

**PROFIL KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR DAN
OBJEK KONTROL SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI
05 SUNGAI LIMAU**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji Departemen Pendidikan Olahraga sebagai salah
satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan*



**MARSANDA LISTI
NIM. 21086397**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

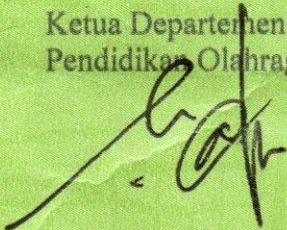
HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol
Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau
Nama : Marsanda Listi
NIM/TM : 21086397/2021
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 10 Juli 2025

Disetujui Oleh:

Ketua Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S. Pd. M. Pd.
NIP. 198909012018031001

Pembimbing



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

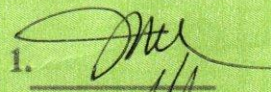
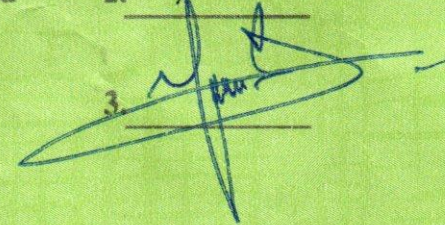
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

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 05 Sungai Limau
Nama : Marsanda Listi
NIM/TM : 21086397/2021
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 10 Juli 2025

Tim Penguji

- | | Nama | Tanda Tangan |
|---------------|--|--|
| 1. Ketua | : Prof. Dr. Syahrial Bakhtiar, M.Pd | 1.  |
| 2. Sekretaris | : Dr. Sri Gusti Handayani, S.Pd., M.Pd | 2.  |
| 3. Anggota | : Dr. Zulbahri, S. Pd., M. Pd | 3.  |

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis akhir berupa skripsi dengan judul **“Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau”**. Skripsi. Ini adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini adalah gagasan, rumusan, dan penelitian saya dengan dosen pembimbing, dosen penguji, dan pihak-pihak yang telah membantu saya menyelesaikan karya tulis ini.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2025

Yang membuat pernyataan



MARSANDA LISTI
NIM 21086397/2021

ABSTRAK

**Marsanda Listi (2025) Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan
: Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 05
 Sungai Limau**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh indikasi permasalahan yang terlihat melalui observasi penulis di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau yang terlihat belum cukup kemampuan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa yang di akibatkan kurangnya sarana dan prasarana di sekolah tersebut, motivasi siswa yang rendah, dan pengaruh teknologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa tersebut baik atau kurangnya kemampuan siswa itu sendiri dalam melakukan gerak.

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas I, II dan III yang berjumlah 100 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan proportional stratified random sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 25 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan Test Of Gross Motor Development edisi ke-2. Tes Gerak Dasar Lokomotor meliputi: lari, langkah kuda, lompat dengan injitan kaki, lari diiringi dengan lompatan, lompat satu arah sejauh mungkin dan lari menyamping. Tes Objek Kontrol meliputi: memukul bola diam, dribble diam, menangkap, menendang, melempar dari atas, dan menggelindingkan bola. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif (tabulasi frekuensi).

Hasil penelitian profil keterampilan gerak dasar lokomotor pada kelas interval < 12 untuk keterampilan lokomotor, terdapat sebanyak 1 orang siswa (4,00%) dengan klasifikasi “Sangat Kurang”. Pada kelas interval 12 – 14 terdapat 8 orang siswa (32,00%) dengan klasifikasi “Kurang”. Pada kelas interval 15 – 17 terdapat sebanyak 5 orang siswa (20,00%) dengan klasifikasi “Sedang”. Pada kelas interval 18-20 terdapat sebanyak 10 orang (40,00%) siswa dengan klasifikasi “Baik”. Terakhir, pada kelas interval > 20 terdapat 1 orang siswa (4,00%) dengan klasifikasi “Sangat Baik”. Dan objek kontrol pada kelas interval < 10 untuk kemampuan objek kontrol siswa terdapat 0 (0%) orang siswa dengan klasifikasi “Sangat Kurang”. Pada kelas interval 10-14 terdapat 11 (44%) orang siswa dengan klasifikasi “Kurang”. Pada kelas interval 15-19 terdapat sebanyak 9 (36%) orang siswa dengan klasifikasi “Sedang”. Pada kelas interval 20-24 (12%) terdapat sebanyak 3 orang siswa dengan klasifikasi “Baik”. Terakhir, pada kelas interval > 24 terdapat 2 (8%) orang siswa dengan klasifikasi “Sangat Baik”.

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

ABSTRACT

Marsanda Listi (2025) : *Profile of Basic Locomotor and Object Control Skills of Elementary School Students 05 Sungai Limau*

This research is motivated by indications of problems seen through the author's observations at Sungai Limau 05 Public Elementary School, which showed that students' locomotor and object control abilities were insufficient due to the lack of facilities and infrastructure at the school, low student motivation, and the influence of technology. This research aims to determine whether the students' abilities are good or lacking in the students' own abilities in performing movements.

The research methodology used is descriptive research. The population in this study were 100 students in grades I, II, and III. The sampling technique used proportional stratified random sampling, so the number of samples in this study was 25 people. The data collection technique used the Test of Gross Motor Development 2nd edition. The Basic Locomotor Movement Test includes: running, horse steps, jumping with a foot step, running accompanied by a jump, jumping in one direction as far as possible and running sideways. The Control Object Test includes: hitting a stationary ball, dribbling stationary, catching, kicking, throwing from above, and rolling the ball. The data analysis technique used descriptive statistics (frequency tabulation).

The results of the study of the profile of basic locomotor movement skills in the interval class <12 for locomotor skills, there was 1 student (4.00%) with the classification of "Very Poor". In the interval class 12-14 there were 8 students (32.00%) with the classification of "Poor". In the interval class 15-17 there were 5 students (20.00%) with the classification of "Moderate". In the interval class 18-20 there were 10 students (40.00%) with the classification of "Good". Finally, in the interval class > 20 there was 1 student (4.00%) with the classification of "Very Good". And the control object in the interval class <10 for the ability of the student control object there are 0 (0%) students with the classification of "Very Poor". In the interval class 10-14 there are 11 (44%) students with the classification of "Poor". In the interval class 15-19 there are 9 (36%) students with the classification of "Moderate". In the interval class 20-24 (12%) there are 3 students with the classification of "Good". Finally, in the interval class >24 there are 2 (8%) students with the classification of "Very Good".

Keywords: elementary school, fundamental motor skills, object control

KATA PENGANTAR



Assalamu`alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **“Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau”**.

Proposal ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T. sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd. sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini
3. Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd. sebagai ketua Departemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Prof. Dr. Syahril Bakhtiar, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr.Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd dan Dr. Zulbahri, S.Pd, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk menguji serta memberikan masukan berharga demi kesempurnaan karya ini.
6. Kepada seluruh staff pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
7. Kedua orang tuaku tercinta ayah (alm) Afrizal dan ibu Lisnah, Puji syukur dan terima kasih tak terhingga penulis sampaikan kepada kedua orang tua penulis tercinta. Dedikasi ini penulis persembahkan atas segala cinta, kasih sayang, dan doa yang tak pernah putus sejak penulis lahir. Dukungan tanpa syarat yang telah berikan adalah anugerah terbesar dalam hidup penulis, menjadi sumber kekuatan dan inspirasi di setiap langkah. Tanpa bimbingan, ketulusan, dan pengorbanan yang telah di curahkan, tidak mungkin penulis bisa mencapai titik ini. dua orang yang sangat berjasa dalam hidup saya, yang selalu mengusahakan anak perempuannya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik untuk penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah dalam meraih mimpi di masa depan. Terimakasih

untuk selalu berada di sisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini sehingga memperoleh gelar sarjana pendidikan.

8. Saudariku tercinta kepada Desi Afrida Putri, S.P yang telah memberikan doa, dukungan, motivasi, semangat, dan memberikan saran serta membantu material untuk memenuhi kebutuhan penulis, dan keperluan dalam menyelesaikan skripsi. Terimakasih untuk selalu berada di sisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini sehingga memperoleh gelar sarjana pendidikan.

9. Dan terakhir, terima kasih kepada diri saya sendiri Marsanda Listi, S.Pd terima kasih tetap memilih berusaha dan bertahan bahkan saat meragukan diri sendiri, namun tetap menjadi manusia yang tidak lelah mencoba. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, Menyelesaikan skripsi ini adalah sebuah perjalanan panjang yang menuntut ketekunan dan kesabaran. Oleh karena itu, izinkan saya menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada diri sendiri atas segala perjuangan dan pengorbanan yang telah dilalui. Terima kasih atas keteguhan hati dalam menghadapi berbagai rintangan, atas kerja keras tanpa henti, dan atas komitmen yang kuat untuk menyelesaikan tugas besar ini. Dedikasi ini tidak akan terwujud tanpa kemampuan untuk bangkit kembali setelah jatuh dan keberanian untuk terus melangkah maju. Terima kasih atas segala pengorbanan waktu, tenaga, dan pikiran. Skripsi ini menjadi bukti nyata bahwa disiplin, konsistensi, dan keyakinan pada diri sendiri adalah

kunci untuk mencapai tujuan. Penulis berterima kasih kepada diri sendiri karena telah belajar untuk menghadapi keraguan, mengelola tekanan, dan mempertahankan semangat di tengah tantangan yang begitu besar. Ini adalah wujud dari kemandirian dan tanggung jawab yang telah penulis tanamkan pada diri sendiri. skripsi ini bukan hanya sebuah karya ilmiah, tetapi juga refleksi dari proses pendewasaan diri. Penulis berterima kasih kepada diri sendiri karena telah bertahan, berkembang, dan menjadi pribadi yang lebih kuat dan tangguh. Keberhasilan ini adalah hasil dari tekad yang kuat untuk meraih apa yang dicita-citakan. Semoga pencapaian ini dapat menjadi landasan untuk perjalanan dan pencapaian-pencapaian lainnya di masa depan. Dan jangan cepat merasa puas diri.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Pengertian Gerak Dasar/ Fundamental Motor Skill (FMS).....	10
2. Keterampilan Gerak Dasar.....	13
3. Manfaat Keterampilan Gerak Dasar	17
4. Gerak Lokomotor.....	18
5. Objek Kontrol	26
B. Kerangka Berfikir.....	36
C. Pertanyaan Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi	40

2. Sampel.....	40
D. Defenisi Operasional	41
E. Jenis Data dan Sumber data	42
1. Jenis Data.....	42
2. Sumber Data	42
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	42
1. Instrumen Penelitian	42
2. Teknik Pengumpulan Data	43
G. Teknik Analisis Data.....	55
1. Analisis Deskriptif	55
2. Skala Pengukuran	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Deskripsi Data	57
1. Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor.....	57
2. Keterampilan Gerak Dasar Objek Kontrol	67
B. Pembahasan.....	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	82
A. Simpulan.....	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi SD Negeri 05 Sungai Limau.....	40
Tabel 2. Sampel SD Negeri 05 Sungai Limau.....	41
Tabel 3. Rumus Nilai Standar 5 Skala.....	56
Tabel 4. Distribusi frekuensi keterampilan gerak dasar lokomotor siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau:	57
Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan <i>run</i> (berlari) siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau	59
Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan <i>gallop</i> siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	60
Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan <i>hop</i> siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	62
Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan <i>leap</i> siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	63
Tabel 9. Distribusi frekuensi kemampuan <i>Jump</i> siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	64
Tabel 10. Distribusi frekuensi kemampuan <i>Slide</i> siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	66
Tabel 11. Distribusi frekuensi kemampuan objek kontrol siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.	67
Tabel 12. Distribusi frekuensi kemampuan memukul bola diam siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	69
Tabel 13. Distribusi frekuensi kemampuan <i>dribble</i> diam siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.	70
Tabel 14. Distribusi frekuensi kemampuan menangkap siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.	72

Tabel 15. Distribusi frekuensi kemampuan menendang siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.	73
Tabel 16. Distribusi frekuensi kemampuan melempar dari atas siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	75
Tabel 17. Distribusi frekuensi kemampuan menggelindingkan bola siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.....	76

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan pelari mahir, jangkauan kaki jauh.	20
Gambar 2. Model Gerakan Galloping, melibatkan gerakan dasar dari Melangkah, Meloncat dan Menjingkrak.	21
Gambar 3. Model Tampak Samping Cara Fase Melakukan.....	22
Gambar 4. Level lari <i>leap</i>	23
Gambar 5. Gambar Model Mencerminkan Anak-Anak Mengadopsi Pola- Pola Gerak yang Sesuai dengan Prinsip-Prinsip Gerak	24
Gambar 6. Model Fase Melakukan Lompatan yang Baik	25
Gambar 7. Pelaksanaan tes <i>slide</i> (lari menyamping).....	26
Gambar 8. Pelaksanaan tes <i>striking a stationary ball</i> (memukul bola diam).....	30
Gambar 9. Pelaksanaan <i>Tes Stationary Dribble</i> (Memantulkan Bola Ke Lantai).....	31
Gambar 10. Pelaksanaan tes <i>Catch</i> (menangkap).....	32
Gambar 11. Pelaksanaan tes <i>kick</i> (menendang).....	34
Gambar 12. Pelaksanaan tes <i>Overhand throw</i> (melempar bola dari atas).....	35
Gambar 13. Pelaksanaan tes <i>Underhand roll</i> (menggelingkan bola).....	36
Gambar 14. Kerangka berfikir	37
Gambar 15. Sketsa Pelaksanaan tes <i>Run</i> (lari)	44
Gambar 16. Pelaksanaan tes <i>Gallop</i> (langkah kuda)	45
Gambar 17. Sketsa Pelaksanaan tes <i>Gallop</i> (langkah kuda).....	45
Gambar 18. Pelaksanaan tes <i>hop</i> (lompat dengan injitan kaki).....	46
Gambar 19. Sketsa Pelaksanaan tes <i>hop</i> (lompat dengan injitan kaki)	46

Gambar 20. Pelaksanaan tes <i>leap</i> (lari diiringi dengan melompat)	47
Gambar 21. Sketsa Pelaksanaan tes <i>leap</i> (lari diiringi dengan melompat).....	47
Gambar 22. Pelaksanaan tes horizontal <i>jump</i> (melompat satu arah sejauh mungkin).....	48
Gambar 23. Sketsa Pelaksanaan tes horizontal <i>jump</i> (melompat satu arah sejauh mungkin).....	48
Gambar 24. Pelaksanaan tes <i>slide</i> (lari menyamping).....	49
Gambar 25. Sketsa Pelaksanaan tes <i>slide</i> (lari menyamping)	49
Gambar 26. Pelaksanaan tes <i>striking a stationary ball</i> (memukul bola diam).....	50
Gambar 27. Pelaksanaan Tes <i>Stationary Dribble</i> (Memantulkan Bola Ke Lantai).....	51
Gambar 28. Pelaksanaan tes <i>Catch</i> (menangkap).....	52
Gambar 29. Pelaksanaan tes <i>Kick</i> (menendang).....	53
Gambar 30. Pelaksanaan tes <i>Overhand throw</i> (melempar bola dari atas).....	54
Gambar 31. Pelaksanaan tes <i>Underhand roll</i>	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Blanko Tes Keterampilan Dasar Lokomotor.....	87
Lampiran 2.	Blanko Tes Keterampilan Objek Kontrol Siswa	89
Lampiran 3.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Run</i>	91
Lampiran 4.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Gallop</i>	92
Lampiran 5.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Hop</i>	94
Lampiran 6.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Leap</i>	95
Lampiran 7.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Horizontal Jump</i>	96
Lampiran 8.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Slide</i>	97
Lampiran 9.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Lokomotor dan Objek Kontrol	97
Lampiran 10.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Lokomotor	99
Lampiran 11.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Memukul Bola Diam	100
Lampiran 12.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes <i>Dribble</i> Diam	101
Lampiran 13.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Menangkap	101
Lampiran 14.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Menendang	102
Lampiran 15.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Melempar Dari Atas	103
Lampiran 16.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Menggelinding	105
Lampiran 17.	Data Mentah Hasil Penilaian Tes Objek Kontrol	105
Lampiran 18.	Dokumentasi Penelitian.....	106
Lampiran 19.	Foto dengan Kepala Sekolah.....	109
Lampiran 20.	Foto dengan tata usaha	110
Lampiran 21.	Surat Izin Penelitian ke Dinas Pendidikan Kabupaten Padang Pariaman.....	111

Lampiran 22. Surat Izin Penelitian ke Sekolah SD Negeri 05 Sungai Limau	112
Lampiran 23. Surat Balasan dari Dinas Pendidikan Kabupaten Padang Pariaman	113
Lampiran 24. Surat Balasan dari SD Negeri 05 Sungai Limau	114

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah sarana pokok bagi pengembangan kualitas sumber daya manusia. Dengan adanya pendidikan manusia semakin sadar akan pentingnya proses berfikir untuk menentukan kualitas masa depannya. Dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur pemerintah Indonesia melakukan pembangunan di segala bidang termasuk diantaranya pembangunan di bidang pendidikan dan olahraga. Pembangunan di bidang pendidikan bertujuan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, yaitu sumber daya manusia yang berilmu pengetahuan memiliki keterampilan sehat jasmani dan rohani serta memiliki sikap dan pribadi yang terpuji sedangkan pembangunan di bidang olahraga bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani, disiplin, sportivitas, hasil dan lain sebagainya.

Pendidikan sebagai salah satu sektor yang paling penting dalam pembangunan nasional, pendidikan dijadikan andalan utama yang berfungsi semaksimal mungkin dalam upaya meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia, dimana iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa menjadi sumber motivasi kehidupan segala bidang, Undang-undang RI No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 3 yang menyatakan bahwa:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermanfaat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia,

sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokrasi dan bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat dikatakan bahwa tujuan pendidikan pada dasarnya adalah memanusiakan manusia dengan meningkatkan kualitas sumber daya manusia, melalui peningkatan sumber pendidikan agar tercapai pembentukan manusia yang siap secara intelektual, mental, dan rohani demi menghadapi masa depan yang semakin membutuhkan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka mencapai tujuan pendidikan yang berjenjang dan berkesinambungan mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini sebagai dasar awal menempuh pendidikan sampai perguruan tinggi. Sekolah Dasar ialah dasar dari awal dari pembentukan dan pemantapan segala potensi yang dimiliki anak sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang melalui pendidikan di sekolah tersebut. Melalui sekolah, siswa belajar pengetahuan serta pengalaman yang sifatnya merubah tingkah laku siswa ke arah lebih baik. Dalam lembaga pendidikan formal, sekolah berkewajiban mengembangkan potensi siswa secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor dengan seimbang. Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan bahwa:

“Pendidikan dasar adalah jenjang pendidikan pada jalur pendidikan formal yang melandasi jenjang pendidikan menengah. Pendidikan dasar terdiri dari Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama atau yang sederajat. Pendidikan dasar bertujuan untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta

bertanggung jawab. Pendidikan dasar juga dipandang sebagai fondasi bagi pengembangan diri peserta didik lebih lanjut dan mempersiapkan mereka untuk mengikuti pendidikan menengah. Tujuan pendidikan dasar, termasuk Sekolah Dasar menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Sisdiknas adalah memberikan bekal kemampuan dasar kepada peserta didik untuk mengembangkan kehidupan mereka sebagai pribadi, anggota masyarakat, dan mempersiapkan mereka untuk mengikuti pendidikan menengah. Selain itu, pendidikan dasar bertujuan untuk menumbuhkan keimanan dan ketakwaan, membangun watak dan kepribadian, serta memberikan pengetahuan dan keterampilan dasar.

Pendidikan jasmani merupakan bagian konsep dari sistem pendidikan, dengan aktifitas jasmani sebagai media pendidikan. Dengan demikian, bukan berarti bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktifitas jasmani secara multilateral dengan pengembangan potensi kognitif dan afektif siswa. Tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SD adalah untuk mengembangkan potensi siswa secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan kesehatan melalui aktivitas jasmani. Selain itu, PJOK juga bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai positif seperti sportivitas, kerjasama, dan tanggung jawab, serta membiasakan hidup sehat dan aktif.

Pendidikan jasmani di atur dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, khususnya dalam konteks olahraga Pendidikan menyatakan bahwa:

“Pendidikan jasmani merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang terintegrasi dan berkelanjutan, bertujuan untuk membentuk individu yang sehat, bugar, dan memiliki keterampilan olahraga”.

Gerak dasar atau *fundamental motor skill* merupakan keterampilan 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.

Tingkat kemampuan dasar siswa dalam menghadapi kegiatan pembelajaran di sekolah yang mereka lakukan dengan baik tidak terlepas dari kesiapan kemampuannya dalam bergerak. Gerak dasar yang diupayakan melalui pembelajaran pendidikan jasmani adalah keterampilan gerak yang terbentuk dari dasar gerakan manusia. Kemampuan gerak dalam keterampilan gerak dasar menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata tangan dan mata-kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual. Untuk anak bisa belajar bergerak, mereka mesti mengenal keterampilan gerak dasar, apabila seorang anak tidak dapat menguasai gerak dasar dengan baik maka di kemudian hari akan mengalami hambatan dalam mempelajari gerakan yang lebih sulit. Gerak dasar merupakan gerakan yang dilakukan secara terus-menerus dan berulang-ulang yang menjadikannya kebiasaan serta sebagai dasar dari pengalaman lingkungan mereka. Secara umum, gerak dasar dari manusia adalah berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Keterampilan gerak dasar dapat dibagi menjadi beberapa kategori meliputi tiga macam, yaitu: lokomotor, non lokomotor, dan manipulasi.

Banyak studi menyatakan 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.

Menurut (Bakhtiar, 2018:8) gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otot besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang di gunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan seperti melempar, melompat, atau meloncat melewati gerakan air atau menjaga keseimbangan. Gerak dasar di kenal juga dengan motorik dasar. Motorik halus gerakan yang hanya melibatkan otot kecil pada tangan seperti menulis.

Salah satu aspek yang di lakukan siswa yang berada di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau adalah gerak lokomotor dan objek kontrol. Gerak merupakan dasar dari aktivitas jasmani yang dilakukan oleh manusia termasuk peserta didik. Tingkat kemampuan gerak peserta didik dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya lingkungan, keturunan dan tingkat interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan gerak dasar dibagi ke dalam dua kelompok besar, yaitu kemampuan lokomotor dan objek kontrol. Kemampuan lokomotor merupakan gerak yang memindahkan tubuh dari satu titik ke titik lain sedangkan kemampuan objek kontrol merupakan gerakan

manipulasi objek. Objek kontrol adalah kemampuan meningkatkan kinerja otot-otot untuk melakukan suatu gerakan, dan memiliki kemampuan yang bagus untuk membuat gerakan yang terkontrol dan tepat dengan suatu objek.

Dapat dipahami gerak lokomotor merupakan gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat atau mengembara, sedangkan objek kontrol merupakan gerakan manipulasi objek. gerakan tersebut juga dapat diartikan sebagai gerak yang didasari suatu benda yang digunakan sebagai objek, dan juga objek kontrol merujuk pada benda atau alat yang digunakan untuk mengontrol permainan atau situasi dalam sebuah pertandingan. Perpindahan satu objek ke tempat yang lain.

Berdasarkan observasi peneliti di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau terlihat belum cukup kemampuan gerak lokomotor dan objek kontrol siswa yang di akibatkan kurangnya sarana prasarana di sekolah tersebut, motivasi siswa yang rendah dan pengaruh teknologi. Walaupun kompetensi kemampuan Objek Kontrol bukan satu-satunya objek belajar, namun pada umumnya di sekolah terutama pada tempat penulis melakukan penelitian ketersediaan sarana dan prasarana yang belum memadai. Perhatian guru yang rendah terhadap aktivitas gerak anak dan orang tua yang kurang memperhatikan motorik anak tersebut. Dilihat dari sudut pandang peneliti di saat observasi belum optimalnya kemampuan Locomotor dan Objek Kontrol Siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau. Di sini guru di tuntut untuk mengoptimalkan lokomotor dan objek kontrol peserta didik yang ada di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

Cara untuk meningkatkan gerak lokomotor Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau contohnya dengan siswa yang melakukan lari, lari kuda, lompat dengan injitan kaki, lari di iringi dengan melompat, lompat satu arah sejauh mungkin, dan lari samping adapun cara meningkatkan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau contohnya dengan siswa yang melempar bola dari atas, menendang bola, menendang bola sebelum menyentuh tanah, memukul bola yang diam, memukul bola dari atas dengan posisi diam, menggenggam, meremas, menangkap.

Mengingat betapa pentingnya objek kontrol bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi anak, maka penelitian ini akan mengkaji tentang bagaimana profil atau gambaran tentang kemampuan objek kontrol siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

Berdasarkan latar belakang di atas untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian. Permasalahan yang penulis temukan di lapangan menimbulkan keinginan bagi penulis untuk meneliti tentang “Bagaimana Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Dan Objek Kontrol Siswa Sekolah tersebut”. Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa tersebut baik atau kurangnya kemampuan siswa itu sendiri dalam melakukan gerak.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah di lapangan dan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah tentang rendahnya keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

1. Lingkungan, seperti kurangnya sarana dan prasarana.
2. Motivasi untuk melakukan aktivitas fisik dan bermain.
3. Model pembelajaran yang belum efektif.
4. Perhatian guru yang rendah terhadap aktivitas gerak siswa.
5. Kompetensi guru PJOK.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka begitu banyak yang diduga mempengaruhi akan rendahnya keterampilan gerak dasar siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau. Dengan demikian penulis dapat melihat Profil keterampilan gerak dasar *lokomotor* dan *objek kontrol* siswa Sekolah di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Profil keterampilan gerak dasar *lokomotor* dan *objek kontrol* siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah di kemukakan oleh pernyataan penulis di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui

1. Profil Keterampilan Gerak Lokomotor Siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.
2. Objek Kontrol Siswa di Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah dikemukakan, diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi:

1. Bagi peneliti, dengan adanya penelitian ini akan menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman tersendiri dalam penelitian ini.
2. Masukan bagi guru Penjasorkes SD Negeri 05 Sungai Limau dalam upaya meningkatkan keprofesionalannya dalam mengajar.
3. Bagi siswa agar dapat dijadikan motivasi untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotornya.
4. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keolahragaan.
5. Sebagai bahan referensi perpustakaan khususnya perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, adapun kesimpulan yang dapat diambil adalah:

1. Kemampuan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau rata-rata berada pada klasifikasi “kurang” dengan rata-rata perolehan poin sebesar 16.48 dari 37 poin maksimal yang seharusnya dicapai. Karena rendah nya capaian pada aspek ini mengindikasikan ada nya isu penting yang memerlukan perhatian, karena keterampilan objek kontrol merupakan fondasi penting bagi perkembangan motorik anak dan partisipasi aktif mereka dalam berbagai aktivitas fisik dan olahraga. faktor utama adalah keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Kondisi lapangan olahraga yang kurang memadai, seperti permukaan yang tidak rata atau ukurannya yang terlalu kecil, secara langsung membatasi ruang gerak siswa untuk berlatih dengan leluasa. Selain itu, jumlah dan jenis peralatan olahraga yang sangat terbatas, seperti bola, tali, atau rintangan, tidak sebanding dengan jumlah siswa. Akibatnya, setiap siswa tidak mendapatkan kesempatan yang cukup untuk melakukan pengulangan Latihan yang dilakukan demi menguasai keterampilan dasar ini secara optimal.
2. Kemampuan lokomotor siswa Sekolah Dasar 05 Sungai Limau rata-rata berada pada klasifikasi “Baik” dengan rata-rata perolehan poin sebesar

16.16 dari 21 poin maksimal yang seharusnya dicapai. karena siswa SD Negeri 05 Sungai Limau dalam keterampilan gerak dasar lokomotor merupakan hasil dari sebuah pendekatan holistik dan terstruktur. Keterampilan lokomotor, yang meliputi gerakan berpindah tempat seperti berjalan, berlari, melompat, dan meluncur, tidak hanya diajarkan sebagai materi pelajaran biasa, melainkan diintegrasikan sebagai bagian fundamental dari perkembangan fisik anak. Serta tingginya tingkat partisipasi dan antusiasme dari para siswa menjadi penentu keberhasilan dalam melakukan gerak dasar lokomotor ini.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, adapun saran yang dapat peneliti berikan adalah:

1) Bagi Gerak Objek Kontrol kurang

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan kurangnya kemampuan siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau dalam melakukan gerakan objek kontrol dengan cara melakukan latihan rutin, metode pembelajaran yang bervariasi, dan melengkapi sarana dan prasarana olahraga.

2) Bagi sekolah

Dari bahan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dalam menentukan kebijakan dalam mewujudkan kualitas pendidikan yang diharapkan tentang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

3) Bagi Siswa

Diharapkan siswa lebih bersemangat dan lebih aktif dalam melakukan kegiatan belajar baik itu di dalam kelas ataupun diluar kelas, adanya peningkatan motivasi dari siswa nanti akan memudahkan guru dalam membimbing siswa menjadi siswa yang berprestasi secara lebih meningkat lagi.

4) Bagi Guru/Pendidik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang positif dalam meningkatkan kualitas pelayanan pendidikan. Guru juga akan memahami dengan betul-betul apa yang terjadi dalam gerak dasar anak yang di hambat oleh beberapa faktor tersebut. Sehingga guru akan lebih mudah mengetahui perkembangan siswanya.

5) Bagi Dinas Pendidikan

Dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam pengambilan kebijakan terkait dengan sekolah terbuka. Dan juga bermanfaat untuk memberikan gambaran mengenai bagaimana kemampuan motorik anak di suatu sekolah sehingga dapat menjadi contoh bagi sekolah lain.

6) Penulis sendiri

Sebagai salah satu syarat menyelesaikan perkuliahan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S1) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Negeri Padang.

DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, R., & Bakhtiar, S. (2019). Hubungan Status Gizi Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor di Sekolah Dasar. *Jurnal JPDO*, 2(8), 21-27
- Asnaldi A, Dk. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga Dan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Menssana* Vol.3 NO. 2:16-27
- Bakhtiar, Syahrial, et al. Pengaruh Umpan Balik, Koordinasi terhadap Kemampuan Objek Kontrol Siswa Paud. *Sporta Saintika*, 2020, 5.1: 59-71.
- Bakhtiar, Syahrial. "Merancang pembelajaran gerak dasar anak." (2015): 1-294
- Bakhtiar, S., Putra, E. R., Oktarifaldi, O., & Putri, L. P. (2019). Pengaruh Koordinasi Mata-Tangan, Body Mass Index dan Gender Terhadap Kemampuan Object Kontrol pada Anak PAUD Kota Pariaman. *Jurnal MensSana*, 4(2), 165-174.
- Bakhtiar, (2018). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press
- Hendra, J., & Putra, G. I. (2019). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Manipulatif bagi Anak Melalui Permainan Olahraga di Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Muara Pendidikan*, 4(2), 438-444.
- Hidayat, Arif. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* Volume 9 Nomor 2, hal 21-29.
- Luthfi, Muhammad Ali; Subandji, Subandji. Nilai-Nilai Pendidikan Shoft Skill Dalam Buku Seni Menjalani Hidup Penuh Makna Karya Muhammad Syafi'ie Elbantanie. 2022. *Phd Thesis*. UIN Surakarta.
- Johan. (2015). The Flemish Sports Compass From sports orientation to elite performance prediction. Ghent University,.
- Mahfud, Imam, and Rizki Yuliandra. "Pengembangan Model Gerak Dasar Keterampilan Motorik Untuk Kelompok Usia 6-8 Tahun." *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga* 1.01 (2020): 54-66.Pion,
- Sudijono, A. (2005). dalam Deny,dkk 2018:4). *Pengantar Statistik Pendidikan*. PT Raja Grafindo Persada.

- Syahputra, R, Mardiansyah, A, Hendrayana, A, A, Bakhtiar, S, Pion, J. (2021). Sistem Identifikasi Bakat dalam Olahraga
- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Marta, I. A., & Putri, L. P. (2021). The Profile of Students' Locomotor Skills Level in Elementary School. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 138.
- Bakhtiar, Syahrial, Khairuddin & Heru Afrian. (2019). Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan, Indeks Masa Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini. *Jurnal: Sporta Saintika* Volume 4, No 2:84-85.
- Sugiyono, (2017). *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung; Alfabeta,)
- Widiyastuti. (2014). *Belajar Keterampilan Gerak*. Jakarta: FIK Universitas Negeri Jakarta