

SURVEI FUNDAMENTAL PSIKOMOTOR SISWA KELAS V DAN VI SD ISLAM SUKOREJO KEC. SUKOREJO KOTA BLITAR

Dhimas Miftachul Huda^{1*}, Irwan Setiawan², Mokhammad Firdaus³

^{1,2}Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

* Coressponding Author. E-mail: dhimasmiftachul@gmail.com

Abstract

Lack of physical activity causes a decrease in children's fundamental movement abilities. The aim of this research was to determine physical activity on the Psychomotor Fundamentals of Class V and VI Elementary School Students. This research uses a descriptive quantitative approach. The place where this research was carried out was at Sukorejo Islamic Elementary School, Kec. Sukorejo, Blitar City. The population in this study were 57 grade V and VI elementary school students. The sampling technique used total sampling. The instrument used in this research was the Test of Gross Motor Skill-second edition (TGMD-2). Data collection carries out tests. The data analysis technique uses quantitative descriptive with percentages. The results showed that in class 5 there were 5 male students who received the average category, 1 male student received the below average category, 7 male students received the low category, 1 male student received the very low category, 5 female students got the average category, 1 female student got the below average category, 5 female students got the low category, while in class 6 there were 4 male students who got the above average category, 10 male students got the category on average, 3 male students got the below average category, 1 male student got the low category, 8 female students got the average category, 5 female students got the below average category, 1 female student got the low category .

Key words: Physical activity, psychomotor fundamentals, elementary school students

Abstrak

Kurangnya aktivitas fisik menyebabkan menurunnya kemampuan gerak fundamental pada anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui aktifitas fisik terhadap Fundamental Psikomotor Siswa Kelas V dan VI SD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Tempat penelitian ini dilaksanakan di SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI SD sebanyak 57 teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Test of Gross Motor Skill-edisi kedua (TGMD-2). Pengambilan data melakukan tes. Teknis analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelas 5 terdapat 5 siswa laki-laki mendapatkan kategori Rata-rata, 1 siswa laki-laki mendapatkan kategori dibawah rata-rata, 7 siswa laki-laki mendapatkan kategori rendah, 1 siswa laki-laki mendapatkan kategori sangat rendah, 5 siswa perempuan mendapatkan kategori Rata-rata, 1 siswa perempuan mendapatkan kategori Dibawah rata-rata, 5 siswa perempuan mendapatkan kategori rendah, sedangkan pada kelas 6 terdapat 4 siswa laki-laki mendapatkan kateori diatas rata-rata, 10 siswa laki-laki mendapatkan kategori rata-rata, 3 siswa laki-laki mendapatkan kategori dibawah rata-rata, 1 siswa laki-laki mendapatkan kategori rendah, 8 siswa perempuan mendapatkan kategori rata-rata, 5 siswa perempuan mendapatkan kategori dibawah rata-rata, 1 siswa perempuan mendapatkan kategori rendah.

Kata kunci: Aktifitas fisik, fundamental psikomotor, siswa sekolah dasar

PENDAHULUAN

Pendidikan disebut juga usaha yang terencana selalu bertolak dari sejumlah landasan serta menyajikan beberapa asas-asas tertentu. Landasan dan asas tersebut sangat penting, karena pendidikan merupakan pondasi utama terhadap pengembangan manusia dan masyarakat suatu negara tertentu. I Wayan Cong Sujana (2019) juga menyebut Pendidikan adalah suatu proses yang bersinambungan dan tak akan pernah berhenti (*never ending proces*), maka akan mendapatkan hasil

kualitas yang bersinambungan, yang ditujukan pada perwujudan sosok manusia masa yang akan datang, dan berakar pada nilai-nilai budaya bangsa serta Pancasila.

Pendidikan jasmani atau PJOK merupakan proses pendidikan yang pembelajarannya dilakukan secara sistematis untuk mengembangkan keterampilan motorik, sikap, nilai-nilai, emosional dan intelektual peserta didik. Pendidikan jasmani merupakan salah satu usaha sadar untuk menciptakan lingkungan yang mampu mempengaruhi potensi peserta didik agar berkembang ke arah tingkah laku yang positif melalui aktivitas jasmani. Melalui aktivitas jasmani ini diharapkan tujuan pendidikan yang meliputi ranah kognitif, afektif, fisik, dan psikomotorik dapat terwujud (Wiliyan Kurnia Rizki dan Cahyo Yuwono 2021).

Keberhasilan dalam pembelajaran dipengaruhi oleh faktor-faktor yang terlibat dalam semua kegiatan belajar mengajar. Di antara faktor-faktor tersebut adalah siswa, guru, kebijakan pemerintah dalam membuat kurikulum, serta dalam proses belajar seperti metode, sarana dan prasarana, model, dan pendekatan belajar yang digunakan. Kondisi real dalam pelaksanaannya latihan yang diberikan tidak sepenuhnya dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menerapkan konsep. Rendahnya mutu pembelajaran dapat diartikan kurang efektifnya proses pembelajaran. Penyebabnya dapat berasal dari siswa, guru, maupun sarana dan prasarana yang ada, minat dan motivasi siswa yang rendah, kinerja guru yang rendah, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai akan menyebabkan pembelajaran menjadi kurang efektif. Saat sekarang ini sistem pembelajaran harus sesuai dengan kurikulum yang menggunakan sistem K13 dan Kurikulum Merdeka. Jadi pendidikan tidak hanya ditekankan pada aspek kognitif saja tetapi juga afektif dan psikomotorik.

(Giriwijoyo & Sidik, 2013: 87). Gerak merupakan elemen penting dalam kehidupan manusia. Gerak adalah ciri kehidupan serta memelihara gerak adalah mempertahankan hidup dan meningkatkan kemampuan gerak adalah meningkatkan kualitas hidup. Menurut (Mustafa & Winarno, 2020:77) Pembelajaran keterampilan motorik baik teoritis maupun praktis merupakan bagian penting dari proses pendidikan dan pembelajaran yang harus digali dan dikuasai. Pembelajaran keterampilan motorik memiliki kontribusi yang nyata bagi keberhasilan proses pendidikan dan pembelajaran itu sendiri yang mengarah pada penciptaan anak didik. mampu mengembangkan potensinya secara maksimal.

Sage (1984) menjelaskan pentingnya keterampilan motorik kasar anak sebagai aspek keterampilan yang sangat penting bagi anak, bahwa keterampilan motorik kasar merupakan kegiatan individu yang berkaitan dengan kinerja dalam mencapai berbagai keterampilan yang dipelajari sejak masa kanak-kanak hingga Sekolah Dasar. Kemampuan untuk melakukan sesuatu dipelajari melalui berbagai latihan dan tergantung pada keterampilan yang mendasarinya, seperti keseimbangan.

Di era ini banyak anak yang lebih suka bermain di dalam rumah yang menyebabkan anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget dan laptop. Karena kurangnya aktivitas fisik menyebabkan menurunnya kemampuan gerak fundamental pada anak. Menurut (Lutan, 2001) dalam penelitiannya menjelaskan tentang cacat gerak, yaitu kondisi ketika pada usia dini seorang anak

kurang mendapatkan kesempatan mengembangkan kemampuan gerakanya, maka pada usia remaja dewasa anak tersebut akan kesulitan untuk melakukan tugas gerak yang lebih rumit. Selain itu penguasaan gerak fundamental yang kurang juga akan mempengaruhi tingkat percaya diri seorang anak untuk ikut serta dalam suatu permainan yang menyebabkan anak tersebut kurang bergerak dan interaksi dengan teman akan sulit terjadi.

Berdasarkan penelitian (Zulfikar, Hasyim, Ikadarny, & Anwar, 2021) dari hasil penelitian mereka di SDN 98 Tongko Kabupaten Enrekang menyimpulkan bahwa penguasaan keterampilan gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor siswa sekolah dasar tersebut masih belum baik karena masih berada pada kategori cukup. Dalam penelitian tersebut dijelaskan juga tentang pentingnya peran guru pendidikan jasmani dalam membantu siswa menguasai keterampilan gerak fundamental. Peran orang tua juga penting yaitu dengan tidak membiasakan anak menghabiskan waktu bermain dengan gadget tetapi lebih mengarahkan anak untuk lebih sering melakukan aktivitas fisik seperti bermain. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa sangat penting penguasaan gerak fundamental dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani pada jenjang sekolah dasar. dari gambaran latar belakang tersebut diatas, maka penulis ingin mengetahui pengaplikasian aktifitas fisik buat lebih baik atau lebih buruknya dalam anak usia sekolah dasar.

METODE

Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. pendekatan yang dilakukan untuk menggambarkan suatu kondisi yang terjadi melalui observasi atau tes secara langsung yang hasil observasi tersebut berupa data angka dan hasil analisis

Populasi, Sampling dan Teknik Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kota Blitar. Kelas 5 yang berjumlah 25 Siswa, terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan, Kelas 6 yang berjumlah 32 Siswa, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan. Sehingga subyek dalam penelitian ini mengambil dari seluruh siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kota Blitar dengan teknik *total sampling*.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Test of Gross Motor Skill-edisi kedua (TGMD-2). TGMD-2 disusun oleh (Ulrich, 2000). TGMD-2 mempunyai dua subtest yaitu gerak lokomotor dan kontrol objek yang ditujukan untuk mengukur pola Gerakan dari 12 gerak dasar, yaitu : lari, gallop, jingkak, lompat, loncat, geser, pukul bola, menggiring bola, tangkap bola, tendang bola, lempar bola, dan menggelindingkan bola.

Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes. Test of Gross Motor Skill-edisi kedua (TGMD-2). TGMD-2 disusun oleh (Ulrich, 2000).

Teknik Analisis Data

Teknis analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase. Untuk mengetahui tingkat fundamental psikomotor diantara siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo, peneliti mengklarifikasikan subyek menjadi 7 yakni : Sangat unggul, Unggul, Diatas rata-rata, Rata-rata, Dibawah rata-rata, Rendah, dan Sangat rendah.

Table 1.Descriptive Ratings of Scores

Descriptive rating	GMQ Standard score	Percentile score
Sangat unggul	>130	99
Unggul	121-130	92-98
Diatas rata-rata	111-120	76-91
Rata-rata	90-110	25-75
Dibawah rata-rata	80-89	10-24
Rendah	70-79	2-8
Sangat rendah	<70	<1

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penilaian TGMD-2 setiap tes dilakukan dengan melakukan 2 kali percobaan yang dinilai berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, dari hasil percobaan tersebut akan didapatkan total skor setiap tes, total skor setiap tes di jumlahkan dan menghasilkan skor mentah subtes. Dari skor mentah dapat diketahui skor standar yang dilihat dari tabel konversi skor mentah ke skor standar. Skor standar dari subtes lokomotor dan objek control dijumlahkan menghasilkan jumlah standar skor yang digunakan untuk mengetahui skor nilai motorik kasar dengan cara melihat pada tabel konversi jumlah skor standar ke skor motorik kasar. Hasil TGMD-2 pada siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Konversi jumlah skor standar ke skor motorik kasar

Kategori	GMQ Standar Score	Percentile Score	Frekuensi	Prosentase (%)
Diatas rata-rata	111-120	76-91	4	7,02
Rata-rata	90-110	25-75	28	49,12
Dibawah rata-rata	80-89	10-24	10	17,54
rendah	70-79	2-8	11	24,56
Sangat rendah	<70	<1	1	1,75
Total			57	100

Untuk melihat tingkat fundamental motor skill, dari 57 responden terdapat 4 responden atau 7,02% dalam kategori diatas rata-rata, 28 responden atau 49,12% kategori rata-rata, 10 responden atau 17,54% kategori dibawah rata-rata, 11 responden atau 24,56% kategori rendah, dan 1 responden atau 1,75% kategori sangat rendah.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan fundamental psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar, dari kategori di atas menunjukkan Sebagian besar rata-rata secara rinci, sebanyak 4 siswa (7,02%) diatas rata-rata, 28 siswa (49,12%) mendapatkan rata-rata, 10 siswa (17,54) mendapatkan dibawah rata-rata, 11 siswa (24,56) mendapatkan rendah, dan 1 siswa (1,75%) mendapatkan sangat rendah, maka kemampuan gerak fundamental Psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar secara keseluruhan sebagian besar adalah kategori rata-rata, dan masih banyak siswa kategori dibawah rata-rata bahkan ada beberapa siswa dengan kategori rendah dan sangat rendah.

Kemampuan fundamental psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar dalam penelitian ini Sebagian besar dalam kategori rata-rata. Hal ini dibuktikan dengan terdapat 49,12% mendapatkan kategori rata-rata.

Kemampuan fundamental psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam Kec. Sukorejo Kota Blitar sebagian besar mendapatkan kategori rata-rata, dan masih banyak siswa kategori dibawah rata-rata bahkan ada beberapa siswa dengan kategori rendah dan sangat rendah. ini di sebabkan banyak faktor diantaranya, banyak siswa lebih memilih bermain di dalam ruangan dan sambil bermain Hp (*hand phone*) dengan teman-temannya daripada bermain di luar ruangan atau bermain di lapangan, karena letak SD Islam Sukorejo, Kec. Sukorejo Kota Blitar, terletak di kota dan lingkungan yang sangat padat membuat kurang nya tanah lapang yang luas untuk bermain siswa. Sehingga siswa lebih memilih bermain di rumah dan menghabiskan waktu luang dengan bermain Hp (*hand phone*) dengan teman-temannya daripada bermain di lapangan. Hal ini dikarenakan dengan dengan berolahraga anak akan lebih sehat serta mampu mengembangkan gerak dasar fundamental sesuai dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak-anak. Sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa olahraga sangat penting dalam pendekatan gaya hidup sehat. Dengan berolahraga yang dilakukan secara teratur dapat memperbaiki dan meningkatkan fungsi dari berbagai organ tubuh (Nurchahyo, 2024),

Perkembangan fundamental psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar, sebagian besar berkategori rata-rata, dan masih banyak siswa kategori dibawah rata-rata bahkan ada beberapa siswa dengan kategori rendah dan sangat rendah, maka dari itu tanggung jawab guru penjas di kelas V dan VI SD Islam Sukorejo Kec. Sukorejo Kota Blitar, memperbaiki fundamental psikomotor siswa-siswanya menjadi lebih baik, jika fundamental psikomotor baik, tidak bisa di sangkal bahwa siswa akan lebih mudah melakukan gerakan-gerakan dalam pembelajaran penjas dengan menunjukkan performa yang sangat baik khususnya pada gerakan-gerakan dasar secara umum.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis deskripsi di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan fundamental psikomotor siswa kelas V dan VI SD Islam kec. Sukorejo Kota Blitar termasuk dalam kategori rata-rata, dan masih banyak siswa yang termasuk kategori di bawah rata-rata bahkan termasuk kategori sangat rendah. Siserankan bagi siswa untuk dapat mengembangkan gerak Fundamental psikomotornya secara maksimal walaupun keterbatasan tanah yang lapang supaya mendapat perkembangan gerak semakin baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Giriwijoyo, S. dan Sidik, D.Z. (2013). *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan Prestasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Kurnia, Wiliyan Rizki, and Cahyo Yuwono. (2021) "Indonesian Journal for Physical Education and Sport History Article." *Indonesian Journal for Physical Education Dan Sport* 2, no. 1 (2021): 328. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>.
- Lutan, Rusli.(2001). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta. Depdiknas
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Penerapan Pendekatan Saintifik dalam Aktivitas Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 78–92.
- Nurcahyo, A. (2024) Pengaruh Latihan Senam Aerobik Terhadap Saturasi Oksigen Pada Ibu-Ibu Usia 40-60 Tahun. *Journal of Physical Activity and Sports*. Volume 5, Nomor 1.
- Sage, George. 1984. *Motor Learning and Control A Neuropsychological Approach*. USA: Wm. C. Brown Publishers
- Wayan Cong Sujana, I. (2019) Fungsi dan Tujuan Pendidikan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Dasar* 4, No. 1: 31.