SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018

## 2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya pada guru SD N Ngaran 1 Tahun 2017/2018, sebagai berikut:

1. Guru harus selalu lebih inovatif dan juga mengenal karakter anak pada masing-masing kelas.
3. Motivasi selama pembelajaran itu penting dilakukan oleh guru untuk meningkatkan moralitas anak.

## DAFTAR PUSTAKA

Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.

Barrow, Harold M., dan Mc Gee, Rosemary. 1976. *A Practical Approach To Measurement in Physical Education*. New York: Lea & Fibger.

Depdiknas. 2008. *Model Pengembangan Motorik Anak Prasekolah*. Jakarta: Bagian Proyek Olahraga Masyarakat, Direktorat Olahraga Masyarakat.

Djoko Pekik Irianto. 2000. *Pendidikan Kebugaran Jasmani yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset.

Dimiyati dan Mudjiono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Dep. Pendidikan dan Kebudayaan.

George M. Graham. (2010). *Children Moving: A Reflective Approach to Teaching Physical Education*, 8/e. Diambil tanggal 12 januari 2016 dari [https://drive.google.com/file/d/0B4hXvXyZ-mj\\_anlFRG5CMnpGODg/edit](https://drive.google.com/file/d/0B4hXvXyZ-mj_anlFRG5CMnpGODg/edit)

Musfiroh, Tadkiroatun. 2008. *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta: Grasindo.

Nana Sudjana (2005). *Penilaian hasil proses belajar mengajar*, Bandung; PT. Remaja Rosdikarya.

Ngalim Purwanto.1990.*Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Patmonodewo, Soemiarti. 2003. *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Petri, Herbert L., (1986) *Motivation : Theory and Research*, Belmont, California : Wadsworth Publishing Company.

Sudirman N, dkk. 1996. *Ilmu Pendidikan. Remaja*. Bandung: Rosdakarya

Sujiono, Bambang. 2007. *Metode Pengembangan Fisik (Edisi Revisi)*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Sukamti, Endang R. 2007. *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sukintaka. (1992). *Tahap Kemampuan Motorik yang Mendasari Kemampuan Dasar Berolahraga pada Anak Didik Sekolah Dasar. (Majalah Ilmiah)* Yogyakarta: FPOK IKIP

Sunardi dan Sunaryo. 2007. *Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: Depdiknas.

Toho Cholik Mutohir dan Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdiknas.

Titik Setyawahyuni. 2007. *Peranan Aktivitas Bermain dan Pengaruhnya terhadap Perkembangan Motorik Anak TK*. Semarang: IKIP PGRI Semarang.