

**PENGEMBANGAN MODEL GERAK DASAR LOKOMOTOR, NON
LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF UNTUK KELOMPOK USIA DINI**

(Skripsi)

Oleh :

Maya Regita Cahyani

1513051006



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2021**

ABSTRAK

PENGEMBANGAN MODEL GERAK DASAR LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF UNTUK KELOMPOK USIA DINI

Oleh

MAYA REGITA CAHYANI

Berdasarkan kenyataan kita sebagai atlet dari suatu cabang olahraga, yang hanya mengandalkan keterampilan suatu gerak atau teknik yang diperoleh oleh hasil latihan tanpa melihat atau menguasai berbagai keterampilan gerak (multilateral) nampaknya mengalami kesulitan untuk mengembangkan kemampuan gerak dikemudian hari, sedangkan anak yang menguasai berbagai keterampilan dasar baik lokomotor, nonlokomotor dan maipulatif akan lama bertahan prestasinya. Salah satu tujuan yang hendak dicapai dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif bagi kelompok usia dini. Penelitian dan pengembangan ini dilakukan untuk dapat memperoleh informasi tentang pengembangan dan penerapan model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif untuk kelompok usia dini. serta untuk mengetahui efektivitas model yang dihasilkan. Penelitian ini menggunakan metode Research & Development (R&D) dari Borg and Gall. Subyek dalam penelitian ini adalah anak kelompok belajar Kidzone terdiri dari 20 anak.

Tahapan-tahapan dalam penelitian ini adalah : analisis kebutuhan, evaluasi ahli (evaluasi produk awal), ujicoba kelompok kecil, dan ujicoba kelompok besar (*field testing*). Uji efektivitas model gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dengan keberhasilan penelitian dibuktikan dengan angket yang diajukan oleh pakar sebesar 80% maka model latihan gerak dasar layak untuk dikembangkan sesuai dengan kajian peneilitian model pengembangan Borg and Gall.

Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan bahwa : (1) Dengan model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif untuk tingkatan anak usia dini dapat digunakan dalam model latihan (2) Dengan model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif untuk anak usia dini yang telah dikembangkan didapatkan bukti adanya peningkatan yang terdapat perbedaan yang signifikan antar sebelum dan setelah mendapatkan perlakuan model.

Kata kunci : model, latihan, lokomotor, non lokomotor, manipulatif

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF BASIC LOCOMOTOR, NON-LOCOMOTOR, AND MANIPULATIVE MOTION MODELS FOR EARLY AGE GROUPS

By

MAYA REGITA CAHYANI

Based on the fact that we as athletes from a sport, who only rely on the skills of a motion or technique obtained by training without seeing or mastering various motion skills (multilateral) seem to have difficulty developing movement abilities in the future, while children who master various basic skills both locomotor, non-locomotor and manipulative performance will last a long time. One of the objectives to be achieved from this research and development is to produce locomotor, non-locomotor and manipulative models of basic locomotor exercise for the early age group. This research and development was conducted to obtain information about the development and application of locomotor, non-locomotor and manipulative basic motion training models for the early age group. and to determine the effectiveness of the resulting model. This study uses the Research & Development (R&D) method from Borg and Gall. The subjects in this study were children in the Kidzone study group, which consisted of 20 children. The stages in this research are: needs analysis, expert evaluation (initial product evaluation), small group trials, and large group trials (field testing). Test the effectiveness of locomotor, non-locomotor and manipulative basic motion models with the success of the research evidenced by a questionnaire submitted by experts by 80%, the basic motion exercise model is feasible to be developed in accordance with the research study of the Borg and Gall development model. Based on the results of the development, it can be concluded that: (1) With locomotor, non-locomotor and manipulative basic movement training models for early childhood levels can be used in training models (2) With locomotor, non-locomotor and manipulative basic motion training models for early childhood has been developed, there is evidence of an increase in which there is a significant difference between before and after receiving the model treatment.

Keywords: model, exercise, locomotor, non-locomotor, manipulative

**PENGEMBANGAN MODEL GERAK DASAR LOKOMOTOR, NON
LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF UNTUK KELOMPOK USIA DINI**

Oleh :

MAYA REGITA CAHYANI

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar

SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2021**

Judul Skripsi : **PENGEMBANGAN MODEL GERAK DASAR LOKOMOTOR, NON LOKOMOTOR, DAN MANIPULATIF UNTUK KELOMPOK USIA DINI**

Nama Mahasiswa : Maya Regita Cahyani

Nomor Pokok Mahasiswa : 1513051006

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Pembimbing I

Dr. Rahmat Hermawan, M. Kes. AIFO
NIP. 195801271985031003

Pembimbing II

Drs. Ade Jubaedi, M. Pd
NIP. 19581210198712121001

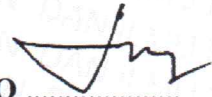
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP. 19760808 200912 1 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

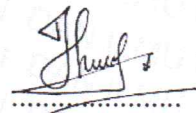
Ketua : **Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes. AIFO**



Sekretaris : **Drs. Ade Jubaedi, M.Pd**



Penguji
Bukan Pembimbing : **Dr. Heru Sulistianta, S.Pd, M. Or**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.

NIP. 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 17 September 2021

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Maya Regita Cahyani
NPM : 1513051006
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan inu menyatakan skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Gerak dasar Lokomotor, Non Lokomotor dan Manipulatif untuk Kelompok Usia Dini” tersebut adalah hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dkemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan Peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 17 Spetember 2021

Yang membuat pernyataan

A 1000 Rupiah postage stamp is shown with a signature written over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SERULUH RIBU RUPIAH', '1000', 'TGL. 28', 'METERAI TEMPEL', and 'D804AJX027025130'.

Maya Regita Cahyani
NPM 1513051006

RIWAYAT HIDUP



Maya Regita Cahyani dilahirkan pada tanggal 4 April 1997 di Talang Padang, dari pasangan Bapak Bani Rahman dan Ibu Rufiqah merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. Pendidikan formal yang telah ditempuh yakni Pendidikan Taman Kanak-kanak di TK Ahalakul Karimah pulau panggung , Pendidikan Sekolah Dasar di SDN 1 TEKAD diselesaikan Tahun 2009, Sekolah Menengah Pertama di SMPN 1 Pulau Panggung diselesaikan Tahun 2012, dan Sekolah Menengah Atas di SMAN 1 Pulau Panggung diselesaikan Tahun 2015.

Pada Tahun 2015, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur SNPTN. Penulis melaksanakan kuliah kerja nyata (KKN) pada tahun 2018 di Pekon Pekalongan Kecamatan Adirejo Lampung Timur

MOTTO

*“Bermimpilah seakan kau akan hidup selamanya. Hiduplah seakan
kau akan mati hari ini”*
“James Dean”

Hambatan tidak harus menghentikanmu. Jika kamu menabrak tembok,
jangan berbalik dan menyerah. Cari tahu cara memanjatnya,
melewatinya, atau mengatasinya.
(Michael Jordan)

PERSEMBAHAN

Sembah dan Syukur pada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, ridho, dan karuniaNya kepadaku. Dengan tidak mengurangi rasa syukur kupersembahkan karya kecilku ini pada:

Ayah Bani Rahman dan Ibu Rufiqah

Yang telah ikhlas dan sabar membesarkanku, mendidikku, dan selalu mendo'akanku. Terima kasih atas Kasih Sayang dan Do'a yang tulus yang selalu tercurah untuk menanti kelulusanku.

Kakakku dan adiku tercinta, suamiku serta keluarga besar suamiku yang selalu memberikan semangat

Para Pendidikku yang dengan tulus dan ikhlas berbagi ilmu kepadaku.

Almamater tercinta "Universitas Lampung"

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillah rabbil'alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “ Pengembangan Model Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif Untuk Kelompok Usia Dini”. Adapun penulisan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi tingkat sarjana kependidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Dr. Rahmat Hermawan, M. Kes. AIFO, selaku pembimbing utama sekaligus yang telah memberikan berbagai masukan, pengarahan dan saran sekaligus motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi maupun studi di Program Studi Pendidikan Pendidikan Jasmani di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, serta kepada bapak Drs. Ade Jubaedi, M. Pd selaku pembimbing pembantu yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan sekaligus petunjuk selama penulis menyelesaikan penyusunan skripsi serta Bapak Dr. Heru Sulistianta, M.Or selaku penguji dan Kepala Program Studi.

Ucapan terimakasih juga tidak lupa penulis hanturkan kepada semua pihak yang telah membantu, baik moral maupun materil, yaitu kepada:

1. Bapak Prof .Dr Patuan Raja, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M. Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Heru Sulistianta, M. Or, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung dan selaku penguji utama.
4. Keluarga besarku yang selalu mendoakan dan memotivasi serta menanti kesuksesanku, ayah, ibu kakak dan adik yang selalu mendukungku, dan suamiku yang selalu memberikan motivasi.
5. Teman-teman seperjuanganku Pendidikan Jasmani angkatan 2015 serta kakak dan adik tingkatku yang tidak dapat disebutkan namanya satu-persatu. Para sahabatku yang terus memberikan semangat yang sangat luar biasa . Terima kasih atas doa, dukungan, bantuan dan kebersamaanya selama ini.

Semoga Allah SWT memberikan berkah dan rahmat-Nya serta mebalas kebaikan kita semua. Akhir kata dengan penuh harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan Allah SWT akan selalu memberikan kekuatan kepada kita semua, amin.

Bandar Lampung, 27 September 2021
Penulis

Maya Regita Cahyani

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Pengembangan Model.....	8
B. Pendidikan Jasmani	12
C. Latihan.....	13
D. Belajar Gerak	16
E. Gerak Lokomotor	22
F. Gerak Nonlokomotor.....	24
G. Gerak Manipulatif	26
H. Karakteristik Anak Usia Dini	28
I. Penelitian Relevan.....	29
J. Kerangka Berfikir.....	33
K. Hipotesis.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metodologi Penelitian	34
B. Karakteristik Model Yang dikembangkan	36
C. Langkah-langkah Pengembangan Model	36
1. Penelitian pendahuluan	37
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	38
3. Validasi, Revisi dan Ujicoba Model	39
4. Pengumpulan Data dan analisis data.....	41
5. Implementasi Model.....	42

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pengembangan Model.....	43
1. Hasil Analisis Kebutuhan	43
2. Hasil Data Analisi Kebutuhan	44
B. Kelayakan Model.....	46
C. Efektivitas Model.....	48
1. Hasil Tahap Pertama/Ujicoba Kelompok Kecil.....	48
2. Hasil Tahap Kedua/Ujicoba Kelompok Besar.....	49
D. Pembahasan	50
1. Penyempurnaan Produk	50
2. Pembahasan Produk.....	50
3. Keterbatasan Produk.....	51

BAB V KESIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan	52
B. Saran dan Rekomendasi.....	53

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

1. Gerak Lokomoto	24
2. Gerak Non Lokomotor	25
3. Gerak Manipulatif	27
4. <i>Chart</i> Langkah-Langkah Pengembangan Adaptasi dari Borg, W.R dan Gall, M.D.....	32

DAFTAR TABEL

1. Analisis Persentase Hasil Evaluasi Oleh Ahli	42
2. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan	45
3. Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan Gerak	46
4. Hasil Revisi Dari Ahli Terhadap Model Gerak dasar lokomotr, non lokomotot dan manipulatif	48
5. Hasil Validasi Angket Uji Pakar Bahasa, Motorik, Pembelajaran.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Izin Penelitian	56
2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	57
3. Surat Keterangan Evaluasi Ahli	58
4. Data Penelitian	59
5. Foto Penelitian.....	60

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ruang lingkup pendidikan jasmani salah satunya adalah pembentukan gerak, yang meliputi keinginan untuk bergerak. Mengenal kemungkinan gerak itu sendiri, memiliki keyakinan gerak dan perasaan sikap (kinestetik) dan memperkaya kemampuan gerak. Gerak (motor) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor digunakan untuk mempelajari perkembangan gerak pada manusia.

Ciri- ciri anak usia dini adalah bergerak, setiap anak menggunakan seluruh waktunya untuk bergerak, yaitu gerakan kasar yang menggunakan sebagian besar tubuhnya, seperti berlari, melompat, dan melempar. Ia juga melakukan gerakan tubuh yang bersifat keterampilan terbatas, seperti menarik, menempel, dan mendorong, kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dibawa sejak lahir.

Gerak dasar adalah suatu pola gerakan yang menjadi dasar gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks. Pada dasarnya gerak dasar pada manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar. Semua kemampuan tersebut harus dimiliki oleh anak dengan baik,

agar anak memiliki landasan untuk dapat mengemb/angkan kemampuan gerak yang lebih kompleks.

Gerak dasar terdiri dari gerak lokomotor, non lokomotor, dan gerak manipulatif yang harus dapat dilakukan anak dengan benar, sehingga perkembangan gerak yang ia miliki kelak akan dapat mendukung setiap aktivitas gerak yang ia lakukan.

Ketiga klasifikasi tersebut merupakan gerakan yang mendasari aktivitas fisik yang kompleks. Adapun tiga kategori tersebut meliputi,

(1) Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam suatu ruang atau dari tempat ke tempat lain. (2) Keterampilan non-lokomotor atau keterampilan stabilitas, yaitu gerakan yang dilakukan dengan meminimalisasi atau tanpa bergerak dari tempatnya atau landasan. (3) Keterampilan manipulatif, ada dua *klasifikasi* dalam keterampilan manipulatif yaitu *receptive* dan *propulsive*, keterampilan *receptive* adalah keterampilan menerima sesuatu objek seperti menangkap, sedangkan keterampilan *propulsive* ditandai dengan penerapan gaya terhadap suatu objek seperti melempar, dan memukul.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, gerak dasar dapat diartikan sebagai gerak pengulangan yang dilakukan secara terus-menerus dari kebiasaan serta menjadikannya sebagai dasar dari pengalaman yang dibagi menjadi tiga pola atau kategori, yaitu gerak lokomotor, gerak non-lokomotor dan gerak manipulatif.

Gerakan tubuh ternyata merupakan perantara aktif untuk mengembangkan kemampuan persepsi motorik, dengan mengikuti kegiatan motorik, pada diri anak akan timbul rasa senang dan percaya diri karena anak dapat berprestasi, dengan melakukan gerakan menuju kebugaran sesungguhnya, anak dapat terbantu proses belajarnya karena olah gerak tubuh dapat mempengaruhi aspek kognitif dan emosi-sosial anak.

Secara naluri anak-anak cenderung selalu aktif bergerak, mereka bergerak berdasarkan rasa ingin tahu terhadap segala sesuatu yang ada di sekitarnya. Aktivitas motorik pada anak akan tumbuh seiring dengan proses tumbuh kembang yang harus mereka lalui. Kemampuan motorik anak akan berkembang menjadi suatu keterampilan motorik tertentu. Hal itu akan tergantung sejauh mana mereka mendapat pengalaman- pengalaman gerak dari lingkungan sekitarnya. Peran orang tua, guru, teman dan orang-orang terdekat serta sarana prasarana akan sangat mempengaruhi hal itu.

Tubuh yang selalu aktif bergerak, ternyata tak hanya bisa memberi pengaruh positif pada kondisi fisik, namun juga akan berpengaruh pada kondisi psikologis, intelektual, dan sosialnya. Anak-anak pun bakal mempelajari segala macam yang ada di dunia melalui aktivitas motoriknya sesuai dengan tahapan perkembangan psikomotornya. Anak-anak yang mendapat lingkungan yang kondusif akan menjadikannya sebagai anak-anak yang aktif, bugar, kreatif dan terampil. Seiring dengan penambahan usia dan dipengaruhi oleh faktor latihan, gerakan-gerakan tersebut akan menjadi semakin sempurna. Proses gerakn yang terus-menerus terulang tanpa adanya variasi, selain itu

keterampilan capainya gerak kurang efektif dalam proses peningkatan gerak dasar anak, selain gerakan yang efektif dan efisiensi dibutuhkan gerakan yang aman dilakukan untuk menjaga anak-anak agar tidak terjadi cedera pada saat melaksanakan gerakan, teknik yang mudah digunakan perlu dilakukan sehingga anak akan tetap melakukannya dengan baik. Beranjak dari pemikiran bahwa anak usia dini selalu ingin bergerak walau dalam keadaan lelah sekalipun, oleh karena itu memungkinkan diperlukannya metode atau model guna untuk meningkatkan keterampilan gerak karena selama ini

Berdasarkan observasi di lapangan, baik guru olahraga, pelatih kurang dalam cara mengatasi permasalahan tersebut dikarenakan tidak adanya model untuk meningkatkan keterampilan gerak pada anak usia dini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti diharapkan dapat menjadi solusi dalam permasalahan tersebut. Pada hakikatnya gerak sendiri akan bermuara pada kemampuan multilateral, yaitu pemahaman terhadap beberapa keterampilan gerak. fungsi dari kemampuan multilateral itu sendiri kelak akan membuat anak mampu memiliki prestasi maksimal tanpa ada hambatan berarti.

Berdasarkan pengamatan di lapangan *kids zone*, bahwa anak sangat antusias dalam melakukan keterampilan gerak sehingga sangat dibutuhkan model keterampilan gerak guna menunjang kemampuan anak agar maksimal. metode dan variasi latihannya yaitu gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif yang sesuai dengan karakteristik mereka dan diiringi dengan motivasi untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka. Metode latihannya disusun secara sistematis dan bersifat menyenangkan. Sehingga peneliti akan

melakukan penelitian dengan judul “Pengembangan Model Gerak Dasar Lokomotor, Non- Lokomotor, dan Manipulatif untuk Kelompok Usia Dini”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi masalah yaitu:

1. Perlu adanya model yang dapat meningkatkan keterampilan gerak.
2. Dalam latihan bergerak perlu adanya ruang dan waktu guna menggali potensi keterampilan gerak maksimal pada anak.
3. Meminimalisir terjadinya cedera dengan belajar keterampilan gerak di usia dini.
4. Dengan model keterampilan gerak, anak dapat belajar dengan mudah teknik berbagai cabang olahraga.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kebutuhan pengembangan model gerak dasar lokomotor untuk kelompok usia dini?
2. Bagaimana keberhasilan pengembangan model gerak dasar non-lokomotor, untuk menggali potensi maksimal gerak anak kelompok usia dini?
3. Bagaimana keberhasilan pengembangan model gerak dasar manipulatif untuk menggali potensi maksimal gerak anak kelompok usia dini?
4. Bagaimana pengembangan model gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan maipulatif dalam menguasai teknik gerak dasar anak usia dini untuk memilih cabang olahraga yang diminati ?

D. Tujuan penelitian

1. Menganalisis adanya kebutuhan pengembangan model gerak dasar lokomotor untuk kelompok usia dini.
2. Menganalisis keberhasilan dan keefektifan pengembangan model gerak dasar non-lokomotor kelompok usia dini.
3. Menganalisis keberhasilan pengembangan model gerak dasar manipulatif untuk menggali potensi maksimal gerak anak kelompok usia dini?
4. Menganalisis keberhasilan pengembangan model gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dapat mendasari anak usia dini dalam menguasai serta meningkatkan kemampuan cabang olahraga yang diminati.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi model pengembangan baru dalam gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, manipulatif sebagai variasi baru model latihan.

2. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan pelatih dalam metode melatih dan pengembangan baru dalam variasi gerak dasar lokomotor, nonkolomotor dan manupulatifserta menerapkan dalam melatih dan pengembangan kelas yang lebih baik.

3. Prodi Penjaskes

Sebagai bahan informasi bagi pihak yang berkepentingan dibidang tersebut terhadap pembinaan prestasi olahraga khususnya gerak dasar dan

sebagai salah satu bahan referensi untuk menentukan program latihan yang sesuai di tiap individu khususnya gerak dasar.

4. Bagi Cabor

Sebagai referensi dasar dalam menentukan rangkain gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif yang nantinya berorientasi dalam pengembangan keterampilan gerak dasar lanjutan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pengembangan Model

Penelitian pada dasarnya adalah suatu proses kegiatan yang dilakukan untuk mencari jawaban dari pertanyaan yang ada atau untuk memecahkan masalah yang dilakukan dalam penerapan metode ilmiah berdasarkan proses berfikir yang logis.

Menurut Imam Gunawan (2016:79) penelitian adalah “proses yang digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis informasi guna meningkatkan pemahaman kita pada suatu topik”. Penelitian menurut Djamal (2015:5) adalah “kegiatan (penyelidikan) ilmiah yang dilakukan secara sistematis dengan menggunakan metode atau pendekatan tertentu dalam rangka memecahkan suatu masalah sehingga diperoleh kebenaran atau dalil dan bahkan suatu teori baru”.

Menurut Hamid Darmadi (2011:24) “Penelitian adalah usaha seseorang yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan metodologi seperti observasi sistematis terkontrol, mendasarkan pada teori yang ada dan diperkuat dengan fakta dan gejala yang ada”. Penelitian adalah kegiatan (penyelidikan) ilmiah yang dilakukan secara sistematis dengan menggunakan metode atau pendekatan tertentu dalam rangka memecahkan suatu masalah

sehingga diperoleh kebenaran atau dalil dan bahkan suatu teori baru”. Metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan rancangan produk baru, menguji keefektifan produk yang telah ada, serta mengembangkan dan menciptakan produk baru.

Penelitian pengembangan merupakan penelitian yang tidak digunakan untuk menguji teori, akan tetapi apa yang dihasilkan di uji dilapangan kemudian direvisi sampai hasilnya memuaskan. Penelitian Pengembangan menurut Setyosari (2015:277) yaitu, suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan, dapat berupa proses, produk dan rancangan”.

Penelitian pengembangan merupakan suatu penelitian yang mendasarkan pada pembuatan suatu produk yang efektif, diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan uji coba produk. Pada proses pengembangan, peneliti tetap melakukan observasi dari perancangan produk tersebut sampai pada saat uji produk tersebut di lapangan.

Menurut Sukmadinata (2005:164) menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan adalah “suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada yang dapat dipertanggungjawabkan”.

Langkah-langkah untuk mengembangkan produk atau untuk menyempurnakan produk yang sudah ada dapat dilakukan dengan menganalisa kebutuhan, peneliti dapat mendesain konsep yang akan dikembangkan dengan

menganalisa kebutuhan. Proses tersebut agar hasil penelitian dapat mencapai hasil yang diinginkan dan menyempurnakan hasil produk sebelumnya.

Penelitian dan pengembangan didefinisikan sebagai metode penelitian yang dilakukan secara sengaja, sistematis, bertujuan untuk menemukan, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan, menguji keefektifan produk, model, metode/cara, prosedur tertentu yang lebih baik, baru, efektif, efisien produktif, dan bermakna.

Menurut Sugiyono (2015:26) Metode Penelitian dan Pengembangan adalah “metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan rancangan produk baru, menguji keefektifan produk yang telah ada, serta mengembangkan dan menciptakan produk baru”.

Penelitian pengembangan merupakan suatu siklus yang diawali dari adanya suatu kebutuhan yang membutuhkan pemecahan masalah dengan menggunakan suatu produk tertentu untuk di uji tingkat ke efektifitasnya, dilanjutkan membuat produk pengembangan dan diuji produk pengembangan tersebut. Produk dievaluasi dan direvisi berdasarkan dari hasil uji coba yang dilakukan. Dengan kata lain penelitian dan pengembangan (*research and development*) menitik beratkan pada pengembangan produk yang telah ada untuk di revisi agar menjadi lebih menarik sehingga nilai kebermanfaatannya bertambah. Apabila produk baru telah teruji, maka produk tersebut apabila digunakan akan lebih mudah, lebih cepat dan kuantitas serta kualitas produk yang dihasilkan akan sesuai seperti yang diharapkan. Berdasarkan pengertian

tersebut dalam penelitian ini berusaha untuk mengembangkan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk kelompok usia dini.

Kesimpulannya bahwa penelitian pengembangan adalah penelitian yang mendasarkan pada pembuatan atau pengembangan suatu produk yang efektif yang diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk, dan uji coba produk. Pengembangan model merupakan hasil penelitian yang berorientasi pada hasil pengembangan produk, jadi penelitian dan pengembangan dapat menghasilkan produk dan dapat diuji keefektifitasan dari produk tersebut.

Model pada dasarnya merupakan sesuatu yang menggambarkan adanya pola berfikir. Sebuah model biasanya menggambarkan keseluruhan konsep yang saling berkaitan. Model juga dapat dipandang sebagai upaya untuk mengkonkritkan sebuah teori sekaligus juga merupakan sebuah analogi dan representasi dari variable-variabel yang terdapat dalam teori tersebut.

Berdasarkan hal tersebut maka model merupakan suatu bentuk tiruan dari aslinya dengan tujuan memperoleh sesuatu yang ideal dengan memperhatikan faktor fisiologis, fasilitas, dan lingkungan sosial atlet. Melalui model-model latihan ini atlet diberikan kebebasan dalam memilih model latihan yang dapat membantu dalam kegiatan latihan gerak dasar. Dengan demikian model merupakan cara atau variasi yang dilakukan guna mencapai tujuan perbaikan sistem organisasi dan fungsinya untuk mengoptimalkan keterampilan.

B. Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai “jembatan” untuk mencapai tujuan, untuk mencapai tujuan tersebut tentunya diperlukan adanya inovasi model pembelajaran. Pengembangan model pembelajaran merupakan salah satu bentuk dari penerapan pendekatan sistem dalam kegiatan pembelajaran yang notabene telaah suatu proses sistematis yang menghasilkan suatu sistem pembelajaran yang siap untuk digunakan dengan tepat. Sebelum melakukan inovasi dalam pendidikan, seorang murid tentunya dibekali dengan modalitas untuk melakukan proses belajar itu sendiri.

Pendidikan jasmani Menurut Rosdiani (2012:22) adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk dapat mengembangkan dan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Selanjutnya, rosdiani (2012:23) mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan yang artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk.

Menurut Aip Syaifudun, dkk (dalam Nurhadi Santoso, 2009:3) pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan

pembentukan watak, serta nilai positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Tujuan pendidikan jasmani menurut Bloom dan Krathwohl (dalam Abdullah, dkk, 1994:15) tujuan pendidikan jasmani dapat digolongkan menjadi 3 ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor, ranah kognitif mencakup hasil intelektual seperti pengetahuan, pemahaman, kemampuan berfikir. Ranah afektif mencakup pada perasaan dan emosi seperti, minat, sikap, apresiasi. Ranah psikomotor mencakup keterampilan gerak siswa.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang melibatkan aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis dan bertahap berdasarkan tingkat pertumbuhan serta perkembangan, meningkatkan kemampuan jasmani, membentuk watak, intelektual guna mencapai tujuan pendidikan nasional.

C. Latihan

Latihan merupakan proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Proses dari suatu latihan merupakan suatu dasar dari peningkatan efektifitas jasmani. Oleh karena itu kita harus terlebih dahulu mengerti dan memahami arti dari latihan. Latihan merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas fungsional organ tubuh pelakunya. Oleh sebab itu latihan yang dilakukan harus disusun dan dilaksanakan secara tepat dan benar sesuai dengan tujuan

yang ingin dicapai. Latihan dengan cara yang tidak tepat akan mempengaruhi perkembangan anak, baik secara fisiologi ataupun psikologis.

Menurut Lumintuarso (2013:45) mengatakan bahwa “latihan pada dasarnya merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk membantu individu dalam meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotornya”.

Latihan merupakan suatu rangkaian dari beberapa proses latihan yang tersusun secara sistematis, dilakukan secara berulang-ulang, kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Sistematis maksudnya bahwa pelatihan yang dilaksanakan secara beraturan, berencana, sesuai jadwal, menurut pola dan sistem tertentu, metodis, berkesinambungan dari yang level mudah ke yang lebih sulit. Berulang-ulang maksudnya bahwa gerakan yang baik tidaklah bisa dilakukan secara langsung namun dengan proses pengulangan yang terus menerus sampai terjadi gerak otomatis yang baik.

Latihan harus memiliki perencanaan yang jelas agar tujuan latihan dapat tercapai seperti yang diinginkan. Menurut Johansyah Lubis (2013:11) “penyusunan atau perencanaan program latihan adalah mengarahkan latihan selama jangka panjang (waktu tertentu). Berlatih tentunya harus memperhatikan tujuan latihan. Tujuan umum latihan menurut Bompas dalam Tangkudung dan Wahyuningtyas (2012:43) meliputi:

- a. Untuk mencapai dan meningkatkan perkembangan fisik secara multilateral;
- b. Untuk meningkatkan dan mengamankan perkembangan fisik yang spesifik, sesuai dengan kebutuhan olahraga yang ditekuni.

- c. Untuk menghasilkan dan menyempurnakan teknik dari cabang olahraganya.
- d. Untuk meningkatkan dan menyempurnakan teknik maupun strategi yang diperlukan.
- e. Untuk mengelola kualitas kemauan.
- f. Untuk menjamin dan mengamankan persiapan individu maupun tim secara optimal.
- g. Untuk memperkuat tingkat kesehatan tiap atlet.
- h. Untuk mencegah cedera
- i. Untuk meningkatkan pengetahuan teori.

Sasaran latihan secara umum adalah untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan. Sedangkan tujuan dan sasaran jangka pendek waktu persiapan yang dilakukan kurang dari satu tahun. Sasaran dan tujuan utamanya langsung diarahkan pada peningkatan unsur-unsur yang mendukung kinerja fisik seperti, kekuatan, kecepatan, ketahanan, power, kelincahan, kelentukan, dan ketrampilan teknik cabang olahraga.

D. Belajar Gerak

Kemampuan gerak merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Menurut Widiyastuti (2014:37) Konsep pembelajaran gerak merupakan dasar bagi pelaksanaan proses pembelajaran dan pelatihan gerak atau keterampilan gerak. Keterampilan gerak merupakan kemampuan untuk

melakukan gerakan secara efisien serta perwujudan dari kualitas koordinasi dan kontrol atas bagian bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan.

Dalam Prosesnya, latihan berkaitan erat dengan belajar gerak. Menurut Gallahue (2006:17) Belajar gerak (*motor learning*) adalah merupakan perubahan yang relatif permanen dalam kinerja atau berhubungan dengan perubahan perilaku gerak yang dihasilkan berkat latihan atau pengalaman di masa lalu.

Menurut Rink (2010:22), belajar gerak diartikan sebagai suatu perubahan keadaan diri seseorang yang berupa peningkatan keterampilan secara relatif tetap sebagai hasil latihan atau pengalaman. Pembelajaran gerak adalah serangkaian proses yang dihubungkan dengan latihan atau pengalaman yang menuju atau mengarah pada perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil.

Berdasarkan pada beberapa pengertian yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa belajar keterampilan gerak dapat dipengaruhi oleh proses pembelajaran dan pengalaman dan keterampilan gerak merupakan proses latihan yang bertujuan untuk merubah kemampuan agar dapat melakukan gerakan-gerakan yang diinginkan dengan baik.

Dalam pembelajaran gerak disekolah perlu memperhatikan tahapan-tahapan perubahan motorik siswa. Menurut S. Nasution dalam Sugiyanto (2006:267) mengungkapkan bahwa belajar adalah perubahan urat-urat, perubahan pengetahuan, dan perubahan perilaku, yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan. Kemampuan motorik merupakan salah satu indikator kebugaran yang

penting pada setiap individu yang erat kaitannya dengan pencapaian kualitas fisik dan kualitas keterampilan gerak. Kemampuan motorik adalah sebagai suatu kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan kemampuan fisik untuk dapat melaksanakan suatu gerakan, atau dapat pula didefinisikan bahwa kemampuan motorik adalah kapasitas penampilan seseorang dalam melakukan suatu gerak. Kesimpulan dari pendapat di atas adalah bahwa belajar gerak adalah seperangkat proses yang berhubungan dengan latihan dan pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan permanen dalam perilaku terampil, dalam proses belajar gerak ada tiga tahapan yang harus dilalui oleh siswa untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna (otomatis).

Tiga tahapan belajar gerak ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya adalah prasyarat untuk tahap berikutnya. Apabila ketiga tahapan belajar gerak ini tidak dilakukan oleh guru pada saat mengajar pendidikan jasmani, maka guru tidak boleh mengharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani yang ideal.

1. Tahap Kognitif

Tahap kognitif merupakan awal dari tahapan pembelajaran menurut model Fitt dan Potsner. Selama tahap ini, peserta didik pertama kali akan diperkenalkan pada keterampilan motorik baru dan tugas utamanya adalah untuk mengembangkan pemahaman tentang persyaratan gerakan. Pada tahap ini proses belajar diawali dengan aktif berpikir tentang gerakan yang dipelajari. Penampilan motorik selama tahap ini ditandai oleh sejumlah

besar kesalahan, penampilan yang sangat bervariasi yang menunjukkan kurangnya konsistensi dari suatu percobaan lainnya, dan meskipun siswa mungkin menyadari bahwa mereka melakukan sesuatu yang salah, mereka umumnya tidak tahu apa yang harus dilakukan untuk memperbaiki penampilannya tersebut. Tahap ini memiliki ciri siswa menjadi tahu tentang gerakan yang dipelajari, sedangkan penguasaan gerak masih belum baik karena masih dalam taraf mencoba-coba gerakan.

Guru memainkan peran penting dalam tahapan ini, yaitu dalam mendeteksi dan mengoreksi kesalahan peserta didik sebab walaupun siswa mengetahui kesalahannya tapi dalam tahap ini mereka belum memiliki kemampuan untuk menentukan penyebab spesifik dari kesalahan dan tidak mungkin dapat membuat penyesuaian yang diperlukan.

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik, setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk *motor-plan*, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak, apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

2. Tahap Asosiatif

Tahap asosiatif atau tahap menengah yang juga disebut tahap “penyempurnaan” yaitu siswa fokus pada penampilan keterampilan agar berhasil dan menjadi lebih konsisten dari percobaan satu ke percobaan yang selanjutnya, dan selama tahap ini variabilitas penampilan berkurang serta siswa memiliki kemampuan untuk mendeteksi dan mengidentifikasi beberapa kesalahan yang dilakukan.

Tahap ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerak dimana siswa sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian yang tidak tersendat-sendat pelaksanaannya. Penampilan menjadi lebih konsisten dengan tetap mempraktikkan atau latihan berulang-ulang maka pelaksanaan gerakan akan menjadi semakin efektif dan efisien, serta kesalahan gerakan semakin berkurang.

Tahap ini bercirikan siswa menjadi semakin mampu tidak hanya mendeteksi penyebab kesalahan, tetapi juga untuk mengembangkan strategi yang tepat untuk menghilangkan kesalahan tersebut. Pemberian informasi tentang kesalahan tetap penting bagi peningkatan keterampilan dan untuk pengembangan lebih lanjut dalam mendeteksi dan mengoreksi kesalahan siswa.

Pada tahap ini siswa mulai mempraktikkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan. Pada tahap latihan ini siswa

diharapkan mampu mempraktikkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulang-ulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari.

Apakah gerak yang dipelajari itu gerakan yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup, apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

Dapat disimpulkan bahwa tahap asosiatif merupakan tahap penyempurnaan pola gerakan dari tahap kognitif yang ditandai dengan gerakan yang semakin efektif dan efisien dimana kesalahan gerakan semakin berkurang.

3. Tahap Otomatis

Tahap otomatis adalah tahap akhir dari model tahap gerak. Pada tahap otonom, penampilan mencapai tingkat tertinggi keahlian dan telah menjadi otomatis. Tahap ini ditandai dengan penampilan gerak siswa menjadi konsisten, percaya diri, membuat sedikit kesalahan dan biasanya dapat mendeteksi dan memperbaiki kesalahan yang terjadi. Variabilitas penampilan selama tahap ini sangat sedikit, keterampilan siswa menjadi lebih konsisten dari satu percobaan ke percobaan berikutnya dan kualitas pembelajaran dan latihan serta jumlah latihan adalah faktor penting dalam menentukan keberhasilan pada tahap ini.

Pada tahap ini, peran guru atau pelatih diperlukan dalam upaya melayani siswa dalam kapasitas sebagai motivator untuk membantu siswa mencapai

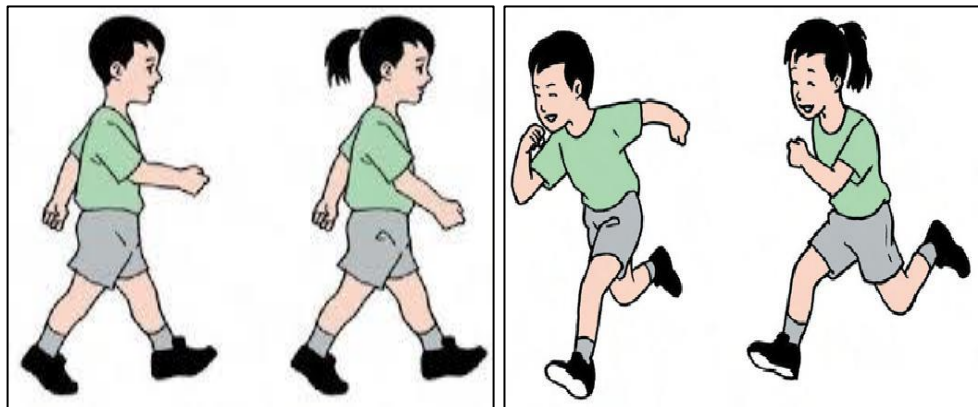
potensi peserta didik. Pada tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, karena siswa telah memasuki tahap gerakan otomatis, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda-tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas gerak tanpa berpikir lagi terhadap apa yang akan dan sedang dilakukan dengan hasil yang baik dan benar.

E. Gerak Lokomotor

Gerak Lokomotor adalah gerakan berpindah tempat, dimana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat. Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*). Menurut Yudanto dalam Hidayat (2017:23) Gerak lokomotor dapat diartikan sebagai gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Bentuk gerak lokomotor diantaranya berjalan, berlari, berjingkat, melompat dan meloncat, berderap, merayap dan memanjat. Selanjutnya menurut Mahendra dalam Hidayat (2017:23) Menyatakan bahwa gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain, baik secara horisontal maupun secara vertikal.

Keterampilan lokomotor didefinisikan sebagai keterampilan berpindahnya individu dari satu tempat ke tempat yang lain. Sebagian besar keterampilan lokomotor berkembang dari hasil dari tingkat kematangan tertentu, namun latihan dan pengalaman juga penting untuk mencapai kecakapan yang matang.

Keterampilan lokomotor misalnya berlari cepat, mencongklang, meluncur, dan melompat lebih sulit dilakukan karena merupakan kombinasi dari pola-pola gerak dasar yang lain. Keterampilan lokomotor membentuk dasar atau landasan koordinasi gerak kasar (*gross skill*) dan melibatkan gerak otot besar. Gerakan-gerakan lokomotor adalah gerakan-gerakan yang pergi ke mana saja. Para ahli mendefinisikan gerakan lokomotor sebagai gerakan-gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat atau mengembara dalam berbagai ruang, sehingga dalam bahasa Inggris disebut juga *traveling*. Gerakan-gerakan inilah yang kemudian menjadi dasar bagi perkembangan koordinasi gerakan yang melibatkan otot-otot besar (*gross-muscles*), pertumbuhan otot, daya tahan dan stamina, di samping merupakan bagian yang menggembirakan anak.



Gambar 1. Gerak Locomotor
Sumber : Hidayat (2017 : 23)

Tujuan dari pembelajaran gerakan berjalan dan berlari adalah untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar fundamental yang paling banyak digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun sifatnya sangat alamiah, dan semua anak normal biasanya sudah menguasai gerakan dasar ini pada usia-usia awal mereka, bukan berarti bahwa gerakan dasar tersebut tidak perlu

dilatih. Melatih untuk dapat memperbanyak pengalaman anak dalam berjalan dan berlari, tentunya akan dapat meningkatkan efisiensi dari gerakan itu sendiri, di samping akan membantu anak dalam meningkatkan kekuatan dan daya tahan dari otot-otot yang digunakan.

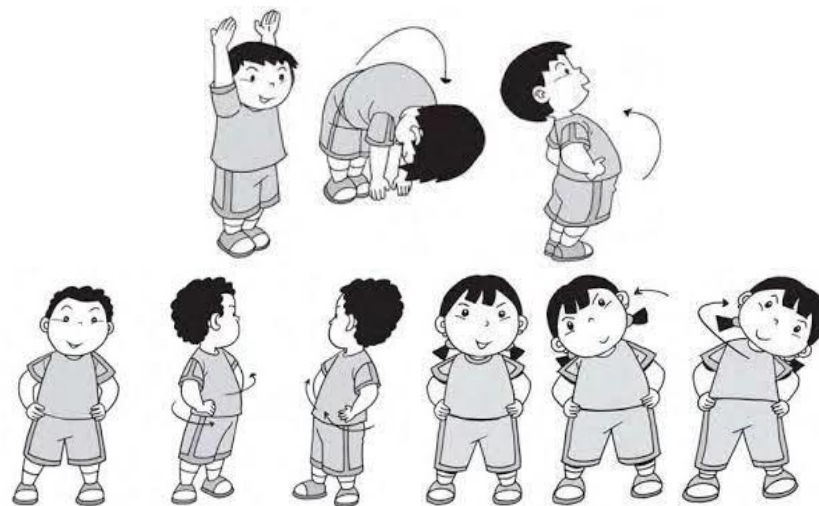
Hal lain yang perlu disadari adalah hakikat dari perluasan yang mungkin dilakukan ketika gerak dasar ini dilakukan dengan cara-cara yang berbeda. Anak secara tidak langsung diperkaya perbendaharaan gerakannya, sehingga memiliki khasanah gerak dasar yang juga semakin kaya.

F. Gerak Non-Lokomotor

Gerakan non-lokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan berpindah tempat. Umumnya anak-anak kurang menyukai gerakan-gerakan ini dibanding kepada gerakan-gerakan lokomotor. Ini bisa dimaklumi mengingat sifat pergerakan dari keduanya memang berbeda dengan membawa cirinya masing-masing. Tantangan di dalam mengajarkan gerakan-gerakan ini terletak pada bagaimana pelajaran ini bisa meluaskan pemikiran anak-anak sehingga gerakan-gerakan non-lokomotor menjadi suatu bagian yang menyenangkan dari perbendaharaan gerakan mereka.

Menurut Saputra dalam Hidayat (2017:23) Gerak non-lokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat. Tanpa ada ruang gerak yang memakai kemampuan nonlokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain. Menurut Menurut Yudha M. Saputra

(2000:20) gerak nonlokomotor adalah gerakan yang dilakukan di tempat. Tanpa ada ruang gerak yang memakai kemampuan nonlokomotor terdiri dari menekuk dan merenggang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat, memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain. Keterampilan non lokomotor adalah jenis keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tangan tetap berpegang pada pegangan.



Gambar 2. Gerak Non-Lokomotor
Sumber : Hidayat (2017 : 23)

Gerakan non-lokomotor dapat diartikan juga sebagai keterampilan stabil, gerakan yang dilakukan tanpa atau hanya sedikit sekali bergerak dari daerah tumpuannya. Dapat juga didefinisikan sebagai gerakan-gerakan yang dilakukan dengan gerakan yang memerlukan dasar-dasar penyangga yang minimal atau tidak memerlukan penyangga sama sekali atau gerak tidak berpindah tempat gerakan stabilisasi (*nonlokomotor*) termasuk didalamnya.

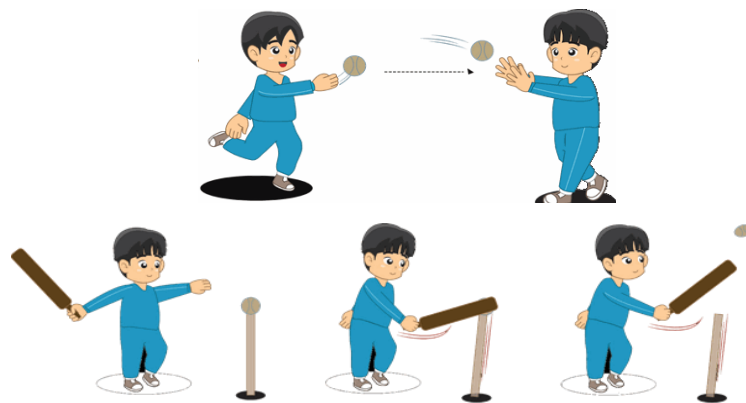
G. Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif melibatkan tindakan mengontrol suatu objek khususnya dengan tangan dan kaki. Ada dua klasifikasi keterampilan dari gerak manipulatif, yaitu reseptif dan propulsif. Keterampilan reseptif adalah menerima suatu objek seperti menangkap dan keterampilan propulsif memiliki ciri pengerahan gaya atau kekuatan terhadap suatu objek, seperti memukul, melempar, memantul atau menendang.

Gerak manipulatif adalah gerak yang dikembangkan ketika anak tengah menguasai bermacam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Bentuk-bentuk gerak manipulatif terdiri dari gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang), gerakan menerima (menangkap) dan gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola (Saputra dalam Hidayat 2017:24).

Keterampilan manipulatif adalah bagian dari keterampilan dasar yang harus dipelajari anak bersama-sama dengan keterampilan lokomotor dan nonlokomotor. Di sebut manipulatif, karena pada keterampilan ini, anak-anak harus berhubungan dengan benda di luar dirinya yang harus dimanipulasi sedemikian rupa sehingga terbentuk satu keterampilan. Keterampilan-keterampilan tersebut bisa melempar, menendang, menangkap, menyetop bola, memukul dengan raket, memukul dengan pemukul softball, dsb. Sedangkan benda-benda yang dilibatkan adalah berupa bola, pemukul, raket, balon, simpai, dsb.

Walaupun sebagian besar keterampilan manipulatif menggunakan tangan dan kaki, tetapi bagian-bagian tubuh yang lain juga dapat digunakan. Manipulasi terhadap objek tertentu mengarah pada koordinasi mata-tangan dan mata-kaki yang lebih baik, terutama penting untuk gerakan-gerakan yang mengikuti jalan atau alur (*tracking*) pada tempat tertentu.



Gambar 3. Gerak Manipulatif
Sumber : Hidayat (2017 : 24)

Keterampilan manipulatif merupakan dasar-dasar dari berbagai keterampilan permainan (*game skill*). Gerakan yang memerlukan tenaga, seperti melempar, memukul, dan menendang dan gerakan menerima objek, seperti menangkap merupakan keterampilan yang penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan berbagai jenis bola. Gerakan melambungkan atau mengarahkan objek yang melayang, seperti bola voli merupakan bentuk keterampilan manipulatif lain yang sangat penting. Kontrol terhadap suatu objek yang dilakukan secara terus menerus, seperti menggunakan tongkat atau simpai juga merupakan aktivitas manipulatif.

H. Karakteristik Anak Usia Dini

Anak usia dini cenderung merupakan anak sekolah dasar adalah anak yang memiliki rentang usia dari 7 sampai 12 tahun. Pada usia ini menanamkan kecintaan terhadap ilmu pengetahuan sangatlah mudah. Manusia selalu mengalami proses perkembangan yang cukup panjang.

Perkembangan manusia bahkan sudah dimulai saat masa prakelahiran, menuju ke masa bayi, masa anak-anak, masa remaja, hingga masa dewasa. Pada usia anak-anak hingga menuju usia remaja, manusia mengalami perkembangan kognitif yang begitu penting.

Menurut Piaget dalam Isjoni (2010:36), perkembangan kognitif anak melalui empat tahap yaitu: (1) tahap sensorimotor, berlangsung pada umur 0-2 tahun; (2) tahap praoperasional, yaitu umur 2-7 tahun; (3) tahap operasional konkret, yaitu umur 7-11 tahun; dan (4) tahap operasional formal yang berlangsung mulai umur 11 tahun ke atas.

Berdasarkan tahap-tahap perkembangan yang diungkapkan oleh Piaget, anak sekolah dasar atau anak usia dini berada pada tahap operasional konkret. Pada tahap ini, kemampuan anak untuk berpikir secara logis semakin berkembang. Asalkan obyek yang menjadi sumber berpikirnya adalah obyek nyata atau konkret.

Karakteristik anak usia dini yaitu senang bermain. Siswa-siswa sekolah dasar terutama yang masih berada di kelas-kelas rendah pada umumnya masih suka bermain. Oleh karena itu, guru sekolah dasar dituntut untuk mengembangkan

model-model pembelajaran yang bermuatan permainan, lebih-lebih untuk siswa kelas rendah.

Selain senang bermain anak usia dini juga senang bergerak. Anak usia dini berbeda dengan orang dewasa yang bisa duduk dan diam mendengarkan ceramah selama berjam-jam. Mereka sangat aktif bergerak dan hanya bisa duduk dengan tenang sekitar 30 menit saja. Oleh karena itu, guru harusnya merancang model pembelajaran yang menyebabkan anak aktif bergerak atau berpindah.

I. Penelitian yang relevan

- Penelitian (Novia, Dony, Nurohman, 2020) terbit dalam jurnal *Sport Science and Health* Vol 2. (9) berjudul **“Survey Keterampilan Gerak Lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada siswa kelas VII Sekolah Menengan Pertama”** Keterampilan gerak dasar dalam pendidikan jasmani telah diajarkan di jenjang pendidikan Sekolah Dasar(SD). Namun kenyataannya, hasil observasi saat mengikuti pembelajaran PJOK, sebagian besar siswa kelas VII SMP N 8 Malang mengalami kesulitan melakukan praktik teknik olahraga. Hasil wawancara dengan guru mengatakan bahwa kondisi itu karena siswa berasal dari latar belakang pendidikan sekolah dasar yang berbeda. Guru PJOK juga mengatakan belum pernah mengadakan tes keterampilan gerak dasar untuk siswa kelas VII. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh dan mengkaji informasi kondisi keterampilan gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada siswa kelas VII di SMP

Negeri 8 Kota Malang. Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Berdasarkan analisis data keterampilan gerak dasar siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Malang (1) gerak dasar lokomotor tergolong pada kondisi cukup baik, (2) gerak dasar nonlokomotor tergolong pada kondisi kurang baik, (3) gerak dasar manipulatif tergolong dalam kondisi cukup baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif siswa kelas VII SMP 8 Kota Malang pada taraf kurang dan cukup baik.

- Penelitian (Luthfiana Amatullah, Sri Sumarni, Herawati, 2018) terbit dalam jurnal *Tumbuh Kembang Universitas Sriwijaya* Vol 2. (1) berjudul **“Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Melalui Permainan Outbond pada Anak Kelompok di TK Az-Zahra Palembang”** Penelitian ini berjudul Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Melalui Permainan *Outbound* Pada Anak Kelompok B di TK Islam Az-Zahrah Palembang. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor di kelompok B1. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Action Research*). Subjek dalam penelitian ini ada 18 anak. Terdiri dari 9 anak laki-laki dan 9 anak perempuan. Berdasarkan hasil penelitian pada prasiklus keterampilan gerak dasar lokomotor awal 33% anak berkembang sesuai harapan. Kemudian diberikan tindakan pada siklus I penerapan kegiatan pembelajaran permainan outbound meningkat 61%. Pada siklus II penerapan kegiatan pembelajaran permainan

outbound menjadi 83 % anak berkembang sangat baik. Kesimpulannya keterampilan gerak dasar lokomotor melalui permainan outbound dapat meningkat.

- Penelitian (Dwi Septia, 2015) terbit dalam jurnal Pendidikan Usia Dini Edisi 9 Volume 1 berjudul **“Peningkatan Kemampuan Gerak Locomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi”** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan gerak lokomotor anak usia dini melalui kegiatan pembelajaran permainan lari estafet modifikasi. Penelitian dilaksanakan pada kelompok B Taman Kanak-kanak dengan jumlah anak 12 orang anak. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (*action research*) oleh Kemmis dan Taggart. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan tindakan pemberian siklus. Setiap siklus mempunyai empat kegiatan utama yaitu perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan serta refleksi. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari delapan kali pertemuan/tindakan. Analisis data menggunakan data kuantitatif dengan cara menganalisis data dari hasil catatan lapangan dan wawancara selama penelitian dengan langkah-langkah reduksi data dan verifikasi data. Pada pra siklus hasil persentase 47,08%, setelah dilakukan tindakan siklus I meningkat menjadi 62,39% dan siklus II menjadi 82,03%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan gerak lokomotor pada anak usia dini kelompok B yang dilakukan melalui pembelajaran permainan lari estafet modifikasi.

- Penelitian (Muhammad Wahyu Saputra, Kamal Firdaus, 2019) terbit dalam jurnal Pendidikan Olahraga Volume 2 no 8 berjudul “**Hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes**” 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 Dharmasray

J. Kerangka Berpikir

Perkembangan teknologi dan sistem pendidikan pada saat ini menjadikan kita sebagai pelatih atau guru harus menjadi lebih terpacu dalam mengembangkan dan meneliti perkembangan model dan variasi latihan gerak dasar lokomotor,

non-lokomotor, dan manipulatif. Dalam hal ini, peneliti menganalisis berbagai model latihan gerak dasar sebagai acuan untuk mengembangkan berbagai model latihan gerak dasar. Variasi latihan ini akan di analisis dan di validasi oleh pakar pembelajaran motorik, pakar pembelajaran, dan pakar bahasa yang hasilnya akan digunakan sebagai model latihan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk kelompok anak usia dini. Selain itu dari segi afektif dan efesiensinya model latihan ini menjadi salah satu bentuk latihan pengembangan variasi latihan yang baru. Model latihan ini menjadi salah satu sumbangsih peneliti terhadap perkembangan olahraga khususnya belajar gerak.

K. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan atau jawaban sementara yang harus di uji kebenarannya melalui penelitian ilmiah. Suharsimi Arikunto (2006:71) , mendefinisikan hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan uraian diatas maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu dengan variasi model latihan gerak dasar *locomotor*, *non-locomotor*, dan *manipulatif* dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar pada kelompok anak usia dini.

BAB III

METODE PENELITIAN

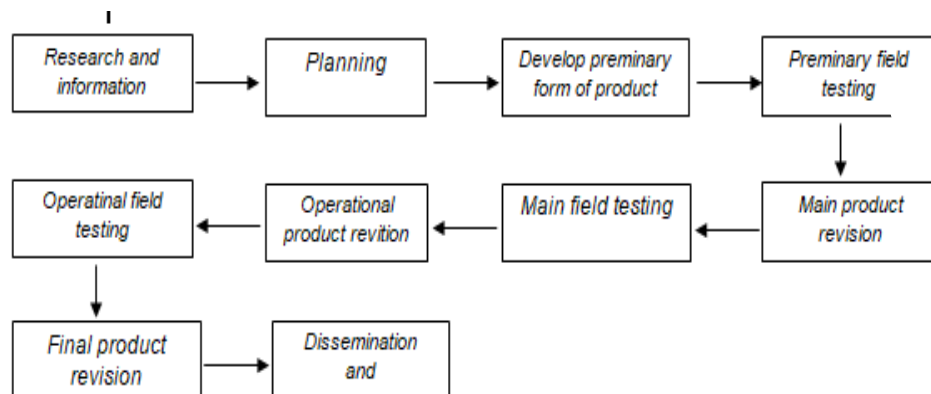
A. Metode Penelitian

Penelitian pengembangan model latihan kayang ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Borg dan Gall (1983:775) yang terdiri dari sepuluh langkah dalam penelitian, antara lain: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Development of the preliminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field test*. (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final produk* (10) *Dissemination and implementation*.

Penelitian dan pengembangan ini tentunya diharapkan akan dapat menghasilkan sebuah produk yang dapat digunakan sebagai model latihan gerak dasar *locomotor*, *non-lokomotor*, dan *manipulatif* untuk anak usia dini dengan desain model baru atau menyempurnakan yang telah ada secara lengkap sehingga bisa dijadikan salah satu sumber belajar lain dalam proses latihan.

Untuk mempermudah sistematika penelitian maka akan digambarkan menggunakan *chart* mengenai langkah-langkah penelitian dan pengembangan

yang digunakan oleh peneliti berdasarkan langkah-langkah penelitian yang diadopsi dari Borg dan Gall:



Gambar 4. *Chart* Langkah-Langkah Pengembangan Adaptasi dari Borg, W.R dan Gall, M.D.(1983 : 19)

Berdasarkan *chart* di atas dapat diterangkan langkah-langkah penelitian sebagai berikut:

- 1) Melakukan penelitian dan pengumpulan informasi (kajian pustaka, pengamatan subyek, persiapan laporan pokok persoalan)
- 2) Melakukan perencanaan (definisi keterampilan, perumusan tujuan, uji ahli, uji coba skala kecil)
- 3) Mengembangkan jenis/bentuk produk awal (penyiapan materi, penyusunan buku/modul dan perangkat evaluasi)
- 4) Melakukan uji coba lapangan tahap awal dengan menggunakan 10 subjek
- 5) Melakukan revisi produk berdasarkan masukan dan saran-saran dari ahli berdasarkan hasil uji coba lapangan tahap awal
- 6) Melakukan uji lapangan utama dengan 20 subjek

- 7) Melakukan revisi terhadap produk operasional, berdasarkan masukan dan saran-saran ahli dari hasil uji coba lapangan utama
- 8) Melakukan uji produk utama.
- 9) Melakukan revisi terhadap produk akhir berdasarkan saran dalam uji coba lapangan
- 10) Membuat buku produk

B. Karakteristik Model yang Dikembangkan

Pengembangan model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk anak usia dini yang akan disusun dan dikembangkan berupa model baru berdasarkan dari modifikasi model yang telah ada. Adapun sasarannya adalah:

1. Sasaran penelitian

Pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian pengembangan sebagai model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif adalah anak usia dini.

2. Subyek Penelitian

Teknik pengambilan subyek yang diterapkan dalam penelitian ini merupakan sampling jenuh/sensus, yang dikenal juga sebagai semua anggota populasi digunakan sebagai subjek penelitian.

C. Langkah-Langkah Pengembangan Model

Proses selanjutnya adalah menentukan langkah-langkah tahapan penelitian yang akan dilakukan. Langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang dikembangkan Borg and Gall meliputi :

- 1) Pertama adalah menentukan masalah atau potensi yang menjadi dasar pengembangan model latihan gerak dasarlocomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.
- 2) Selanjutnya dilakukan pengumpulan informasi sebagai landasan pemikiran dalam pembuatan konsep
- 3) Pembuatan model (rancangan produk), bentuk rancangan tersebut adalah model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk anak usia dini.
- 4) Validasi desain, dilakukan oleh ahli yang bersangkutan
- 5) Revisi, dari hasil uji ahli (validasi desain)
- 6) Ujicoba produk, dilakukan dengan mempraktekkan model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif di Kidszone.
- 7) Revisi hasil uji coba produk
- 8) Ujicoba pemakaian atau uji kelompok yang lebih besar
- 9) Revisi produk kedua, revisi dilakukan oleh ahli, guna memperoleh hasil yang sempurna
- 10) Model dapat diproduksi

1. Penelitian Pendahuluan

Penelitian pendahuluan dilakukan dengan studi literatur, studi pengumpulan data lapangan, pengamatan proses, identifikasi permasalahan yang dijumpai dan deskripsi serta temuan di lapangan.

Hasil ini dipergunakan untuk mengkaji keadaan lapangan dengan tujuan untuk mengetahui apakah produk yang akan dikembangkan ini nantinya

dipergunakan oleh subjek, artinya model yang dikembangkan oleh peneliti diperlukan atau tidak, peneliti juga akan melakukan penjajakan dengan subjek penelitian dan tempat penelitian dan pengembangan untuk memperoleh hasil di lapangan. Hasil tersebut akan di analisis sehingga memperoleh kesimpulan data yang sudah terkumpul.

Temuan penting yang hendak dideskripsikan dan dianalisis adalah bagaimanakah model (faktual) latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif yang saat ini dilaksanakan, serta apakah kelemahan dan kelebihan berdasarkan model konseptual (karakteristik dan kriteria) dalam penelitian dan pengembangan ini.

2. Perencanaan Pengembangan Model

Langkah selanjutnya adalah membuat produk awal berupa rangkaian pengembangan model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif yang nantinya dapat dijadikan sebagai pedoman atau petunjuk untuk mempermudah proses latihan gerak dasar sehingga dapat memperoleh hasil yang baik.

Produk awal tersebut dituangkan dalam model latihan yang akan dijalankan. Pengembangan model ini diharapkan menjadi produk yang dapat dikembangkan secara sistematis dan logis, sehingga produk ini mempunyai keefektifan dan keefisienan yang layak digunakan. Pada pembuatan produk yang peneliti kembangkan, peneliti harus konsultasi tentang produk pada ahli pembelajaran motorik, ahli pembelajaran, dan ahli bahasa agar dapat menghasilkan produk yang sempurna.

Model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatifini menekankan pada model yang lebih mudah, menarik, menyenangkan, dan tidak membosankan sehingga dapat membantu dalam meningkatkan penguasaan gerak dasar dengan mudah.

3. Validasi, Evaluasi dan Revisi Model

Langkah selanjutnya dalam penelitian riset dan pengembangan model latihangerak dasar iniadalah:

a. Telaah Pakar (*Expert Judgement*)

Telaah Pakar dalam latihangerak dasarberguna untuk mengevaluasi bagian-bagian dari model yang perlu diperbaiki, dihilangkan atau disempurnakan, hal ini dilakukan pada hasil rancangan dalam bentuk rancangan tulisan gambar maupun dari teknik peragaan langsung di lapangan saat perancangan model latihan ini. Pakar yang dilibatkan dalam penelitian R and D ini adalah 3 pakar yaitu pakar Motorik, pakar Pembelajaran, dan pakar Bahasa. Hasil dari evaluasi dari pakar akan dijadikan masukan dalam menyempurnakan rancangan model latihan gerak dasarsebelum dilakukan uji coba kepada kelompok kecil.

b. Uji coba kepada kelompok kecil (*small group try-out*)

Pelaksanaan uji coba kelompok kecil dilakukan dengan subjek 25, sebelum uji coba kelompok kecil siswa diberikan test awal tentang kemampuan motorik yang dimiliki, siswa melakukan latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatifdengan model latihan yang telah di kembangkan.

c. Revisi

Setelah melaksanakan ujicoba kelompok kecil, hasilnya dijadikan sebagai bahan untuk memperbaiki model latihan gerak dasarlokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif untuk usia dini sebelum di uji cobakan lapangan. Hasil yang dilakukan para siswa kelompok kecil merupakan evaluasi yang kedua setelah evaluasi dari para pakar sebelumnya.

d. Uji coba lapangan (*field try-out*)

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan uji coba lapangan atau uji coba kelompok besar, dalam kegiatan lanjutan penelitian riset dan pengembangan model latihan ini adalah ujicoba lapangan. Ujicoba lapangan dilakukan setelah model latihan direvisi dari hasil uji coba sebelumnya. Uji coba lapangan dilakukan dengan subjek sebanyak 45 siswa.

e. Revisi

Hasil kesimpulan yang diperoleh dari ujicoba lapangan merupakan landasan terakhir dari perbaikan dan penyempurnaan produk baru model latihan gerak dasar untuk anak usia dini. Hasil respon dari para siswa setelah melakukan latihan secara langsung diberikan sebagai masukan evaluasi perbaikan model.

Evaluasi pada tahapan ini merupakan evaluasi akhir dari model latihan gerak dasar ini. setelah perbaikan berdasarkan masukan ahli berdasarkan dari uji lapangan, maka produk model latihan ini dianggap layak untuk disebarakan atau digunakan.

4. Teknik Pengumpulan Data dan Uji Efektifitas Produk

Uji coba ini bertujuan untuk untuk mengetahui apakah desain model telah diterapkan dengan baik dan benar, dan seberapa efektif hasil penerapan model terhadap tujuan penelitian ini. Efektivitasan produk didapatkan berdasarkan penilaian yang dilakukan oleh 3 orang ahli terhadap model yang dikembangkan. Penilaian tersebut berupa angket yang diberikan kepada setiap ahli untuk menilai kelayakan dari produk yang dikembangkan. Cara yang digunakan untuk mengambil skor adalah sebagai berikut:

a. Ahli Motorik

Terdapat 10 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli motoric untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\Sigma = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

b. Ahli Pembelajaran

Terdapat 10 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli Pembelajaran untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.Cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\Sigma = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Ahli Bahasa

Terdapat 10 instrumen penilaian yang diberikan kepada ahli bahasa untuk menilai kelayakan produk yang dihasilkan. Pada setiap instrument terdapat 5 pilihan nilai mulai yang paling baik dengan skor 5 dan yang terkecil dengan skor 1.cara menskor hasil dari seluruh instrument penilaian adalah sebagai berikut:

$$\Sigma = \frac{\text{skor maksimal yang didapat}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

Tabel. 1. Analisis Persentase Hasil Evaluasi Oleh Ahli

PERSENTASE	KETERANGAN	MAKNA
80%-100%	VALID	DIGUNAKAN
60%-79%	CUKUP VALID	DIGUNAKAN
50%-59%	KURANG VALID	DIPERBAIKI
<50%	TIDAK VALID	DIPERBAIKI

Tabel. 1. Persentase Hasil Evaluasi

5. Implementasi Model

Implementasi produk hasil akhir penelitian riset dan pengembangan model berupa model latihan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative untuk dapat dipergunakan setelah kelayakan dan keefektifan model latihan tersebut di ketahui. Dalam beberapa periode tertentu model latihan ini dapat digunakan dan di implementasikan di Sekolah Dasar, pengembangan model latihan yang dapat di analisis kembali serta dijadikan bahan baru untuk penyempurnaan kembali.

BAB V

KESIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari data yang peneliti peroleh dari hasil ujicoba lapangan dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan model latihan gerak dasar lokomotor untuk kelompok anak usia dini dapat berlatih dengan efektif dan efisien
2. Dengan model latihan gerak dasar non lokomotor untuk kelompok anak usia dini dapat meningkatkan gairah dan mencegah kebosanan anak dalam berlatih dikarekan model latihan yang bervariasi sehingga proses latihan tidak berjalan monoton dan membosankan
3. Model latihan gerak dasar manipulatif untuk kelompok anak usia dini cocok digunakan karena dimulai dengan tahap yang termudah hingga tersulit.
4. Model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dampak dipergunakan dalam cabang olahraga yang dapat mengembangkan keterampilan gerak dasar anak usia dini, produk berupa buku ini sangat bermanfaat dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar anak dalam memilih cabang olahraga.

B. Saran dan Rekomendasi

Terdapat beberapa saran yang akan dikemukakan oleh peneliti berhubungan dengan produk yang dikembangkan. Saran-saran itu meliputi saran pemanfaatan, desiminasi dan saran pengembangan lebih lanjut.

1. Saran Pemanfaatan

Produk pengembangan ini adalah model latihan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif untuk kelompok anak usia dini yang dapat dijadikan sebagai rujukan atau referensi oleh pelatih, atlet, ataupun siswa. Pemanfaatan model latihan ini harus dapat mempertimbangkan situasi, kondisi yang terjadi, dan sarana prasarana yang dimiliki.

2. Saran Pengembangan Lebih Lanjut

Pengembangan lebih lanjut berguna untuk peremajaan ilmu pengetahuan. Dalam mengembangkan penelitian ini lebih lanjut, peneliti mempunyai beberapa saran, yaitu sebagai berikut :

- a. Untuk subyek penelitian hendaknya menggunakan subyek yang lebih luas.
- b. Model yang dihasilkan hendaknya lebih variatif dan lebih banyak sehingga tujuan latihan dapat tercapai dengan maksimal.
- c. Model latihan yang dihasilkan ini hendaknya dapat disebarluaskan tingkat yang lebih luas untuk memudahkan pelatih mendapatkan referensi variasi latihan gerak dasar

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Arma dan Munadji, Agus. 1994. *Dasar-dasar pendidikan jasmani*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta.
- Amatullah, L., Sumarni, S., & Herawati. 2018. Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Outbound Pada Anak Kelompok B di TK Islam Az-Zahrah Palembang. *Jurnal Tumbuh Kembang*, 5(2), 3–7.
- Borg Walter R., and Gall M.D. 1983. *Educational Research: An Introduction*. Longman Inc. New York.
- Darmadi Hamid. 2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Alfabeta. Bandung.
- Djamal M. 2015 *Paradigma Penelitian Kualitatif*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Gallahue, David L., Ozmun, John C. 2006. *Understanding Motor Development*. MC.Graw-Hill. Boston.
- Gunawan Imam. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Hidayat, Arif. 2017. Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 9(2),45-51.
- Isjoni. 2010. *Pembelajaran Kooperatif. Meningkatkan kecerdasan antar peserta didik*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Lubis, Johansyah. 2013. *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Raja Grafindo Persada. Depok.
- Lumintuarso, Ria. 2013. *Teori Kepelatihan Olahraga*. Lankor. Jakarta.
- Maksum, Ali. 2012. *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press. Surabaya.
- Pratama, D. N., & Nurrochmah, S. 2020. Survei Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor , Nonlokomotor dan Manipulatif pada Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Sport Science and Health*,

2(9), 430–439.

- Punaji, Setyosari. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Prenadamedia Group. Jakarta.
- Rink, Judith E. 2010. *Teaching Physical Education for Learning*, 6th edition. New McGraw-Hill Co, Inc. York.
- Rosdiana, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung.
- Saputra, M. W., & Firdaus, K. 2019. Hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(8), 14–20.
- Santoso, Nurhadi. 2009. Pendidikan jasmani di sekolah menengah atas: antara harapan dan kenyataan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 2-3.
- Saputra, Yudha. M. Amung, ma'mun. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian & Pengembangan*. Alfabeta. Bandung.
- Suharsimi, arikunto. 2006. *Metode penelitian kualitatif*. Bumi aksara. Jakarta.
- Sukmadinata. 2005. *Metode Penelitian Pendidikan*. PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Widiyastuti. 2014. *Belajar Keterampilan Gerak*. FIK Universitas Negeri Jakarta. Jakarta.
- Wulan, D. S. A. 2015. Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 1(9), 163–180.