

**PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN BERBASIS
KIDS ATHLETICS UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN MOTORIK SISWA
SEKOLAH DASAR**

(Tesis)

Oleh

**BAMBANG HARYONO
NPM. 2023013001**



**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER TEKNOLOGI PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2024**

**PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN BERBASIS
KIDS ATHLETICS UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN MOTORIK SISWA
SEKOLAH DASAR**

Oleh
BAMBANG HARYONO

TESIS

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
MAGISTER PENDIDIKAN

Pada

Program Pascasarjana Magister Teknologi Pendidikan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER TEKNOLOGI PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2024**

ABSTRAK

PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN BERBASIS *KIDS ATHLETICS* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK SISWA SEKOLAH DASAR

Oleh

Bambang Haryono

Permasalahan yang ditemukan oleh peneliti dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar masih rendahnya hasil belajar motorik peserta didik banyak yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimum. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan, pengetahuan guru PJOK dalam menerapkan model permainan yang tepat dalam proses pembelajaran masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan pembelajaran berbasis permainan *kids athletic* untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa Sekolah Dasar. Mengetahui kelayakan pembelajaran, serta mengetahui efektifitas pembelajaran berbasis permainan *kids athletic* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar kelas atas.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (R&D), yang mengadopsi penelitian pengembangan menurut sugiyono yaitu: (1) potensi dan masalah, (2) desain produk, (3) validasi, (4) revisi desain, (5) uji skala kecil, (6) revisi produk, (7) uji skala besar, (8) revisi produk, (9) uji operasional/efektivitas, (10) produk akhir. Instrumen yang digunakan yaitu: (1) wawancara; (2) skala nilai; (3) observasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif.

Penelitian ini menghasilkan pembelajaran berbasis permainan *kids athletic* berisikan empat permainan, yaitu: (1) kanga escape, (2) jump prog, (3) lempar turbo, (4) formula one, dan buku panduan permainan. Peneliti tidak secara khusus mengembangkan media pembelajaran pada penelitian ini maka tidak dibutuhkan validasi media. Dari hasil analisis data penilaian para ahli materi dan guru PJOK, didapatkan skor rata-rata total nilai 77 atau 96,25% dari skor yang diharapkan, maka pembelajaran berbasis *kids athletics* ini sangat layak diterapkan dalam pembelajaran. Hasil uji efektifitas terdapat Nilai t-hitung: 6.24, Nilai t-tabel: 2.06 (pada taraf signifikan 5%) Dengan nilai t-hitung yang lebih besar dari t-tabel, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran berbasis *Kids Athletics* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik siswa.

Kata kunci: Pembelajaran, Permainan *Kids Athletic*, Keterampilan Motorik

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF LEARNING BASED ON KIDS ATHLETICS TO IMPROVE MOTOR SKILLS OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS

By

Bambang Haryono

The problem found by researchers in physical education learning in elementary schools is still the low motor learning outcomes of many students who have not reached the minimum completeness criteria. From the results of the preliminary study conducted, PJOK teachers' knowledge in applying appropriate game models in the learning process is still limited. This research aims to produce kids athletic game-based learning to improve elementary school students' motor skills. Knowing the feasibility of learning, as well as knowing the effectiveness of learning based on kids athletic games which can improve the gross motor skills of upper elementary school students.

This research uses a research and development (R&D) approach, which adopts development research according to Sugiyono, namely: (1) potential and problems, (2) product design, (3) validation, (4) design revision, (5) small-scale testing, (6) product revision, (7) large scale test, (8) product revision, (9) operational/effectiveness test, (10) final product. The instruments used were: (1) interviews; (2) value scale; (3) observation. The data analysis technique used is quantitative descriptive.

This research resulted in kids athletic game-based learning containing four games, namely: (1) kanga escape, (2) jump prog, (3) turbo throw, (4) formula one, and a game guide book. Researchers did not specifically develop learning media in this research, so media validation was not needed. From the results of analysis of assessment data from material experts and PJOK teachers, an average total score of 77 or 96.25% of the expected score was obtained, so this kids athletics-based learning is very suitable to be applied in learning. The effectiveness test results show a t-count value: 6.24, t-table value: 2.06 (at a significance level of 5%) With a t-count value that is greater than the t-table, it can be concluded that Kids Athletics-based learning has a significant influence on improving students' motor skills.

Keywords: *Learning, Kids Athletic Games, Motor Skills*

Judul Tesis : PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN
BERBASIS *KIDS ATHLETICS* UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN
MOTORIK SISWA SEKOLAH DASAR

Nama Mahasiswa : Bambang Haryono

Nomor Pokok Mahasiswa : 2023013001

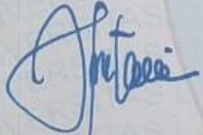
Program Studi : Magister Teknologi Pendidikan

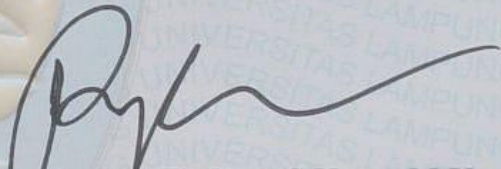
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

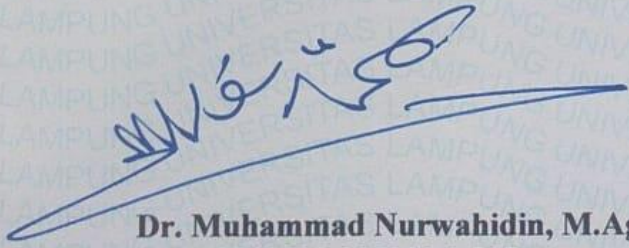

Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd.
NIP 19640914 198712 2 001

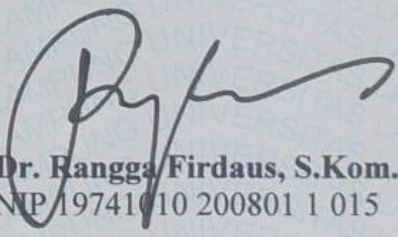

Dr. Rangga Firdaus, S.Kom., M.Kom.
NIP 19741010 200801 1 015

2. Mengetahui

Ketua Jurusan
Ilmu Pendidikan FKIP

Ketua Program Studi
Magister Teknologi Pendidikan


Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP 19741220 200912 1 002


Dr. Rangga Firdaus, S.Kom., M.Kom.
NIP 19741010 200801 1 015

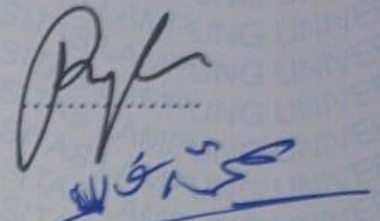
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

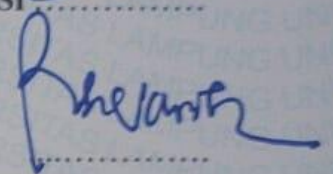
Ketua : Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd



Sekretaris : Dr. Rangga Firdaus, S.Kom., M.Kom



Penguji Anggota : 1. Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si



2. Dr. Riswandi, M.Pd

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Sunyono, M.Si.
NIP 19651230 199111 1 001

3. Direktur Program Pascasarjana Universitas Lampung



Prof. Dr. H. Murhadi, M.Si.
NIP 19640326 198902 1 001

Tanggal Lulus Ujian Tesis: 29 Mei 2024

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Tesis dengan judul “Pengembangan Pembelajaran Berbasis *Kids Athletics* Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa Sekolah Dasar” adalah karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan atas karya penulis lain dengan cara yang tidak sesuai dengan etika ilmiah yang berlaku dalam masyarakat akademik atau yang disebut plagiarisme.
2. Hak intelektual atas karya ilmiah ini diserahkan sepenuhnya kepada Universitas Lampung

Atas pernyataan ini, apabila di kemudian hari ternyata ditemukan adanya ketidakbenaran, saya bersedia menanggung akibat dan sanksi yang diberikan kepada saya, saya bersedia dan sanggup dituntut sesuai dengan hukum yang berlaku.

Bandar Lampung, Juni 2024
Pembuat Pernyataan,



Bambang Haryono
NPM : 2023013001

RIWAYAT PENULIS



Penulis dilahirkan dari pasangan ayahanda Surdami dan ibunda Sulikho, Terlahir sebagai anak kedua dari empat bersaudara pada tanggal 5 April 1985, di Desa Panggal-panggal, Kecamatan Semidang Aji, Kabupaten Ogan Komering Ulu. Penulis menyelesaikan Pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 1 Panggal-panggal 1997, Sekolah Menengah Pertama diselesaikan pada tahun 2000 di SMP Tebing Kampung Semidang Aji, dan Sekolah Menengah Atas diselesaikan pada tahun 2003 di SMAN 1 Baturaja. Penulis menempuh Pendidikan diploma dua di Universitas Lampung Angkatan 2003 pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani, melanjutkan ke Strata 1 di STKIP Dharma Wacana Metro pada Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi dan sejak tahun 2020 penulis menempuh Pendidikan Program Pasca Sarjana Magister Teknologi Pendidikan di Universitas Lampung.

MOTTO

Bukan kesulitan yang membuat kita takut, tapi ketakutanlah yang membuat kita sulit. Karena itu jangan pernah mencoba untuk menyerah dan jangan pernah menyerah untuk mencoba.

Maka jangan katakan aku punya masalah, tapi katakan pada masalah aku punya Allah Yang Maha Segalanya.

(Saqqidina Ali Bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Pendamping hidupku Tati Isabela, yang selalu mendoakan, mendampingi dan memberikan dukungan dalam karir serta pendidikan.
2. Untuk anak-anak kami Rahma Carina Putri dan Amelia Nafisah yang selalu menjadi penyemangat hidupku.
3. Abah, Emak, Ayuk dan adik-adikku terima kasih atas doa dan dukungan yang selalu membuatku tegar dan tangguh.
4. Bapak dan Ibu Dosen Magister Teknologi Pendidikan yang telah dengan ikhlas meluangkan waktu dan membagikan ilmu dan pengalaman kehidupan yang sangat bermanfaat untuk hidupku.
5. Teman seperjuangan Magister Teknologi Pendidikan dan sahabatku yang selalu mendukung, mendoakan untuk selalu menjadi yang terbaik dalam menjalani kehidupan.
6. Almamater tercinta, Universitas Lampung.

SANWACANA

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa yang senantiasa melimpahkan Rahmat dan Barokah untuk semua hamba-Nya, teriring shalawat serta salam untuk suri tauladan kita Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nanti syafaatnya di Yaumul akhir kelak, Alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan tesis berjudul “**Pengembangan Pembelajaran Berbasis *Kids Athletics* Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa Sekolah Dasar**” Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Pascasarjana Magister Teknologi Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.

Penulis menyadari bahwa selesainya penyusunan tesis ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghaturkan terima kasih dengan tulus dan penuh hormat kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M., selaku Rektor Universitas Lampung
2. Bapak Prof. Dr. Sunyono, M.Si, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd. selaku Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung sekaligus sebagai penguji kedua yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan tesis ini.
4. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
5. Bapak Hermi Yanzi, S.Pd., M.Pd. selaku Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
6. Bapak Prof. Dr. Ir. Murhadi, M.Si. selaku Direktur Pascasarjana.

7. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP sekaligus sebagai Dosen penguji I yang telah memberikan arahan dalam penyusunan tesis ini.
8. Bapak Dr. Rangga Firdaus, M.Kom selaku Ketua Program Studi Magister Teknologi Pendidikan, Universitas Lampung sekaligus sebagai pembimbing II.
9. Ibu Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd selaku Pembimbing I dan Pembimbing Akademik yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing, memotivasi dan mendukung penulis selama penyusunan tesis ini.
10. Bapak Dr. Supeno, M.Pd dan Bapak Dr. Budi Setiadi, M.Pd selaku ahli uji kelayakan materi.
11. Bapak Dr. Fran Nurseto. MSi dan Bapak Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes yang telah banyak memberikan saran, masukan dalam penulisan tesis ini.
12. Bapak Didik Prasetyo, SPd., Dian Ekawati, S.Pd., Yudi Afnansyah., Wahyuni Hartati. S.Pd dan Sefti Rahayu, S.Pd. yang telah banyak memberikan saran, masukan dan kritiknya sebagai ahli pembelajaran di dalam tesis ini.
13. Bapak/Ibu Dosen dan para staf administrasi Program Magister Teknologi Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
14. Teman-teman seperjuangan Program Pascasarjana Teknologi Pendidikan Universitas Lampung angkatan 2020.
15. Ibu Yulinar, S.Pd. selaku Kepala SD Negeri 4 Talang yang senantiasa memberi dukungan serta motivasinya pada penulis untuk menyelesaikan pendidikan ini.

Saran dan kritik sangat diharapkan untuk memperbaiki kekurangan tesis ini, semoga pihak yang telah membantu penulisan tesis ini dapat memperoleh berkah kesehatan, kebahagiaan, dan kesuksesan selalu dari Allah SWT. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat.

Bandar Lampung, Juni 2024

Penulis

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT atas Berkah, Rahmat dan Nikmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengembangan Pembelajaran Berbasis *Kids Athletics* Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa Sekolah Dasar”. Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar Magister Pendidikan pada Program Pascasarjana Magister Teknologi Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Lampung.

Dalam penyelesaian tesis ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih setulusnya kepada Bapak Dr. Rangga Firdaus, S.Kom., M.Kom selaku Ketua Program Studi Magister Teknologi Pendidikan dan juga sebagai pembimbing II, Ibu Prof. Dr. Herpratiwi, M.Pd selaku Dosen pembimbing I, Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si selaku penguji I, Bapak Dr. Riswandi, M.Pd selaku penguji II serta teman-teman Magister Teknologi Pendidikan Angkatan 2020 yang banyak membantu serta memberi motivasi dan dukungan pada penulis dalam menyelesaikan tesis ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam tesis ini, untuk itu saran dan kritik akan sangat membantu agar tesis ini dapat menjadi lebih baik.

Bandar Lampung, Juni 2024
Penulis

Bambang Haryono

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iv
LEEMBAR PEENGESAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN	vii
RIWAYAT PENULIS.....	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
SANWACANA	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Batasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah	10
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.6.1 Secara Teoritis.....	10
1.6.2 Secara Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Teori Belajar dan Pembelajaran	12
2.1.1 Teori Belajar Behaviorisme	13
2.1.2 Teori Belajar Konstruktivisme	13
2.1.3 Teori Belajar Kognitif.....	14
2.2 Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics	16
2.2.1 Pengertian Model Pembelajaran Kids Athletics	16
2.2.2 Karakteristik Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics	18
2.3 Hakikat Pembelajaran PJOK	28
2.3.1 Pengertian Pembelajaran.....	28
2.3.2 Perencanaan Pembelajaran	28
2.3.3 Pembelajaran PJOK	29
2.4 Hakikat Atletik	30
2.4.1 Hakikat Kids Athletics.....	31
2.4.1.1 Pengertian Kids Athletics	31
2.4.1.2 Konsep Kids Athletics	32
2.4.1.3 Tujuan Kids Athletics	33
2.4.2 Even t Kids Athletics	34

2.4.2.1 Kanga Escape.....	34
2.4.2.2 Jump Prog	35
2.4.2.3 Lempar Turbo	36
2.4.2.4 Formula One	37
2.5 Keterampilan Motorik	39
2.5.1 Pengertian Keterampilan Motorik	39
2.5.2 Fungsi Keterampilan Motorik.....	40
2.5.3 Unsur-Unsur Keterampilan Motorik.....	41
2.6 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	43
2.6.1 Perkembangan Fisik.....	44
2.6.2 Perkembangan Motorik.....	45
2.6.3 Perkembangan Kognitif	46
2.6.4 Perkembangan Sosial	47
2.7 Hasil Belajar	48
2.8 Penelitian Yang Relevan	49
2.9 Kerangka Berpikir	55
2.10 Hipotesis.....	56
BAB III METODE PENELITIAN	57
3.1 Jenis Penelitian.....	57
3.2 Langkah Pengembangan	59
3.2.1 Potensi dan Masalah.....	59
3.2.2 Desain Produk	60
3.2.3 Validasi Desain	60
3.2.4 Uji Coba Skala Kecil.....	61
3.2.5 Uji Coba Skala Besar	62
3.2.6 Produk Akhir	62
3.2.7 Uji Operasional/Uji Efektivitas.....	62
3.3 Desain Uji Coba Produk	63
3.3.1 Desain Uji Coba	63
3.3.2 Populasi dan Saample.....	63
3.3.2.1 Populasi	63
3.3.2.2 Sample.....	64
3.3.3 Subjek Uji Coba	64
3.3.4 Definisi Konseptual dan Operasional.....	64
3.3.4.1 Definisi Konseptual.....	65
3.3.4.2 Definisi Operasional.....	65
3.3.5 Teknik Pengumpulan Data	65
3.3.5.1 Teknik Pengumpulan Data	65
3.3.5.2 Instrumen Uji Efektifitas.....	67
3.3.5.3 Teknik Analisa Data.....	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	70
4.1 Hasil Pengembangan Produk Awal.....	70
4.1.1 Hasil Analisis Kebutuhan.....	71
4.1.2 Diskripsi Draft Produk awal.....	71
4.1.3 Validasi Ahli Materi.....	77
4.1.4 Validasi Ahli Media	79

4.2 Hasil Uji Coba Produk	80
4.2.1 Hasil Uji Coba Skala Kecil	80
4.2.1.1 Permainan Kanga Escape	81
4.2.1.2 Permainan Jump Prog.....	82
4.2.1.3 Permainan Lempar Turbo.....	83
4.2.1.4 Permainan Formula One.....	84
4.2.2 Desain Uji Coba Sekala Besar	85
4.2.2.1 Permainan Kanga Escape	86
4.2.2.2 Permainan Jump Prog.....	87
4.2.2.3 Permainan Lempar Turbo.....	89
4.2.2.4 Permainan Formula One.....	90
4.3 Revisi Produk.....	91
4.3.1 Revisi Produk Tahap I	91
4.3.2 Revisi Produk Tahap II	92
4.3.3 Reisi Produk Tahap III	94
4.4 Kajian Produk Akhir	96
4.5 Hasil Uji Operasional/Uji Efektifitas	109
4.6 Pembahasan.....	111
4.7 Keterbatasan Penelitian.....	114
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	115
5.1 Simpulan	115
5.2 Saran.....	115
DAFTAR PUSTAKA.....	117
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Materi utama semester ganjil tahun ajaran 2022/2023	2
Tabel 2 Perbandingan kids athletics dan athletic konvensional.....	6
Tabel 3 Kompetensi Dasar Penjasorkes.....	23
Tabel 4 Populasi penelitian	66
Tabel 5 Kisi-kisi Instrumen Validasi Draf Model.....	67
Tabel 6 Kisi-kisi Instrumen Validasi Model Pembelajaran	67
Tabel 7 Hasil Uji Validitas.....	68
Tabel 8 Hasil Uji Reliabilitas.....	68
Tabel 9 Pedoman Konversi Nilai	69
Tabel 10 Draf Awal Produk : Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics	71
Tabel 11 Hasil Penilaian Ahli Terhadap Draf Awal	78
Tabel 12 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Kecil Kanga Escape.....	81
Tabel 13 Hasil penilaian Ahli Pada Uji coba Skala kecil Jump Frog	82
Tabel 14 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Kecil Lempar Turbo	83
Tabel 15 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Kecil Formula One	84
Tabel 16 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Besar Kanga Escape	86
Tabel 17 Hasil penilaian Ahli Pada Uji coba Skala Besar Jump Frog.....	87
Tabel 18 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Besar Lempar Turbo.....	89
Tabel 19 Hasil Penilaian Ahli Pada Uji Coba Skala Besar Formula One.....	90
Tabel 20 Saran Perbaikan Dan Masukan Dari Ahli	92
Tabel 21 Saran Dan Masukan Dari Ahli Pada Permainan Kanga Escape	93
Tabel 22 Saran Dan Masukan Dari Ahli Pada Permainan Jump Prog.....	93
Tabel 23 Saran Dan Masukan Dari Ahli Pada Permainan Lempar Turbo.....	93
Tabel 24 Saran Dan Masukan Dari Ahli Pada Permainan Formula One	93
Tabel 25 Saran Dan Masukan revisi III Pada Permainan Kanga Escape.....	95
Tabel 26 Saran Dan Masukan revisi III Pada Permainan Jump Prog	95
Tabel 27 Saran Dan Masukan revisi III Pada Permainan Lempar Turbo	95
Tabel 28 Saran Dan Masukan revisi III Pada Permainan Formula One	96
Tabel 29 Uji Pretest Dan Posttest Aspek Psikomotor	111

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Even Kangan Escape.....	34
Gambar 2 Even Loncat Katak.....	35
Gambar 3 Even Lempar Turbo	36
Gambar 4 Even Formula One	38
Gambar 5 Kerangka Berpikir Penelitian.....	56
Gambar 6 Prosedur dan pengembangan Penelitian.....	59

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual dan emosional. Permasalahan utama yang dihadapi peserta didik kelas V SD dalam pembelajaran Penjasorkes adalah terdapat pada KD (Kompetensi Dasar) 4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional berdasarkan IPK (Indikator Pencapaian Kompetensi) 4.3.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar.

Penyelenggaraan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar selama ini lebih berorientasi pada pengajaran cabang-cabang olahraga yang mengarah pada penguasaan teknik. Ketika pola pembelajaran bergeser menjadi pola pelatihan, maka tugas gerak dan ukuran-ukuran keberhasilannya pun bergeser menjadi keterampilan dengan kriteria yang formal, kaku, dan tidak disesuaikan dengan kebutuhan anak. Usaha dalam mengembangkan potensi keterampilan motorik dan perkembangan siswa sekolah dasar secara menyeluruh membutuhkan layanan, latihan serta pendekatan permainan. Hakikat inti pendidikan jasmani adalah gerak dalam arti menjadikan gerak sebagai alat pendidikan dan menjadikan gerak sebagai alat pembinaan dan pengembangan potensial peserta didik.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada indikator (4.3.1) terdapat masalah yang sangat serius. Hal ini dibuktikan dengan beberapa fenomena antara lain sebagai berikut; (1) peserta didik tidak tertarik dengan cara mengajar yang tidak menggunakan media pembelajaran, (2) pembelajaran berlangsung tidak kondusif dibuktikan dengan lebih banyak siswa yang menonton dari pada yang melakukan praktik dikarenakan keterbatasan

prasarana, (3) pembelajaran dinilai kurang menyenangkan karena masih menggunakan bentuk latihan atletik tradisional yang memuat peserta didik tidak nyaman, (4) ketercapaian kompetensi dasar rendah, media yang digunakan dalam pembelajaran sebagai sumber belajar kurang variatif, (5) bahan ajar yang digunakan belum dirancang sesuai dengan target yang diharapkan sehingga pembelajaran kurang maksimal dibuktikan hasil belajar yang kurang maksimal, (6) pembelajaran belum menerapkan kids athletic secara native di dalam pembelajaran pendidikan jasmani

Tabel 1. Materi Utama Semester Ganjil Tahun Ajaran 2022/2023

No	Materi Pembelajaran	KKM	Nilai	Jumlah Ketuntasan	Persentase Ketuntasan Pada Setiap Materi	Ket
1	Permainan Bola Besar		≥ 75	24	92,30%	T
			≤ 74	2	7,69%	BT
2	Permainan Bola Kecil		≥ 75	19	73,07%	T
			≤ 74	7	26,92%	BT
3	Atletik		≥ 75	14	53,84%	T
			≤ 74	12	46,15%	BT
4	Pencak Silat		≥ 75	20	76,92%	T
			≤ 74	6	23,07%	BT
5	Kebugaran Jasmani		≥ 75	22	84,61%	T
			≤ 74	4	15,38%	BT

Tahun Pelajaran 2022/2023 di SDN 4 Talang KKM yang telah ditetapkan sekolah dengan mempertimbangkan kompleksitas dan kesulitan pelajaran adalah 75. Pada tabel nilai ulangan kelas V diatas pada materi Atletik masih banyak terdapat peserta didik yang nilai dibawah KKM terdapat 12 orang peserta didik (46,15%) mendapat nilai masih di bawah KKM yang menunjukan masih rendahnya hasil belajar peserta didik pada materi ini.

Mengetahui penyebab rendahnya hasil belajar penjasorkes pada materi Atletik, peneliti melakukan observasi, Berdasarkan hasil observasi yang ditemukan di SD 4 Talang Penyebab rendahnya hasil belajar yang telah diuraikan pada tabel 1.1 adalah terjadi pada proses pembelajaran KD 4.3 mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan

atau olahraga tradisional berdasarkan Indikator Pencapaian kompetensi KD 4.3.1. Mempraktikkan variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui olahraga lompat jauh adalah sebagai berikut: 1) pembelajaran masih menggunakan bentuk Latihan atletik tradisional, 2) pedoman bahan ajar masih terbatas menggunakan buku cetak, 3) sumber belajar Sebagian besar masih terpusat pada guru, 4) sarana dan prasarana masih terbatas.

Proses pembelajaran yang masih menggunakan bentuk latihan atletik konvensional dan keterbatasan sarana dan prasarana yang membuat ketidaknyamanan peserta didik di dalam mengikuti pembelajaran untuk itu diperlukan model pembelajaran baru yang bisa digunakan untuk proses pembelajaran atletik untuk mengembangkan gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar yang sesuai dengan perkembangan anak usia 7- 12 yang seiring berjalannya waktu atletik mengalami perkembangan yang semakin maju baik pada bentuk latihan maupun perlombaan. Hal ini bertujuan agar mempermudah anak di dalam mempelajari atletik serta memberikan keefektifan di dalam proses pembelajaran penjasorkes di jenjang Sekolah Dasar.

Pengalaman gerak sejak dini merupakan dasar untuk membentuk pola gerak di masa mendatang. Semakin muda usia anak maka potensi pertumbuhan jasmani akan semakin baik. Pertumbuhan jasmani terbaik terjadi pada usia 10 hingga 15 tahun. Pada usia tersebut gerak dasar pada anak berpotensi untuk berkembang optimal. Untuk itu perlu perhatian serius oleh orang tua dan guru dalam mengamati perkembangan motorik anak agar mampu mengarahkan bakat olahraga pada cabang tertentu.

Usia 10 hingga 15 tahun juga disebut sebagai masa peka atau periode sensitif yaitu masa dimana anak menyerap segala sesuatu di lingkungannya. Anak sangat peka dengan rangsangan yang didapat dari lingkungan. Terkait dengan pembinaan olahraga sejak dini dan potensi pertumbuhan jasmani yang potensial pada anak untuk dikembangkan pada masa remaja, tahap anak usia dini adalah tahap anak belajar untuk memupuk minatnya terhadap olahraga Untuk itu, anak perlu memperoleh pengalaman menyenangkan dalam melakukan pembelajaran gerak

(Ria Lumintarso, 2020: 12). Fakta tersebut menunjukkan bahwa kegiatan bermain dan belajar gerak terjadi pada usia taman kanak-kanak sekolah dasar dan sekolah menengah pertama.

Pada dasarnya, olahraga atletik sudah memiliki tahapan bagi setiap kelompok usia. Tahapan tersebut adalah, *Kids Athletics, Multi Events, Event Group Development, Specialisation, Performance* (IAAF, 2009:64). Kelima tahapan tersebut memiliki karakteristik, sasaran dan treatment yang berbeda-beda. Setiap anak diharapkan juga bisa melakukan setiap tahapnya karena itu sangat penting dan berhubungan dengan tahapan berikutnya untuk memperkaya kemudian mendukung untuk melakukan gerak di tahap berikutnya sehingga anak dapat mencapai prestasi maksimal atau peak performance. Hal demikian pula yang menyebabkan atletik memiliki banyak sekali cara berlatih dan mengembangkan diri meskipun tetap dalam gerakan utama yaitu lari, lompat, jalan dan lempar.

World Athletics telah mengembangkan *Kids Athletics* sejak tahun 2001 dimana gerakan yang diberikan mengacu pada olahraga atletik dewasa namun telah disesuaikan dengan kemampuan mereka yang terbatas. Gerakan-gerakan tersebut juga disederhanakan dengan harapan tidak akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak karena aktivitas jasmani. Di Indonesia *Kids Athletics* juga telah dipertandingkan pada tingkatan sekolah dasar yaitu O2SN meskipun dalam perlombaan tersebut tidak semua nomor diadakan. Dalam pelaksanaan *Kids Athletics* pada O2SN juga selalu mempertimbangkan keamanan bagi para peserta. Semua peralatan dibuat dengan bahan yang tidak membahayakan dan ramah bagi fisik anak-anak. Diadakannya kegiatan tersebut tidak lain adalah untuk memberikan kegembiraan dan pengalaman bertanding bagi anak-anak, adapun hadiah yang ada merupakan sebuah penghargaan dan sebuah tambahan motivasi untuk lebih rajin belajar di dalam proses belajar gerak dasar di sekolah.

Kids Athletics merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli di bidang olahraga untuk merangsang anak atau memberikan motivasi untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya (Rumini:2014,98-107). Pada

anak usia dini antara usia 8-14 tahun, *Kids Athletics* merupakan alternatif pembelajaran atletik di usia dini, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan. Dengan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak, maka anak akan merasakan bahwa permainan yang dimainkan tidak akan terasa membosankan dan melelahkan, yang dirasakan adalah rasa ingin bermain lebih lama lagi dan rasa ingin tahu lebih besar lagi. Selain itu, permainan *Kids Athletics* memiliki unsur tantangan, di mana ada unsur persaingan oleh lawan atau teman yang ikut bermain. Dengan demikian permainan *Kids Athletics* ini dapat dimainkan di lapangan terbuka, maupun bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas, maka permainan ini dapat dilakukan di mana saja. *Kids Athletics* adalah permainan yang memiliki unsur gerak dasar lari, lompat, lempar. Di samping itu, *Kids Athletics* juga dapat digunakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani anak-anak usia dini, karena di dalam permainan ini terdapat unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi.

Namun pada penerapan nya, *Kids Athletics* yang sesuai dengan kaidah dari World Athletics sering terlupakan, banyak dari para pendidik yang hanya memfokuskan pada prestasi sehingga melupakan hal yang paling dasar yaitu membangun dan memberikan pengalaman gerak pada anak-anak. Dunia anak yang cenderung lebih senang untuk belajar sambil bermain berubah menjadi kegiatan yang membosankan dan melelahkan karena tuntutan prestasi dan sarana yang tidak menunjang. Sehingga anak tidak tertarik untuk mengikuti latihan maupun pembelajaran akibat pola dan metode pengajaran yang salah sejak awal.

Pentingnya *Kids Athletics* untuk diintegrasikan di dalam proses belajar pendidikan jasmani dikarenakan mempunyai kelebihan tersendiri diantaranya dapat dilihat dari tujuan dikembangkannya dari program ini adalah untuk: (a) memotivasi anak-anak untuk belajar dan berlatih atletik, dengan meningkatkan minat mereka pada Atletik, (b) meningkatkan niat mereka untuk berpartisipasi dalam acara trek dan lapangan yang diselenggarakan di masa depan. (c) menciptakan landasan yang kokoh bagi peningkatan kebugaran jasmani anak, (d) meningkatkan interaksi sosial

dan hubungan teman sebaya yang positif antara anak-anak dengan memperkenalkan berbagai acara tim (yaitu, Relay dan berbagai acara tim pengumpul pom), dan (e) meningkatkan aktivitas fisik dan membangun partisipasi prestasi dalam olahraga di masa mendatang. Adapun kelebihan dibandingkan program atletik tradisional diambil dari (Petros. B 2016: 883-896) dapat dilihat di dalam tabel berikut.

Tabel 2. Perbandingan Kids Athletics dan Athletic Konvensional

No	Kids Athletics	Athletic Konvensional
1	Mempelajari keterampilan dengan menggunakan aktivitas bermain yang dimodifikasi petualangan individu dan permainan tim	Mempelajari keterampilan dengan menggunakan Latihan-latihan khusus (special technical and ancillary exercise)
2	Mengajarkan perkembangan dari permainan yang dimodifikasi ke permainan tim yang kompetitif	Mengajarkan kemajuan dari Latihan khusus ke Latihan kompetitif
3	Anak-anak bebas untuk mengalami kegiatan yang dimodifikasi dan menemukan sendiri kegunaan keterampilan lomba	Anak-anak dibimbing untuk memahami dan mempelajari keterampilan lomba
4	Anak-anak berlatih dalam tim campuran	Anak-anak berlatih secara individu
5	Keterlibatan instruktur jarang diperlukan	Kehadiran instruktur dan keterlibatannya sangat diperlukan
6	Latihan dilakukan untuk kepentingan mereka sendiri	Latihan dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu
7	Kompetisi acara tim	Kompetisi individu

(Sumber: Petros, B 2016: 883-896 Journal of Physical Education and Sport)

Beberapa masalah yang menjadi dasar peneliti untuk memberikan solusi sehingga hasil belajar praktek keterampilan tentang indikator (4.3.1) dapat dilakukan dengan baik adalah dengan cara mengembangkan sebuah model pembelajaran berbasis Kids Atletik sebagai model latihan alternatif yang bisa di pakai di dalam proses pembelajaran untuk mengenalkan atletik kepada anak yang telah disesuaikan dengan perkembangan anak. Proses pembelajaran yang bervariasi merupakan salah satu cara agar anak lebih tertarik dan antusias dalam mengikuti pembelajaran.

Variasi stimulus adalah kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar mengajar yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik sehingga dalam situasi belajar mengajar peserta didik senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasme, serta penuh partisipasi. Peran guru PJOK dalam memperhatikan perkembangan motorik peserta didik sangat penting. Kendala yang sering dihadapi dalam pembelajaran motorik di sekolah dasar yaitu minimnya pengetahuan guru PJOK dalam menerapkan model yang tepat dalam proses belajar mengajar. Hal itu disebabkan karena kurangnya pengetahuan yang disebabkan keterbatasan referensi atau sumber bacaan tentang bagaimana guru-guru PJOK mengajarkan model pembelajaran motorik yang tepat guna mendukung tercapainya hasil pembelajaran yang diinginkan. Penentuan model pembelajaran yang akan digunakan dalam kegiatan pembelajaran harus mempertimbangkan: (a) tujuan yang akan dicapai, (b) bahan atau materi pembelajaran, (c) peserta didik, dan (d) pertimbangan lainnya yang bersifat nonteknis (Rusman, 2011:133).

Menurut pendapat Thorndike (2009, 34), belajar merupakan proses interaksi antara stimulus dan respon. Stimulus berasal dari apa yang merangsang terjadinya kegiatan belajar seperti pikiran, perasaan, atau hal-hal lain yang dapat ditangkap melalui alat indera, sedangkan respon merupakan reaksi yang dimunculkan oleh peserta didik ketika belajar, yang dapat berupa pikiran, perasaan, atau gerakan atau tindakan. Pembelajaran dipandang sebagai suatu proses, maka pembelajaran merupakan rangkaian upaya atau kegiatan guru dalam rangka membuat peserta didik belajar. Proses tersebut dimulai dari merencanakan program pengajaran tahunan, semester dan penyusunan persiapan mengajar berikut persiapan perangkat kelengkapannya antara lain berupa alat peraga dan alat- alat evaluasi nya.

Menurut Heinich (2009: 109) rencana pembelajaran merupakan persiapan mengajar yang berisi hal-hal yang perlu atau harus dilakukan oleh guru dan peserta didik dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran yang antara lain meliputi: pemilihan materi, metode, media, dan alat evaluasi. Rencana pembelajaran merupakan realisasi dari pengalaman belajar peserta didik yang telah ditetapkan dalam silabus.

Rencana pembelajaran merupakan rencana atau program yang disusun oleh guru untuk satu atau dua pertemuan, untuk mencapai target satu kompetensi dasar. Menganggap pentingnya pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diharapkan akan dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap pencapaian hasil belajar peserta didik yang maksimal. Peserta didik dengan kemampuan tinggi dapat mempertahankan prestasinya dan yang memiliki kemampuan rendah dapat termotivasi untuk meningkatkan semangat belajarnya di dalam materi atletik ini.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti ingin mencoba mengetahui apakah pembelajaran *Kids Athletics* dapat meningkatkan motorik peserta didik Sekolah Dasar. Peneliti akan melakukan penelitian pengembangan dengan judul” Pengembangan Pembelajaran Berbasis *Kids Athletics* Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa Sekolah Dasar.” Pembelajaran yang akan dikembangkan ini adalah Pembelajaran Berbasis *Kids Athletics* untuk meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar melalui pembelajaran yang menarik dan menantang untuk anak sesuai dengan Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) Kurikulum 2013 mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk sekolah dasar kelas atas.

Penelitian ini bertujuan agar pembelajaran keterampilan motorik gerak dasar lari, lompat dan lempar menarik menantang dan sesuai dengan tumbuh kembang anak tingkat sekolah adasar maka perlu memanfaatkan model atau metode dengan inovasi yang lebih menarik. *Kids Athletics* yang telah dikembangkan baik menurut peraturan dan alat yang digunakan diharapkan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran motorik anak. *Kids Athletics* merupakan kegiatan yang melibatkan aktivitas jasmani yang dapat meningkatkan keterampilan motorik bagi para pelakunya. Hal ini sesuai dengan salah satu tujuan dari Pendidikan jasmani yang ada di sekolah dasar yaitu mengembangkan individu secara organik sesuai tumbuh kembang anak yang berupa kapasitas fungsional baik kekuatan, kelincahan, kecepatan, dan lain-lain.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Hasil belajar peserta didik masih rendah banyak yang belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal
2. Proses pembelajaran kurang menarik karena masih menggunakan permainan atletik konvensional
3. Pembelajaran pendidikan jasmani yang mengarah pada penguasaan teknik cabang olahraga mengurangi kesempatan belajar motorik peserta didik di sekolah.
4. Tingkat keaktifan siswa di dalam proses kegiatan belajar mengajar masih rendah.
5. Pengembangan motorik dapat dilakukan melalui permainan *Kids Athletic*
6. Materi *Kids Arhletics* belum diterapkan secara maksimal di Sekolah Dasar
7. Masih terbatasnya media belajar materi *Kids Athletics* sebagai sumber belajar.
8. Materi *Kids Athletics* pada pembelajaran Penjasorkes belum disajikan dalam bentuk pembelajaran.
9. Proses pembelajaran kurang optimal dikarenakan keterbatasan sarana dan Prasarana.
10. Masih minimnya pengetahuan guru dalam menerapkan model permainan yang tepat dalam proses pembelajaran motorik.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut maka diambil batasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Proses pengembangan pembelajaran berbasis *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.
2. Efektivitas pembelajaran berbasis *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang akan dicari jawabannya dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana proses pengembangan pembelajaran berbasis *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.
2. Bagaimana efektifitas pembelajaran setelah menggunakan pembelajaran *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.

1.5 Tujuan Penelitian

1. Menganalisis proses pengembangan pembelajaran berbasis *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.
2. Menganalisis efektivitas pembelajaran berbasis *Kids Athletics* yang dapat meningkatkan keterampilan motorik peserta didik Sekolah Dasar.

1.6 Manfaat Penelitian

Pengembangan pembelajaran materi *Kids Athletics* pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar mempunyai beberapa manfaat, diantaranya manfaat teoritis dan manfaat praktis

1.6.1 Secara Teoritis

Mengembangkan konsep, teori dan prosedur teknologi pendidikan khususnya mata pelajaran Penjasorkes Sekolah Dasar Pembelajaran Penjasorkes dengan menggunakan pembelajaran *Kids Athletics* dapat diterapkan agar meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah Dasar

1.6.2 Secara Praktis

1.6.2.1 Bagi Peserta Didik

Melalui pengembangan pembelajaran *Kids Athletics* pada Pembelajaran Penjasorkes diharapkan dapat meningkatkan aktivitas belajar dan hasil belajar keterampilan motorik dapat mengalami peningkatan

1.6.2.2 Bagi Pendidik

Dapat digunakan sebagai sumber belajar pendukung dalam proses pembelajaran Penjasorkes untuk pengembangan gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar di Sekolah Dasar.

1.6.2.3 Bagi Sekolah

Dapat memberikan gambaran serta alternatif pembelajaran dalam upaya meningkatkan kualitas Pendidikan melalui pengembangan pembelajaran Kids Athletics khususnya pada pembelajaran Penjasorkes.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Teori Belajar Dan Pembelajaran

Teori belajar dideskripsikan sebagai suatu cara proses pembelajaran dan tingkah laku peserta didik dalam memperoleh suatu pengetahuan. Gunduz dan Cingdem (2014: 527) Memberikan gagasan bahwa terdapat 3 dimensi belajar, yaitu (1) penciptaan hubungan, (2) pengetahuan yang sudah dipahami, dan (3) pengetahuan yang baru. Seorang peserta didik (mahasiswa) di dalam proses pembelajaran memfokuskan suatu hubungan lingkungan belajar sehingga semua bentuk pengetahuan yang didapat bersumber pada lingkungan belajar atau terjadi sebuah bentuk interaksi antara peserta didik dan peserta didik dan peserta didik dan pendidik disisi lain proses pembelajaran adalah menginstruksikan pengetahuan yang sudah dipahami dengan pengetahuan baru.

Pendapat di atas berhubungan dengan pendapat yang di utarakan Daryanto (2013: 2) yang mengungkapkan bahwa belajar dapat diartikan sebagai proses perubahan perilaku sebagai akibat interaksi individu dengan lingkungan. Perubahan perilaku tersebut mencakup pengetahuan, pemahaman, ketrampilan, sikap dan sebagainya yang dapat diamati maupun tidak dapat diamati. Proses pembelajaran dimaknai bilamana pembelajaran mendapat suatu bentuk permasalahan dan mengetahui bahwa masalah itu dapat diselesaikan melalui suatu bentuk pencarian dengan merumuskan bagaimana ilmu itu didapat (epistemologi) dan untuk apa seseorang belajar tentang ilmu tersebut (aksiologi) (Suriasumantri, :2017) Ditegaskan kembali bahwa belajar yang diawali dari permasalahan maka pengalaman tersebut tidak mudah untuk dilupakan Para filsuf memberikan benang merah arti belajar adalah proses mencari sebuah solusi. Ketika telah menemukan sebuah solusi maka kematangan mental telah terbentuk Nurhayati (2017) mengungkapkan bahwa hasil dari belajar adalah kematangan secara psikis dan pengembangan kognitif di dalam diri seseorang.

2.1.1 Teori Belajar Behaviorisme

Teori belajar yang memfokuskan pada perubahan tingkah laku belajar adalah teori belajar behaviorisme. Perubahan tingkah laku disebabkan oleh rangsangan (stimulus) dari luar peserta didik yang meliputi sumber belajar dan lingkungan belajar kemudian peserta didik memberikan suatu respon berupa tingkah laku berupa kognitif, sikap dan keterampilan. Berdasarkan prinsip teori belajar behaviorisme adalah suatu input (pembelajar) akan dibentuk dalam proses pembelajaran dan menghasilkan sebuah output berupa respon (Erlangga, 2016: 171). Pendapat tersebut ditegaskan oleh Anwar (2017: 17) mengatakan bahwa

"Teori behavioristic dalam kegiatan pembelajaran mencakup beberapa hal seperti: tujuan pembelajaran, sifat materi pelajaran, karakteristik pembelajar, media dan fasilitas pembelajaran yang tersedia. Pembelajaran yang dirancang dan berpijak pada teori behavioristik memandang bahwa pengetahuan adalah obyektif, pasti, tetap, dan tidak berubah".

Kutipan di atas dapat diasumsikan bahwa teori belajar behavioristic merupakan suatu pembelajaran yang menekankan pada sumber-sumber belajar yang digunakan oleh pendidik untuk mengamati sebuah hasil pembelajaran. Selain itu teori belajar ini juga mendeskripsikan pada suatu pengetahuan yang bersifat statis, objektif, pasti dan tetap. Artinya hasil pembelajaran dapat diprediksi sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah diharapkan sebelumnya.

Berdasarkan dari beberapa pendapat asumsi di atas dapat disederhanakan bahwa teori belajar behaviorisme merupakan suatu teori pembelajaran yang menekan pada perubahan tingkah laku, sikap dan keterampilan. Proses pembelajaran berdasarkan teori belajar behaviorisme adalah adanya sebuah rangsangan dari objek belajar kemudian peserta didik memberikan respon baik dengan tingkah laku maupun keterampilan

2.1.2 Teori Belajar Konstruktivisme

Dalam teori konstruktivisme belajar adalah proses menyusun pengetahuan dengan cara menarik intisari dari pengalaman sebagai hasil hubungan antara siswa dengan realitanya secara pribadi, alamiah, maupun sosial. Proses penyusunan pengetahuan terjadi secara internal maupun eksternal (Dwiyogo, 2016:17). Suatu pembentukan

sebuah pengetahuan yang dilakukan oleh peserta didik dengan sendirinya. Dalam prinsipnya pembelajaran lebih cenderung melibatkan langsung peserta didik secara aktif saat proses pembelajaran. Tugas pendidik atau dosen sebagai fasilitator, artinya dosen memberikan rumusan masalah atau contoh ruang lingkup pembelajaran kemudian peserta didik menemukan sendiri konsep dan makna pengetahuan yang dipelajari (John, 2014: 132).

Teori belajar konstruktivis bahwa peristiwa pembelajaran pada dasarnya tidak lagi seperti konsep terdahulu seorang dosen atau pendidik mentransfer pengetahuan kepada peserta namun peserta didik menemukan sebuah permasalahan dan tujuan setiap materi pembelajaran (Herpratiwi, 2016). Artinya pengetahuan juga bukan merupakan sesuatu yang sudah ada melainkan suatu proses yang berkembang terus menerus. Dalam proses ini keaktifan seseorang sangat menentukan dalam mengembangkan pengetahuannya.

Jenis teori belajar di atas sesuai dengan pembelajaran pendidikan jasmani dimana prinsip pembelajaran jasmani terpusat pada kemampuan potensi peserta didik. Pendidik perlu menganalisis kebutuhan belajar peserta didik agar dengan sendirinya para siswa dapat menginstruksikan pengetahuan konsep, gagasan, dan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan dalam materi yang terkandung dalam mata pelajaran jasmani. Salah satu sarana yang dibutuhkan adalah bentuk permainan yang menarik bagi peserta didik yang mampu meningkatkan motivasi belajar dan dapat memperoleh pengetahuan yang nyata. Memperoleh pengetahuan yang nyata, dalam mengorganisasikan pengalaman mereka sehingga dapat mengkonstruksi sendiri pengetahuannya yang didapat dari arahan guru yang menggunakan hasil pengembangan pembelajaran kids athletics ini.

2.1.3 Teori Belajar Kognitif

Menurut teori kognitif, belajar merupakan suatu proses perubahan persepsi dan pemahaman. Teori belajar kognitif lebih mementingkan proses belajar daripada hasil belajar itu sendiri. Menurut Piaget dalam Dirjen GTK (2016:25) menyatakan bahwa perkembangan kognitif seorang anak dipengaruhi oleh kematangan dari otak

sistem saraf anak) interaksi anak dengan objek-objek di sekitarnya (pengalaman fisik), kegiatan mental anak dalam menghubungkan pengalaman kerangka kognitifnya dan interaksi anak dengan orang-orang di sekitarnya. Menurut Ausubel, (dalam Trianto, 2014: 37) bahwa untuk membantu mahasiswa menanamkan pengetahuan baru dari suatu materi, sangat diperlukan konsep awal yang sudah dimiliki mahasiswa yang berkaitan dengan konsep yang akan dipelajari. Ausubel mendeskripsikan proses belajar ada tiga tahap, yaitu;

1. Tahap informasi, yaitu tahap awal untuk memperoleh pengetahuan atau pengalaman baru dimana dalam setiap pelajaran diperoleh sejumlah informasi yang berfungsi sebagai penambahan pengetahuan yang lama, memperluas dan memperdalam dan kemungkinan informasi yang baru bertentangan dengan informasi yang lama
2. Tahap transformasi, yaitu tahap memahami, mencerna dan menganalisis pengetahuan baru serta ditransformasikan dalam bentuk yang baru yang mungkin bermanfaat untuk hal-hal yang lain, yaitu informasi harus dianalisis dan ditransformasikan ke dalam bentuk yang lebih abstrak atau konseptual agar dapat digunakan dalam hal lebih luas
3. Tahap evaluasi, yaitu untuk mengetahui apakah hasil transformasi pada tahap ke dua benar atau tidak. Evaluasi kemudian dinilai sehingga diketahui mana-mana pengetahuan yang diperoleh dan transformasi dapat dimanfaatkan untuk memahami gejala-gejala lain.

Lain halnya menurut pendapat Vygotsky yang menganggap bahwa anak memiliki konsep yang banyak, namun tidak sistematis, tidak teratur dan tidak spontan. Pada saat anak mendapatkan bimbingan, mereka akan membahas konsep yang lebih sistematis, logis, dan rasional. Sedangkan menurut Piaget dalam Schunk (2012:184), perkembangan kognitif seseorang dapat ditingkatkan dengan cara menyusun materi pelajaran dan menyajikannya sesuai dengan tahap perkembangan orang tersebut.

Berdasarkan pandangan teori di atas, terlihat bahwa teori kognitif menekankan belajar sebagai proses internal dan belajar merupakan proses berpikir yang sangat

kompleks. Pandangan teori-teori tersebut menggolongkan teori ini ke dalam konstruktivisme, bahwa dalam proses belajarnya manusia men konstruksi atau membangun pemahaman nya sendiri agar lebih melekat.

Teori belajar kognitif memiliki prinsip-prinsip yang banyak dipakai dalam dunia pendidikan Berikut dikemukakan prinsip-prinsip pembelajaran menurut teori- teori kognitif yang dapat diterapkan oleh pendidik menurut Dirjen GTK (2016,20) Implikasi teori perkembangan kognitif Piaget bagi pembelajaran antara lain:

1. pahami perkembangan kognitif anak dan sesuaikan bahan ajar menurut tingkat perkembangannya,
2. jagalah agar peserta didik tetap aktif selama pembelajaran
3. ciptakan situasi belajar agar peserta didik terangsang untuk berpikir kritis
4. ciptakan interaksi sosial yang memadai

Peserta didik menjadi objek utama yang diamati sehingga proses pembelajaran berpusat kepada peserta didik Peserta didik yang berinteraksi langsung dengan sumber belajar baik media atau bahan ajar lainnya. Peranan seorang pendidik

2.2 Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics

2.2.1 Pengertian Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics

Model dapat dipahami sebagai: (1) suatu tipe atau desain, (2) suatu deskripsi atau analogi, (3) suatu sistem asumsi-asumsi, data-data yang dipakai untuk menggambarkan secara sistematis suatu objek atau peristiwa, (4) suatu desain yang disederhanakan dari suatu sistem kerja, suatu terjemahan realitas yang disederhanakan, (5) suatu deskripsi dari suatu sistem yang mungkin atau imajiner, (6) penyajian diperkecil agar dapat menjelaskan dan menunjukkan sifat aslinya (Sagala, 2012:175-176). Model dirancang untuk mewakili realitas yang sesungguhnya, walaupun model itu sendiri bukanlah realitas dari dunia sebenarnya. Maka, model mengajar dapat dipahami sebagai kerangka konseptual yang mendeskripsikan dan melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar dan pembelajaran untuk mencapai tujuan tertentu, serta berfungsi sebagai pedoman bagi perencanaan pengajaran bagi para

pendidik dalam melaksanakan aktivitas pembelajaran. Model dapat difungsikan sebagai contoh dalam mendemonstrasikan pada orang lain tentang cara lain untuk bertindak atau berpikir (Metzler, 2017:17).

Istilah pembelajaran berasal dari kata *instruction*, menunjuk pada dua kegiatan, yaitu bagaimana peserta didik belajar dan peserta didik mengajar atau dapat dikatakan proses belajar mengajar. Undang-Undang RI. No 20 tahun 2003 pasal 1 ayat 20 menyatakan pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran terdiri dari proses mengajar dan belajar, dimana mengajar dan belajar merupakan suatu proses yang saling berkaitan.

Berkaitan dengan model pembelajaran, Gordon & Browne (2017:336) mendefinisikan pembelajaran yang terintegrasi sebagai pembelajaran yang dilaksanakan dengan memadukan topik-topik pembelajaran yang diberikan dalam satu kesatuan. Model pembelajaran ialah suatu kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu. Model pembelajaran biasanya digunakan sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dalam merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran. Sehingga dengan demikian kegiatan/proses pembelajaran yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, benar-benar merupakan suatu kegiatan bertujuan yang tertata secara sistematis. Penentuan model pembelajaran yang akan digunakan dalam kegiatan pembelajaran harus mempertimbangkan: (a) tujuan yang hendak dicapai, (b) bahan atau materi pembelajaran, (c) peserta didik, dan (d) pertimbangan lainnya yang bersifat nonteknis (Rusman, 2012:133).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran adalah suatu pola atau bentuk pembelajaran yang di dalamnya terdapat langkah-langkah pembelajaran untuk mempelajari suatu topik tertentu sesuai dengan tujuan belajar yang hendak dicapai. Selain itu juga terdapat lingkungan belajar yang dibutuhkan agar pembelajaran tersebut dapat berhasil dengan baik.

2.2.2 Karakteristik Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics

Model pembelajaran berbasis Kids Athletics merupakan proses pembelajaran yang memanfaatkan Kids Athletics sebagai wahana pembelajaran. *Kids Athletics* yang digunakan adalah beragam *Kids Athletics* yang telah dipilih dan sesuai dengan karakteristik materi pembelajaran, dan karakteristik siswa SD kelas atas, serta karakteristik komponen keterampilan motorik.

Model pembelajaran setidaknya-tidaknya memiliki lima unsur dasar, yaitu: (1) syntax yaitu langkah-langkah operasional pembelajaran; (2) social system yaitu suasana dan norma yang berlaku dalam pembelajaran; (3) principles of reaction yaitu menggambarkan bagaimana seharusnya guru memandang, memperlakukan, dan respon siswa; (4) support system yaitu segala sarana, bahan, alat, atau lingkungan belajar yang mendukung pembelajaran; (5) instructional dan nurturant effect yaitu hasil belajar yang diperoleh langsung berdasarkan tujuan yang disasar (instructional effect) dan hasil belajar di luar yang disasar (nurturant effect) (Rahyubi, 2012:251).

Model pembelajaran berbasis *Kids Athletics* mengandung enam komponen, yaitu: (1) konsep, (2) tujuan pembelajaran, (3) materi/kompetensi dasar yang dipelajari, (4) sintaks atau langkah-langkah pembelajaran, (5) kegiatan guru dan siswa, dan (6) penilaian hasil pembelajaran. Bahasan keenam komponen tersebut disajikan sebagai berikut.

1. Konsep

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar merupakan suatu upaya untuk mencapai tujuan atau kompetensi yang harus dikuasai siswa. Kompetensi lulusan Sekolah Dasar dapat dijadikan acuan dalam pembelajaran, diantaranya mampu mengenali dan menjalankan hak dan kewajiban diri, ber etos kerja, dan peduli terhadap lingkungan, mampu berpikir logis, kritis, kreatif, dan berkomunikasi melalui beberapa media. menyenangkan keindahan, mengenali dan berperilaku sesuai dengan ajaran agama yang diyakininya, membiasakan hidup bersih, bugar, sehat, dan memiliki rasa cinta dan bangga terhadap bangsa dan tanah air. Pengembangan ini dimaksudkan agar anak mengalami keterampilan

motorik yang optimal sehingga siap memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Proses pembelajaran yang demikian memerlukan pemahaman guru atas karakteristik keterampilan motorik anak, materi pembelajaran, dan model pembelajaran yang lazim dipergunakan di Sekolah Dasar.

Gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dirinya sendiri dan lingkungannya agar ia mengalami perkembangan secara alami yang selaras dan serasi dengan perkembangan zaman dan lingkungan. Tomoliyus (2012: 1) menyatakan bahwa aktivitas jasmani merupakan kegiatan pelaku gerak untuk meningkatkan keterampilan motorik, dan mengembangkan ranah potensi lainnya seperti kognitif, afektif, dan sosial.

Agar aktivitas jasmani memiliki dampak yang memadai bagi seluruh potensi anak, aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tahapan perkembangan anak. Karenanya, aktivitas jasmani dipilih dan dirancang secara sadar oleh guru untuk dimanfaatkan dalam proses pembelajaran, dilaksanakan dalam situasi yang selaras dan serasi sehingga mampu merangsang dan memfasilitasi tumbuh kembang anak serta dapat meningkatkan keterampilan motorik anak. Dengan cara demikian anak memperoleh kesempatan untuk mempraktikkan kegiatan yang merangsang dan mengembangkan seluruh potensi anak, baik ranah fisik/motorik, bahasa, kognitif, afektif dan kreativitas, serta mental sosial emosional.

Selain alasan karena merupakan kegiatan penting bagi keterampilan anak, Kids Athletics juga tidak terpisahkan dari pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah. Kids Athletics perlu dijadikan kegiatan inti dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah, anak belajar melalui Kids Athletics yang mereka lakukan. Bermain merupakan kebutuhan anak, bermain merupakan aktivitas yang menyatu dengan dunia anak, karena di dalamnya terkandung beragam fungsi seperti pengembangan kemampuan fisik motorik, kognitif, afektif, bahasa, kreativitas, dan mental sosial. Dengan bermain, anak akan

mengalami suatu proses yang mengarahkannya pada perkembangan kemampuan manusiawi nya.

Artinya, kegiatan bermain sebagai salah satu bentuk aktivitas jasmani merupakan bagian tidak terpisahkan dari proses pembelajaran di Sekolah Dasar. Sesuai dengan penerapan pendekatan pembelajaran yang tepat bagi Sekolah Dasar dengan memanfaatkan kegiatan bermain. Melalui bermain, anak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan dapat menjadi lebih dewasa. Hal terpenting yang harus diperhatikan dalam kegiatan bermain adalah (1) bermain harus muncul dalam diri anak. (2) bermain harus bebas dari aturan yang mengikat. (3) bermain adalah aktivitas yang nyata dan sesungguhnya, (4) bermain harus difokuskan pada proses dari pada hasil, (5) bermain harus didominasi oleh pemain, (6) bermain harus melibatkan peran aktif dari pemain. Peran orang dewasa dalam bermain sangat penting, karena orang dewasa akan memaknai permainan bagi si anak, sehingga memberikan pengetahuan yang bermakna bagi anak.

Selain bermain Kids Athletics juga mampu memberikan kegembiraan melalui latihan-latihan yang baru dan gerakan-gerakan yang beragam atau bervariasi. Permainan Kids Athletics ini dapat dimainkan oleh sejumlah anak yang relatif besar, sehingga area bermain maupun waktu permainan harus diperhitungkan. Melalui gerakan atletik dasar pada permainan Kids Athletics (lari, lompat, lempar) dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah, maka anak-anak dapat berpartisipasi dalam suasana bermain, tidak tegang, dan dalam situasi menyenangkan. Permainan Kids Athletics ini memberi kesempatan pada anak-anak untuk mempraktekkan permainan ini, baik dilakukan di sekolah, di halaman rumah, bahkan di pertokoan maupun di tempat-tempat umum di pusat rekreasi. Maksud dan tujuan dari permainan *Kids Athletics* menurut IAAF (2009:6) berisi tentang konsep sebagai berikut:

- a. Anak-anak dapat melakukan permainan *Kids Athletics* ini secara bersamaan dalam jumlah yang besar atau banyak.

- b. Bentuk gerakan dasar atletik yang beragam dapat dipraktekkan dalam permainan *Kids Athletics*.
- c. Kemampuan anak-anak sangat bervariasi menurut usia dan syarat kemampuan berkoordinasi.
- d. Suatu sifat petualangan anak menawarkan suatu pendekatan pembelajaran atletik cocok untuk anak-anak.
- e. Susunan dan struktur sistem penilaian permainan *Kids Athletics* ini adalah mudah dengan sistem urutan rangking dari tim atau regu.
- f. Permainan *Kids Athletics* dimainkan sebagai suatu event tim campuran yaitu dapat dimainkan anak putra maupun putri secara bersama-sama.

Model pembelajaran kemudian menggunakan *Kids Athletics* sebagai landasannya. Karena *Kids Athletics* memiliki sifat dan karakteristik yang dibutuhkan untuk dipergunakan dalam proses pembelajaran. *Kids Athletics* yang dipergunakan tidak asal comot saja, tetapi *Kids Athletics* yang telah diklasifikasikan berdasarkan nilai dan fungsinya bagi pertumbuhan dan perkembangan anak untuk meningkatkan keterampilan motorik nya. Kemudian, *Kids Athletics* yang telah dipilih tersebut diselaraskan dengan kompetensi dasar dan materi, serta tingkat pencapaian keterampilan motorik. Karenanya, proses pembelajaran tersebut akan menempatkan *Kids Athletics* sebagai wahana pembelajaran untuk menghantarkan materi tersebut. Model pembelajaran tersebut disebut dengan model pembelajaran berbasis *Kids Athletics*.

2. Tujuan Pembelajaran

Rahyubi (2014:234) menyatakan bahwa tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya. Selain itu, tujuan pembelajaran akan tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu mengekspresikan dan menampilkan bakat serta potensinya secara optimal.

Dengan demikian, ruang untuk menjadi manusia paripurna pun terbuka dengan lebar.

Schunk (2012: 103-104) menyatakan bahwa tujuan pembelajaran merupakan pernyataan yang jelas mengenai hasil pembelajaran yang harus dicapai oleh siswa. Tujuan pembelajaran menjelaskan apa yang harus dikerjakan oleh siswa saat menunjukkan prestasinya dan bagaimana guru mengetahui apa yang dikerjakan oleh siswa. Tujuan pembelajaran akan menentukan hasil belajar yang penting, serta membantu perencanaan pembelajaran dan merancang penilaian hasil belajar.

Tujuan pembelajaran merupakan titik awal yang sangat penting dalam proses perencanaan pembelajaran, sehingga baik arti maupun jenisnya perlu dipahami betul oleh guru. Tujuan pembelajaran merupakan pedoman bagi guru untuk melaksanakan proses pembelajaran, sehingga ia harus diketahui dan disadari oleh seorang guru sebelum mulai mengajar. Tujuan pembelajaran harus diformulasikan secara jelas dan tepat menggambarkan sasaran yang diinginkan.

3. Materi/Kompetensi Dasar

Materi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Maka dari itu, pendidikan bagi siswa menjadi kurang lengkap bila tidak disertai dengan mata pelajaran PJOK. Namun demikian, mata pelajaran ini bukanlah hanya pelengkap dalam proses pendidikan. PJOK merupakan bagian integral dari keberhasilan pencapaian pendidikan itu sendiri. Semua mata pelajaran menciptakan satu sinergi ke arah pencapaian tujuan pendidikan, yang meliputi aspek kognitif, psikomotorik, maupun afektif.

Dalam praktiknya. PJOK menjadi sarana untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, maupun pembiasaan pola hidup sehat.

Tujuannya adalah mendorong pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis secara seimbang, serta untuk meningkatkan keterampilan motorik. Materi PJOK kelas atas merupakan materi pembelajaran yang sangat penting dalam pembentukan keterampilan siswa. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ini diharapkan agar dapat tercipta generasi yang sehat dan bugar.

Kompetensi Dasar merupakan kompetensi setiap mata pelajaran untuk setiap kelas yang diturunkan dari Kompetensi Inti. Kompetensi Dasar adalah konten atau kompetensi yang terdiri atas sikap, keterampilan, dan pengetahuan yang bersumber pada kompetensi inti yang harus dikuasai. Kompetensi tersebut dikembangkan dengan memperhatikan karakteristik peserta didik, kemampuan awal, serta ciri dari suatu mata pelajaran. Mata pelajaran sebagai sumber dari konten untuk menguasai kompetensi bersifat terbuka dan tidak selalu diorganisasikan berdasarkan disiplin ilmu yang sangat berorientasi hanya pada filosofi esensialisme dan perenialisme.

Model pembelajaran yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan motorik, maka untuk pembelajaran yang dilakukan mengandung gerakan-gerakan yang berhubungan dengan keterampilan motorik. Komponen keterampilan motorik meliputi kecepatan, daya ledak, keseimbangan, kelincihan, dan koordinasi. Model pembelajaran yang akan dikembangkan berbentuk latihan sirkuit, setiap pos memiliki tujuan untuk mengembangkan salah satu atau dua komponen keterampilan motorik.

Tabel 3 Kompetensi Dasar Penjasorkes

Kompetensi Dasar	Materi	Kids Athletics
4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	Lari, Lompat, Lempar	Kanga's Escape Jump Frog Lempar Turbo Formula One

4. Sintaks atau Langkah-Langkah Pembelajaran

Model pembelajaran merupakan salah satu faktor kunci dalam proses pembelajaran di Sekolah Dasar. Sebelum sampai pada pelaksanaan pembelajaran, perencanaan pembelajaran diawali dengan penetapan silabus, kemudian dikembangkan menjadi: program semester, satuan kegiatan mingguan, dan dirinci ke dalam Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Dalam RPP terdapat komponen model pembelajaran sebagai bagian dari kegiatan pembelajaran. Karenanya, model pembelajaran merupakan gambaran konkrit tahapan pembelajaran yang harus dilakukan oleh pendidik dan peserta didik dalam proses pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun. Langkah-langkah pembelajaran meliputi:

- a. Pendahuluan: kegiatan siswa sebelum melaksanakan proses pembelajaran berupa kegiatan pembuka untuk memfokuskan perhatian, membariskan siswa, membangkitkan motivasi agar siswa siap mengikuti pembelajaran,
- b. Kegiatan awal adalah kegiatan pembuka berupa pemanasan, stretching, untuk menyiapkan tubuh anak untuk melakukan kegiatan inti.
- c. Kegiatan inti merupakan proses pembelajaran utama dalam rangka mencapai tujuan, yang dilaksanakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan partisipatif. Proses pembelajaran dilakukan melalui proses eksplorasi, eksperimen, elaborasi, dan konfirmasi. Kegiatan inti berupa model pembelajaran *Kids Athletics* kanga escape, jump prog, lempar turbo, formula one. Setiap kegiatan inti guru dapat menggunakan 1-4 jenis permainan yang dipilih berdasarkan komponen keterampilan motorik yaitu, kecepatan. daya ledak, keseimbangan, kelincahan, koordinasi.
- d. Kegiatan istirahat adalah waktu jeda antara kegiatan inti yang satu dengan kegiatan berikutnya. Anak-anak dapat duduk santai sambil minum air agar segar kembali.
- e. Kegiatan akhir merupakan kegiatan penutup yang dilakukan untuk mengakhiri aktivitas pembelajaran berupa kegiatan penyimpulan, pemberian umpan balik, dan penindak lanjutan, serta dilanjutkan

dengan peregangan/pendinginan berupa gerakan mengatur nafas untuk mengembalikan ke kondisi normal atau kondisi sebelum pembelajaran.

Dalam pembelajaran berbasis *Kids Athletics*, tahapan pembelajaran dilaksanakan tidak jauh berbeda dengan pembelajaran biasanya. Namun, yang membedakan adalah penggunaan *Kids Athletics* dalam setiap tahapan pembelajaran, bila *Kids Athletics* tersebut cocok dengan komponen keterampilan motorik atau sesuai dengan bidang pengembangan dan tujuan yang ingin dicapai. Karenanya, pembelajaran dapat dibuka dengan memainkan *Kids Athletics* yang sesuai dengan materi yang akan dipelajari, kemudian pada kegiatan inti anak-anak akan memainkan beberapa *Kids Athletics* yang sesuai dengan komponen keterampilan motorik, pada kegiatan penutup, guru dapat menambahkan dengan menyanyikan lagu-lagu tradisional maupun lagu-lagu perjuangan yang membuat anak rileks dan tidak merasa terlalu lelah.

5. Kegiatan Guru dan Siswa

Kegiatan guru dan siswa cukup bervariasi karena tergantung pada model pembelajaran yang dipergunakan. Secara umum, kegiatan guru dan siswa dibagi ke dalam tiga kegiatan, yaitu pembukaan, kegiatan awal, kegiatan inti, istirahat, dan kegiatan akhir.

Bila seluruh tahapan dapat menggunakan *Kids Athletics*, maka kegiatan guru dilakukan sebagai berikut. Pendahuluan merupakan kegiatan sebelum pembelajaran dimulai dari guru dan siswa datang ke sekolah, guru menyambut anak di halaman, siswa menyalami guru, dan bersiap di depan pintu kelas masing-masing untuk memasuki kelas.

Dalam kegiatan awal, guru mencermati kegiatan siswa. Guru memberi contoh pemanasan. Guru membimbing anak melakukan pemanasan, guru memberi pujian kepada anak yang gerakan pemanasan nya benar. Dalam kegiatan inti, guru meminta anak untuk menyebutkan nama-nama *Kids Athletics*, guru memperlihatkan gambar-gambar *Kids Athletics*. Guru

memuji anak yang berani menjawab pertanyaan dengan benar dan cermat. Guru memberi contoh bagaimana caranya melakukan *Kids Athletics*. Guru mendampingi anak dalam melakukan permainan tradisional. Guru memberi reward kepada anak yang mampu melakukan *Kids Athletics* dengan benar. Dalam kegiatan istirahat, guru mengawasi kegiatan yang dikerjakan oleh siswa. Dalam kegiatan akhir, guru melakukan evaluasi atas apa yang telah dipelajari, dan melakukan refleksi.

Kegiatan yang dilakukan anak selama proses pembelajaran di sekolah adalah sebagai berikut. Pada pendahuluan, anak menyalami ibu bapak guru yang menyambut di serambi depan sekolah, kemudian menuju depan kelas masing-masing, berbaris di depan kelas dan masuk ke ruang kelas secara tertib. Pada kegiatan awal, anak membaca doa, berbaris di halaman sekolah, anak melakukan pemanasan. Pada kegiatan inti, anak menjawab pertanyaan mengenai nama-nama *Kids Athletics*, anak mempraktekkan *Kids Athletics* sesuai perintah guru. Pada kegiatan istirahat, anak-anak dapat duduk santai sambil minum air atau berlari-larian dengan temannya. Pada kegiatan akhir, anak memperhatikan ucapan guru, dilanjutkan dengan gerakan pendinginan masing-masing anak.

6. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian merupakan bagian integral dari proses pembelajaran. Memahami dan mengetahui bagaimana cara menggunakannya secara tepat sangat penting agar pembelajaran berlangsung secara efektif. Penilaian membantu guru mengenali kelebihan dan kebutuhan peserta didik serta mengawasi kemajuannya yang terjadi manakala pembelajaran sedang dan telah berlangsung.

Chen & McNamee (Roopnarine & Johnson, 2011: 265) menyatakan bahwa salah satu tugas tersulit dan terpenting adalah bagaimana menilai anak-anak secara individual dengan tepat dan menggunakan hasil penilaian tersebut secara efektif untuk menginformasikan perkembangan belajar. Guru yang

dapat menilai dengan baik akan menjadi guru yang lebih baik. Bila guru adalah penilai yang teliti, ia tahu apa yang telah dikuasai anak dan apa yang sedang mereka pelajari. Penilaian adalah proses pengamatan, pencatatan, pemrosesan, dan pendokumentasian apa yang dilakukan anak sebagai dasar untuk membuat keputusan pendidikan yang akan mempengaruhi anak, dan melaporkan nya kepada pihak yang berkepentingan (Morrison, 2012: 158).

Penilaian di SD mengandung empat kegiatan utama yang merupakan rangkaian kerja guru, yaitu: (1) pengamatan (observation): proses memperhatikan siswa saat melakukan suatu kegiatan bermain dan belajar; (2) pencatatan (recording): proses mendokumentasikan (mencatat) berbagai kegiatan yang teramati dengan baik. (3) pengkajian (analisis) terhadap informasi dan data yang diperoleh untuk dibuat keputusannya, dan (4) pelaporan (reporting): proses penyampaian informasi kepada manajemen, dan orang tua dalam bentuk laporan, baik laporan tertulis maupun laporan lisan.

7. Fungsi Model Pembelajaran Berbasis Kids Athletics

Suyanto dan Jihad (2013:137) menyatakan ada beberapa fungsi penting yang seharusnya dimiliki suatu model pembelajaran. Berdasarkan pandangan tersebut, model pembelajaran berbasis *Kids Athletics* diharapkan dapat berfungsi:

- a. Sebagai pedoman yang dapat menjelaskan apa yang harus dilakukan oleh guru. Dengan demikian, mengajar menjadi sesuatu yang ilmiah, terencana, dan merupakan rangkaian kegiatan yang mempunyai tujuan.
- b. Sebagai komponen pengembangan kurikulum model pembelajaran pendidikan jasmani.
- c. Sebagai instrumen untuk merinci semua alat pengajaran yang akan digunakan guru sehingga membawa siswa kepada perubahan-perubahan perilaku yang dikehendaki.
- d. Sebagai evaluasi yang memberikan perbaikan terhadap pengajaran sehingga dapat meningkatkan keefektifan pembelajaran.

2.3 Hakikat Pembelajaran PJOK

2.3.1 Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan suatu tindakan terpuji yang dilakukan oleh seorang pendidik untuk memberikan ilmu dan pengetahuan, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain pembelajaran merupakan suatu proses yang dapat membantu peserta didik mudah dalam belajar.

Pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu sistem atau proses pembelajaran yang direncanakan atau didesain, dilaksanakan, dievaluasi secara sistematis agar dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Terdapat dua konsep yang tidak bisa dipisahkan dalam kegiatan pembelajaran yaitu belajar dan mengajar. Belajar mengacu kepada apa yang dilakukan siswa, sedang mengajar mengacu kepada apa yang dilakukan oleh guru (Faizah, 2017).

Pembelajaran juga merupakan proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran melibatkan banyak interaksi yang dirancang sedemikian rupa untuk menghasilkan proses belajar yang baik, maka dapat dikatakan pula bahwa pembelajaran adalah suatu sistem. Istilah sistem berasal dari bahasa Yunani “systema” yang berarti sehimpunan bagian atau komponen yang saling berhubungan secara teratur dan merupakan suatu keseluruhan (Hartono et al., 2022). Dalam pembelajaran, peserta didik tidak hanya berinteraksi dengan guru sebagai salah satu sumber belajar, tetapi mungkin berinteraksi dengan keseluruhan sumber belajar yang dipakai untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan.

2.3.2 Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran merupakan konsep pengambilan keputusan untuk menentukan tujuan pembelajaran dan menyesuaikan metode untuk diterapkan kepada peserta didik dan menyesuaikan kurikulum yang akan digunakan baik berupa adanya pemfokusan pada saat pembelajaran, kemampuan dan kelakuan

untuk mengetahui perkembangan teknologi yang ada. Perencanaan pembelajaran adalah faktor paling penting karena dengan adanya perencanaan pembelajaran nantinya akan membuat pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar. Perencanaan pembelajaran yang dibuat bertujuan memudahkan peserta didik dan juga sebagai tolak ukur pendidik dalam hal mengajar (Iskandar & Subekan, 2020).

2.3.3 Pembelajaran PJOK

Menurut Jihad (2008, p. 11), pembelajaran merupakan suatu proses yang terdiri dari kombinasi dua aspek, yaitu: belajar tertuju kepada apa yang harus dilakukan oleh siswa, mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru sebagai pemberi pelajaran. Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai kegiatan belajar melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani harus mempunyai suatu kualitas yang sangat tinggi, terutama dalam memberikan efek terhadap siswa, hal ini berlangsung dengan melalui olahraga pada proses belajar mengajar, baik di lapangan maupun di kelas. Pendidikan jasmani di sekolah merupakan sebuah kegiatan yang tidak terpisahkan dari kegiatan Pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan jasmani merupakan instrumen yang efektif untuk mendidik siswa, baik secara fisik, emosional, sosial dan intelektual. Pendidikan jasmani diakui sebuah komponen kunci untuk meraih Pendidikan bermutu dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dari belajar sepanjang hayat (Iswanto & Widayati, 2021).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Guru PJOK juga perlu memahami tujuan dari pendidikan jasmani agar pembelajaran gerak menjadi selaras dengan target yang dicapai. pembelajaran pendidikan jasmani sebaiknya dimaksimalkan terhadap siswa agar perkembangan fisik, mental, dan emosional siswa dapat selalu terjaga. Kesehatan jasmani pula akan dapat memfasilitasi siswa untuk beraktivitas sehari-

han secara efektif dan menghasilkan sesuatu yang optimal. Selain itu, pendidikan jasmani juga harus dibuat menyenangkan sehingga siswa dapat menikmati proses pendidikan tersebut dan dapat mencapai hasil yang optimal di dalam pembelajaran..

2.4 Hakikat Atletik

Menurut Eddy Purnomo & Dapan (2011: 1) kata "atletik berasal dari bahasa Yunani, Athlon atau Athium, yang berarti lomba atau perlombaan. Di Amerika dan sebagian Eropa serta Asia, istilah Track and Field sering kali dipakai untuk kata atletik. Sedangkan di Jerman, Leicht Athletik, dan Belanda Athletick dan istilah lain yang dipakai untuk kegiatan jalan, lari, lompat dan lempar ini.

Atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lempar, lompat, dan lempar. Selain itu, atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan biometrik, misalnya kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya. Yang termasuk ke dalam komponen kebugaran jasmani seseorang. Kegiatan atletik ini juga dimanfaatkan sebagai sarana penelitian bagi para ilmuwan di bidang keolahragaan.

Atletik yang terdiri dari jalan, lari, lompat, dan lempar dikatakan sebagai cabang olahraga yang paling tua usianya dan disebut sebagai "ibu atau induk" dari semua cabang olahraga dan sering disebut sebagai Mother of Sports, Alasannya adalah karena gerakan atletik sudah tercermin pada manusia pula mengingat jalan, lari, lompat, dan lempar secara tidak sadar sudah mereka lakukan dalam usaha mempertahankan dan mengembangkan hidupnya, bahkan mereka rajin menggunakannya untuk menyelamatkan diri dari gangguan alam sekitarnya. Eddy Paramo & Dapan (2011:31) Jadi Dari pendapat di atas dapat dijelaskan jika atletik merupakan induk dan semua cabang olahraga karena memuat jalan, lari, lompat dan lempar. Selain itu gerakan atletik sudah digunakan sejak zaman manusia purba sampai sekarang yang kegunaannya dipakai menurut keperluan atau kebutuhan masing-masing di saat itu.

2.4.1 Hakikat Kids Athletics

2.4.1.1 Pengertian Kids Athletics

Kids Athletics merupakan miniatur dari atletik yang sebenarnya. Kids atletik dikembangkan dengan tujuan agar bisa membawa kegembiraan dalam bermain atletik Menurut IAAF atau World Athletics, *Kid's Athletics* merupakan kegiatan yang dimaksudkan untuk menghadirkan kegembiraan dalam bermain Atletik, even baru dan inovatif ini akan memungkinkan anak-anak menemukan dasar dalam aktivitas: lari cepat, lari ketahanan, melompat, melempar atau memasukkan, yang dapat dilakukan di tempat mana saja, (stadion, taman bermain, gimnasium, lapangan olahraga yang tersedia, dsb.). Dengan adanya kids atletik akan memungkinkan anak-anak untuk menemukan latihan dasar, seperti lari, lompat dan lempar *Kids Athletics* merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli Pendidikan Jasmani untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya yang di dalamnya berisikan gerakan dasar jalan lari dan lompat.

Pada anak usia dini antara usia 8-14 tahun, *Kids Athletics* merupakan alternatif pembelajaran atletik, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan Dengan pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak, maka anak akan merasakan bahwa permainan yang dimainkan tidak akan terasa membosankan dan melelahkan, yang dirasakan adalah rasa ingin bermain lebih lama lagi dan rasa ingin tahu lebih besar lagi. Selain itu, permainan *Kids Athletics* memiliki unsur tantangan, di mana ada unsur persaingan oleh lawan atau teman yang ikut bermain. Dengan demikian permainan Kids Athletics ini dapat dimainkan di lapangan terbuka, maupun bagi sekolah yang tidak memiliki halaman yang luas maka permainan ini dapat dilakukan di mana saja. *Kids Athletics* adalah permainan yang memiliki unsur gerak dasar lari, lompat, lempar. Di samping itu, *Kids Athletic* juga dapat digunakan untuk meningkatkan kesegaran jasmani anak-anak usia dini karena di dalam permainan ini terdapat unsur daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi.

Sarana dan prasarana dalam *Kids Athletics* juga dapat dimodifikasi sesuai dengan kondisi dan lingkungan sekitar. Di samping itu, peralatan *Kids Athletics* berasal dari limbah rumah tangga yang sudah tidak berfungsi lagi, misalnya ban sepeda, ban mobil, bambu, kardus, botol, dan lain sebagainya. Dengan peralatan yang sederhana dan mudah ditemukan di sekitar kita, maka tidak ada alasan lagi bagi guru penjas untuk meningkatkan hasil pembelajaran penjas melalui pembelajaran yang menyenangkan, murah dan dapat dilakukan di mana saja.

2.4.1.2 Konsep Kids Atletik

Kids Athletics memberikan kegembiraan, latihan-latihan yang baru dan gerakan-gerakan yang beragam atau bervariasi. Permainan *Kids Athletics* ini dapat dimainkan oleh sejumlah anak yang relatif besar, sehingga area bermain maupun waktu permainan harus diperhitungkan. Melalui gerakan atletik dasar pada permainan *Kids Athletics* (lari, lompat, lempar) dalam pembelajaran penjas di sekolah, maka anak-anak dapat berpartisipasi dalam suasana bermain, tidak tegang, dan dalam situasi menyenangkan. Permainan *Kids Athletics* ini memberi kesempatan pada anak-anak untuk mempraktekkan permainan ini, baik dilakukan di sekolah, di halaman rumah, bahkan di pertokoan maupun di tempat-tempat umum di pusat rekreasi. Maksud dan tujuan dari permainan *Kids Athletics* menurut IAAF (2002:6) berisi tentang konsep sebagai berikut:

1. Anak-anak dapat melakukan permainan *Kids Athletics* ini secara bersamaan dalam jumlah yang besar atau banyak.
2. Bentuk gerakan dasar atletik yang beragam dapat dipraktekkan dalam permainan *Kids Athletics*.
3. Kemampuan anak-anak sangat bervariasi menurut usia dan syarat kemampuan berkoordinasi.
4. Suatu sifat petualangan anak menawarkan suatu pendekatan pembelajaran atletik cocok untuk anak-anak.
5. Susunan dan struktur sistem penilaian permainan *Kids Athletics* ini adalah mudah dengan sistem urutan ranking dari tim atau regu
6. Permainan *Kids Athletics* dimainkan sebagai suatu event tim campuran yaitu dapat dimainkan anak putra maupun putri secara bersama-sama

2.4.1.3 Tujuan Kids Athletics

Menurut IAAF dalam buku penduaan Kids Athletics A Practical Guide (2006), permainan *Kids Athletics* ini memiliki tujuan yang ingin dicapai antara lain.

1. Aktivitas Fisik

Permainan ini disesuaikan menurut usia dan fisik anak, agar memberi motivasi kepada anak-anak dalam pembelajaran penjas di sekolah, maupun di klub-klub atletik yang terlibat aktivitas fisik sehingga akan mengetahui manfaat dari kegiatan yang dilakukan secara teratur

2. Meningkatkan Derajat Kesehatan

Salah satu tujuan olahraga harus mendorong anak-anak untuk bermain dalam rangka meningkatkan kesehatan jangka panjang Kesehatan fisik yang mantap dilakukan melalui cara hidup yang aktif dan sehat, sehingga nantinya menjadi pijakan untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga sepanjang hidupnya. Selain itu, *Kids Athletics* dirancang secara utuh untuk memenuhi tantangan dengan menawarkan tugas-tugas Koordinasi yang beragam dan berkaitan dengan usia anak

3. Pembentukan Interaksi Sosial Anak

Pembentukan tim atau regu merupakan suatu pembentukan nilai-nilai afektif atau sosial anak. Permainan *Kids Athletics* ini ditekankan pada anak-anak untuk mendapatkan rangsangan agar dapat bekerjasama dengan teman, sehingga anak-anak menyadari akan pentingnya kerjasama. Selain itu, anak-anak juga diarahkan untuk memiliki jiwa sportif.

4. Memiliki Sifat-Sifat Petualang

Suatu kunci yang memiliki daya tarik dari permainan *Kids Athletics* ini adalah ketegangan yang ditimbulkan Anak-anak akan mengalami suatu tantangan untuk mengalahkan lawan dengan berbagai rangsangan khusus untuk memenangkan perlombaan. Tentu saja permainan ini akan menegangkan karena masing-masing regu akan berusaha mengalahkan lawannya, sehingga akan merangsang anak agar tidak pantang menyerah

5. Sebagai Wadah untuk Berprestasi *Kids Athletics* tidak hanya sebagai tempat untuk mengembangkan gerak dasar anak, namun *Kids Athletics* juga merupakan tempat mencari bakat-bakat atlet untuk berprestasi Dimasa yang akan datang

2.4.2 Even Kids Athletics

2.4.2.1 Kanga Escape

Kanga Escape atau sering disebut Sprint Kanga merupakan lari estafet bolak-balik dengan kombinasi sprint dan gawang yang bisa dimainkan dengan cara beregu maupun individu yang mempunyai dua lintasan sama Panjang.



(Sumber: www.peralatanolahragaanak.com)

Gambar 1 Even *Kanga's Escape*

Prosedur Pelaksanaan:

Dua lintasan setiap tim, satu dengan gawang dan satunya tidak. Dua orang di dalam tim berdiri di satu sisi dan dua yang lain disisi seberangnya. Peserta pertama start dari start berdiri dan lari 40-meter tanpa gawang. Pada akhir lintasan memberikan gelang estafet (gelang diberikan di belakang bendera) ke pelari nomor dua yang meneruskan lari melewati gawang. Pelari kedua juga start dengan posisi berdiri dan lari melewati gawang sampai ujung lintasan dan memberikan gelang estafet ke pelari ketiga. Pelari ketiga lari tanpa gawang dan memberikan ke pelari empat dan seterusnya sampai semua pelari melakukan lari tanpa gawang dan dengan gawang

Dengan demikian pelari ketiga adalah pelari terakhir melewati gawang dan diambil waktunya. Gelang estafet dengan dibawa dengan tangan kanan dan diberikan kepada pelari selanjutnya yang menerima juga dengan tangan kanan.

Penilaian:

Pemeringkatan dilakukan berdasarkan waktu kedatangan peserta di garis finis. Tim pemenang adalah tim yang paling cepat menyelesaikan lari, Setiap kali pemberangkatan lari dapat dilakukan oleh sejumlah tim bersamaan tergantung dari jumlah tim dan ketersediaan panitia dan lintasan yang di buat untuk berlatih.

Peralatan

Setiap lintasan perlu disediakan peralatan sebagai berikut:

1. 1 stopwatch
2. 1 kartu even tiap pos
3. 4 gawang (tinggi 50 cm, dan jarak 6-meter antar gawang)
4. 2 tanda/tongkat berbendera
5. 1 gelang estafet

2.4.2.2 Loncat katak (Lompat jauh dari berdiri)

Loncat katak merupakan lompat dengan dua kaki ke depan dari posisi squat



(Sumber: www.peralatanolahragaanak.com)

Gambar 2. Even Loncat Katak

Prosedur Pelaksanaan:

Dari garis star seorang peserta melakukan "loncat katak" tiga kali berturut-turut dengan bertumpu dan mendarat dua kaki. Petugas memberi tanda bagian tubuh yang terdekat dari garis star (tumit). Bila peserta jatuh ke belakang maka tandanya adalah pada tangan yang dekat dengan garis star. Titik pendaratan peserta pertama adalah titik awal lompat peserta kedua dan seterusnya. Lomba diselesaikan setelah anggota regu terakhir melompat dan mendarat serta diberi tanda pada pendaratannya. Gerakan ini dilakukan dua kali, dan hasil yang terbaik yang digunakan.

Penilaian

Setiap anggota tim berlomba, dan jumlah jarak yang dicapai oleh 4 peserta anggota tim adalah hasilnya. Pengukuran dilakukan sampai pada 1 cm

Peralatan

Setiap tim memerlukan peralatan sebagai berikut

1. 1 meteran
2. Alat penanda
3. 1 kartu lomba

2.4.2.3 Lempar Turbo (lempar lembing anak)

Lempar turbo adalah lempar satu tangan untuk mencapai jarak lemparan dengan lembing anak yang dilakukan dengan awalan atau tanpa awalan.



(Sumber: www.peralatanolahragaanak.com)

Gambar 3. Even Lempar Turbo

Lempat lembing anak-anak: diawali dengan awalan 5 meter Setelah melakukan awalan pendek peserta melempar lembing anak ke area lemparan dengan dibatasi garis lempar Setiap peserta melakukan dua lemparan jarak lempar di ukur menggunakan alat ukur dari titik lempar dan tempat jatuhnya lembing pada saat di lempar.

Keamanan

Karena keamanan cukup rawan dalam lempar lembing maka hanya petugas yang boleh berada di area pendaratan lemparan yang sudah di tentukan sebelumnya. Sangat terlarang melempar balik lembing ke arah batas garis lempar untuk menjaga keamanan pemain.

Penilaian

Setiap lemparan diukur dengan memberi tanda yang ditarik 90 derajat ke arah batas lempar Dan dicatat per interval 25 cm. Bila lembing jatuh di tengah garis 25 cm maka dibulatkan ke atas Jumlah jarak terbaik dari dua lemparan. Lempat lembing anak-anak diawali dengan awalan 5 meter. Setelah melakukan awalan pendek berupa jalan atau lari lima langkah peserta melempar lembing Setiap peserta melakukan dua lemparan.

Peralatan

1. 2 lembing anak (lembing turbo)
2. Garis ukur yang telah dikalibrasi dengan meteran
3. Kartu lomba

2.4.2.4 Formula One (Sprint, Gawang, dan Slalom)

Formula 1 merupakan bagian dari *Kids Athletics* yang kegunaannya untuk melatih daya tahan untuk anak-anak dimana pada nomor ini berupa estafet dengan kombinasi sprint, gawang, dan slalom. Yang rancangan lintasanya di buat setengah melingkar menyerupai sirkuit balapan mobil yang di bagi beberapa tahapan dalam melakukan lomba ataupun latihan.



(Sumber: www.peralatanolahragaanak.com)

Gambar 4 Even Formula One

Prosedur Pelaksanaan

Keliling lintasan sekitar 80-meter yang dibagi menjadi area lari/sprint, lari gawang dan slalom. Gelang estafet digunakan sebagai alat perpindahan. Setiap peserta harus memulai rangkaian aktivitas dengan melakukan roll depan atau samping di atas matras. Setiap peserta harus melakukan aktivitas sepanjang lintasan secara lengkap dan memberikan gelang kepada peserta selanjutnya. Sekali start dapat dilakukan sampai enam tim bersama-sama.

Penilaian

Pemeringkatan dilakukan dengan melihat catatan waktu yang dicapai oleh setiap tim legu. Demikian juga dengan tim/regu selanjutnya sesuai dengan peringkat waktu.

Peralatan:

1. 9 gawang
2. 10 tongkat/tiang slalom (jarak 1m tiap tiang)
3. 3 busa/matras
4. Sekitar 30 kerucut/tanda
5. Stopwatch
6. 1 kartu lomba

2.5 Keterampilan Motorik

2.5.1 Pengertian Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik berasal dari bahasa Inggris, yaitu Motor Skill. Gerak (motor) merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia karena dengan gerak (motor) manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Gagne menyatakan bahwa keterampilan motorik adalah kemampuan melakukan serangkaian gerak jasmani dalam urusan dan koordinasi, sehingga terwujud gerak otomatisasi (Dimiyati & Mudjiono, 2015:11). Keterampilan motorik yang dimaksud adalah keterampilan dalam melakukan gerakan-gerakan fisik yang memerlukan koordinasi antara otot dan syaraf untuk menghasilkan gerakan-gerakan yang terotomatisasi.

Keterampilan motorik dapat didefinisikan sebagai akuisisi dari penggunaan masa otot besar dan kecil. Kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik (Edwards, 2011:5). Makin tinggi kemampuan motorik seseorang maka dimungkinkan daya kerja akan menjadi lebih tinggi, dan sebaliknya. Oleh karena itu, kemampuan gerak dapat dipandang sebagai sumber keberhasilan dalam melakukan tugas keterampilan gerak. Sukadiyanto (2011:70) menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang dalam menampilkan gerak sampai gerak lebih kompleks. Kemampuan motoric tersebut merupakan suatu kemampuan umum seseorang yang berkaitan dengan berbagai keterampilan atau tugas gerak.

Keterampilan motorik terdiri atas keterampilan motorik kasar dan keterampilan motorik halus. Payne dan Isaacs (2017:11) menyatakan gerak motorik kasar adalah gerakan yang dikendalikan oleh kelompok otot-otot besar. Otot-otot ini merupakan bagian integral dalam memproduksi berbagai gerak, seperti berjalan, berlari, dan melompat-lompat. Gerakan motorik halus adalah gerakan yang diatur oleh otot-otot kecil atau kelompok otot. Seperti gerakan menggambar, mengetik, atau memainkan alat musik adalah gerakan motorik halus.

Keterampilan motorik dapat didefinisikan sebagai suatu gerakan yang terampil dengan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien akibat dari perpaduan kerjasama sistem saraf dan otot. Keterampilan motorik dapat berdampak pada peningkatan kualitas neuromuscular yaitu gerak yaitu koordinasi sistem saraf dan otot yang baik. (Mustafa & Sugiharto, 2020).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik merupakan sebuah proses dimana seseorang mengembangkan respons ke suatu gerak dan tindakan yang berupa serangkaian gerakan-gerakan yang sukarela hasil kontrol dari bagian-bagian tubuh yang melatari tindakan tersebut. Prinsip yang digunakan untuk proses perkembangan motorik adalah terjadinya perubahan baik fisik maupun mental sesuai dengan masa pertumbuhan dan perkembangannya pada anak.

2.5.2 Fungsi Keterampilan Motorik

Singer (dalam Sukadiyanto, 2012:1) menyatakan bahwa pengalaman dan praktik intensif dalam berbagai keterampilan motorik akan menghasilkan kemudahan dalam penguasaan keterampilan. Oleh karena itu, pada masa kecilnya anak memiliki berbagai pengalaman pola gerak dasar dan berbagai aktivitas, akan lebih mudah melakukan berbagai keterampilan motorik. Keterampilan gerak dasar (motorik kasar dan halus) dalam bentuk gerak lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif yang diberikan pada anak sekolah dasar akan menjadi dasar dalam pembelajaran motorik yang baru atau menuju kepada kualitas keterampilan jasmani pada tingkat selanjutnya.

Fungsi utama keterampilan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Kemampuan motorik yang baik suatu individu akan menjadikan landasan untuk menguasai tugas keterampilan motorik yang khusus. Semua unsur-unsur kemampuan motorik pada siswa sekolah dasar dapat berkembang melalui kegiatan pendidikan jasmani dan aktivitas bermain yang melibatkan otot besar.

Pembelajaran motorik di sekolah dasar saat ini menjadi perhatian banyak kalangan, melalui pembelajaran motorik di sekolah dasar akan berpengaruh terhadap beberapa aspek kehidupan para siswa seperti: (1) melalui pembelajaran motorik anak mendapatkan hiburan dan memperoleh kesenangan, (2) melalui pembelajaran motorik anak dapat beranjak dari kondisi lemah menuju kondisi independen, (3) melalui pembelajaran motorik anak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, (4) melalui pembelajaran motorik akan menunjang keterampilan anak dalam berbagai hal, dan (5) melalui pembelajaran motorik akan mendorong anak bersikap mandiri, sehingga dapat menyelesaikan segala persoalan yang dihadapinya (Decaprio, 2013:24).

Secara umum tujuan pembelajaran motorik adalah agar anak memiliki keterampilan gerak yang memadai, sekaligus mengembangkan aspek kognitif, aspek fisik, dan aspek afektif/sosial. Semakin banyak siswa mengalami aktivitas gerak tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih. Pengalaman ini disimpan dalam ingatan untuk dipergunakan dalam kesempatan lain, jika melakukan gerak yang sama. Semakin banyak pengalaman motorik yang dilakukan oleh siswa tentu akan menambah kematangan nya dalam melakukan aktivitas motorik.

2.5.3 Unsur-unsur Keterampilan Motorik

Keterampilan dasar merupakan sifat khas perkembangan anak umur 6 sampai 12 tahun dan meliputi keterampilan lokomotor meliputi jalan, lari, lompat, loncat, dan keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola. Keterampilan motorik dasar dikembangkan pada masa anak sekolah dan pada masa sekolah awal dan ini akan menjadi bekal awal untuk mempraktikkan keterampilan gerak yang efisien bersifat umum dan selanjutnya akan diperlukan sebagai dasar untuk perkembangan keterampilan motorik yang lebih khusus yang semuanya ini merupakan bagian integral prestasi bagi anak dalam segala umur dan tingkatan. Pengembangan pola gerak dasar merupakan fungsi kematangan dan pengalaman.

Sudarko (2010:15-16) menyatakan bahwa gerakan motorik kasar pada anak merupakan kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian

tubuh anak. Gerakan yang timbul dan terjadi pada motorik kasar merupakan gerakan yang terjadi dan melibatkan otot-otot besar dari bagian tubuh dan memerlukan tenaga yang cukup besar. Perkembangan motorik pada proses seorang anak adalah belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh. Kemampuan tersebut terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa, yaitu melibatkan otot-otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak serta gerakan mengandalkan kematangan dalam koordinasi.

Unsur-unsur keterampilan motorik kasar pada anak usia 6 tahun ke atas terdapat dalam kegiatan fisik berupa menangkap bola besar dengan tangan, berdiri dengan satu kaki selama 5 detik, mengendarai sepeda roda tiga melalui tikungan, melompat sejauh 1-meter atau lebih dari posisi berdiri semula, menggunakan bahu dan siku pada saat melempar bola 3 meter, dan melompat dengan satu kaki.

Suharjana (2013:17) menyatakan kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan terdiri dari komponen-komponen sebagai berikut: 1) Kecepatan (kemampuan untuk menempuh jarak tertentu dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, 2) Daya ledak (kombinasi antara kekuatan dan kecepatan yang merupakan dasar dari setiap melakukan aktivitas), 3) Keseimbangan (kemampuan bergerak untuk mempertahankan sikap tubuh yang tepat saat melakukan Gerakan, 4) Kelincahan (kemampuan bergerak memindahkan tubuh untuk merubah arah dengan cepat dan tepat, 5) Koordinasi (perpaduan beberapa unsur gerak dengan melibatkan gerak tangan dan mata, kaki dan mata secara serempak untuk hasil gerak yang maksimal dan efisien.

Unsur-unsur keterampilan motorik di antaranya: (a) Kekuatan, yaitu keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini untuk dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti: berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong. (b) Koordinasi, keterampilan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dengan sistem saraf. Anak dikatakan baik

koordinasi gerakannya apabila anak mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. (c) Kecepatan sebagai keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya. (d) Keseimbangan, yaitu keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan di bagi menjadi dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain. (e) Kelincahan, keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ke titik lain. Misalnya: bermain menjala ikan, bermain kucing dan tikus, bermain hijau hitam, dan permainan lainnya. Semakin cepat waktu yang ditempuh untuk menyentuh maupun kecepatan untuk menghindar, semakin tinggi kelincahan (Permana, 2020:36-39).

2.6 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Karakteristik peserta didik mengacu pada berbagai aspek yang mempengaruhi belajar dan perkembangan siswa. Aspek-aspek tersebut meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial, perkembangan emosi, minat dan kebutuhan, gaya belajar, kemampuan akademik dan kepribadian. Karakteristik anak sekolah dasar yang berkaitan aktivitas fisik umumnya anak akan senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, dan senang praktik langsung (Alim, 2009). Memahami karakteristik siswa penting agar guru dapat merencanakan pengalaman belajar yang efektif dan relevan bagi siswa. Dengan mempertimbangkan karakteristik siswa, guru dapat merancang strategi pembelajaran yang memenuhi kebutuhan dan kemampuan siswa, mengidentifikasi sumber dan materi yang paling efektif, serta mengembangkan metode penilaian yang akurat untuk mengukur prestasi siswa. Ini membantu siswa belajar lebih efektif dan efisien dan mencapai potensi penuh mereka.

Karakteristik setiap anak berbeda-beda, guru harus memahami karakteristik asli siswa sehingga dengan mudah dapat mengontrol segala sesuatu yang berkaitan

dengan pembelajaran, termasuk pemilihan strategi pengelolaan yang berkaitan dengan penyelenggaraan pelajaran, kemampuan mereka, sehingga komponen pengajaran dapat . sesuai dengan karakteristik siswa, sehingga pembelajaran lebih bermakna. Kemampuan ini dapat digunakan untuk menentukan dimana pelajaran harus dimulai dan pada batas mana pelajaran dapat diakhiri. Pelajaran berlangsung dari awal sampai kemampuan akhir (tujuan akhir) yang menjadi tanggung jawab guru (Meriyati, 2015)

Menurut Janawi, (2019) peran guru dalam memahami karakteristik siswa dapat dioptimalkan dalam pembelajaran normal, dalam pembelajaran di kelas atau dalam dunia sekolah formal. Peran ini hilang ketika guru tidak berinteraksi secara intensif dengan anak. Semakin baik guru memahami karakteristik anak, maka proses dapat berdampak pada: [1] Mengoptimalkan pencapaian tujuan pembelajaran; [2] membantu anak tumbuh dan berkembang; [3]. Memudahkan anak untuk memaksimalkan potensinya; [4] memfasilitasi diagnosis oleh guru dan orang tua atau pihak yang berkepentingan ketika anak memiliki masalah tertentu; dan [5] untuk memfasilitasi interaksi dan sosial anak dengan lingkungannya.

2.6.1 Perkembangan Fisik

Faktor-faktor perkembangan fisik merupakan peranan penting dalam kaitannya dengan kesiapan dan penampilan anak. Perkembangan fisik merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Dengan meningkatnya pertumbuhan tubuh, baik menyangkut ukuran berat dan tinggi, maupun kekuatannya memungkinkan anak untuk dapat lebih mengembangkan keterampilan fisiknya, dan eksplorasi terhadap lingkungannya dengan tanpa bantuan dari orangtuanya (Yusuf, 2014).

Pertumbuhan fisik erat juga kaitannya dengan terjadinya proses peningkatan kematangan fisiologis pada diri setiap individu. Proses peningkatan kematangan yang terjadi sejalan dengan bertambahnya usia pada anak. Pertumbuhan fisik pada masa ini relatif lambat dan konstan dibandingkan dengan pada masa bayi dan juga pada masa adolensi Sejalan dengan pertumbuhan fisik, beberapa macam

kemampuan fisik juga meningkat seperti kekuatan, fleksibilitas, keseimbangan, dan koordinasi (Aghnaita, 2017).

Menurut Fitriani, R. (2018), Kegiatan di luar ruangan bisa menjadi pilihan terbaik karena dapat menstimulasi perkembangan otot. Jika anak melakukan aktivitas di dalam ruangan, maka kemaksimalan ruangan bisa dijadikan strategi untuk menyediakan ruang gerak yang bebas bagi anak untuk berlari, melompat, dan menggerakkan seluruh tubuhnya dengan cara-cara yang tidak terbatas.

Hurlock (2012: 149) menyatakan perkembangan fisik pada tahap ini ditandai sebagai berikut: (1) tinggi, kenaikan tinggi per tahun adalah 2 sampai 3 inch, (2) berat, kenaikan berat lebih bervariasi daripada kenaikan tinggi, berkisar antara 3 sampai 5 pon per tahun, dan (3) perbandingan tubuh, meskipun kepala masih terlampau besar dibandingkan dengan bagian tubuh lainnya, beberapa perbandingan wajah yang kurang baik menghilang dengan bertambah besarnya mulut dan rahang, dahi melebar dan merata, bibir semakin berisi, hidung menjadi lebih besar dan lebih berbentuk, badan memanjang dan lebih langsing, leher menjadi lebih panjang, dada melebar, perut tidak buncit, lengan dan tungkai memanjang, tangan dan kaki dengan lambat tumbuh membesar.

2.6.2 Perkembangan Motorik

Seiring dengan perkembangan fisiknya yang beranjak matang, maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkoordinasi dengan baik. Setiap gerakannya sudah selaras dengan kebutuhan atau minatnya. Pada masa ini ditandai dengan kelebihan gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Oleh karena itu, usia ini merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan yang berkaitan dengan motorik, seperti menulis, menggambar, melukis, mengetik, berenang, main bola, dan atletik.

Physical activity and contemporary-based activities can significantly increase gross motor skills in young children. From the difference in the mean effectiveness, kinaesthetic-based physical activities is better for improving running ability, agility, and balance, while the ability to throw a ball and jump in physical activity based on contemporary is better than kinaesthetic-based Sutapa, P. (2019).

Perkembangan motorik adalah proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak. Pada dasarnya, perkembangan ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak. Sehingga, setiap gerakan sesederhana apapun, adalah merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan sistem dalam tubuh yang dikontrol oleh otak (Sasi, 2011).

The development of motor skills among children can be categorized into two major parts, which are rough motor skills and fine motor skills. Rough motor movement is controlled by large muscles, whereas fine motor is controlled by small muscles [2]. According to [13], fine motor skills are manipulative skills that involves small movement and smalls muscles in parts of the body such as picking up using two fingers for picking up things, holding spoon and feeding themselves, threading, grasping a pencil to draw, cut, and dress (Sutapa, P. 2019).

Perkembangan motorik sangat menunjang keberhasilan belajar siswa untuk menunjang kegiatan sehari-hari. Sesuai dengan perkembangan motorik anak yang sudah siap untuk menerima pelajaran keterampilan, maka sekolah perlu memfasilitasi perkembangan motorik anak secara fungsional. Yusuf (2014:184) menyatakan sesuai dengan perkembangan motorik maka di kelas-kelas permulaan sangat tepat diajarkan: (1) Dasar keterampilan untuk menulis dan menggambar, (2) Keterampilan dalam mempergunakan alat-alat olahraga (menerima, menendang, dan memukul), (3) Gerakan-gerakan untuk melompat, berlari, berenang, dan sebagainya, dan (4) Baris berbaris secara sederhana untuk menanamkan kebiasaan, ketertiban, dan kedisiplinan.

2.6.3 Perkembangan Kognitif

Seiring dengan masuknya anak ke sekolah dasar, maka kemampuan kognitif nya turut mengalami perkembangan yang pesat. Karena dengan masuk sekolah, berarti dunia dan minat anak bertambah luas, dan dengan meluasnya minat maka bertambah pula pengertian tentang manusia dan objek-objek yang sebelumnya kurang berarti bagi anak. Dalam keadaan normal, pikiran anak usia sekolah berkembang secara berangsur-angsur. Kalau pada masa sebelumnya daya pikir anak masih bersifat imajinatif dan egosentris, maka pada usia sekolah dasar ini daya pikir anak berkembang ke arah berpikir konkrit, rasional dan objektif (Sudirjo & Ali, 2018:99).

Piaget menyatakan tahap perkembangan kognitif anak, terbagi atas: (1) Sensor motorik (0-2 tahun), tahap ini dicirikan tidak adanya bahasa, karena anak tidak menguasai kata untuk suatu benda, objek akan asing bagi anak jika anak tidak menghadapinya secara langsung. (2) Pra operasional (2-7 tahun), anak mulai membentuk konsep sederhana, mulai mengklasifikasikan benda-benda dalam kelompok tertentu berdasarkan kemiripan nya. (3) Operasional Konkrit (7-11 tahun), anak mengembangkan kemampuan untuk mempertahankan konservasi, kemampuan mengelompokkan secara memadai, melakukan pengurutan, dan menangani konsep. (4) Operasional Formal (12-15 tahun), anak bisa menangani situasi hipotesis, dan proses berpikir anak tidak lagi tergantung pada hal-hal yang langsung dan riil. Pemikiran tahap ini semakin logis (Juwantara, 2019).

2.6.4 Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial pada anak sekolah dasar ditandai dengan adanya perluasan hubungan, disamping dengan keluarga juga dia mulai membentuk ikatan baru dengan teman sebaya atau teman sekelas, sehingga ruang gerak hubungan sosialnya telah bertambah luas. Pada usia ini anak mulai memiliki kesanggupan menyesuaikan diri dari sikap berpusat kepada diri sendiri (egosentris) kepada sikap bekerjasama (kooperatif) atau sosio sentris (mau memperhatikan kepentingan orang lain). Anak dapat berminat terhadap kegiatan-kegiatan teman sebayanya, dan bertambah kuat keinginannya untuk diterima menjadi anggota kelompok, dia merasa tidak senang apabila tidak diterima dalam kelompoknya (Yusuf, 2014: 180).

Aspek sosial juga akan berkembang dengan baik melalui aktivitas bermain, dalam hal kerjasama, komunikasi, saling percaya, menghormati, bermasyarakat, tenggang rasa, kebersamaan, dan sebagainya. Pada proses berikutnya perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh perlakuan atau bimbingan orang tua terhadap anak dalam mengenalkan berbagai aspek kehidupan sosial atau norma-norma kehidupan bermasyarakat serta mendorong dan memberikan contoh kepada anaknya bagaimana menerapkan norma-norma tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Asdiqoh, 2018).

2.7 Hasil Belajar

Hasil belajar adalah tolak ukur untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam menguasai suatu pelajaran setelah mengikuti proses pembelajaran, Menurut Purwanto (dalam Adi Wibawa, 2018) hasil belajar adalah perubahan tingkah laku akibat belajar Perubahan tingkah laku disebabkan karena mencapai penguasaan atas sejumlah bahan yang diberikan dalam proses pembelajaran Pencapaian itu atas tujuan pembelajaran yang ditetapkan Hasil itu dapat berupa perubahan dalam aspek kognitif afektif, dan psikomotor.

Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor dari dalam diri siswa dan faktor yang datang dari luar diri siswa atau faktor lingkungan. Slameto (dalam Adi Wibawa, 2018: 50-51) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar siswa dapat dibedakan menjadi 2 golongan yaitu: (1) Faktor yang ada pada diri siswa itu sendiri yang disebut faktor individu (intern), yang meliputi a) faktor biologis, meliputi: kesehatan, gizi, pendengaran dan penglihatan, b) faktor psikologis, meliputi: intelegensi, minat dan motivasi serta perhatian ingatan berfikir, c) faktor kelelahan, meliputi: kelelahan jasmani dan rohani. (2) Faktor yang ada pada luar individu yang disebut dengan faktor ekstern, yang meliputi a) faktor keluarga. Keluarga adalah lembaga pendidikan yang pertama dan terutama, b) faktor sekolah, meliputi: metode mengajar, kurikulum, hubungan guru dengan siswa, siswa dengan siswa dan berdisiplin di sekolah, c) faktor masyarakat, meliputi: bentuk kehidupan masyarakat sekitar dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.

Keterampilan motorik kasar yang pada anak-anak dapat di Tes dengan salah satunya menggunakan tes TGMD (*Test of Gross Motor Development*) mencakup dua subtes utama: keterampilan lokomotor seperti berlari dan melompat dan keterampilan manipulatif seperti melempar dan menangkap (Ulrich, D. A. :2019). Tes ini mengukur berbagai aspek keterampilan motorik, termasuk koordinasi, kekuatan, kelincahan, dan keseimbangan. BOT-2 sering digunakan untuk mengidentifikasi keterlambatan motorik dan merencanakan intervensi perkembangan motorik anak.

Tes untuk mengukur berbagai aspek keterampilan motorik, termasuk juga koordinasi, kekuatan, kelincihan, dan keseimbangan (Bruininks, R:2005). Tes BOT-2 (*Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency*) sering digunakan untuk mengidentifikasi keterlambatan motorik dan merencanakan intervensi. Dengan memahami teori-teori dasar penilaian motorik dan menggunakan instrumen penilaian yang tepat, Maka dapat mengukur kemampuan motorik anak secara akurat dan merancang intervensi yang efektif dan menjadi dasar kuat mengenai penilaian kemampuan motorik pada anak sekolah dasar untuk perkembangan keterampilan motorik anak.

Guru yang profesional memiliki kemampuan- kemampuan tertentu. Keberhasilan siswa dalam belajar akan banyak dipengaruhi oleh kemampuan-kemampuan guru yang profesional. Guru yang profesional adalah guru yang memiliki kompeten dalam bidangnya dan menguasai dengan baik bahan yang akan diajarkan serta mampu memilih metode belajar mengajar yang tepat sehingga pendekatan itu bisa berjalan dengan semestinya

2.8 Penelitian yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Catalina, A. (2017). *Scientific Journal of Education, Sports, and Health*. Yang berjudul *Study Regarding the Introduction of The Concept" IAAF Kids' Athletics" in The Primary School in Physical Education Lessons*. Penelitian ini mengkonfirmasi hipotesis kerja yang menyatakan bahwa strategi pengenalan konsep Kids Athletics IAAF" dalam pelajaran pendidikan jasmani dapat mempengaruhi secara positif interaksi sosial siswa serta tingkat kinerja mereka selama tantangan penilaian, sebagai berikut: 1. Perbedaan signifikan yang dicatat selama penilaian individu dan tim menjelaskan persaingan dan keinginan siswa untuk berpartisipasi aktif mungkin dalam pelajaran pendidikan jasmani 2. keinginan anak-anak untuk bekerja bahkan ketika mereka kadang-kadang terluka atau dimaafkan secara medis sepenuhnya membenarkan nilai strategi baru yang dipromosikan oleh konsep tersebut " Kids Athletics IAAF" Konsep kerja sama tim diterima

dengan sangat baik oleh siswa, di akhir penelitian anak-anak membentuk tim nyata. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada saat istirahat, dapat dikatakan bahwa semangat keadilan dan saling tolong menolong melampaui 50 menit pelajaran penjasorkes. Dari sudut pandang ini, penulis percaya bahwa salah satu tujuan utama dari disiplin ini tercapai, yaitu peningkatan daya tarik pelajaran dan integrasi semua anak dalam kelompok, masing-masing merasa bahwa mereka termasuk dalam kelompok. kelompok, di mana dia ingin menjadi yang terbaik. Keuntungan dari metode pengajaran ini adalah memungkinkan setiap tim untuk menang setidaknya satu kali per pelajaran, yang telah membuktikan sekali lagi bahwa semangat kompetisi dalam bentuk yang menyenangkan dapat memberikan manfaat besar bagi pengembangan kepribadian siswa.

2. Petros, B., Ploutarhos, S., Vasilios, B., Vasiliki, M., Konstantinos, T., Stamatia, P., & Christos, H. (2016) *Journal of Physical Education and Sport*. Berjudul *The effect of IAAF Kids Athletics on the physical fitness and motivation of elementary school students in track and field*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh IAAF Kids Athletic terhadap motivasi, fisik kebugaran dan penampilan acara lari dan lapangan anak-anak (11-12 tahun). Atletik Anak IAAF adalah trek dan program pengajaran lapangan yang dikembangkan oleh IAAF (International Association of Athletics Federation). Total ada 215 siswa SD yang mengikuti pembelajaran Atletik Anak IAAF dilaksanakan di kelompok eksperimen dan metode pengajaran keterampilan tradisional untuk trek dan lapangan digunakan dalam kelompok kontrol. Percobaan dilakukan di lingkungan sekolah dasar selama dua belas minggu Hubungan tempat latihan di dalam motivasi Intrinsik untuk melakukan latihan dan kuesioner yang mengukur niat untuk terus berlatih trek dan lapangan, diberikan kepada siswa sebelum dan sesudah percobaan Kebugaran fisik sebelum dan sesudah eksperimen dan acara lintasan dan lapangan pengukuran kinerja dicatat Split plot ANOVA digunakan untuk memperkirakan waktu dan kelompok efek interaksi pada masing-masing variabel Para siswa dalam

kelompok Atletik Anak IAAF meningkatkan upaya yang dirasakan dan niat untuk terus berlatih trek dan lapangan lebih dari mereka yang terkena pembelajaran keterampilan metode. Mereka juga mengatur motivasi mereka untuk trek dan lapangan ke arah yang lebih ditentukan sendiri dengan memperbaiki regulasi yang teridentifikasi. Hasil positif yang sama terungkap untuk sebagian besar kebugaran fisik dan variabel kinerja acara. Kesimpulan program Atletik IAAF Kids dapat memotivasi sekolah dasar siswa untuk belajar trek dan lapangan, dengan membantu mereka untuk menyadari pentingnya olahraga ini dan pada saat yang sama itu dapat membantu mereka meningkatkan kebugaran fisik dan kinerja lintasan dan lapangan mereka.

3. Abhaydev, C. S., Bhukar, J., & Thapa, R. K. (2020). Effects of IAAF Kid's Athletics Programme on Psychological and Motor Abilities of Sedentary School Going Children. *Physical Education Theory and Methodology*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh program IAAF Kid's Athletics selama 12 minggu terhadap kemampuan kebugaran psikologis dan motorik anak-anak yang tidak banyak bergerak di sekolah. Bahan dan metode. Penelitian ini melibatkan 40 siswa (usia 10 hingga 14 tahun) yang tidak memiliki riwayat pelatihan sistematis sebelumnya. Subjek dibagi lagi berdasarkan usia mereka, yaitu usia rendah (10 hingga 11 tahun) dan usia tinggi (13 hingga 14 tahun), dan kemudian secara acak ditugaskan ke salah satu kelompok eksperimen (Atletik Anak) atau kelompok kontrol. Variabel psikologis yang dipilih adalah reaktif toleransi stres, kecepatan motorik sederhana, kecepatan reaksi sederhana, persepsi visual, dan perhatian terfokus, sedangkan variabel motorik yang dipilih adalah tes duduk dan jangkauan, lompat jauh berdiri, sprint 50m, tes T, dan sprint 150m. Tes dilakukan sebelum pelatihan, pertengahan pelatihan, dan pasca pelatihan untuk variabel motorik sedangkan untuk variabel psikologis hanya dilakukan tes pra pelatihan dan pasca pelatihan. Hasil. ANOVA campuran dua arah mengungkapkan perbedaan yang signifikan dalam semua variabel yang dipilih (variabel motorik dan psikologis) dalam interaksi kelompok $\times$

waktu ($p = 0,001$ hingga $<0,001$) dengan ukuran efek yang besar. Ukuran efek yang lebih besar dalam variabel kebugaran motorik diamati setelah 12 minggu ($ES=2,09$ hingga $5,72$) dibandingkan 6 minggu ($ES=1,92$ hingga $3,47$) bila dibandingkan dengan baseline pada kelompok eksperimen. Kesimpulan, temuan penelitian kami menunjukkan bahwa tindakan psikologis dan kebugaran motorik dapat ditingkatkan pada anak-anak sekolah yang tidak banyak bergerak ke tingkat yang lebih besar setelah mengikuti program Atletik Anak seperti yang direkomendasikan oleh IAAF. Di dalam Selain itu, durasi 6 minggu dan 12 minggu cukup untuk mendorong perubahan pada semua komponen kebugaran motorik.

4. Blatsis, P., Saraslanidis, P., Barkoukis, V., Manou, V., Tzavidas, K., Hatzivasiliou, H., & Palla, S. (2015). *Inquiries in Sport & Physical Education*, yang berjudul "The implementation of IAAF kids athletics in elementary schools: can it enhance the student's motivation to participate in physical education and improve their physical performance" Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengimplementasikan IAAF Kids Athletics (program Federasi Atletik Klasik Internasional untuk pengajaran atletik) di lingkungan sekolah dasar (kelas 5 dan 6) dan untuk mengetahui pengaruh program tersebut terhadap motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani, pada upaya yang dirasakan dan kenikmatan pelajaran, serta kinerja fisik mereka. Sampel terdiri dari 226 siswa (101 laki-laki dan 125 perempuan) dengan usia rata-rata 11,42 tahun (0,46). Atletik Anak IAAF diterapkan pada kelompok eksperimen (106 siswa), sedangkan siswa kelompok kontrol (120 siswa) melakukan kelas pendidikan jasmani secara normal, sesuai dengan instruksi silabus. Program berlangsung selama 12 minggu. Sebelum memulai dan setelah intervensi berakhir, siswa menjawab angket motivasi (Perceived Locus of Causality) dan dimensi motivasi internal (Intrinsic Motivation Inventory). Pengukuran performa fisik dilakukan pada interval waktu yang sama, menggunakan Eurofit Battery untuk anak-anak dan tes ketangkasan T-Test. Split plot ANOVA dilakukan secara terpisah pada setiap psikometrik dan pada setiap variabel kinerja fisik

untuk menentukan perubahan perbedaan antar kelompok dari pengukuran ke pengukuran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, program tersebut membantu siswa untuk meningkatkan regulasi yang dapat diidentifikasi dan upaya yang dirasakan lebih dari kelas pendidikan jasmani reguler. Hasil positif yang sama juga ditemukan pada parameter performa fisik. Sebagai kesimpulan, IAAF Kids Athletics memungkinkan untuk membantu siswa sekolah dasar (11-12 tahun) untuk lebih berusaha dan pada akhirnya meningkatkan motivasi mereka untuk berpartisipasi dalam kelas senam, melalui pengembangan bentuk motivasi yang lebih ditentukan sendiri, seperti serta meningkatkan kinerja fisik mereka.

5. ÇALIK, SU, KAMIS, O., PEKEL, HA, & AYDOS, L. (2019). Jurnal Gazi Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan yang berjudul “Pengaruh program atletik Anak IAAF pada beberapa tes kebugaran jasmani siswa sekolah menengah. Jurnal Gazi Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh program IAAF Kids’ Athletics selama 14 minggu terhadap beberapa kondisi fisik tes kebugaran siswa sekolah menengah. Sebanyak 243 anak berpartisipasi dalam penelitian ini. Mata pelajaran dibagi secara acak menjadi dua kelompok termasuk kelompok eksperimen (n: 95, 52 laki-laki, 43 perempuan, usia $10,92 \pm 0,61$ tahun; tinggi $144,74 \pm 6,32$ cm; berat $39,39 \pm 9,64$ kg) dan kelompok kontrol (n: 148, 73 laki-laki, 75 perempuan; usia $10,90 \pm 0,63$ tahun; tinggi $144,33 \pm 7,08$ cm; berat $40,40 \pm 10,13$ kg). Nilai pretest dan posttest kebugaran jasmani diukur sebelum dan sesudah program 14 minggu. Kelompok eksperimen menampilkan IAAF Kids’ Athletics program 3 sesi (setiap sesi 60 menit) per minggu selama 14 minggu. Kelompok kontrol tidak berpartisipasi dalam apapun aktivitas fisik kecuali pelajaran pendidikan jasmani yang dirancang menurut sekolah menengah kurikulum. Semua tes kebugaran fisik dilakukan sesuai dengan baterai tes kebugaran fisik Eurofit. Pengukuran kebugaran jasmani dilakukan untuk tes keseimbangan flamingo, plate tapping, sit and reach, standing lompat jauh, kekuatan genggam tangan, sit up, shuttle run

10x5m, lempar medicine ball, sprint 20m, shuttle run test. Paired Sample t-test dan Wilcoxon Signed Rank Test digunakan untuk menentukan perubahan antara pengukuran pre test dan post test. Tes Mann Whitney U digunakan untuk membandingkan perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $p=0,05$. Hasil penelitian kami telah menunjukkan bahwa program atletik IAAF Kids berpengaruh signifikan terhadap pengukuran kebugaran jasmani di sekolah menengah siswa. Dapat disimpulkan bahwa selain mempraktikkan program pendidikan jasmani tradisional, IAAF Kids Program atletik yang termasuk dalam pelajaran Olahraga dan Aktivitas Jasmani dapat bermanfaat bagi pengembangan fisik anak.

6. Penelitian Muhammad Riyan Hidayatullah (2021) "Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Dengan Modifikasi Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Sekolah Dasar Kelas Bawah" Sesuai dengan tujuan dari penelitian yaitu untuk dapat menghasilkan model pembelajaran dengan pendekatan permainan tradisional yang dimodifikasi untuk anak sekolah dasar kelas bawah, yang layak digunakan, oleh karena itu pengamatan perkembangan dengan 7 langkah, terdiri dari (1) pengumpulan informasi di lapangan, (2) melakukan analisis terhadap informasi yang dikumpulkan, (3) mengembangkan produk awal (draf awal model), (4) validasi ahli dan revisi, (5) uji coba skala kecil, dan revisi, (6) ujicoba skala besar dan revisi, (7) pembuatan produk final. Berdasarkan hasil analisis data penilaian para ahli materi, pelaku ujicoba dan kuesioner siswa terhadap model pembelajaran motorik dengan pendekatan permainan modifikasi permainan tradisional yang dikembangkan dapat disimpulkan bahwa: (1) model pembelajaran motorik dengan pendekatan bermain modifikasi permainan tradisional untuk anak sekolah dasar kelas bawah dinilai baik dan efektif, (2) respon peserta didik yang menjadi sampel dalam penelitian ini, memberikan respon yang positif terhadap model modifikasi permainan tradisional. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa melalui model pembelajaran motorik dengan modifikasi permainan tradisional

dinilai dapat mengembangkan serta dapat meningkatkan motorik kasar anak sekolah dasar kelas bawah.

2.9 Kerangka Berpikir

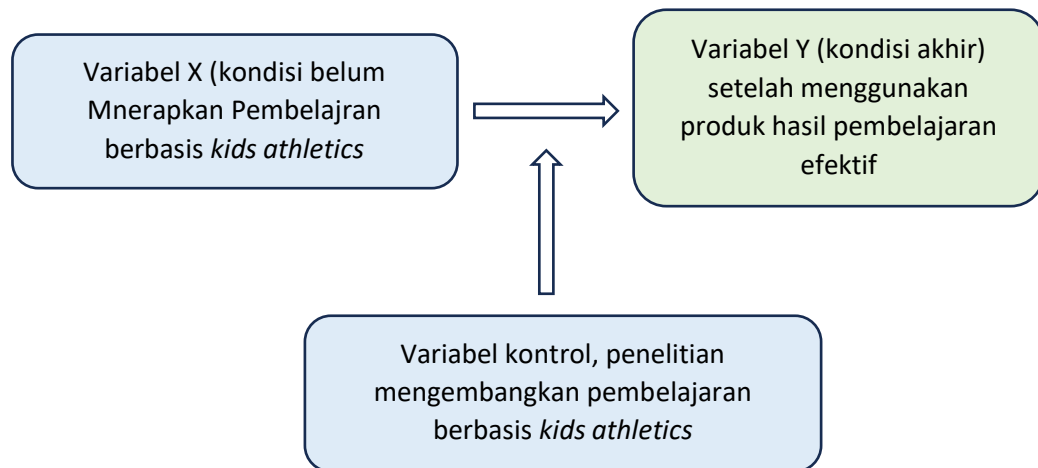
Kegiatan pembelajaran yang semula yang menggunakan olahraga atletik tradisional yang dimodifikasi oleh guru dan media belajar yang dipakai terbatas pada media cetak sehingga pembelajaran berpusat kepada guru mengalami banyak masalah dan kendala perlu adanya perubahan cara pembelajaran yang berfokus pada peserta didik dan menggunakan bentuk latihan yang lebih menarik sesuai dengan karakteristik lingkungan dan anak-anak sekolah dasar dimana *Kids Athletic* ini adalah sebuah pengembangan model permainan olahraga atletik yang sudah disesuaikan untuk anak dan dimodifikasi mirip dengan atletik sesungguhnya. Pembelajaran yang berfokus pada peserta didik bertujuan untuk mengajak peserta didik ikut secara aktif dalam proses pembelajaran dengan mengedepankan konsep bermain dan kenyamanan anak sehingga merangsang anak untuk bergerak dan mendapatkan pengalaman gerak yang lebih bervariasi.

Dengan keadaan tersebut di atas maka peneliti mengembangkan pembelajaran berbasis *Kids Athletic* yang materi latihan di dalamnya sesuai dengan karakteristik, lingkungan sosial serta dapat mengaktifkan peserta didik selama proses pembelajaran. Praktek ketrampilan *Kids Athletics* yang memang sudah dirancang untuk anak sehingga mudah untuk ditemukan serta peralatan yang digunakan aman dan cukup mudah ditemukan di lingkungan atau di modifikasi sendiri oleh guru, sehingga pada akhirnya proses pembelajaran diharapkan akan lebih baik dan meningkatkan hasil belajar peserta didik di dalam aspek psikomotor yang menunjang komponen kebugaran yang ada pada anak.

Kompetensi PJOK yang diterapkan saat ini adalah adanya satu pengembangan model berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan pada saat mengikuti pembelajaran PJOK sehingga dapat meningkatkan keterampilan motorik siswa sekolah dasar kelas atas. Model pembelajaran berbasis *Kids Athletics* diharap dapat meningkatkan aktivitas gerak siswa, karena dalam permainan ini di butuhkan aktivitas gerak siswa serta koordinasi tubuh yang baik.. Dan diharapkan melalui

model permainan yang dikembangkan dapat membantu guru dalam proses pembelajaran motorik yang lebih inovatif, interaktif, dan dapat mencapai tujuan dalam pembelajaran yaitu meningkatkan keterampilan motorik siswa SD.

Secara umum kerangka pikir penelitian pengembangan digambarkan sebagai berikut:



Gambar 5 Kerangka Berpikir Penelitian

2.10 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

- H_0 = Tidak ada pengaruh hasil belajar motorik peserta didik sebelum dan setelah diterapkannya pembelajaran berbasis *kids athletic*
- H_1 = Ada pengaruh hasil belajar motorik peserta didik sebelum dan setelah diterapkannya pembelajaran berbasis *kids athletic*

III. METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan atau Research and Development (R and D). Borg and Gall (1979:624) menyatakan bahwa "Educational research and Development (R&D) is a process used to develop and validate educational product". Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan.

Penelitian ini untuk menghasilkan produk, desain dan proses diidentifikasi sebagai suatu penelitian dan pengembangan. Dalam dunia pendidikan penelitian pengembangan khusus memfokuskan kajiannya pada bidang desain atau rancangan, apakah itu berupa model pembelajaran, bahan ajar ataupun media pembelajaran.

Prosedur pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi prosedur pengembangan yang dikembangkan oleh Borg and Gall. Prosedur ini dipilih karena memiliki langkah yang terperinci namun sederhana. Prosedur terdiri atas sepuluh langkah. Penjelasan dari tiap-tiap langkah pengembangan Borg and Gall, adalah sebagai berikut:

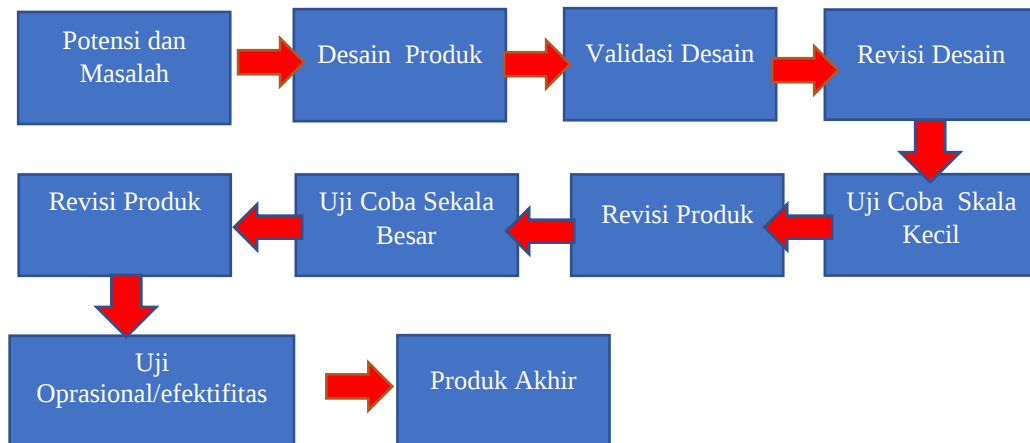
1. Research and information collecting, termasuk dalam langkah ini antara lain studi literatur yang berkaitan dengan permasalahan yang dikaji, dan persiapan untuk merumuskan kerangka kerja penelitian;
2. Planning, termasuk dalam langkah ini merumuskan kecakapan dan keahlian yang berkaitan dengan permasalahan, menentukan tujuan yang akan dicapai pada setiap tahapan, dan jika mungkin/diperlukan melaksanakan studi kelayakan secara terbatas;
3. Develop preliminary form of product, yaitu mengembangkan bentuk permulaan dari produk yang akan dihasilkan. Termasuk dalam langkah ini

adalah persiapan komponen pendukung, menyiapkan pedoman dan buku petunjuk, dan melakukan evaluasi terhadap kelayakan alat-alat pendukung:

4. Preliminary field testing, yaitu melakukan uji coba lapangan awal dalam skala terbatas Pada langkah ini pengumpulan dan analisis data dapat dilakukan dengan cara wawancara, observasi atau angket;
5. Main product revision, yaitu melakukan perbaikan terhadap produk awal yang dihasilkan berdasarkan hasil ujicoba awal. Perbaikan ini sangat mungkin dilakukan lebih dari satu kali, sehingga diperoleh draft produk (model) utama yang siap diuji coba lebih luas,
6. Main field texting, uji coba utama yang digunakan untuk mendapatkan evaluasi atas produk
7. Operational product revision, yaitu melakukan perbaikan/penyempurnaan terhadap hasil uji coba lebih luas, sehingga produk yang dikembangkan sudah merupakan desain model operasional yang siap divalidasi:
8. Operational field texting, yaitu langkah uji validasi terhadap model operasional yang telah dihasilkan,
9. Final product revision, yaitu melakukan perbaikan akhir terhadap model yang dikembangkan guna menghasilkan produk akhir (final),
10. Dissemination and Implementation yaitu langkah menyebarluaskan produk/model yang dikembangkan.

Berdasarkan langkah-langkah penelitian pengembangan yang digunakan, maka peneliti mengambil langkah penelitian dan langkah ke-1 sampai dengan langkah Ke-7 yang mengacu pada model pengembangan oleh Sugiono (2017: 298) Hal ini dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya, adapun tujuh Langkah tersebut adalah

1. Potensi dan masalah
2. Desain produk
3. Validasi desain
4. Uji coba skala kecil
5. Uji coba skala besar
6. Produk akhir
7. Uji Operasional/Uji efektifitas



Gambar 6 Prosedur dan Pengembangan Penelitian

3.2 Langkah Pengembangan

Secara garis besar, penelitian dan pengembangan terdiri dari dua tahap, yaitu: (1) Studi pendahuluan untuk mengetahui potensi dan masalah, studi pustaka, mengkaji teori, penelitian yang relevan, dan studi lapangan; (2) Perencanaan dan pengembangan draf/produk meliputi perencanaan desain produk, pembuatan desain produk, validasi produk oleh ahli, Perbaikan Desain produk hasil validasi dan uji coba produk.:

3.2.1 Potensi dan Masalah

Kegiatan awal sebelum melakukan pengembangan Peneliti melakukan studi pendahuluan berupa observasi dan studi pustaka. Observasi dilakukan di SD Negeri 4 Talang. Kegiatan yang dilakukan adalah studi literatur dan observasi lapangan yang mengidentifikasi potensi atau permasalahan. Literatur dapat berupa teori-teori, konsep, kajian yang berisi tentang model pengembangan yang baik. Sedangkan observasi merupakan kegiatan penelitian pendahuluan untuk mengumpulkan data awal yang dijadikan dasar pengembangan. Data yang didapatkan berupa gambaran kondisi pembelajaran yang berlangsung (meliputi kelengkapan administrasi, bahan ajar, dan sarana prasarana), serta hasil belajar siswa.

Dalam pengumpulan data awal, penulis melakukan analisis kebutuhan dengan melakukan survey menggunakan angket yang disebarakan kepada siswa dan guru. Selain angket penulis juga melakukan observasi di kelas uji coba, penelitian pendahuluan dilakukan agar diketahui produk yang akan dibuat memang benar-benar penting dan dibutuhkan serta dapat dimanfaatkan dalam proses pembelajaran.

3.2.2 Desain Produk

Langkah selanjutnya adalah pembuatan desain produk model pembelajaran berbasis Kids Athletics. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang dilakukan dalam mengembangkan produk awal, yaitu:

- a. Analisis materi, menganalisis kurikulum SD kelas atas, agar produk yang dirancang tetap fokus pada kompetensi inti dan kompetensi dasar.
- b. Analisis tujuan, berupa kesesuaian produk terhadap tujuan dan sasaran yang ingin dicapai.
- c. Analisis karakteristik siswa, karakteristik siswa antara satu dengan yang lainnya sudah dapat dipastikan berbeda, sehingga dalam produk harus mempertimbangkan karakter siswa.
- d. Menetapkan tujuan dan bentuk permainan. Tujuan dari permainan sebagai media yang bisa digunakan sesuai dengan perkembangan siswa serta tahapan dalam menyerap materi dari pendidikan jasmani yang diajarkan oleh guru.
- e. Mengembangkan model pembelajaran berbasis Kids Athletics untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa SD

3.2.3 Validasi Desain

Validasi produk dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau ahli yang sudah berpengalaman. Validasi ahli untuk mendapatkan masukan maupun pengesahan yang sesuai dengan konsep latihan keterampilan motorik, kebutuhan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, serta produk yang ingin dikembangkan. Kegiatan ini dilakukan untuk review produk awal, dan memberikan masukan untuk perbaikan. Proses validasi ini disebut dengan expert judgement.

Ahli materi menganalisis dan menilai apakah materi yang disusun sudah sesuai dengan standar kompetensi, kompetensi dasar, dan tujuan pembelajaran. Ahli media menilai apakah media yang digunakan sudah sesuai dengan konteks pembelajaran. Berikut aspek yang divalidasi oleh validator.

a. Uji Ahli Materi

Uji materi bertujuan untuk menguji kelengkapan materi, kebenaran materi, sistematika materi, dan berbagai hal yang berkaitan dengan materi. Ahli materi mengkaji aspek kelayakan isi, kelayakan penyajian dan penilaian kontekstual. Uji ahli materi menggunakan 2 orang ahli materi yang profesional pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Adapun prosedur pada tahap ini yaitu:

- 1) Menentukan aspek dan indikator penilaian
- 2) Menyusun instrumen validasi
- 3) Melaksanakan validasi yang dilakukan oleh ahli materi terkait isi yang digunakan
- 4) Melakukan analisis terhadap hasil validasi untuk mendapatkan materi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan.
- 5) Merumuskan rekomendasi perbaikan berdasarkan hasil penilaian yang telah di berikan.

Berdasarkan validasi tersebut, dilakukan revisi produk awal yang kemudian dilanjutkan dengan uji coba.

3.2.4 Uji Coba Skala Kecil dan Revisi

Uji coba skala kecil dilakukan untuk mengetahui implikasi dari produk yang dibuat yaitu model pembelajaran berbasis permainan Kids Athletics untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa SD. Uji coba skala kecil dilakukan di SD yang telah ditentukan dengan subjek yang telah ditentukan pula. Subjek uji coba adalah siswa kelas V SD Negeri 4 Talang. Uji coba skala kecil di dokumentasikan dalam bentuk video yang kemudian dikoreksi oleh para ahli. Hasil koreksi dari ahli selanjutnya melakukan perbaikan terhadap draf hingga dinyatakan layak untuk uji coba skala besar.

3.2.5 Uji Coba Skala Besar dan Revisi

Uji coba skala besar dilakukan untuk mengetahui apakah produk yang dihasilkan dapat dipergunakan kepada subjek yang lebih besar. Untuk subjek penelitian pada uji coba skala besar melibatkan tiga sekolah yang berbeda dan subjek pada skala kecil tidak diikuti sertakan. Uji coba skala besar dilakukan di siswa kelas IV SD Negeri 1 Talang, kelas V SD Negeri 2 Talang, Kelas VI SD Negeri 4 Talang. Alur penelitian yang dilakukan pada uji coba skala besar ini sama dengan alur penelitian yang dilaksanakan pada uji coba skala kecil. Revisi dilakukan setelah validator mengobservasi hasil dari uji coba produk skala besar untuk kemudian dinyatakan layak untuk menjadi produk akhir.

3.2.6 Produk Akhir

Hasil dari produk yang dibuat nantinya dapat digunakan oleh guru PJOK dalam memberikan pembelajaran motorik. Produk akhir adalah produk yang telah melewati tahap demi tahap penelitian. Produk final diwujudkan dalam bentuk buku panduan model permainan *Kids Athletics* yang di dalamnya terdapat empat aktivitas permainan Kids Athletics. Isi dari buku panduan meliputi tata cara pelaksanaan model, peralatan yang digunakan, peraturan pelaksanaan permainan serta panduan keselamatan. Di dalam buku panduan selain gambar dan aturan permainan juga disertakan draf penilaian dari semua aktivitas permainan, sehingga harapannya dengan menggunakan model permainan diharapkan sudah mewakili bentuk pembelajaran motorik kasar.

3.2.7 Uji Operasional/Uji Efektivitas

Setelah produk yang dibuat dan ditetapkan setelah uji skala besar, maka selanjutnya dilakukan uji operasional/efektivitas produk. Uji operasional/uji efektivitas dimaksudkan untuk menguji apakah suatu produk yang sudah dihasilkan layak dan memiliki keunggulan dalam tataran implementasi model di lapangan. Metode yang digunakan dalam uji efektivitas produk akhir ini menggunakan metode pre-eksperimen desain. Lebih jelasnya adalah kelompok tunggal dengan pretest-posttest (*one group pretest-posttest design*)

3.3 Desain Uji Coba Produk

Uji coba produk penelitian ini bertujuan untuk memperoleh efektivitas, efisien dan kebermanfaatan dari produk melalui desain uji coba. Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan segi pemanfaatan produk yang dikembangkan. Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrumen pengumpulan data, (4) menetapkan analisis data. Selengkapnya dijelaskan sebagai berikut.

3.3.1 Desain Uji Coba

Penelitian ini uji coba produk awal dilakukan sebanyak dua kali, yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Sebelum dilakukan uji coba di lapangan (uji coba skala kecil dan uji coba skala besar), produk penelitian dibuat berupa draf model permainan. Selanjutnya divalidasi terlebih dahulu kepada para ahli yang telah ditunjuk. Dalam tahap ini para ahli memvalidasi serta memberikan masukan dan penilaian terhadap draf model yang telah disusun, sehingga diketahui apakah model yang disusun layak untuk diujicobakan di lapangan. Kemudian dalam tahap uji coba di lapangan, peran dari para ahli serta guru pendidikan jasmani adalah untuk mengobservasi kelayakan draf model yang telah disusun dengan kenyataan di lapangan, setelah uji coba skala besar selesai dilakukan, maka menghasilkan sebuah model permainan yang valid setelah ada revisi dari uji coba skala besar.

3.3.2 Populasi dan Sampel

3.3.2.1 Populasi

Populasi pada penelitian ini untuk menguji efektivitas produk adalah seluruh peserta didik kelas V yang terdapat di Gugus Talang yang terdapat lima sekolah. Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Teluk Betung Selatan, jumlah populasi pada penelitian kali ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Jumlah populasi penelitian

No	Nama Sekolah	Kelas	Banyak Siswa		
			L	P	Jumlah
1	SDN 1 Talang	V A	12	16	28
		V B	13	14	26
2	SDN 2 Talang	V A	15	13	28
		V B	14	13	27
3	SDN 3 Talang	V A	12	16	28
		V B	15	11	26
4	SDN 4 Talang	V A	12	10	23
		V B	13	10	22
5	SDN 5 Talang	V A	11	17	28
		V B	12	16	28
JUMLAH			129	136	264

3.3.2.2 Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah secara purposive sampling yaitu pengambilan anggota sampel berdasarkan atas adanya pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2017: 144). Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah peserta didik kelas IVA SDN 4 Talang dengan pertimbangan kelas tersebut memiliki karakteristik dan latar belakang yang relatif sama dengan peserta didik pada tahun sebelumnya. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 23 peserta didik

3.3.3. Subjek Uji Coba

Subjek uji coba pada penelitian ini diambil tiga tempat, yaitu:

1. Pada tahap uji coba skala kecil dilaksanakan di siswa kelas V SD Negeri 4 Talang dengan melibatkan 16 siswa.
2. Pada tahap uji coba skala besar dilaksanakan di sekolah Gugus mawar yang ada di Teluk Betung selatan yaitu di SD Negeri 1 Talang dengan melibatkan 24 siswa kelas IV, SD Negeri 2 Talang dengan melibatkan 24 siswa kelas V, di SD Negeri 4 Talang dengan melibatkan 22 siswa kelas IV.

3.3.4 Definisi Konseptual dan Operasional

Definisi konseptual dan operasional merupakan suatu definisi untuk mempermudah peneliti mengkaji tujuan dan rumusan masalah yang dijadikan pedoman peneliti. Definisi konseptual dan operasional sebagai berikut:

3.3.4.1 Definisi Konseptual

1. Proses pengembangan adalah suatu Langkah atau aktivitas yang dilakukan secara bertahap dan menghasilkan suatu produk tertentu.
2. Efektivitas produk adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan dari capaian sebelumnya.

3.3.4.2 Definisi Operasional

1. Proses pengembangan adalah tahapan dalam membuat produk desain pembelajaran berbasis *kids athletics* Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Langkah atau tahapan dalam hal ini menggunakan desain penelitian R & D modifikasi dari sugiyono.
2. Efektivitas pembelajaran adalah peningkatan hasil belajar motorik sebelum dan sesudah pembelajaran menggunakan pembelajaran berbasis *kids athletics*. Efektivitas diukur dengan instrumen tes keterampilan berupa tes praktik pretest dan post-test yang memenuhi indikator penguasaan gerak yang diberikan.

3.3.5 Teknik Pengumpulan Data

3.3.5.1 Teknik Pengumpulan data

Jenis data yang terkumpul selama proses pengembangan terdiri dari data kuantitatif dan data kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil uji coba lapangan awal, uji coba lapangan utama dan uji coba lapangan operasional yang berupa penilaian dari subjek uji coba. Sementara itu data kualitatif berupa hasil analisis kebutuhan, data hasil validasi ahli, uji coba lapangan awal, uji coba lapangan utama dan uji coba lapangan operasional yang berupa masukan, tanggapan, kritik, saran dan perbaikan. Pengumpulan data kualitatif menggunakan teknis sebagai berikut:

1. Wawancara

Pewawancara membawa pedoman yang hanya merupakan garis besar hal-hal yang akan ditanyakan pada responden. Pertanyaan yang disusun dalam pedoman wawancara disesuaikan dengan tujuan pelaksanaan wawancara.

yaitu untuk menggali proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SD dan masalah-masalah yang dihadapi guru terkait pembelajaran fisik/motorik.

2. Observasi

Teknik pengumpulan data yang kedua yaitu teknik observasi tidak langsung dengan instrumen observasi berupa daftar cek (check list) menggunakan skala likert dan rekaman pelaksanaan model permainan Kids Athletics pada uji coba lapangan baik skala kecil maupun skala besar. Alat yang digunakan untuk mengobservasi berupa lembar pengamatan atau check list. Instrumen observasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert dengan 4 pilihan kategori jawaban yaitu: sangat setuju (skor 4), setuju (skor 3), tidak setuju (skor 2), dan sangat tidak setuju (skor 1).

3. Skala Nilai

Instrumen pengumpulan data yang ketiga yaitu skala nilai. Skala nilai digunakan menilai kelayakan model Kids Athletics yang dikembangkan sebelum pelaksanaan uji coba skala kecil. Setelah para ahli materi menilai bahwa model permainan Kids Athletics sudah sesuai dengan unsur-unsur skala nilai, model baru dapat diuji coba dalam uji skala kecil.

Dalam skala nilai, variabel atau tujuan penelitian diklasifikasikan secara rinci menjadi gejala-gejala dengan unsur-unsurnya. Klasifikasi tersebut disusun ke bawah, sedangkan ke samping dicantumkan kategori sesuai dengan maksud atau tujuan penelitian, antara lain berupa urutan kualitas data yang dikumpulkan. Rentangan evaluasi mulai dari “sangat tidak setuju” sampai dengan “sangat setuju” dengan cara memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia. 1 : sangat tidak setuju, 2 : tidak setuju, 3 : setuju, 4 : sangat setuju.

Adapun kisi-kisi validasi isi instrumen terhadap model permainan, sebagai berikut:

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Validasi Draf Model

No	Aspek yang Dinilai	Pernyataan	No Item
1	Isi Materi	Isi materi mencakup isi kurikulum berupa Kompetensi Dasar	1,2,3,4,5,6,7
2	Konstruksi	Kesesuaian model dengan kemampuan siswa, kemampuan guru, proses pembelajaran, pendekatan saintifik, sarana dan prasarana	8,9,10,11,12, 13,14,15,16, 17,18
3	Bahasa	Penggunaan bahasa sesuai dengan Bahasa Indonesia yang baik dan benar, ejaan, kejelasan	19,20

Berikut ini adalah faktor, indikator, dan jumlah butir kuesioner yang akan digunakan pada kuesioner ahli.

Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Validasi Model Pembelajaran

No	Variabel	Faktor	Indikator	No Butir
1	Model pembelajaran berbasis Kids Athletics untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa SD	Isi materi	Sesuai dengan kompetensi dasar	1,2,3,4,5,6,7
		Konstruksi	Sesuai dengan kemampuan siswa, kemampuan guru, proses pembelajaran, pendekatan saintifik, sarana dan prasarana,	8,9,10,11,12, 13,14,15,16, 17,18
		Bahasa	Ejaan, kejelasan	19,20

3.3.5.2 Instrumen Uji Efektifitas

Instrumen uji efektivitas digunakan untuk mengetahui benar atau tidak instrumen penelitian untuk mengukur aspek kognitif, aspek afektif, aspek psikomotor. Sebelum digunakan untuk pengumpulan data, sebelumnya instrumen diujicobakan pada uji coba di kelas V yang berjumlah 23 anak hasil uji validitas dan reliabilitas instrumen rubrik penilaian disajikan pada tabel berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Validitas

Instrumen	Validitas	Keterangan
Aspek psikomotor	0,702	valid

Tabel 8 Hasil Uji Reliabilitas

Instrumen	Validitas	Keterangan
Aspek psikomotor	0,702	reliable

3.3.5.3 Teknik Analisa Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan analisis deskriptif atau statistik deskriptif. Menurut Sugiyono (2017:147) metode analisis deskriptif adalah: “Metode statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum atau generalisasi”.

Analisis deskriptif kuantitatif dilakukan untuk menganalisis data-data berikut: (1) data skala nilai hasil penilaian para ahli materi terhadap draf awal model sebelum pelaksanaan uji coba di lapangan, (2) data hasil observasi para ahli materi terhadap uji coba lapangan, (3) data hasil observasi para ahli materi terhadap keefektifan model. Sementara analisis deskriptif kualitatif dilakukan terhadap: (1) wawancara dengan guru penjasorkes SD saat studi pendahuluan, (2) data kekurangan dan masukan dari ahli materi terhadap model permainan baik sebelum uji coba maupun setelah uji coba di lapangan.

Draf awal model Kids Athletics dianggap layak diuji coba kan dalam skala kecil dan data untuk hasil observasi model Kids Athletics, dan observasi keefektifan model Kids Athletics menggunakan skala likert, dalam hal ini terdapat empat jenis, yaitu hasil penilaian “sangat setuju” mendapatkan nilai empat (4) “setuju” mendapatkan nilai tiga (3) “tidak setuju” mendapatkan nilai dua “dua” dan hasil penilaian “sangat tidak setuju” mendapatkan nilai satu (1). Hasil penilaian terhadap

item-item observasi dijumlahkan, lalu ditotalkan nilainya konversikan untuk mengetahui kategorinya. Pengkonversian nilai dilakukan dengan mengikuti standar Penilaian Acuan Patokan (PAP) sebagai berikut:

Tabel 9 Pedoman Konversi Nilai

Formula	Batasan	Kategori
$X < (\mu - 1,0 \sigma)$	$X < 20$	Baik/Efektif
$(\mu - 1,0 \sigma) \leq X < (\mu + 1,0 \sigma)$	$20 \leq X < 30$	Cukup Baik/Efektif
$(\mu + 1,0 \sigma) \leq X$	$30 \leq X$	Kurang Baik/Efektif

Untuk mengetahui keefektifan produk yang dikembangkan dilakukan dengan metode eksperimen, yaitu dengan desain eksperimen kelompok tunggal dengan membandingkan nilai pretest dengan post-test (*one group pretest posttest design*) menggunakan uji t pada taraf signifikansi 5%.

V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Pengembangan pembelajaran berbasis *Kids Athletics* untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa SD, terdapat beberapa simpulan dari produk yang dihasilkan, yaitu;

1. Proses pengembangan menggunakan model modifikasi dari Sugiyono yang dilakukan sampai tahap 7 diperoleh hasil produk rancangan pembelajaran berbasis *kids athletic* untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa sekolah dasar dengan hasil validasi oleh ahli menyatakan sangat valid dan layak untuk digunakan.
2. Berdasarkan hasil uji efektivitas terhadap pengembangan pembelajaran berbasis *kids athletic* efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik peserta didik sekolah dasar.

5.2. Saran

Ada beberapa saran dari pemanfaatan produk :

1. Bagi guru yang menjadi uji coba perlu menggunakan model permainan ini dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK. Ketika akan menggunakan produk ini sebagai pembelajaran, sebaiknya terlebih dahulu membaca buku panduan.
2. Bagi siswa agar terus belajar dan meningkatkan keterampilan motoriknya, hal ini berkaitan dengan pentingnya keterampilan motorik terhadap keberhasilan dibidang akademik, kehidupan sehari-hari dan belajar gerak khususnya bidang olahraga.
3. Bagi peneliti perlu adanya kajian-kajian dan pengembangan-pengembangan lebih lanjut khususnya *Kids Athletics* untuk meningkatkan keterampilan motorik, agar dapat menunjang proses belajar dan bermain

untuk sekolah dasar kelas atas yang sesuai dengan kurikulum yang berlaku, Selain itu perlu ditambah penelitian yang sesuai dengan penambahan jumlah sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghnaita, A. (2017). *Perkembangan fisik-motorik anak 4-5 tahun pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014. Al-Athfal : Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 219. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Alim, A. (2009). *Permainan Mini Tennis Untuk Pembelajaran Di Siswa Sekolah Dasar, Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), pp. 61–63. Available at: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/434>.
- Anwar, C (2017). *Teori-Teori Pendidikan Klasik Hingga Kontemporer Formula dan Penerapannya dalam Pembelajaran*. Yogyakarta, IRCISOD
- Asdiqoh, S. (2018). *Peran orang tua dalam pemahaman etika sosial anak. ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(2), 307. <https://doi.org/10.21043/thufula.v5i2.3477>
- Borg, W.R. & Gall, M.D. Gall. (1983). *Educational Research: An Introduction*, Fifth Edition. New York: Longman.
- Bruininks, R. H., & Bruininks, B. D. (2005). *Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency*, Second Edition (BOT-2). Pearson.
- Daryanto, (2013), *Belajar dan Mengajar*. Bandung. CV. Yrama Widya
- Decaprio, R. (2013). *Aplikasi teori pembelajaran motorik di sekolah*. Diva Press.
- Dimyati, D., & Mudjiono, M. (2015). *Belajar dan pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Dirjen GTK. (2016). *Teori Belajar dan Prinsip Pembelajaran*. Direktorat Pembinaan Guru Pendidikan Dasar. Jakarta
- Dwiyogo, W D (2016), *Pembelajaran Berbasis Blended Learning: Model Rancangan Pembelajaran & Hasil Belajar Pemecahan Masalah* Malang: Wineka Media
- Eddy Purnomo dan Dapan (2011). *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik* Yogyakarta: Alfamedia

- Edwards, W. H. (2011). *Motor learning and control: From theory to practice*. Wadsworth.
- Fitriani, R. (2018). *Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. *Jurnal Golden Age Hamzanwadi University* Vol. 3 No. 1, Juni 2018, Hal. 25-34 E-ISSN :2549-7367
<http://ejournal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jga/article/view/742>
- Faizah, S. N. (2017). *Hakikat Belajar dan Pembelajaran Silviana. At-Thullab: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah* Volume, 1(2), 176–185.
[file:///C:/Users/Hp/Downloads/322523223 \(1\).pdf](file:///C:/Users/Hp/Downloads/322523223%20(1).pdf)
- Gordon, A. Mand Browne. K.W. (2017). *Beginning and beyond fondation in early childhood education*. New York: Delmer Publisher.
- Gozzoli, Charles. (2009). *IAAF Kids Athletics, A Team Event For Children*. International Association of Athletics Federations
- Gunduz, N. and Cingdem, H. (2014). *Constructivism in Teaching and Learning Content Analysis Evaluation*. *Social and Behavioral Sciences* 19 (1) Pp 526-533.
- Hartono, U., Amarullah, R. Q., & Mulyadi, E. (2022). *Hakikat Belajar Menurut UNESCO Serta Relevansinya Pada Saat Ini*. *Khidmatussifa: Journal of Islamic Studies*, 1(2), 22–30. <https://doi.org/10.56146/khidmatussifa>.
- Heinich, R, Molenda, M dan Russel, J.D., (2009). *Instructional Media and The New Technologies of Instrumen*. (3rd ed). New York. Mcmillan Publishing Company.
- Herpratiwi. (2016). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta : Media Akademi.
- Hurlock, E.. (2012). *Perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Iskandar, A., & Subekan, A. (2020). *the Evaluation of Distance Learning in Pandemic Era: Case Study of Financial Education and Training Agency of Makassar*. *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 4(6).
<https://doi.org/10.33578/pjr.v4i6.8131>
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). *Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas*. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13–17.
<https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259>
- Janawi. (2019). *Memahami Karakteristik Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran*. *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), 68–79.
- Jihad. 2008. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo

- John, G. M. (2014). *The Impact of Constructivism on Education Language, Discourse, and Meaning*. *American Communication Journal* 5 (3). Pp 129-135.
- Juwantara, R. A. (2019). Analisis teori perkembangan kognitif Piaget pada tahap anak usia operasional konkret 7-12 tahun dalam pembelajaran matematika. Al-Adzka: *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 9(1), 27. <https://doi.org/10.18592/aladzkapgmi.v9i1.3011>
- Lumintarso, Ria. (2020). *Pembinaan Multilateral Bagi Atlet Pemula*. Yogyakarta: UNY Press
- Meriyati. (2015). *Memahami karakteristik anak didik (f. P. Lain r. Intan I. : 978-602-8534-67-3 Lampung (ed.))*.
- Metzler, M.W. (2017). *Instructional models for physical education* (2nd ed). Scottsdale, Arizona: Holcomb Hathaway, Inc.
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). *Keterampilan motorik pada pendidikan jasmani meningkatkan pembelajaran gerak seumur hidup*. *Jurnal Sport Saintika*, 5(2), 199–218.
- Nurhayati E.(2017). *Psikologi Pendidikan Inovati*. Yogyakarta Pustaka Belajar
- Payne, G. V., & Isaacs, L. D. (2017). *Human motor development: a lifespan approach* (9th ed.). Routledge.
- Permana, R. (2020). *Teori dan praktik: pendidikan jasmani di perguruan tinggi*. Kota tasikmalaya: Edu Publisher.
- Petros, B. et al. (2016). *The effect of IAAF Kids Athletics on the physical fitness and motivation of elementary school students in track and field* *Journal of Physical Education and Sport*, 16(3), pp. 883–896. doi: 10.7752/jpes.2016.03139
- I Putu Adhi Wibawa, I Ketut Dibia, (2018). *Penerapan Pembelajaran Kontekstual Dengan Tutor Sebaya Berbantuan Media Audiovisual Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pkn*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*. 1 (1). Pp. 49-58
- Rahyubi, Heri. (2014). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka: Referens
- Roopnarine, L. J., & Johnson, J. (2011). *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Berbagai Pendekatan*. Jakarta: Kencana.

- Rumini, R. (2014). *Pembelajaran Permainan Kids'athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik Pada Anak-Anak*. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(2), 98-107.
- Rusman, dkk (2011). *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta:Rajawali Pers. PT. Raja Grafindo Persada
- Sagala, Syaiful. (2012). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta.
- Sasi, D. N. (2011). *Meningkatkan kemampuan gerak dasar dan kognitif anak melalui senam irama*. *Jurnal Pnelitian Pendidikan*, 1(2), 46–52.
- Schunk, Dale. H. (2012). *Learning Theories: An Educational Perspectives*, 6th. Edition. New York: Pearson Education Inc
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sudarko, R. A. (2010). *Metode pengembangan fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Sudirjo, E., & Ali, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan perkembangan motorik: konsep perkembangan dan pertumbuhan*. Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Sugiyono, S. (2017). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.
- Suharjana, S. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta : Jogja Global Media.
- Sukadiyanto, S. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. CV. Lubuk Agung.
- Sukadiyanto, S. (2012). *Prinsip pembelajaran fisik motorik pada anak usia dini. Pelatihan pembelajaran fisik motorik bagi guru TK se-DIY*. Yogyakarta :pascasarjana UNY.
- Suriasumantari, J.S. (2017). *Filsafat Ilmu* (Cetakan Kedua puluh enam). Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Sutapa, P. (2019). *Improving Gross Motor Skills By Kinaesthetic and contemporary based Physical Activity In Early Childhood* *Cakrawala Pendidikan*, Vol. 38, No. 3, October 2019 doi:10.21831/cp.v38i3.25324
- Suyanto, S., & Jihad, A. (2013). *Menjadi guru profesional (strategi meningkatkan kualifikasi dan kualitas guru di era global)*. Esensi.

Thorndike, R.M., Cunningham, G.K., Thorndike, R.L., & Hagen, E.P. (2009). *Measurement and evaluation in psychology and education*. New York, NY: Macmillan Publishing Company.

Tomoliyus (2012). *Pendidikan Kebugaran Jasmani. Orientasi Pembinaan Disepanjang Hayat*. Dirjen Olahraga. Depdiknas.

Trianto Ibnu Badar. (2014). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif. Progresif dan Kontekstual*. Jakarta : Prenadamedia Group

Ulrich, D. A. (2019). *Test of Gross Motor Development-3 (TGMD-3)*. Pro-Ed.

Yusuf, S. (2014). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.