

**PROFIL KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR DAN
OBJEK KONTROL SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 03
BALAI-BALAI KOTA PADANG PANJANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH :
MUHAMMAD FURQON ALFARISI
NIM. 18086429**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVESITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI


PERSETUJUAN SKRIPSI

PROFIL KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR DAN OBJEK KONTROL SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 03 BALAI-BALAI KOTA PADANG PANJANG

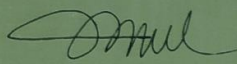
Nama : Muhammad Furqon Alfarisi
Nim : 18086429
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Negeri Padang

Padang, Januari 2023

Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan Olahraga
a.n Sekretaris


Septiadi, S.Si, M.Pd
NIP. 198909012014041002

Disetujui oleh,
Pembimbing


Prof. Dr. Syahrial Bakhtiar, M. Pd, CIST1
NIP. 196210121986021002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa
Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang
Nama : Muhammad Furqon Alfarisi
Nim : 18086429
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Negeri Padang

Padang, Januari 2023

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Prof. Dr. Syahrial Bakhtiar, M.Pd, CISTI

1.....

2. Anggota : Arie Asnaldi, S.Pd, M.Pd, AIFO-FH

2.....

3. Anggota : Indri Wulandari S.Pd, M.Pd

3.....

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul: ***“Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang”*** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis saya ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2023
Saya yang menyatakan

MUHAMMAD FURQON ALFARISI
NIM. 18086429

ABSTRAK

Muhammad Furqon Alfarisi (2023) : *Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang*

Masalah dalam penelitian ini adalah belum jelasnya profil keterampilan gerak dasar siswa SDN 03 Balai-balai kota Padang Panjang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui profil kemampuan gerak dasar siswa. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan melibatkan sampel sebanyak 43 orang siswa laki-laki dan perempuan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen TGMD-2 selanjutnya diolah dengan menggunakan rumus persentase.

Hasil penelitian adalah: (1) Kemampuan objek kontrol siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi “Sedang” dengan rata-rata perolehan poin sebesar 35,60 atau 59% dari 60 poin maksimal yang seharusnya dicapai. (2) Kemampuan lokomotor siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi “Sedang” dengan rata-rata perolehan poin sebesar 45,05 atau 75% dari 60 poin maksimal yang seharusnya dicapai. (3) Keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balai-balai kota Padang Panjang rata-rata berada pada klasifikasi “Sedang” dengan jumlah rata-rata perolehan kemampuan objek kontrol dan lokomotor sebesar 80,65 atau 67% dari 120 poin maksimal yang seharusnya dicapai.

Kata kunci: *keterampilan gerak dasar, objek kontrol, lokomotor*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini yang berjudul “*Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang*” dengan baik. Tujuan penulisan penelitian ini adalah untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Keberhasilan penyusunan hasil penelitian ini penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini sesuai dengan rencana. Sebagai tanda hormat penulis, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Kedua orang tua dan keluarga yang telah memberikan dorongan baik moril maupun materil, semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Syahril Bakhtiar, M.Pd, CISTI yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan arahan dalam penyusunan hasil penelitian ini.
3. Bapak Arie Asnaldi, S,Pd, M.Pd, AIFO-FIT dan Ibu Indri Wulandari S.Pd, M,Pd selaku penguji yang telah memberikan kritikan dan saran serta masukan dalam perbaikan penulisan Skripsi ini.

4. Alm Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Departemen Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan izin untuk membuat hasil penelitian ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan izin untuk membuat hasil penelitian ini.
7. Bapak Prof. Dr. Ganefri, PhD selaku Rektor Universitas Negeri Padang
8. Tim Prof. Dr. Syahrial Bakhtiar, M.Pd, CISTI yang telah memberikan motivasi dan bantuan dalam proses pembuatan penelitian ini.
9. Peserta didik, karyawan, majelis guru dan kepala sekolah SD Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang yang telah memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian di sini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Padang, Januari 2023

M.Furqon.Alfarisi

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KERANGKA TEORI.....	6
A. Kajian Teori.....	6
1) Keterampilan Gerak Dasar	6
2) Perkembangan Keterampilan Gerak Dasar di Sekolah Dasar	7
3) Keterampilan Gerak Lokomotor.....	9
4) Keterampilan Objek Kontrol	16
B. Kerangka Berfikir	24
C. Pertanyaan Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel.....	27
1. Populasi.....	27
2. Sampel.....	28
D. Definisi Operasional	29
E. Jenis Data dan Sumber Data	29

F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	30
G. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil Penelitian	36
1. Objek Kontrol.....	36
2. Kemampuan Lokomotor	48
3. Keterampilan Gerak Dasar (Objek Kontrol dan Lokomotor).....	61
B. Pembahasan.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. (a,b) Model karakteristik anak-anak yang baru bisa berjalan. Kegiatan berjalan di usia mereka membutuhkan energi dan keseimbangan yang tinggi.	11
Gambar 2. Model Gerakan Galloping, melibatkan gerakan dasar dari Melangkah, Meloncat dan Menjingkrak.	12
Gambar 3. Model Tampak Samping Cara Fase Melakukan	13
Gambar 4. Model Membuat sebuah Peningkatan dengan Cara Menggerakkan Lengan Secara Berlawanan dengan Kaki, Tapi Lengan yang Lainnya Tidak Berayun Secara konsisten.....	14
Gambar 5. Gambar Model Mencerminkan Anak-Anak Mengadopsi Pola-Pola Gerak yang Sesuai dengan Prinsip-Prinsip Gerak.....	15
Gambar 6. Model Fase Menciptakan Lompatan Sempurna. Error! Bookmark not defined.	
Gambar 7. Model Fase Melakukan Lompatan yang Baik.... Error! Bookmark not defined.	
Gambar 8. Tahap Dasar Memukul dengan Kedua Tangan	18
Gambar 9. Tahap Dasar Memantulkan Bola	19
Gambar 10. Tahap Dasar Menangkap	20
Gambar 11. Tahap Menendang	22
Gambar 12. Lemparan Atas.....	23
Gambar 13. Tahap Dasar Lemparan Bawah	24
Gambar 14. Bagan Kerangka Berfikir	26
Gambar 15. Histogram Data Kemampuan Strike	37
Gambar 16. Histogram Data Kemampuan Dribble	39
Gambar 17. Histogram Data Kemampuan Catch	41
Gambar 18. Histogram Data Kemampuan Kick.....	42
Gambar 19. Histogram Data Kemampuan Throw	44
Gambar 20. Histogram Data Kemampuan Roll	46
Gambar 21. Histogram Data Total Kemampuan Objek Kontrol.....	48
Gambar 22. Histogram Data Kemampuan Run.....	50

Gambar 23. Histogram Data Kemampuan Gallop.....	52
Gambar 24. Histogram Data Kemampuan Hop	54
Gambar 25. Histogram Data Kemampuan Leap	56
Gambar 26. Histogram Data Kemampuan Slide	59
Gambar 27. Histogram Data Kemampuan Lokomotor.....	61
Gambar 28. Histogram Data Keterampilan Gerak Dasar	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi SDN 03 Balai-balai	28
Tabel 3. Rumus Nilai Standar 5 Skala	35
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Strike	36
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Dribble	38
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Catch.....	40
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Kick	42
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Throw	43
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Roll	45
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Data Total Kemampuan Objek Kontrol	47
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Run	49
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Gallop	51
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Hop	53
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Leap	55
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Horizontal Jump	57
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Slide	58
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Lokomotor	60
<i>Tabel 18. Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Gerak Dasar</i>	<i>62</i>

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keterampilan gerak dasar atau *fundamental motor skill* merupakan sebuah dasar yang harus dipelajari dan dikuasai oleh semua manusia. Menurut Bakhtiar, (2018:8) gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otot besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air atau menjaga keseimbangan. Dengan memiliki keterampilan gerak dasar yang baik dapat menunjang segala aktivitas di usia selanjutnya.

Peningkatan gerak dasar di lingkungan sekolah perlu dibina untuk menunjang terciptanya proses belajar mengajar yang baik khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga (PJOK). Manfaat gerak dasar sendiri sangatlah besar dalam perkembangan dan pertumbuhan siswa, jika aspek gerak dasar tersebut tergolong baik maka akan berpengaruh terhadap tercapainya tujuan dari sekolah dasar tersebut.

Keterampilan gerak dasar dapat menjadi salah satu indikator dalam mendeteksi adanya keterlambatan dan gangguan dalam perkembangan anak. Jika tidak dideteksi sedini mungkin, maka akan besar kemungkinan berpengaruh pada kemampuannya dalam belajar dan bersosialisasi. Oleh karena itu, diperlukan alat ukur khusus untuk mendeteksinya (Feti Pratiwi, 2016).

Menurut Gallahue dalam Dilandes dkk (2022) keterampilan gerak dasar yang penting bagi anak usia dini adalah keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol, keterampilan lokomotor merupakan gerak yang memindahkan tubuh dari satu titik ke titik lain sedangkan keterampilan objek kontrol merupakan gerakan manipulasi objek dengan tangan maupun kaki. Dapat dipahami bahwa, gerak dasar lokomotor maupun objek kontrol merupakan suatu fondasi bagi anak untuk melakukan aktivitas fisik termasuk dalam melakukan gerakan yang lebih kompleks dalam olahraga.

Banyak studi mengungkapkan bahwa, gerak dasar akan berkembang secara optimal jika diajarkan dan diberikan intervensi terhadap anak. Selanjutnya gerak dasar tidak akan dapat lagi ditingkatkan secara signifikan jika anak sudah berusia lebih dari 10 tahun. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Li., L (2009) yang menerangkan bahwa *Fundamental Motor Skill* efektif berkembang antara usia 3 sampai 10 tahun. Dengan demikian perlu kiranya untuk memberikan pembelajaran gerak dasar kepada anak pada saat mereka berusia di bawah 10 tahun tepatnya saat usia Sekolah Dasar.

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan pada tanggal 28 Agustus 2022 di SDN 03 Balai-balai Kota Padang Panjang, ditemui bahwa belum pernah dilakukannya pengukuran atau tes keterampilan gerak dasar pada siswa sekolah tersebut. Hal ini disampaikan langsung oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah tersebut. Pembelajaran yang diberikan oleh guru sendiri pada saat penulis observasi yaitu dalam bentuk kompetitif pada permainan sepak bola, siswa dibagi menjadi 2 tim untuk

kemudian bertanding dalam permainan tersebut. Namun, tidak semua siswa ikut serta pada saat pembelajaran, terdapat beberapa siswa yang tidak ingin ikut sehingga lebih memilih untuk duduk-duduk dipinggir lapangan sampai jam pelajaran berakhir. Penulis pun bertanya kepada murid-murid yang tidak ikut serta dalam pembelajaran. Alasannya ialah karena mereka belum mahir dalam olahraga tersebut, oleh karena itu mereka lebih memilih tidak ikut serta dalam pembelajaran.

Observasi selanjutnya penulis lakukan pada tanggal 18 Oktober 2022, dalam pembelajaran yang diberikan oleh guru PJOK di sekolah tersebut, penulis mengamati saat menendang bola, semestinya sudah dapat dilakukan dengan punggung kaki atau sisi kaki, namun masih dilakukan dengan ujung jari kaki mereka. Sedangkan dalam melempar bola, mereka cenderung tidak kuat dan tidak mengenai sasaran. Begitu juga saat menangkap bola lebih dari sebagian siswa dikelas tersebut susah dalam menangkap.

Karena belum jelasnya penyebab permasalahan yang terjadi dilapangan, penulis tertarik untuk menggali informasi tentang bagaimana keterampilan anak dalam merealisasikan keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa SDN 03 Balai-balai Kota Padang Panjang. Hal ini dilakukan agar dapat diungkapkan bagaimana gambaran kemampuan gerak dasar siswa tersebut agar mendapat acuan secara empiris, hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan penelitian yang berjudul “Profil Keterampilan Gerak Dasar Locomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum pernah diajarkannya materi tentang gerak lokomotor dan objek kontrol terhadap siswa.
2. Belum optimalnya keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa.
3. Belum diketahui gambaran yang sebenarnya tentang keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas agar penelitian ini menjadi fokus dan tidak melebar pada permasalahan yang lain maka penelitian ini dibatasi pada “Profil Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Batasan masalah di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu, “Bagaimana tingkat keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-balai Kota Padang Panjang?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-balai Kota Padang Panjang.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Mengungkapkan gambaran yang sebenarnya tentang kemampuan dan keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-balai Kota Padang Panjang.
2. Sebagai dasar bagi guru pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk melakukan penelitian terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa dan untuk melakukan pembinaan terhadap siswa, khususnya berkaitan dengan gerak dasar.
3. Sebagai acuan bagi sekolah untuk peningkatan kualitas agar lebih optimal dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa.