

PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN TANPA ALAT UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH

Oleh : Rohman Hamidan, pgsd penjas, fik, uny
Email : Rohmanhamidan9@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar kelas bawah.. Prosedur atau langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan enam langkah atau prosedur yang utama, yaitu: 1) melakukan analisis produk yang akan dikembangkan, 2) mengembangkan produk awal, 3) uji validasi ahli dan uji reabilitas produk, 4) uji coba sekala kecil dan luas. 5) revisi Produk. 6) uji efektivitas. Hasil akhir dalam penelitian ini berupa lima (5) model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah. Adapun nama-nama model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah, sebagai berikut: *Awas Ranjau, Mencari Rumah, Siap Siaga, Siapa Cepat Di Dapat, Ular Naga.*

Kata Kunci: *Permainan Tanpa Alat, Gerak Dasar Locomotor, Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah.*

THE DEVELOPMENT OF GAME WITHOUT INSTRUMENT MODEL FOR DEVELOPING BASED LOCOMOTOR ABILITY TO EARLIER ELEMENTARY SCHOOL STUDENT

Abstract

The aim of this research is to produce the game without instrument model product for developing locomotor ability to earlier elementary school student. This research is developing research. The model of development in this research is a procedural model with descriptive characteristic, because in this research use many steps that should be followed to produce the game without instrument model product for developing locomotor ability to earlier elementary school student. The procedures or steps that use in this research are divided into six main procedures, those are: 1) product analysis, 2) develop the base product, 3) expert validity and reliability product examination, 4) small and whole scale examination, 5) product revise, 6) effective examination. The last results in this research are five (5) game without instrument models product for developing locomotor ability to earlier elementary school student. The kinds of game models without instrument product for developing locomotor ability to earlier elementary school student are: *Awas Ranjau, Mencari Rumah, Siap Siaga, Siapa Cepat Dia Dapat, Ular Naga*

Keywords: *Game without Instrument, Basic Locomotor Movement, Earlier Elementary School Student.*

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran. Penghayatan nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang diselenggarakan disekolah dasar, mengacu pada kurikulum yang ada. Ruang lingkup materi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah dasar meliputi: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan. Pencapaian tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar sebaiknya mempertimbangkan tujuan pembelajaran, kemampuan siswa, metode, materi, sarana dan prasarana, aktivitas belajar serta kesenangan siswa. Unsur-unsur tersebut di atas harus diperhatikan, agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan sukses, sehingga tujuan yang diharapkan akan tercapai

Tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah dasar adalah memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat. Tujuan Pendidikan jasmani menurut Syarifuddin (1992: 5): memacu perkembangan dan aktifitas sistem: peredaran darah, pencernaan, pernafasan, dan persyarafan, memacu pertumbuhan jasmani seperti bertambahnya tinggi dan berat badan, menanamkan nilai-nilai disiplin, sportifitas dan tenggang rasa, meningkatkan keterampilan melakukan kegiatan aktifitas jasmani dan memiliki sikap positif terhadap pentingnya melakukan aktifitas jasmani, menanamkan kegembiraan untuk melakukan aktifitas jasmani

Melihat dari berbagai tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar, terdapat salah satu tujuan yang terkait dengan kemampuan gerak anak, adapun tujuan tersebut adalah meningkatkan kemampuan

dan keterampilan gerak dasar. Disamping itu, tujuan yang berkaitan dengan hal tersebut di atas juga dijabarkan dalam standar kompetensi 1. khususnya di kelas bawah atau kelas 1-3. Mempraktikan gerak dasar ke dalam permainan sederhana/aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya, merupakan salah satu isi standar kompetensi yang ada dalam kurikulum Penjasorkes di sekolah dasar.

Upaya dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar bagi siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas bawah harus mendapatkan perhatian dari guru penjas. Keterampilan gerak dasar pada anak terdiri dari gerak lokomotor, gerak manipulatif dan gerak nonlokomotor (Kartini, 2005: 89). Gerak lokomotor merupakan gerak yang dilakukan dengan disertai adanya perpindahan tempat. Gerak lokomotor sangat penting bagi anak karena keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional (Agus Mahendra, 2000: 10). Gerak dasar non lokomotor merupakan gerak yang dilakukan tanpa disertai perpindahan tempat. Sedangkan gerak dasar manipulatif merupakan gerak yang dilakukan dengan adanya suatu objek yang dimanipulasi membutuhkan koordiansi antara mata, tangan dan kaki.

Perkembangan gerak dasar lokomotor pada anak usia sekolah dasar diantaranya mampu berlari lebih cepat, pandai melompat serta mampu menjaga keseimbangan badanya, anak mampu bermain lompat tali, mampu bermain sepeda, di samping itu anak-anak juga melibatkan diri dalam aktivitas permainan olahraga yang bersifat formal seperti senam dan berenang. Dasar pengembangan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar kelas bawah terdapat pada kompetensi dasar 1.1 yang berisi: mempraktikan gerak dasar jala, lari, loncat dalam permainan sederhana, serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri.

Mengembangkan kemampuan gerak dasar yang telah diuraikan di atas harus dilakukan oleh seorang guru Penjas dengan menyesuaikan tahap pertumbuhan dan perkembangan. Mengembangkan kemampuan gerak dasar pada siswa dapat dilakukan dengan melalui berbagai macam aktivitas yang menarik bagi siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas bawah dapat diberikan dalam bentuk atau kemasan bermain. Hal ini sesuai dengan masa pada siswa sekolah dasar, dimana siswa sekolah dasar termasuk masa-masa bermain.

Bermain merupakan alat utama belajar anak. Bentuk-bentuk permainan yang akan diberikan pada siswa dalam upaya untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar, khususnya gerak dasar lokomotor, pada dasarnya dapat diberikan dalam bentuk permainan tanpa alat dan permainan dengan alat. Permainan tanpa alat adalah semua aktivitas permainan yang tidak memerlukan alat sebagai syarat berlangsungnya permainan itu. Maksudnya, tanpa adanya peralatan khusus pun, permainan itu tetap dapat berlangsung, yang dipersyaratkan harus ada hanyalah ruangan yang cukup luas agar anak dapat bermain secara leluasa, (Agus Mahendra, 2005: 4). Sedangkan permainan dengan alat merupakan aktivitas bermain yang memerlukan adanya alat agar permainan itu bisa berlangsung. Meskipun demikian sebenarnya alat yang diperlukan tidak perlu alat yang mahal, apalagi harus dibatasi oleh ketentuan-ketentuan baku yang mempersulit. Sebagai alat pendidikan dalam Pendidikan Jasmani, permainan yang sederhana dengan alat yang juga sederhana dapat dipilih oleh guru, tanpa mengurangi kekhidmatan dan kemeriahan pembelajaran. Bahkan dengan permainan-permainan sederhana itupun, manfaat bagi perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial anak tetap dapat dimaksimalkan, (Agus Mahendra, 2005: 3)

Dari hasil survei dilapangan SD N I Gondang, SD N II Gondang, dan SD MI Basir Kebonarum Klaten memperlihatkan perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor masih belum berkembang dengan baik. Hal ini terlihat saat guru mengajak anak melakukan kegiatan berjalan jinjit pada garis lurus, berlari bolak-balik, berlari zig-zag dan melompat, anak masih banyak yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan posisi kakinya saat berjalan jinjit, dalam mengubah arah ataupun posisi tubuhnya secara teratur juga mengalami kesulitan. Ada anak yang belum bisa menahan keseimbangan kakinya sampai garis akhir, dan selanjutnya, hanya berjalan biasa. Ada juga anak yang masih salah dalam melakukan gerakan melompat, yaitu saat melompat ada anak yang masih bertumpu pada satu kaki (melompat). Hal tersebut juga diperkuat dengan wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru pendamping yang menyatakan bahwa pada kenyataannya anak masih kurang dalam perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor khususnya jalan, lari, loncat ada anak belum berhasil melakukan 10 lompatan melewati benda dan hanya mampu melompati 5 benda, dalam aspek keseimbangan ada anak yang

tidak mampu menahan keseimbangan selama 20 detik saat berjalan jinjit dan hanya mampu seimbang selama 10 detik saat berjalan, ada anak saat berlari zig-zag sepanjang 10 meter belum mampu melewati rintangan sampai selesai, dan hanya mampu melewati rintangan sampai setengahnya saja (5 meter).

Dari hasil survei dilapangan SD N I Gondang, SD N II Gondang, dan SD MI Basir Kebonarum Klaten diketahui faktor lain yang juga mempengaruhi perkembangan gerak dasar lokomotor adalah minimnya dukungan orang tua pada anak dalam melakukan kegiatan di luar ruangan, sebagian orang tua juga masih melarang anak karena khawatir bila anaknya jatuh atau terluka, sehingga anak menjadi kurang bebas dalam melakukan gerakan, dan perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor belum terstimulasi dengan baik. Orang tua bukan menjadi satu-satunya penyebab masalah perkembangan motorik kasar pada anak. Anak tidak mau mengikuti kegiatan fisik yang ditawarkan oleh guru juga menjadi kendala yang harus mulai dicari solusinya. Sebetulnya setiap seminggu sekali saat mata pelajaran pendidikan jasmani guru sudah menyiapkan kegiatan yang merangsang kemampuan gerak dasar lokomotor anak seperti merangkak, bergelantung, merayap, berlari, berjalan dan melompat, tetapi anak masih belum mencapai hasil yang maksimal.

Dari hasil survei dilapangan kendala yang dihadapi oleh sekolah dasar dalam menyelenggarakan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan adalah kurangnya ketersediaan alat dan fasilitas yang dimiliki. Sehingga proses pembelajaran tidak bisa berlangsung dengan maksimal. Adapun upaya yang sudah dilakukan adalah membuat dan memodifikasi alat dari bahan bekas, namun hal tersebut dirasa masih belum maksimal dalam mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor. Guru juga masih minim menggunakan model permainan dan media lain sebagai penunjang kegiatan pembelajaran. sehingga anak merasa kurang berminat untuk mengikuti kegiatan. Tentu hal ini harus mendapat perhatian dari para guru agar tidak berpengaruh pada perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor. Guru sebaiknya melakukan evaluasi dalam menggunakan metode pembelajaran. Salah satunya menggunakan model permainan tanpa alat.

Berbagai kelebihan gerakan lokomotor adalah dapat divariasikan dengan berbagai permainan dan dapat dikombinasikan antara gerakan yang satu

dengan gerakan yang lain. Misalnya berjalan, berlari dan melompat dapat dikombinasikan dalam salah satu permainan tanpa alat. Kombinasi gerakan lokomotor bertujuan agar anak tidak merasa bosan dengan kegiatan yang ditawarkan oleh guru. Melalui gerak lokomotor anak mampu secara efektif melakukan eksplorasi tentang dunianya. Gerakan lokomotor juga dapat melatih kekuatan, keseimbangan, dan kelincihan gerak.

Selama ini, proses pembelajaran khususnya gerak dasar lokomotor belum dimodifikasi sesuai kebutuhan siswa sekolah dasar kelas bawah. Misalnya siswa hanya melakukan gerakan jalan, lari, loncat biasa tanpa di modifikasi dalam bentuk permainan yang menarik sehingga hal tersebut dianggap kurang efektif.

Dari beberapa teori dan hasil observasi diatas dapat dianalisis kebutuhan siswa sekolah dasar diantaranya anak sekolah dasar senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, senang merasakan atau melakukan/memperagakan sesuatu secara langsung. Sementara itu jika dilihat dari analisis kebutuhan guru pendidikan jasmani sekolah dasar terdapat beberapa kebutuhan diantaranya membuat pembelajaran menjadi menyenangkan, membuat siswa mau mengikuti pembelajaran, menciptakan lingkungan teman sebaya yang mengajarkan keterampilan gerak terutama gerak dasar lokomotor, melaksanakan pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar bergaul dan bekerja dengan teman sebaya sehingga kepribadian sosial siswa berkembang.

Mengingat hal tersebut di atas, tentunya bentuk atau model permainan tanpa alat sebagai upaya mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor sangat dibutuhkan bagi guru. Oleh karena itu, sangat diperlukan upaya yang nyata untuk mengembangkan model permainan tanpa alat sebagai upaya mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor. Melihat paparan di atas, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul “Pengembangan Model Permainan Tanpa Alat untuk Mengembangkan Kemampuan Gerak Locomotor Bagi Siswa Kelas Bawah”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Model pengembangan dalam penelitian ini, berupa model prosedural yang bersifat deskriptif, karena dalam penelitian ini menggariskan atau menggunakan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk yang berupa model permainan tanpa alat untuk mengembangkan

kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah. secara operasional bahwa model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah, yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan/karakteristik siswa sekolah dasar, yang disusun secara sistematis sesuai dengan langkah-langkah pengembangan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September sampai dengan bulan November 2017, yang bertempat di SD N I Gondang, SD N II Gondang dan MI Basir Kebonarum Klaten.

Subyek Penelitian

subyek dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas bawah SD N I, SD N II Gondang dan MI Basir Kebonarum Klaten.

Prosedur Pengembangan dan Teknik Pengumpulan Data

1. Prosedur Pengembangan

Dalam penelitian ini mengacu pada langkah penelitian pengembangan menurut Brog & Gall yang telah disesuaikan dengan keterbatasan peneliti, berikut langkah yang dijabarkan dalam penelitian pengembangan ini:

1. studi pendahuluan dan pengumpulan data (kajian pustaka, pengamatan lapangan, membuat kerangka kerja penelitian)
2. perencanaan (tujuan penelitian, dana, waktu, prosedur penelitian, berbagai bentuk partisipasi)
3. mengembangkan produk awal (perencanaan draft awal produk)
4. memvalidasi produk (produk divalidasi oleh ahli untuk menentukan layak dan tidaknya produk untuk diuji cobakan)
5. Uji coba awal (mencoba draf produk ke wilayah dan subyek yang terbatas)
6. Revisi untuk menyusun produk utama
7. Uji coba lapangan utama (uji coba ke wilayah dan subyek yang lebih luas)
8. Revisi untuk menyusun produk operasional
9. Uji coba produk operasional (uji efektif produk)
10. revisi produk final (revisi produk yang efektif).

2. Desain Uji Coba Produk

Untuk uji coba produk dalam penelitian ini menggunakan dua (2) tahap yang akan dilalui, yaitu uji skala kecil dan uji skala besar.

Sebelum dilaksanakan uji coba dilapangan. Produk ini dimintakan validasi terlebih dahulu kepada guru dan para ahli yang telah ditunjuk, dalam tahap tersebut selain validasi para ahli juga akan diberikan penilaian terhadap draf model yang telah disusun, sehingga akan diketahui apakah model yang disusun layak untuk diujicobakan dilapangan. Draft yang sudah divalidasi ahli, direvisi sesuai dengan saran dari para ahli sehingga layak untuk diuji cobakan. Jika masih terdapat kelemahan dalam draf model ini maka akan dilakukan perbaikan desain. Kemudian dalam tahap uji coba dilapangan peran dari para ahli adalah untuk mengobservasi kelayakan draf model yang telah disusun dengan kenyataan dilapangan. Setelah uji coba skala luas maka akan diperoleh draf model yang benar-benar valid.

3. Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil kuesioner yang berupa masukan dan saran dari para ahli (dosen) dan guru penjasorkes, untuk pembenahan atau revisi produk.

4. Instrumen Pengumpulan Data

a. Wawancara

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik komunikasi langsung dengan menggunakan instrumen wawancara sebagai alat pengumpulan data. Wawancara ini digunakan bila ingin mengetahui hal-hal dari responden secara lebih. Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya. Ridwan (2011: 74). Ada beberapa faktor yang akan mempengaruhi arus informasi dalam wawancara, yaitu pewawancara, responden, pedoman wawancara, dan situasi wawancara. Dalam pelaksanaannya, pewawancara membawa pedoman yang hanya merupakan garis besar tentang hal-hal yang akan ditanyakan. Hal-hal tersebut merupakan pegangan agar data yang dikumpulkan tidak menyimpang dari masalah yang ingin diteliti.

Pertanyaan yang disusun dalam pedoman wawancara disesuaikan dengan tujuan pelaksanaan wawancara yaitu untuk menggali proses pembelajaran di sekolah dasar khususnya tentang pembelajaran jasmani dan kendala-kendala yang dihadapi guru terkait pembelajaran pendidikan jasmani

yang berkaitan dengan gerak dasar lokomotor untuk mendukung latar belakang masalah penelitian.

b. Kuesioner

Instrumen berikutnya yang digunakan selain wawancara yaitu kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mendapatkan atau menjangkau informasi dari para ahli (dosen dan guru), untuk memberikan masukan dan saran tentang produk yang akan dihasilkan.

c. Observasi

Observasi merupakan salah satu tehnik pengumpulan data yang tidak hanya mengukur sikap dari responden (wawancara dan angket) namun juga dapat digunakan untuk merekam berbagai fenomena yang terjadi (situasi, kondisi). Teknik ini digunakan untuk mempelajari perilaku dan aktivitas siswa dan guru di sekolah dasar.

Observasi dilakukan secara tidak langsung melalui rekaman yang telah dibuat dengan menggunakan alat daftar cek yang telah dibuat. Alat perekam yang digunakan dalam penelitian ini yaitu camera digital. Dengan menggunakan alat elektronik sebagai pembantu, bila terjadi keragu-raguan atau kelupaan, rekaman dapat diputar kembali agar pencatatan data yang keliru dapat diperbaiki.

d. Dokumentasi

Menurut Arikunto (2006: 158), dokumentasi adalah mencari dan mengumpulkan data mengenai hal-hal yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, rapot, agenda dan lain sebagainya. Metode dokumentasi dimaksudkan untuk memperoleh data berdasarkan sumber data yang ada disekolah yaitu berupa profil sekolah, struktur organisasi, dan hasil penelilaian. Instrumen lain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu RPP dan silabus

Keempat instrumen ini digunakan untuk memperoleh data yang terkait dengan kemampuan guru, proses pembelajaran, sarana dan prasarana yang digunakan.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif, ada dua macam teknik analisis data deskriptif yang dilakukan, yang pertama yaitu analisis data deskriptif kuantitatif, analisis ini dilakukan untuk menganalisis data hasil observasi para ahli terhadap kualitas draf model

yang disusun dan dianalisis oleh para ahli sebelum pelaksanaan uji coba lapangan. Analisis data yang kedua yaitu analisis data deskriptif kualitatif, analisis ini dilakukan terhadap data hasil observasi para ahli dalam memberikan saran ataupun masukan serta revisi terhadap model yang disusun terutama dalam tahap uji coba lapangan baik skala kecil maupun besar.

Setelah melalui berbagai proses revisi, kemudian dilakukan penyusunan dari hasil pengembangan setelah melakukan uji lapangan skala kecil dan skala besar, yaitu pembuatan produk akhir atau produk final berupa buku panduan dan DVD pembelajaran model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar kelas bawah.

Jenis data yang diperoleh dalam penelitian dan pengembangan ini yaitu data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berasal dari data masukan ahli terhadap model permainan tanpa alat. Data kualitatif diperoleh dari penilaian ahli materi terhadap model permainan tanpa alat dan penilaian guru terhadap keefektifan model permainan bola besar. Draft permainan dianggap layak untuk diuji cobakan dalam skala kecil apabila ahli telah memberi validasi dan menyatakan bahwa semua item kalsifikasi dalam skala nilai dinilai dengan memberi tanda centang (v) pada kolom (1,2,3,4)

Indikator keberhasilan tindakan meliputi perubahan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran. Peserta didik terlihat lebih aktif dan senang dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan peserta didik pada pembelajaran. Minimal 75% dari jumlah peserta didik mencapai hasil belajar tuntas (KKM=7)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pengembangan produk awal tentang model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah disusun berdasarkan definisi secara operasional. Dimensi atau unsur gerak lokomotor yang akan dikembangkan adalah sebagai berikut:

NO	Dimensi	Bentuk Aktivitas
1.	Jalan	Kemampuan menghilangkan keseimbangan dan mengembalikannya secara bergantian ketika bergerak ke depan dalam posisi tegak
2.	Lari	Kemampuan pergerakan kaki yang cepat secara bergantian, pada saat yang sekejap, kedua kaki meninggalkan bumi sebelum salah satu kaki segera bertumpu kembali
3.	Loncat	Kemampuan membuat tubuh terlontar ke udara yang menyebabkan tubuh lepas kontak dari tanah atau dari alat dan sesaat menimbulkan fase melayang, dengan tumpuan menggunakan satu dua pada waktu meloncat.

Tabel 1. Unsur-unsur Gerak yang dikembangkan

Berdasarkan dimensi dan unsur-unsur gerak dasar lokomotor yang akan dikembangkan di atas, maka disusunlah produk model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah. Adapun produk dikembangkan adalah sebagai berikut:

1. Nama : Awas Ranjau

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan : Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan, lari, dan loncat

Cara Bermain :

Siswa berada diluar lapangan berbentuk empat persegi samasisi yang telah disediakan. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Apabila guru berkata “jalan” semua siswa masuk kelapangan. Siswa disuruh berjalan kearah yang sudah ditentukan dengan menggunakan garis pada lapangan. Siswa harus meloncati lingkaran karena lingkaran sebagai ranjau.
- Gerakan yang dilakukan, semakin lama semakin cepat.
- Gerakan berhenti setelah ada aba-aba dari guru.

2. Nama : Mencari Rumah

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan : Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan lari, dan loncat

Cara Bermain :

Siswa berada diluar lapangan berbentuk empat persegi sama panjang yang telah disediakan. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Apabila guru memberikan aba-aba jalan, siswa berusaha berjalan cepat menempati rumah yang telah disediakan didalam lapangan berupa lingkaran.
- Apabila guru memberikan aba-aba “lari dua”, siswa berusaha berlari berpindah dari rumah satu ke rumah lain. Masing-masing rumah harus ditempati maksimal dua siswa. Apabila siswa yang tidak mendapat rumah, maka diberikan hukuman lari mengelilingi lapangan satu kali.
- Apabila guru memberikan aba-aba “loncat dua” siswa berusaha meloncat berpindah dari satu rumah ke rumah yang lain. Masing-masing rumah harus ditempati maksimal dua siswa. Apabila siswa yang tidak mendapatkan tempat, maka diberikan hukuman loncat sebanyak lima kali

3. Nama : Siap Siaga

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan : Mengembangkan kemampuan gerak dasar lari dan loncat

Cara Bermain :

Siswa duduk saling berhadapan dalam 2 baris lutut diluruskan kedepan. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Siswa duduk dalam dua baris kaki diluruskan rapat kedepan. Siswa yang disebutkan nomer urutnya harus berlari/meloncati melawati teman sesuai perintah guru.
- Bagi siswa yang melakukan gerakan mengenai temanya mendapat hukuman loncat lima kali.
- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.

4. Nama : Siapa Cepat Dia Dapat

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan : Mengembangkan kemampuan gerak dasar lari

Cara Bermain :

Siswa dibagi dua kelompok masing-masing kelompok berbaris disamping kanan dan kiri ujung lapangan yang berbentuk persegi panjang. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Siswa terdepan harus lari secepatnya setelah mendapat aba-aba dari guru.
- Lari mengikuti tanda yang sudah ada dilapangan sebanyak 2 kali
- Finis tanda lingkaran di tengah,
- Yang menang adalah yang lebih dahulu menyentuh tanda lingkaran di tengah lapangan
- Bagi siswa yang kalah harus loncat 5 kali
- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.

5. Nama : Ular Naga

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan : Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan, lari, loncat

Cara Bermain :

Siswa dibariskan satu banjar. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Apabila guru memberikan aba-aba “jalan” maka siswa berjalan berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru meberikan aba-aba “loncat” maka siswa meloncat dengan berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru memberi aba-aba “lari” maka siswa lari berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru memberi aba-aba “bubar” maka semua siswa lari membubarkan baridsan dan siswa yang barisnya paling depan berusaha mengejar menangkap teman yang lainnya.
- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.

Hasil dari perencanaan desain dan pembuatan produk awal tersebut selanjutnya dinilai (validasi) ke ahli materi yaitu Bp. Yudanto, M.Pd dan ahli permainan Yaitu Ibu Sri Mawarti, M.Pd. dan guru sebagai pengguna permainan yaitu Bp. Pardoyo S.Pd dan Sunarno, S.Pd. melalui validasi tersebut menghasilkan produk model permainan tanpa alat yang selanjutnya di uji cobakan kepada siswa sekolah dasar kelas bawah. Subyek dalam penelitian ini adalah 22 siswa untuk uji coba kelompok kecil dan 90 siswa untuk uji coba kelompok besar. Setelah melalui beberapa langkah pengembanganberikut adalah tampilan

hasil jadi model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar kelas bawah.

Hasil Validasi Ahli

NO	Aspek yang Dinilai	Penilaian			
		A1	A2	G1	G2
1	Kejelasan cara bermain	4	4	4	4
2	Kemudahan model permainan untuk dimainkan siswa	3	4	4	4
3	Kesesuaian model permainan dengan karakteristik siswa	4	4	4	4
4	Dapat dimainkan siswa putra maupun siswa putri	4	4	4	4
5	Aman untuk dilakukan oleh siswa	4	4	4	4
6	Nama aktivitas menarik bagi siswa	4	3	4	3
7	Mengembangkan kemampuan gerak lokomotor	4	4	4	4

Keterangan :

- A1 : Ahli 1
- A2 : Ahli 2
- GP 1 : Guru Penjas 1
- GP2 : Guru Penjas 2

Uji Reliabilitas

Untuk mencapai reabilitas dengan cara mencari indeks kesesuaian kasar (Crude Index Agreement), dengan rumus sebagai berikut:

$$IKK = n : N$$

Keterangan:

- IKK : Indeks Kesesuaian Kasar
- n : Jumlah Kode yang sama
- N : Banyaknya Objek yang diamati
- Sumber : Suharsimi Arikunto, (1997: 202)
- Diketahui :
- n : 5
- N : 7
- Jawab:
- IKK = n : N
- IKK = 5:7= 0,714

Produk Jadi

Model Permainan Tanpa Alat untuk Mengembangkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Kelas Bawah

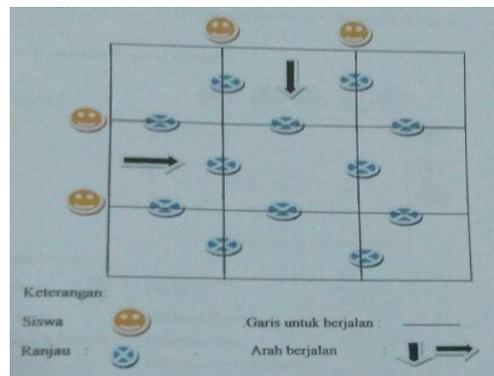
Nama : Awas Ranjau
 Jumlah Pemain : Menyesuaikan
 Tempat : Halaman atau Lapangan
 Tujuan :

1. Kognitif: Siswa mampu memahami peraturan dan gerakan dalam permainan
2. Afektif: siswa mampu menerapkan tanggung jawab dan kejujuran didalam melaksanakan permainan
3. Psikomotor: Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan, dan loncat

Cara Bermain :

Siswa berada diluar lapangan berbentuk empat persegi yang telah disediakan. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Apabila guru berkata “jalan” siswa berjalan pada garis yang ada di dalam lapangan,
- setiap ada gambar berbentuk lingkaran siswa harus meloncatinya tidak boleh menginjak gambar tersebut. Karena gambar lingkaran tersebut adalah ranjau
- Gerakan berhenti setelah ada aba-aba dari guru.



Gambar 1. Awas Ranjau

Nama : Mencari Rumah
 Jumlah Pemain : Menyesuaikan
 Tempat : Halaman atau Lapangan
 Tujuan :

1. Kognitif: Siswa mampu memahami peraturan dan gerakan dalam permainan
2. Afektif: siswa mampu menerapkan tanggung jawab dan kejujuran didalam melaksanakan permainan
3. Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan, lari, dan loncat

Cara Bermain :

- Siswa berada diluar lapangan berbentuk empat persegi yang telah disediakan. Gerakan

dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

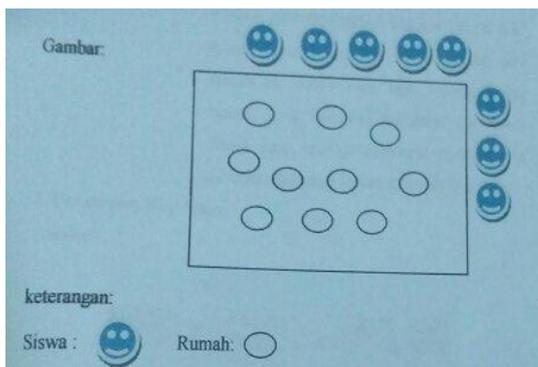
- Siswa bernyanyi mengitari lapangan sambil bernyanyi. Apabila nyanyian sudah selesai, siswa langsung berlari masuk lapangan dan memilih lingkaran (rumah). setiap siswa hanya boleh menempati 1 rumah,
- Apabila guru memberikan aba-aba “lari dua”, siswa berusaha berlari berpindah dari rumah satu ke rumah lain. Masing-masing rumah harus ditempati maksimal dua siswa. siswa yang terakhir mendapat rumah, maka diberikan hukuman loncat 5 kali
- Apabila guru memberikan aba-aba “loncat dua” siswa berusaha meloncat berpindah dari satu rumah ke rumah yang lain. Masing-masing rumah harus ditempati maksimal dua siswa. Siswa yang terakhir mendapat rumah, maka diberikan hukuman loncat sebanyak lima kali.

yang ada dibarisan dan kembali duduk pada posisi semula sesuai perintah guru.

- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.



Gambar 3. Siap Siaga



Gambar 2. Mencari Rumah

Nama : Siapa cepat dia dapat

Jumlah Pemain : Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

Tujuan :

1. Kognitif: Siswa mampu memahami peraturan dan gerakan dalam permainan
2. Afektif: siswa mampu menerapkan tanggung jawab dan kejujuran didalam melaksanakan permainan
3. Psikomotor: Mengembangkan kemampuan gerak dasar lari

Cara Bermain :

- Siswa dibagi dua kelompok masing-masing kelompok berbaris disamping kanan dan kiri ujung lapangan yang berbentuk persegi panjang. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.
- Siswa terdepan harus lari secepatnya setelah mendapat aba-aba dari guru.
- Lari mengikuti tanda yang sudah ada dilapangan sebanyak 2 kali
- Finis tanda lingkaran di tengah,
- Yang menang adalah yang lebih dahulu sampai tanda lingkaran di tengah lapangan
- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.

Nama : Siap siaga

Jumlah Pemain: Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

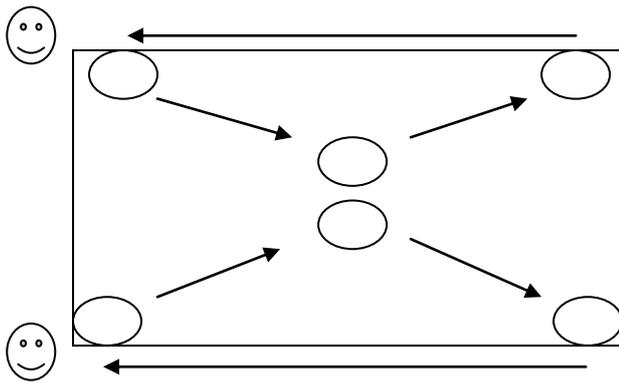
Tujuan :

1. Kognitif: Siswa mampu memahami peraturan dan gerakan dalam permainan
2. Afektif: siswa mampu menerapkan tanggung jawab dan kejujuran didalam melaksanakan permainan
3. Psikomotor: Mengembangkan kemampuan gerak dasar lari dan loncat

Cara Bermain :

Siswa duduk saling berhadapan dalam 2 baris lutut diluruskan kedepan. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Siswa duduk dalam dua baris kaki diluruskan rapat kedepan.
- Siswa yang disebutkan nomer urutnya harus berlari/meloncati melawati semua teman



Gambar 4. Siapa Cepat Dia Dapat

Nama : Ular Naga

Jumlah Pemain: Menyesuaikan

Tempat : Halaman atau Lapangan

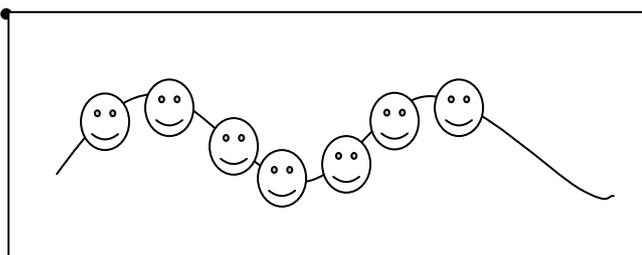
Tujuan :

1. Kognitif: Siswa mampu memahami peraturan dan gerakan dalam permainan
2. Afektif: siswa mampu menerapkan tanggung jawab dan kejujuran didalam melaksanakan permainan
3. Psikomotor: Mengembangkan kemampuan gerak dasar jalan, lari, loncat

Cara Bermain :

Siswa dibariskan satu banjar. Gerakan dilakukan oleh siswa, setelah ada aba-aba dari guru.

- Apabila guru memberikan aba-aba “jalan” maka siswa berjalan berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru meberikan aba-aba “loncat” maka siswa meloncat dengan berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru memberi aba-aba “lari” maka siswa lari berbelok-belok seperti ular.
- Apabila guru memberi aba-aba “bubar” maka semua siswa lari membubarkan baridsan dan siswa yang barisanya paling depan berusaha mengejar menangkap teman yang lainnya.
- Gerakan berhenti setelah mendapat aba-aba dari guru.



Gambar 5. Ular Naga

Uji Efektivitas

Uji efektivitas dari stiap aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, di kelas bawah SD N I Gondang Kebonarum Klaten sebagai berikut:

a. Aspek Kognitif

Hasil penilaian aspek kognitif peserta didik dalam penelitian ini disajikan pada tabel sebagai berikut:

NO	Nama Permainan	Nilai Rata-rata
1	Awas ranjau	81,81
2	Mencari rumah	78,40
3	Siap siaga	85,22
4	Siapa cepat dia dapat	81,25
5	Ular naga	78,97

Tabel 2. Hasil Penilaian Aspek Kognitif

b. Aspek Afektif

Hasil penilaian aspek Afektif peserta didik dalam penelitian ini disajikan pada tabel sebagai berikut:

NO	Nama Permainan	Nilai Rata-rata
1	Awas ranjau	80,11
2	Mencari rumah	78,97
3	Siap siaga	79,54
4	Siapa cepat dia dapat	80,68
5	Ular naga	78,97

Tabel 3. Hasil penilaian aspek afektif

c. Aspek Psikomotor

Hasil penilaian aspek psikomotor peserta didik dalam penelitian ini disajikan pada tabel sebagai berikut:

No	Nama Permainan	Nilai Rata-rata
1	Awas Ranjau	83,52
2	Mencari Rumah	82,95
3	Siap Siaga	84,65
4	Siapa Cepat Dia Dapat	85,22
5	Ular Naga	85,22

Tabel 4. Hasil penilaian aspek psikomotor

Berdasarkan Uji Efektifitas di SD N I Gondang dengan melakukan permainan terdiri atas: (1) Awasi ranjau, (2) Mencari rumah, (3) Siap siaga, (4) Siapa cepat dia dapat, (5) Ular naga dapat meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa, Hal tersebut ditandai dengan tuntasnya kemampuan siswa pada tiap aspek setelah diberikan permainan tanpa alat.

Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.

Suharsimi A. (1997). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*. Edisi IV. Jakarta: Rineka Cipta

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa telah tersusun model permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah. Model aktivitas tersebut, terdiri dari lima (5) permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor, jalan, lari, loncat. Adapun nama-nama model tersebut adalah: awasi ranjau, mencari rumah, siap siaga, siapa cepat dia dapat, ular naga. Model tersebut disusun dengan menyesuaikan tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa kelas bawah sekolah dasar.

Saran

Saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan keperluan pemanfaatan produk adalah:

1. Bagi guru Pendidikan Jasmani di sekolah dasar, dapat menggunakan model ini di sekolah, sebagai upaya mengembangkan gerak dasar lokomotor.
2. Peneliti mengharapkan berbagai masukan bagi para pengguna, untuk penyempurnaan model lebih lanjut apabila masih diperlukan perbaikan.
3. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat mengembangkan permainan tanpa alat untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor bagi siswa sekolah dasar kelas bawah yang lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Mahendra. (2000). *Bola Tangan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

_____. (2005). *Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Universitas Terbuka

Aip Syarifudin & Muhadi, (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Kartini. (2005). *Bermain Melalui Gerak Dan Lagu Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat