



## Model Permainan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar

Mochammad Deni Kurniawan<sup>1</sup>, Sujarwo<sup>2</sup>, Iwan Setiawan<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Negeri Jakarta

### Abstrak

Received: 20 Maret 2025

Revised: 27 Maret 2025

Accepted: 04 April 2025

Model Permainan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar memiliki tujuan penelitian untuk mengetahui, mengidentifikasi, serta menghasilkan produk model gerak dasar lokomotor berbasis permainan. Model Permainan Gerak Dasar Lokomotor ini disesuaikan dengan aspek pertumbuhan dan perkembangan peserta didik di usianya serta dikemas dengan aktifitas gerak dasar lokomotor dengan bentuk permainan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (R&D) dengan model ADDIE, langkah-langkah yang akan dilakukan: 1) Melakukan analisis, 2) Perancangan, 3) Pengembangan 4) Pelaksanaan, 5) Evaluasi. Hasil pembuatan model gerak dasar lokomotor berbasis permainan yang diteliti serta diujicobakan untuk anak sekolah dasar kelas 3, dibuat dalam 18 model pembelajaran yang telah melalui tahap validasi para dosen ahli melalui tahapan telaah pakar, yang terdiri dari 3 dosen ahli yaitu Ahli Permainan, Dosen Ahli Pembelajaran, Dosen Ahli Gerak Dasar. Model yang dibuat terdiri dari 8 gerak dasar lokomotor, yaitu gerakan berjalan (*walking*), gerakan berlari (*running*), gerakan melompat (*jumping*), gerakan berderap (*galloping*), gerakan menyamping (*sliding*), gerakan melompat-lompat (*hopping*), gerakan jingkrak (*skipping*), gerakan lari kijang (*leaping*). Berdasarkan semua data yang sudah diperoleh oleh peneliti melalui analisis kebutuhan gerak dasar lokomotor serta, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan bahwa model permainan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 sekolah dasar telah dibuat 18 model pembelajaran yang dapat dijadikan sebagai referensi serta dapat memberikan inovasi baru bagi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar khususnya pada kelas 3 sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Model Gerak Dasar Lokomotor, Gerak Dasar Lokomotor, Kelas 3 Sekolah Dasar

(\*) Corresponding Author: <sup>1</sup>[mdenikurniawan1st@gmail.com](mailto:mdenikurniawan1st@gmail.com),  
<sup>3</sup>[iwansetiawansport53@unj.ac.id](mailto:iwansetiawansport53@unj.ac.id)

<sup>2</sup>[sujarwo@unj.ac.id](mailto:sujarwo@unj.ac.id)

**How to Cite:** Kurniawan, M., Sujarwo, S., & Setiawan, I. (2025). Model Permainan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(4.B), 127-133. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/10115>

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah seluruh pengetahuan belajar yang terjadi sepanjang hayat dalam semua tempat serta situasi yang memberikan pengaruh positif pada perkembangan seluruh makhluk individu. Bahwa pendidikan berlangsung sepanjang hayat (*long life education*). Pengajaran dalam pengertian luas juga merupakan sebuah proses kegiatan mengajar, dan melaksanakan pembelajaran itu bisa terjadi di lingkungan manapun dan kapanpun. Secara harfiah arti Pendidikan adalah mendidik yang dilaksanakan oleh seorang pengajar kepada peserta didik, diharapkan orang dewasa pada anak-anak untuk bisa memberikan contoh tauladan, pembelajaran, pengarahan, dan peningkatan etika-akhlak, serta menggali pengetahuan setiap individu. (Pristiwanti Desi et al., 2022).

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan

potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Kemudian, Tujuan Pendidikan Nasional yaitu mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman, dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, 2003).

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu bidang pendidikan yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian peserta didik. Salah satu materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani dan olahraga adalah gerak dasar lokomotor, yang merupakan gerakan dasar yang sangat penting dalam kegiatan fisik manusia, baik dalam olahraga maupun kegiatan sehari-hari (Iqbal, 2021). Setelah dilakukan observasi dan wawancara terhadap guru pjok di sekolah dasar 03 ramktan, saat ini masih banyak peserta didik yang mengalami kesulitan dalam menguasai gerak dasar lokomotor. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya adalah kurangnya variasi dan keceriaan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, serta kurangnya pemahaman guru mengenai karakteristik peserta didik kelas 3 sekolah dasar dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor. Oleh karena itu, diperlukan sebuah model pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam gerak dasar lokomotor, serta lebih menyenangkan dan bermakna bagi peserta didik. Salah satu alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan adalah model pembelajaran berbasis permainan, yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar dan motivasi peserta didik.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan variasi model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan yang sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas 3 sekolah dasar dan juga sesuai dengan tujuan pembelajaran gerak dasar lokomotor, dengan membuat buku pembelajaran yang ringkas. Dengan adanya model pembelajaran ini, diharapkan dapat memberikan alternatif model pembelajaran yang lebih efektif dan menyenangkan bagi peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, serta memberikan rekomendasi bagi para guru dan praktisi pendidikan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada anak kelas 3 sekolah dasar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang positif dalam pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 sekolah dasar. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi peneliti dan praktisi pendidikan yang ingin mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada usia yang sama.

Dalam pembuatan model pembelajaran ini, peneliti akan melibatkan beberapa dosen ahli di bidang permainan, gerak dasar, serta pembelajaran. Dengan melibatkan para dosen ahli ini, diharapkan model pembelajaran yang dikembangkan dapat lebih sesuai dengan karakteristik peserta didik dan dapat diterapkan secara praktis di lapangan.

Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengatasi beberapa masalah yang dihadapi dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada anak kelas 3 sekolah dasar. Beberapa masalah tersebut adalah kurangnya minat peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor yang cenderung monoton dan membosankan, serta kurangnya pemahaman peserta didik terhadap gerak dasar lokomotor yang dapat menghambat pengembangan keterampilan motoriknya.

Dalam penelitian ini, permainan dijadikan sebagai salah satu elemen utama dalam model pembelajaran yang dikembangkan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan minat dan motivasi peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, serta mempermudah pemahaman peserta didik terhadap gerak dasar lokomotor. Dengan permainan sebagai media pembelajaran, diharapkan peserta didik dapat belajar dengan lebih menyenangkan dan efektif.

Penelitian ini juga dilakukan dengan memperhatikan perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik pada kelas 3 sekolah dasar. Pada usia ini, peserta didik sedang mengalami masa transisi dari tahap bermain ke tahap belajar. Oleh karena itu, model pembelajaran yang dikembangkan harus memperhatikan karakteristik peserta didik pada tahap ini, yaitu belajar melalui permainan dan melalui pengalaman langsung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (R&D) dengan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*). Tahap analisis dilakukan untuk menganalisis kebutuhan dan karakteristik peserta didik, serta kelemahan dan kelebihan model pembelajaran gerak dasar lokomotor yang sudah ada. Tahap desain dilakukan untuk merancang model pembelajaran berbasis permainan yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Tahap pembuatan dilakukan untuk membuat produk pembelajaran, yaitu modul pembelajaran dan media permainan. Tahap implementasi dilakukan untuk menguji kepraktisan dan keefektifan model pembelajaran yang telah dikembangkan. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengevaluasi keefektifan model pembelajaran yang telah diterapkan (Hidayat & Muhamad, 2021).

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 sekolah dasar, serta dapat memberikan rekomendasi bagi para guru dan praktisi pendidikan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada usia yang sama. Dengan pembuatan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan pada anak kelas 3 sekolah dasar, diharapkan peserta didik dapat lebih tertarik dan termotivasi dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, serta mampu mengembangkan keterampilan motoriknya dengan lebih optimal. Adapun dalam penelitian ini, peneliti juga akan membuat permainan gerak dasar lokomotor yang menggunakan media yang aman bagi siswa, serta dapat dijadikan sebagai alternatif atau referensi bagi para guru dan praktisi pendidikan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor pada usia yang sama.

## **METODE**

Dalam penelitian ini, Tujuan peneliti untuk menghasilkan produk model permainan gerak dasar lokomotor melalui permainan gerak dasar pada siswa kelas 3 sekolah dasar dan juga dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi anak dalam pembelajaran yang dikemas dengan permainan. Metode penelitian menggunakan *Research and Development (R&D)* untuk menghasilkan sebuah produk atau menguji keefektifan produk yang dihasilkan (Sugiyono, 2020). Adapun instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian dan pengembangan model *Research & Development (R&D)* digunakan sebanyak 8 jenis gerakan dalam pembelajaran gerak lokomotor berbasis permainan yang akan diterapkan untuk siswa kelas 3 SD yang terdiri dari Gerakan berjalan (*Walking*), Gerakan berlari (*Running*), Gerakan melompat (*Jumping*), Gerakan berderap (*Galloping*), Gerakan menyamping (*Sliding*), Gerakan engklek (*Hopping*), Gerakan Jingkrak (*Skipping*), Gerakan melewati benda (*Leaping*).

Validasi yang dilakukan terhadap para ahli permainan kecil, dan ahli gerak anak. Setelah tahap tinjauan untuk produk awal oleh ahli permainan, ahli gerak dasar dan ahli pembelajaran yang masing – masing berjumlah 1 orang, maka saran dan masukan serta diberikan kepada peneliti untuk kemudian data dianalisis guna melakukan revisi produk, jika penilaian dari ahli sudah layak maka produk dapat langsung digunakan dan dipraktekkan tanpa adanya revisi. Setelah melalui tahap revisi produk dan dianggap layak oleh ahli, maka kegiatan selanjutnya yaitu melakukan pembuatan produk berupa buku model permainan gerak dasar lokomotor untuk siswa kelas 3 sekolah dasar yang praktis agar dapat menjadi referensi bagi guru, maupun peneliti lain dikemudian hari untuk dikembangkan kembali menjadi produk model yang jauh lebih baik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Hasil pembuatan model gerak dasar lokomotor berbasis permainan yang diteliti serta diujicobakan untuk anak sekolah dasar kelas 3, dibuat dalam bentuk buku pembelajaran yang ringkas. Didalam buku tersebut terdapat model pembelajaran yang terdiri dari 8 gerak dasar lokomotor, yaitu 1. gerakan berjalan (*walking*), 2. gerakan berlari (*running*), 3. gerakan melompat (*jumping*), 4. gerakan berderap (*galloping*), 5. gerakan menyamping (*sliding*), 6. gerakan melompat-lompat (*hopping*), 7. gerakan jingkrak (*skipping*), 8. gerakan lari kijang (*leaping*).

Gambaran umum dari hasil analisis tersebut yaitu bahwa model pembelajaran yang digunakan untuk pembelajaran gerak dasar lokomotor terlalu monoton. Dalam artian model pembelajaran yang digunakan hanya itu saja pada umumnya, tidak dengan variasi permainan yang tentu saja jika dilakukan secara terus menerus dapat menyebabkan siswa menjadi bosan dan tidak tertarik dengan pembelajaran gerak dasar lokomotor. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti berfokus terhadap hasil temuan analisis kebutuhan di sekolah dengan menggunakan model pembelajaran gerak dasar lokomotor dengan berbasis permainan.

Model tersebut merupakan model pembelajaran yang dibuat oleh peneliti. Namun sebelum model tersebut dapat digunakan untuk anak sekolah dasar kelas 3 model tersebut harus mendapatkan validasi dari dosen ahli untuk dinyatakan layak

untuk digunakan dalam uji lapangan. Maka dari itu peneliti melakukan validasi atau uji kelayakan model kepada tiga orang telaah pakar atau para dosen ahli yaitu:

**Tabel 1. Berikut Nama Para Telaah Pakar (*Expert Judgment*) Atau Para Dosen Ahli dalam Uji Validasi**

No	Nama dosen ahli	Jabatan
1.	Hartman Nugraha, M.Pd	Dosen ahli permainan
2.	Dr. Oman, M.Pd	Dosen ahli pembelajaran
3.	Prof. Dr, Samsudin, M.Pd	Dosen ahli gerak dasar

Ketiga para telaah pakar atau dosen ahli tersebut menilai rancangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor berbasis permainan yang akan diterapkan sehingga layak untuk diuji cobakan dilapangan. Hasil evaluasi berupa nilai untuk kriteria tujuan pembelajaran, saran pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan buku pembelajaran gerak lokomotor untuk siswa kelas 3 Sekolah Dasar.

Berikut peneliti tampilkan hasil data dari para telaah pakar/ dosen ahli yang terlibat dalam penelitian ini.

Hasil evaluasi dari ketiga ahli berupa nilai untuk kriteria model pembelajaran gerak dasar manipulatif menggunakan bobot skor skala Guttman. Menurut Sugiyono (2020), Skala pengukuran dengan tipe ini akan di dapat jawaban yang tegas. Skor dan kriteria yang digunakan adalah nilai 1 jika ahli menyatakan “layak” dan 0 apabila ahli menyatakan “tidak layak”.

**Tabel 2. Tabel Kelayakan Model**

No.	Nama Permainan	P1	P2	P3	Kriteria
1.	Aku Adalah...	V	V	V	Layak
2.	Si Pembawa Obor	V	V	V	Layak
3.	Harta Karun	V	V	V	Layak
4.	Bola Gembira	V	V	V	Layak
5.	Siap BOS!	V	V	V	Layak
6.	Kijang Vs Rusa	V	V	V	Layak
7.	Kijang Balapan	V	V	V	Layak
8.	Kuda Lari	V	V	V	Layak
9.	Kuda Zig-zag	V	V	V	Layak
10.	Kuda Pusing	V	V	V	Layak
11.	Kuda Mencari Makan	X	V	X	Tidak Layak
12.	SOS & SKIPPING	V	X	V	Layak
13.	Kangguru Mencari Makan	V	V	V	Layak
14.	Sarang Lebah	V	V	V	Layak
15.	Katak Melompat	V	V	V	Layak
16.	Katak Balapan	V	V	V	Layak
17.	Ambil Duit Jatuh	V	V	V	Layak
18.	Lari Kepiting	V	V	V	Layak
19.	Teman Kepiting	X	V	X	Tidak Layak
20.	Tangkap Aku	V	V	V	Layak

Keterangan :

P1 : Dosen Ahli permainan

P2 : Dosen Ahli pembelajaran

P3 : Dosen Ahli Gerak Dasar

### **Pembahasan**

Keseluruhan model yang dirancang oleh peneliti berjumlah 20 model permainan gerak dasar lokomotor yang terdiri dari delapan gerak dasar lokomotor yang disesuaikan dengan kebutuhan dari anak kelas 3 sekolah dasar. Dari hasil validasi yang dilakukan, susunan awal dari 20 model permainan gerak dasar lokomotor tersebut mendapatkan validasi sebanyak 18 model permainan gerak dasar lokomotor oleh telaah pakar yang dinyatakan layak. Adapun terdapat kritik serta saran dari dosen ahli terhadap 18 model permainan gerak dasar lokomotor agar dapat dijadikan pedoman untuk disempurnakan kembali. Diantaranya merupakan harus mengutamakan keselamatan siswa dalam memainkan model permainan gerak dasar lokomotor dengan memilih alat dan bahan yang aman serta nyaman bagi siswa. Lalu instruksi, cara bermain, dan peraturan permainan harus di jelaskan secara jelas dan lugas agar dapat dimengerti oleh guru yang akan menggunakan model permainan gerak dasar lokomotor. Kemudian, Model tersebut harus disesuaikan dengan kurikulum pembelajaran supaya tujuan pembelajaran dapat sesuai dengan tujuan permainan, yaitu meningkatkan dan mengoptimalkan gerak dasar lokomotor, serta memberi kesan menyenangkan bagi siswa agar mereka antusias dalam melakukan permainan gerak dasar lokomotor. Dan yang terakhir merupakan faktor manajemen kelas yang harus di perhatikan, agar selama permainan semua siswa dapat ikut bermain.

Banyak sekali faktor sangat berpengaruh dalam berlangsung nya penelitian pembuatan model pembelajaran ini. Berikut merupakan faktor pendukung dan penghambat dalam membuat model permainan gerak dasar lokomotor untuk anak kelas 3 sekolah dasar.

#### 1) Faktor Pendukung

- a. Adanya dukungan kerja sama yang baik dari pihak kampus melalui fakultas dan program studi dalam proses penelitian dan penulisan skripsi.
- b. Diberikan secara penuh bimbingan serta arahan oleh dosen pembimbing satu dan pembimbing dua dalam penyusunan skripsi.
- c. Kritik dan saran yang diberikan dari para ahli yang terlibat dalam validasi model pembelajaran gerak dasar lokomotor untuk anak kelas 3 sekolah dasar.
- d. Diberikan masukan oleh rekan rekan kampus dalam proses pembuatan model pembelajaran untuk penelitian.

#### 2) Faktor Penghambat

Faktor penghambat yang terdapat dalam proses penyusunan skripsi ini berasal dari dalam diri peneliti, rasa malas serta sulitnya fokus dalam penyusunan menjadi hal yang paling utama dalam menghambat prosesnya. Peneliti terlalu fokus pada melatih yang sedang dijalani diakhir masa perkuliahan.

Hasil akhir dari penelitian model permainan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 sekolah dasar ini dikemas dalam bentuk buku dan video. Buku dan

video tersebut dapat dijadikan referensi guru dalam mengajar gerak dasar lokomotor juga dapat dilihat siswa sebagai bahan belajar tambahan untuk memperkaya pengetahuan dalam proses pembelajaran serta di harapkan dapat meningkatkan keterampilan teknik gerak dasar berbasis permainan.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan semua data yang sudah diperoleh oleh peneliti melalui analisis kebutuhan gerak dasar lokomotor serta telah melalui tahap validasi para dosen ahli melalui tahapan telaah pakar, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan bahwa model gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 sekolah dasar dibuat dengan hasil berupa produk buku pembelajaran yang dapat dijadikan sebagai referensi serta dapat memberikan inovasi baru bagi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar khususnya pada kelas 3 sekolah dasar agar kegiatan belajar mengajar dapat lebih menyenangkan, bervariasi, dan juga dapat mencapai tujuan pembelajaran.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Hidayat, F., & Muhamad, N. (2021). Model Addie (Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation) Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Addie (Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation) Model in Islamic Education Learning. *J. Inov. Pendidik. Agama Islam*, 1(1), 28-37.
- Iqbal, M. (2021). Peran PJOK Dalam Pembentukan Karakter Watak Anak. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga* (Vol. 1, No. 2, pp. 98-110).
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022). Pengertian pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 7911-7915.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, 2003