

**PROFIL KETERAMPILAN LOKOMOTOR SISWA SEKOLAH DASAR
NEGERI 16 BARINGIN KABUPATEN TANAH DATAR**

SKRIPSI

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



**M. ARIFQI
NIM. 21086394**

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

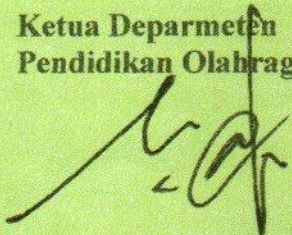
HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Profil Keterampilan Lokomotor Siswa Sekolah Dasar
Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar
Nama : M.Arifqi
NIM/BP : 21086393/2021
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 13 Agustus 2025

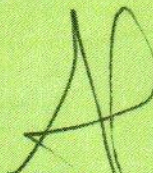
Disetujui Oleh:

Ketua Departemen
Pendidikan Olahraga



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

Pembimbing



Ibnu Andli Masta, S.Pd., M.Pd
NIP. 198905222019031012

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

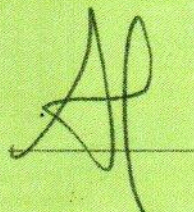
Judul : Profil Keterampilan Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Negeri
16 Baringin Kabupaten Tanah Datar
Nama : M.Arifqi
NIM : 21086394
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, 13 Agustus 2025

Tim Penguji

Tanda Tangan

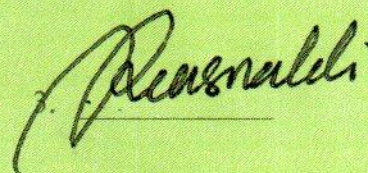
1. Ketua : Ibnu Andli Marta, S.Pd., M.Pd

1. 

2. Anggota : Prof.Dr.Syahrial Baakhtiar, M.Pd

2. 

3. Anggota : Arie Asnaldi, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Profil Keterampilan Lokomotor Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan contributor.
3. Didalam 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 di cantumkan 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, 13 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



M.Arifqi

NIM. 21086394

ABSTRAK

M. Arifqi (2025) : *Profil Keterampilan Lokomotor Siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar*

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi tingkat keterampilan lokomotor siswa di SDN 16 Baringin, Kabupaten Tanah Datar, mengingat belum adanya evaluasi komprehensif terkait aspek fundamental ini sebelumnya. Keterampilan lokomotor, sebagai bagian integral dari keterampilan gerak dasar, merupakan fondasi penting bagi perkembangan fisik dan partisipasi aktif anak dalam berbagai aktivitas jasmani.

Penelitian deskriptif kuantitatif ini dilaksanakan pada bulan Mei–Juni 2025 di SDN 16 Baringin. Metode pengambilan sampel menggunakan random sampling, melibatkan seluruh siswa laki-laki dan perempuan, dengan total 30 partisipan. Pengumpulan data dilakukan melalui tes *Test of Gross Motor Development Second Edition*, yang secara spesifik mengukur berbagai kemampuan lokomotor. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan persentase untuk mengidentifikasi kategori penguasaan keterampilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan lokomotor siswa SDN 16 Baringin secara umum berada pada kategori “Sedang”, ditunjukkan oleh nilai rata-rata sebesar 29,37 poin. Meskipun terdapat variasi data yang cukup dengan standar deviasi 4,41 dan rentang nilai dari 22 hingga 39 poin, klasifikasi “Sedang” mengindikasikan bahwa mayoritas siswa telah memiliki dasar keterampilan lokomotor yang cukup. Temuan ini memberikan gambaran awal mengenai profil keterampilan lokomotor siswa dan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pendidikan jasmani yang lebih terfokus untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa di masa mendatang.

Kata kunci: *keterampilan Gerak dasar, lokomotor*

ABSTRACT

M. Arifqi (2025) : Profiles Of Fundamental Locomotor Skill Proficiency Among Elementary School Students At SDN 16 Baringin, Tanah Datar Regency

This study aimed to investigate the level of locomotor skills among students at SDN 16 Baringin, Tanah Datar Regency, given the previous lack of comprehensive evaluation regarding this fundamental aspect. Locomotor skills, an integral part of fundamental motor skills, are crucial for children's physical development and active participation in various physical activities. This descriptive quantitative research was conducted from May to June 2025 at SDN 16 Baringin.

A random sampling method was employed, involving all male and female students from grades I to III, totaling 30 participants. Data collection utilized the Test of Gross Motor Development Second Edition (TGMD-2) locomotor subtest, which specifically assesses various locomotor abilities. The collected data were analyzed using frequency distribution techniques (descriptive statistics) with percentage calculations to identify skill proficiency categories.

The findings reveal that the locomotor skills of SDN 16 Baringin students are generally in the "Moderate" category, indicated by an average score of 29.37 points. Although there was considerable data variation, with a standard deviation of 4.41 and a score range from 22 to 39 points, the "Moderate" classification suggests that the majority of students have a foundational grasp of locomotor skills. These findings provide an initial profile of student locomotor skills and can serve as a basis for developing more focused physical education programs to enhance students' fundamental motor abilities in the future.

Keyword: *fundamental motor skills, locomotor*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini yang berjudul “***Profil Keterampilan Lokomotor Siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar***” dengan baik. Tujuan penulisan penelitian ini adalah untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Departemen 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. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T., Ph.D. selaku Rektor Universitas Negeri Padang
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan izin untuk membuat hasil penelitian ini.
3. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd selaku Ketua Jurusan Keolahragaan yang telah memberikan izin untuk membuat hasil penelitian ini.
4. Bapak Ibnu Andli Marta, M.Pd yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan arahan dalam penyusunan hasil penelitian ini.
5. Bapak Prof. Dr. Syahrial Bakhtiar, M.Pd., CISTI dan Arie Asnaldi, M.Pd. penguji yang telah memberikan kritikan dan saran serta masukan dalam perbaikan penulisan Skripsi ini.

6. Kedua orang tua, serta keluarga yang telah memberikan dorongan baik moril maupun materil, semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian ini.
7. Kepala Sekolah, Majelis Guru dan Siswa SD Negeri 16 Baringin, Kabupaten Tanah Datar yang telah memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian di sekolah ini.
8. Seluruh staf pengajar dan karyawan Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
9. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan serta doa.

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, Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	HALAMAN
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
1. Bagi Peneliti	9
2. Bagi Sekolah.....	9
3. Bagi Pendidik	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. Kajian Teori	10
1. Konsep Dasar Gerak.....	10
2. Gerak Lokomotor	11
3. Koordinasi Gerak.....	13
4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar.....	18
5. TGMD (Test Gross Motor Development)	21
6. Fundamental Movement Skills (FMS)	22
B. Studi Relevan	23
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Pertanyaan Penelitian	28

BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Metode Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	30
D. Definisi Operasional.....	31
E. Jenis Data dan Sumber Data	31
F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
G. Instrumen Penelitian.....	32
1. Tujuan dari Tes TGMD-2.....	33
2. Alat-alat yang diperlukan dari tes lokomotor dalam TGMD-2	33
3. Waktu Pelaksanaan.....	34
4. Komponen Tes	34
5. Pelaksanaan	37
6. Lapangan	37
H. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian	39
1. Beralari (<i>Run</i>)	40
2. Lagkah kuda (<i>Gallop</i>).....	42
3. Loncat satu kaki (<i>Hop</i>)	44
4. Lompat rintangan (<i>Leap</i>).....	45
5. Lompat tanpa walan (<i>Jump</i>)	47
6. Lari samping (<i>Slide</i>)	49
B. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	30
Tabel 2. Blanko Tes Keterampilan Gerak.....	35
Tabel 3. Nilai Kemampuan Gerak Dasar	36
Tabel 4. Skala Lima Norma Penilaian	38
Tabel 5. Distribusi frekuensi keterampilan lokomotor siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	39
Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan run siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	41
Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan <i>gallop</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	42
Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan <i>hop</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	44
Tabel 9. Distribusi frekuensi kemampuan <i>leap</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	46
Tabel 10. Distribusi frekuensi kemampuan <i>jump</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	47
Tabel 11. Distribusi frekuensi kemampuan <i>slide</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Histogram keterampilan lokomotor siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar.....	40
Gambar 2. Histogram kemampuan <i>run</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	42
Gambar 3. Histogram kemampuan <i>gallop</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar.....	43
Gambar 4. Histogram kemampuan <i>hop</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	45
Gambar 5. Histogram kemampuan <i>leap</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	47
Gambar 6. Histogram kemampuan <i>jump</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	48
Gambar 7. Histogram kemampuan <i>slide</i> siswa SD Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar	50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan oleh setiap sekolah sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh siswa, khususnya pendidikan Sekolah Dasar. Mata pelajaran ini mempunyai karakteristik khusus dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktifitas gerak fisik sebagai sarana atau media dalam mendidik siswa serta memerlukan alat dan tempat yang luas. Dominannya aktivitas gerak fisik jasmani ini bukan semata-mata untuk tujuan jangka pendek yaitu untuk mencapai gambaran siswa yang terlatih fisiknya saja, akan tetapi tujuan utama adalah pembentukan manusia seutuhnya, yaitu manusia seperti dideskripsikan dalam tujuan pendidikan. Mata pelajaran ini merupakan mata pelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media untuk mencapai tujuan pendidikan (Pratiwi & Oktaviani, 2018).

Pendidikan jasmani merupakan wahana yang mampu mendidik seorang untuk mendekati kesempurnaan hidup secara ilmiah yang dapat memberikan kontribusi nyata terhadap kehidupan sehari-hari, konsep dasar pendidikan jasmani menurut Rahyubi, H. (2012), adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, empati sosial, mengasah penalaran dan memperbaiki tindakan moral. Jika tujuan dan fungsi

dari pendidikan jasmani sudah tercapai, tentu pengetahuan, sikap, dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik anak-anak menjadi lebih baik.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan keterampilan motorik anak. Melalui pendidikan jasmani, anak akan belajar berbagai aktivitas fisik dengan gerakan yang membutuhkan koordinasi antar otot dan saraf motorik. Gerakan ini mendukung pengembangan keterampilan motorik kasar anak, seperti berlari, melompat, melempar, dan memanjat. Seiring dengan berkembangnya kemampuan motorik kasar anak, anak akan lebih mampu melakukan aktivitas fisik dengan lebih baik dan efisien dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti bermain, berinteraksi dengan lingkungan, dan melakukan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Pendidikan jasmani juga dapat membantu anak untuk mengontrol dan mengkoordinasikan gerakan tubuhnya dengan lebih baik yang akan mendukung perkembangan kognitif dan emosional mereka. Oleh karena itu, pendidikan jasmani sangat penting dalam pengembangan keterampilan motorik anak. (Putri A. J. & Dkk, 2024)

Gerak lokomotor adalah melakukan aktivitas keterampilan lokomotor secara otomatis dan tanpa pikiran yang disengaja, serta menggunakan dengan memanipulasi gerakan yang sesuai dengan waktu, ruang, kekuatan, dan aliran. Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam suatu ruang atau tempat ke ruang ataupun tempat yang lainnya. Perkembangan keterampilan lokomotor umumnya

sebagai hasil dari tingkat kematangan tertentu. Latihan dan pengalaman merupakan hal penting untuk mencapai kemampuan yang matang (Samsudin, 2014).

Menurut Rudiyanto, Y., M., (2011) menyatakan bahwa gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar *fundamental* (*fundamental basic movement*), disamping gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif. Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah aktivitas pokok perpindahan posisi seseorang dari suatu tempat ke tempat lainnya. Profil keterampilan lokomotor siswa di Sekolah Dasar memiliki beberapa fungsi penting yang sangat relevan untuk pengembangan pendidikan jasmani dan kesehatan siswa Sekolah Dasar, diantaranya yaitu untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar siswa, dasar perencanaan dan evaluasi pembelajaran, mengidentifikasi permasalahan siswa, memberikan informasi bagi *stakeholder* sekolah, meningkatkan minat siswa dalam aktivitas fisik, dan pengembangan keterampilan motorik siswa di tingkat Sekolah Dasar.

Menurut Bakhtiar, S. (2019), Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah diharapkan mampu berperan untuk mengupayakan pembelajaran pengembangan gerak dasar bagi semua anak sejak usia dini sampai siswa sekolah dasar, pembelajaran ini sangat pantas bagi siswa yang kurang beruntung atau yang memiliki berbagai latar belakang lingkungan yang kurang mendukung, dalam arti tidak atau sulit mendapatkan atau memiliki sarana dan prasarana untuk dapat melakukan aktivitas gerak dan bermain, pengaruh sosial

budaya yang menyebabkan anak perempuan tidak mendapatkan kesempatan yang sama dibandingkan dengan anak laki-laki untuk bermain dan melakukan aktivitas fisik yang dapat membuat mereka kurang berkembang keterampilan gerak dasarnya.

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 adalah dasar awal untuk pembentukan dan peningkatan segala potensi yang dimiliki anak sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang melalui pendidikan di sekolah tersebut.

Keterampilan lokomotor sendiri mencakup berbagai gerakan yang melibatkan perpindahan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, seperti berjalan, berlari, melompat, dan meluncur. Pengembangan keterampilan lokomotor yang optimal akan membantu anak dalam menjalankan aktivitas fisik dengan lebih baik, mendukung pertumbuhan tubuh, serta meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam berpartisipasi dalam berbagai aktivitas olahraga.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Saputra, M. W., & Firdaus, K., (2019) yang dilaksanakan di SD Negeri 09 Kecamatan Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, menyatakan bahwa dari hasil Test TGMD 2 yang dilaksanakan terlihat bahwa Keterampilan Gerak Dasar Locomotor, siswa memperoleh nilai rata-rata sebesar 31.96 dengan nilai maksimal 48 dan minimal 16, yang berarti nilai TGMD-2 yang di dapat rata-rata siswa di kategorikan sedang, terlihat dari besar persentasi frekuensi siswa yang

mendapat nilai dengan kelas interval (28-33) sebanyak 7 orang dari 24 siswa yang menjadi sampel yang berarti Persentasi Frekuensinya (29%). Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Syahputra, H. (2022), yang mengevaluasi tingkat keterampilan lokomotor siswa SD Negeri 29 Kota Pariaman yang berusia 7 hingga 8 tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada level 3 dalam kemampuan berlari dan melompat dengan satu kaki, namun pada kemampuan melompat jauh tanpa awalan, mayoritas siswa masih berada pada level 2, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perlunya peningkatan dalam keterampilan-keterampilan tersebut.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alfarisi, M., F., & dkk, (2023) yang dilaksanakan di SD Negeri 03 Balaibalai Kota Padang Panjang menyatakan bahwa rata-rata keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD Negeri 03 Balaibalai Kota Padang Panjang berada pada klasifikasi klasifikasi “Kurang” meskipun ada beberapa siswa yang mendapatkan nilai sangat rendah dan ada yang sangat tinggi dibandingkan dengan teman-temannya untuk setiap sub-tes yang mereka lakukan. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Marta, I., A., & dkk, 2024), menyatakan bahwa keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar umumnya berada di bawah rata-rata, terutama dalam keterampilan lokomotor. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa laki-laki memiliki keterampilan motorik kasar yang lebih unggul dibandingkan siswa perempuan. Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa keterampilan lokomotor siswa lebih berkembang

dibandingkan keterampilan pengendalian objek, yang menunjukkan pentingnya penguatan gerakan dasar sejak dini.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas dan hasil observasi, penulis juga menemukan bahwa di SDN 16 Beringin Kabupaten Tanah Datar terdapat tantangan signifikan dalam pembelajaran keterampilan lokomotor di Sekolah Dasar. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan gerak dasar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi profil keterampilan gerak dasar siswa. Ketersediaan fasilitas dan infrastruktur yang memadai merupakan faktor penting dalam pengembangan keterampilan gerak dasar, karena proses pengulangan gerakan yang berulang-ulang merupakan kunci untuk mencapai otomatisasi gerakan yang efektif.

Penelitian ini mengidentifikasi beberapa determinan yang signifikan dalam memengaruhi keterampilan lokomotor siswa, termasuk ketersediaan sarana dan prasarana yang tidak memadai serta kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya keterampilan gerak dasar. Pola hidup yang kurang aktif dan minimnya latihan rutin juga ditemukan sebagai faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya keterampilan lokomotor siswa. Meningkatnya penggunaan teknologi digital dan perubahan gaya hidup anak-anak yang lebih banyak menghabiskan waktu di dalam ruangan dengan *gadget* daripada melakukan aktivitas fisik luar ruangan juga diidentifikasi sebagai faktor yang memengaruhi kualitas pengembangan keterampilan gerak dasar mereka.

Selain faktor-faktor lingkungan dan pola hidup, asupan gizi yang optimal juga memainkan peran krusial dalam optimalisasi perkembangan keterampilan lokomotor anak. Defisiensi nutrisi tertentu, seperti protein dan zat besi, dapat memiliki dampak signifikan pada perkembangan otot dan sistem saraf, yang pada akhirnya mempengaruhi kemampuan motorik anak. Oleh karena itu, edukasi yang tepat sasaran bagi orang tua tentang pentingnya gizi seimbang dalam mendukung perkembangan motorik anak menjadi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mereka dalam menyediakan asupan gizi yang adekuat bagi anak-anak mereka.

Dengan demikian, dibutuhkan perhatian lebih besar terhadap pentingnya peran guru pendidikan jasmani dalam merancang program latihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan lokomotor siswa. Penggunaan metode pembelajaran yang inovatif dan berbasis permainan dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan motivasi dan kemampuan motorik siswa. Selain itu, dukungan dari orang tua dan lingkungan sekitar juga sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi aktivitas fisik anak. Berdasarkan observasi di Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin, penulis merekomendasikan pengembangan program latihan khusus untuk siswa kelas I sampai dengan kelas III untuk meningkatkan koordinasi gerak dasar mereka.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian : “Profil Keterampilan Locomotor Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan peserta didik dalam melakukan Gerak dasar.
2. Kurangnya sarana dan prasarana untuk menunjang koordinasi gerak dasar pada peserta didik.
3. Rendahnya pengetahuan orang tua terhadap pentingnya kemampuan koordinasi gerak dasar pada peserta didik.
4. Rendahnya aktivitas fisik luar ruangan pada Anak Usia Dini.
5. Kurangnya asupan gizi yang berkontribusi dalam kemampuan peserta dalam mengembangkan koordinasi gerak dasar.
6. Kurangnya peran guru dalam merancang program latihan keterampilan lokomotor siswa.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan terarah, maka penelitian dibatasi pada profil keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana profil keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar?
2. Apa saja faktor yang memengaruhi keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui profil keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar.
2. Untuk mengetahui faktor yang memengaruhi keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Baringin Kabupaten Tanah Datar.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi penulis dalam menambah wawasan pengetahuan serta mempersiapkan diri sebagai calon pendidik dan pengajar di masa yang akan datang.

2. Bagi Sekolah

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam menentukan kebijakan demi terwujudnya kualitas pendidikan yang diharapkan.

3. Bagi Pendidik

Manfaat penelitian ini dapat memberikan penjelasan kepada siswa betapa pentingnya koordinasi gerak dasar dalam pertumbuhan dan perkembangan siswa itu.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian yang disajikan pada Bab IV, dapat disimpulkan bahwa keterampilan lokomotor siswa SD Negeri 16 Baringin, Kabupaten Tanah Datar, secara umum berada pada kategori “Sedang”. Hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata sebesar 29,37 poin. Meskipun terdapat variasi data dengan standar deviasi 4,41, serta rentang nilai dari 22 hingga 39 poin, klasifikasi “Sedang” mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki dasar keterampilan lokomotor.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang keterampilan lokomotor siswa SD Negeri 16 Baringin yang menunjukkan kategori "Sedang", berikut beberapa saran yang bisa dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya:

1. Disarankan bagi siswa untuk lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya dalam aktivitas yang melibatkan keterampilan lokomotor. Latihan mandiri di luar jam pelajaran, seperti bermain permainan tradisional yang melibatkan gerak dasar (lari, lompat, dsb.), dapat membantu meningkatkan penguasaan keterampilan ini.
2. Guru diharapkan dapat lebih bervariasi dalam merancang dan menerapkan metode pembelajaran keterampilan lokomotor. Penggunaan media pembelajaran yang inovatif, modifikasi permainan, atau pendekatan individualisasi dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan capaian siswa

yang masih dalam kategori "Sedang". Evaluasi berkala terhadap progres siswa juga penting untuk memantau peningkatan keterampilan mereka.

3. Dinas Pendidikan Kabupaten Tanah Datar dapat mempertimbangkan untuk mengadakan pelatihan atau workshop bagi guru-guru PJOK SD, khususnya terkait strategi peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor. Selain itu, penyediaan fasilitas dan sarana prasarana olahraga yang memadai di sekolah-sekolah juga perlu menjadi perhatian untuk mendukung pembelajaran PJOK yang optimal.
4. Penelitian ini dapat menjadi dasar untuk studi lanjutan. Peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan ruang lingkup yang lebih luas, misalnya dengan membandingkan keterampilan lokomotor antar jenjang kelas atau antar sekolah. Selain itu, penelitian kualitatif untuk menggali faktor-faktor penyebab rendahnya keterampilan lokomotor atau pengembangan model pembelajaran yang efektif juga menarik untuk dieksplorasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Acharya, A. S., Prakash, A., Saxena, P., & Nigam, A. (2013). Sampling: Why and how of it. *Indian journal of medical specialties*, 4(2), 330-333.
- Aji, G. P. (2016). Pengembangan Alat Ladder Untuk Latihan Koordinasi, Kelincahan dan Power. *Skripsi, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahrgaan, Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Alfarisi, M. F., Bakhtiar, S., Asnaldi, A., & Wulandari, I. (2023). Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Dan Objek Kontrol Siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Balai-Balai Kota Padang Panjang. *Jurnal JPDO*, 6(2), 67-73
- Arifin, M. Z. (2017). Pengaruh modifikasi permainan lempar tangkap bola terhadap koordinasi gerak manipulatif anak tunagrahita ringan siswa smplb-c alpha kumara wardhana ii surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(3).
- Arifudin, O. (2022). Perkembangan Peserta Didik (Tinjauan Teori-Teori Dan Praktis).
- Arikunto, Suharsimi. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelition, Jakarta: PT Rincka Cipta
- Bakhtiar, S. 2015. Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. Padang: UNP Press
- Bakhtiar, S. (2018). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. In *Unp Press* (Vol. 1).
- Bakhtiar, S., Khairuddin, K., & Afrian, H. (2019). Pengaruh Strategi Pembelajaran Rangkaian Permainan, Indeks Massa Tubuh Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini. *Sporta Sainatika*, 4(2), 84-96.
- Bakhtiar, S., Pulungan, A. A., Oktarifaldi, O., Syahputra, R., & Putri, L. P. (2020). Pengaruh Koordinasi Mata-Tangan, Body Mass Index dan Jenis Kelamin terhadap Kemampuan Objek Kontrol Siswa PAUD. *Jurnal MensSana*, 5(1), 9-14.

- Deswandi, D., Syafruddin, S., & Khairuddin, K. (2018). Studi kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 28 air tawar timur kecamatan padang utara kota padang. *Jurnal MensSana*, 3(2), 81-92.
- Duncan, M. M. (2024). How Play-Based Learning Impacts Students With Specific Learning and Social-emotional Needs.
- Erwin, H. E., & Castelli, D. M. (2008). National physical education standards: a summary of student performance and its correlates. *Research quarterly for exercise and sport*, 79(4), 495-505.
- Fajri, A., Bakhtiar, S., Jonni, J., & Febrian, M. (2023). *The Profile of Fundamental Motor Skills: Object Control and Locomotor Skills Students at SDN 02 Ampalu, Pesisir Selatan District*. *Jurnal JPDO*, 6(7), 103-110.
- Famelia, R., Tsuda, E., Bakhtiar, S., & Goodway, J. D. (2018). Relationships among perceived and actual motor skill competence and physical activity in Indonesian preschoolers. *Journal of Motor Learning and Development*, 6(January), S403–S423. <https://doi.org/10.1123/jmld.2016-0072>
- Faridli, E. M., Abidin, N., Utama, S., Sutopo, A., & Murtiyasa, B. (2024). Tantangan menuju pendidikan unggul: membangkitkan produktivitas institusi pendidikan untuk kualitas pendidikan yang lebih baik di Indonesia. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(1), 186-193.
- Gallahue, David L. *Understanding Motor Development Infants, Children, Adolescents Second Edition*, USA: Benchmark Press, 1989.
- Gallahue, David L; Ozmund. Jhon C., Goodway Jacqueline D. (2012) *Understanding Motor Development: Instant Children Adolescents Adults*, Second Edition, New York: Mc Graw Hill
- Iswoyo, T., & Junaidi, S. (2015). Sumbangan Keseimbangan, Koordinasi Mata Tangan Dan Power Lengan Terhadap Ketepatan Pukulan Boast Dalam Permainan Squash. *Journal of Sport Science and Fitness*, 4(2).
- Johnstone, J. A., & Ramon, M. (2011). *Perceptual-motor activities for children: An evidence-based guide to building physical and cognitive skills*. Human Kinetics.
- Mardiani, M. (2020). Meningkatkan Hasil Belajar Koordinasi Gerak Melalui Model Kooperatif. *Jurnal Sinektik*, 3(1), 99-112.

- Mardius, A., Gusril, G., Bakhtiar, S., & Komaini, A. (2022). Karakteristik Kemampuan Koordinasi Gerak Berdasarkan Usia Dan Jenis Kelamin Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Cerdas Proklamator*, 10(2), 153-160.
- Mario, F. (2022). Peningkatan Kemampuan Koordinasi Gerak Melalui Permainan Engklek Pada Anak Usia 6-10 Tahun Di Dusun Mesuji. *Jurnal Edukasimu*, 2(1).
- Marta, I, A., Oktarifaldi, O., Hatchi, I., Wisma, N., Rosa, V., S, W., Shahri, M. I. (2024). Karakteristik Keterampilan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Berusia 7 dan 8 Tahun: Penampang Belajar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 12(1), 45-60.
- Neldi, H., Nirwandi, & Hardiansyah, S. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Bolabasket Club Blackrose di Kota Padang Sidempuan. *JPDO*, Vol. 5 No. 1.
- Noprita, V., Sepriadi, S., & Asnaldi, A. (2024). Kemampuan Koordinasi Gerak Dasar Siswa Kelas III Di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Nagari Sungai Limau, Kecamatan Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2476-2486.
- Payne, V. G., & Isaacs, L. D. (2024). *Human motor development: A lifespan approach*. Routledge.
- Pratiwi Endang & Oktaviani Nur Maulida. (2018). *Dasar-Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Jawa Timur: Pustaka Djati
- Putra, E. A. (2016). Anak Berkesulitan Belajar Di Sekolah Dasar Se-Kelurahan Kalumbuk Padang (Penelitian Deskriptif Kuantitatif). *Jurnal Penelitian Pendidikan Khusus*, 4(3)
- Putri, M., Bakhtiar, S., Bafirman, B., Ihsan, N., & Putri, L. P. (2024). The role of learning strategies on object control skills is reviewed from coordination in children. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 10(1), 139-156.
- Putri, A. J., Zahra, K., Apriyani, N., Jauhar, R. M., & Dkk. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Perkembangan Anak di SD Swasta Alwashliyah Kabupaten Deli Serdang. *Journal On Education*, Vol.07, No.01, 921-922.
- Rahyubi, H. Teori-teori Belajar Dan Aplikasi Pembelajaran Motorik : Deskripsi Dan Tinjauan Kritis / Heri Rahyubi .2012

- Rudiyanto, Y. M. (2011). *Pembelajaran Kooperatif Untuk Meningkatkan Keterampilan Anak Tk*. Jakarta: DepDiknas, Dikit DirektoratP2TK2PT
- Rumidi, S. (2004). *Metodologi penelitian petunjuk praktis untuk peneliti pemula*. Yogyakarta: Gajah Mada Universiti.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.
- Samsudin. (2014). *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta.: Prenada Media Group.
- Santos, F., Sousa, H., Gouveia, E. R., Lopes, H., Peralta, M., Martins, J., ... & Marques, A. (2023). School-based family-oriented health interventions to promote physical activity in children and adolescents: a systematic review. *American Journal of Health Promotion*, 37(2), 243-262.
- Saputra, M. W., & Firdaus, K. (2019). Hubungan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dengan Hasil Belajar Penjasorkes. *Jurnal JPDO*, 2(8), 14-20.
- Sugiyono. 2012. "Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif". Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D* (Vol. 19).
- Supriyanto, M. H. (2013). Pengaruh latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara passing bola ke atas terhadap hasil belajar passng bawah bolavoli studi pada siswa SMA Assa'adah Bungah Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(3), 588–590.
- Syahputra, H. (2022). Pengaruh Perkembangan Motorik terhadap Kemampuan Gerak Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kebugaran Jasmani*, 11(3), 88-102.
- 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.
- Ulrich, D. A. (2000). Test of Gross Motor Development--. *Journal of Motor Learning and Development*.
- Wana, D. T., Bakhtiar, S., Emral, E., & Syahputra, R. (2022). Profil Koordinasi Gerak Siswa Sekolah Dasar Usia 9-12 Tahun di SD Negeri 35 Batu Hampar Koto XI Tarusan. *Jurnal JPDO*, 5(9), 47-52.

- Wulan, D. S. A. (2015). Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 1(9), 163-180.