

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR  
MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL BOLA KASTI PADA  
SISWA KELAS V SDN WONOREJO 1 KECAMATAN WATES  
KABUPATEN KEDIRI TAHUN AJARAN 2023/2024**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi PENJAS



OLEH :

**TITO RAKA NANDA AMIRUNNI'AM**  
NPM : 19.1.01.09.0067

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAIN (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
**UN PGRI KEDIRI**

2024

Skripsi oleh:

**TITO RAKA NANDA AMIRUNNI'AM**

NPM: 19.1.01.09.0067

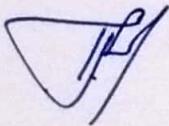
Judul:

**MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR  
MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL BOLA KASTI PADA  
SISWA KELAS V SDN WONOREJO 1 KECAMATAN WATES  
KABUPATEN KEDIRI TAHUN AJARAN 2023/2024**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi PENJAS  
FIKS UN PGRI Kediri

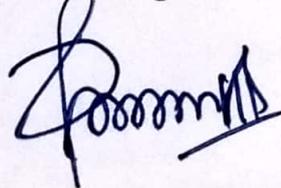
Tanggal : 4 Januari 2024

Pembimbing I



Dr. Puspodari, M.Pd.  
NIDN. 0709059001

Pembimbing II



Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.  
NIDN. 0727078804

Skripsi oleh:

**TITO RAKA NANDA AMIRUNNI'AM**

NPM : 19.1.01.09.0067

Judul :

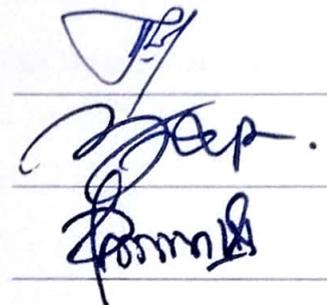
**MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR  
MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL BOLA KASTI PADA  
SISWA KELAS V SDN WONOREJO 1 KECAMATAN WATES  
KABUPATEN KEDIRI TAHUN AJARAN 2023/2024**

Telah dipertahankan di depan panitia Ujian/Sidang Skripsi  
Prodi Penjaskesrek FIKS UN PGRI Kediri  
Pada tanggal : 10 Januari 2024

**Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan**

Panitia Penguji :

1. Ketua : Dr. Puspodari, M.Pd.
2. Penguji I : Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd.
- 3 Penguji II : Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd.



Mengetagui,  
Dekan FIKS



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or.  
NIDN. 0703098802

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Tito Raka Nanda Amirunni'am  
Jenis Kelamin : Laki - laki  
Tempat/tgl. Lahir : Kediri/ 08 Agustus 2000  
NPM : 19.1.01.09.0067  
Fak/Jur/Prodi. : FIKS/ S1 PENJAS

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 10 Januari 2024

Yang Menyatakan



**TITO RAKA NANDA A.**  
NPM. 19.1.01.09.0067

### **Persembahan:**

Kupersembahkan karya ini buat:

1. Allah SWT karena atas rahmat, taufik, dan hidayahnya saya bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Bapak dan ibu tersayang yang telah merawatku dengan penuh kasih sayang yang tidak terhingga serta memperjuangkan hidupnya demi masa deoan anaknya hinga saya bisa sampai dititik ini.
3. Keluarga tercinta Bani Sudari yang selalu menanyakan kapan selesai.
4. Sahabat – sahabat saya Ficki, Aziz, Reta, Diva, Agung, Rulian, Dewi, Farel, Alda, Windy, Ceme, dan grub Berlima yang sudah memiliki pasangan sendiri-sendiri.
5. Untuk teman – teman rekan seperjuangan yang selalu memberikan dorongan, dan semangatnya.
6. Bapak ibu guru SDN Wonorejo 1 yang telah memberikan bimbingan dan semangat kepada saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada siswa-siswi SDN Wonorejo 1 yang berkenan menjadi subjek penelitian.

## ABSTRAK

**Tito Raka Nanda Amirunni'am** Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V Sdn Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024.

Kata kunci : Gerak Lokomotor, Keterampilan, Permainan Kasti.

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan dan pengalaman peneliti bahwa proses pembelajaran PJOK pada SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri masih terdapat kendala, utamanya yakni kurangnya kreativitas dalam pembelajaran oleh sebab itu pembelajaran kurang efektif, dengan dibuktikannya nilai keterampilan belum memenuhi KKM.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik pada pelajaran PJOK melalui penerapan metode permainan tradisional bola kasti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus dengan 2 kali pertemuan tiap siklusnya. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang berjumlah 30 Siswa, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa melalui permainan tradisional bola kasti dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa dari hasil Pra-penelitian hanya 3 siswa yang tuntas atau hanya 10% dan siswa yang tidak tuntas berjumlah 27 atau 90%, maka diadakan siklus I dengan hasil 43% atau 13 siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan siklus II terdapat peningkatan yang signifikan yaitu 90% siswa yang sudah mencapai hasil optimal dalam keterampilan gerak lokomotornya. Selain itu, peningkatan hasil belajar siswa juga telah meningkat dengan adanya modifikasi permainan bola kasti yang dirasa siswa permainan ini sangat menarik sehingga minat siswa dalam pelajaran PJOK semakin baik dan hasil belajar siswa juga meningkat.

## ABSTRAK

**Tito Raka Nanda Amirunni'am** Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V Sdn Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024.

Kata kunci : Gerak Lokomotor, Keterampilan, Permainan Kasti.

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan dan pengalaman peneliti bahwa proses pembelajaran PJOK pada SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri masih terdapat kendala, utamanya yakni kurangnya kreativitas dalam pembelajaran oleh sebab itu pembelajaran kurang efektif, dengan dibuktikannya nilai keterampilan belum memenuhi KKM.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik pada pelajaran PJOK melalui penerapan metode permainan tradisional bola kasti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus dengan 2 kali pertemuan tiap siklusnya. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang berjumlah 30 Siswa, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa melalui permainan tradisional bola kasti dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor siswa dari hasil Pra-penelitian hanya 3 siswa yang tuntas atau hanya 10% dan siswa yang tidak tuntas berjumlah 27 atau 90%, maka diadakan siklus I dengan hasil 43% atau 13 siswa yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) dan siklus II terdapat peningkatan yang signifikan yaitu 90% siswa yang sudah mencapai hasil optimal dalam keterampilan gerak lokomotornya. Selain itu, peningkatan hasil belajar siswa juga telah meningkat dengan adanya modifikasi permainan bola kasti yang dirasa siswa permainan ini sangat menarik sehingga minat siswa dalam pelajaran PJOK semakin baik dan hasil belajar siswa juga meningkat.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami haturkan kehadiran Allah SWT, karena hanya atas kehendak-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul **“Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024”** ini guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan PENJAS.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd. selaku Rektor UN PGRI KEDIRI yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Nur Ahmad M., M.Pd. selaku Dekan FIKS.
3. Weda, M.Pd. selaku Ketua Jurusan PENJAS.
4. Dr. Puspodari, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing I Skripsi.
5. Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II Skripsi.
6. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa, dukungan dan semangat sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan solusi dan membantu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik dan saran-saran dari berbagai pihak sangat

diharapkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik pasir di gurun yang luas.

Kediri, 10 Januari 2024

A handwritten signature in black ink, consisting of several vertical strokes and a curved line, positioned above the printed name.

**TITO RAKA NANDA A.**  
NPM: 19.1.01.09.0067

## DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Identifikasi Masalah.....	6
C.Pembatasan Masalah.....	6
D.Perumusan Masalah dan Pemecahan Masalah.....	7
E.Tujuan Penelitian.....	8
F.Kegunaan Penelitian.....	8
GHipotesis Tindakan .....	10
BAB II KAJIAN PUSTKA.....	11
A.Kajian Teori.....	11
B.Kajian Hasil Penelitian Terdahulu .....	27
C.Kerangka Berfikir.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A.Subjek dan <i>Setting</i> Penelitian .....	34
B.Prosedur Penelitian .....	35
C.Instrumen Pengumpulan Data .....	44
D.Teknik Analisis Data.....	50
E.Rencana Jadwal Penelitian.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	55

A. Gambaran Selintas <i>Setting</i> Penelitian .....	55
B. Deskripsi Temuan Penelitian.....	56
C. Pembahasan dan Pengambilan Kesimpulan .....	67
D. Kendala dan Keterbatasan .....	69
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	71
A. SIMPULAN.....	71
B. SARAN - SARAN UNTUK TINDAKAN SELANJUTNYA.....	72
DAFTAR PUSTAKA .....	73
LAMPIRAN.....	76

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 : Lapangan permainan tradisional bola kasti.....	20
2.2 : Berjalan dan berlari menuju pos atau tiang hinggap .....	24
2.3 : Berlari dan melompat menuju pos atau tiang hinggap.....	25
2.4 : Lari cepat lurus dan lari zig-zag menuju pos.....	25
2.5 : Skema desain penelitian tindakan kelas.....	32
3.1 : Skema model kurt lewin dalam penelitian PTK.....	38
4.4 : Grafik Hasil Penelitian.....	68

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 : Lembar Penilaian observasi Guru .....	45
3.2 : Lembar Penilaian observasi Siswa .....	47
3.3 : Lembar Penilaian Afektif Siswa .....	48
3.4 : Lembar Penilaian Psikomotor Siswa .....	49
3.5 : Lembar Penilaian Tes Kognitif Siswa .....	49
3.6 : Lembar Nilai Interval dan Ketuntasan siswa .....	52
3.7 : Lembar Prosentase Ketuntasan Klasikal .....	52
4.1 : Prosentase Ketuntasan Pra penelitian .....	59
4.2 : Prosentase ketuntasan siklus I .....	63
4.3 : Prosentase ketuntasan siklus II .....	66
4.4 : Hasil analisis keterampilan gerak lokomotor .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1 : Silabus .....	76
2 : RPP Siklus I .....	80
3 : RPP Siklus I .....	91
4 : RPP Siklus II .....	101
5 : RPP Siklus II .....	111
6 : Validasi Aspek Psikomotor .....	121
7 : Validasi Aspek Kognitif .....	125
8 : Angket Kognitif Siswa .....	130
9 : Surat Permohonan Penelitian .....	132
10 : Surat Balasan Penelitian .....	133
11 : Hasil Kognitif Pra Penelitian .....	134
12 : Hasil Afektif Pra Penelitian .....	135
13 : Hasil Psikomotor Pra Penelitian .....	136
14 : Hasil Akhir Pra Penelitian .....	137
15 : Hasil Kognitif Siklus I .....	138
16 : Hasil Afektif Siklus I .....	139
17 : Hasil Psikomotor Siklus I .....	140
18 : Hasil Akhir Siklus I .....	141
19 : Hasil Kognitif Siklus II .....	142
20 : Hasil Afektif Siklus II.....	143
21 : Hasil Psikomotor Siklus II .....	144
22 : Hasil Akhir Siklus II .....	145
23 : Angket Observasi Guru Siklus I .....	146
24 : Angket Observasi Guru Siklus II .....	148
25 : Hasil Observasi Siswa Siklus I .....	150
26 : Hasil Observasi Siswa Siklus II .....	151
27 : Sertifikat Bebas Plagiasi .....	152
28 : Berita Acara Bimbingan Skripsi .....	153
29 : Dokumentasi Penelitian .....	155

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani bernilai penting dan tidak bisa diabaikan karena dianggap sebagai bagian integral dalam kehidupan umat. Oleh sebab itu, lewat pendidikan jasmani, manusia mampu mendalami berbagai aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik, serta dapat memberikan bekal yang esensial bagi pencapaian tujuan hidup.

Bidang pendidikan jasmani mencakup berbagai aspek dengan fokus utama pada peningkatan aktivitas fisik. Ini merupakan suatu proses pembelajaran yang bertujuan mendidik anak-anak agar mendukung pertumbuhan serta perkembangan fisik, dan juga mengembangkan kecakapan dan aspek lainnya (Jauhari, 2020: 69). Pada dasarnya, penting untuk memberikan pendidikan jasmani sejak usia dini, karena pada periode tersebut lebih mudah untuk memberikan pemahaman pengetahuan dan mengasah kompetensi psikomotorik secara formal di tingkat sekolah dasar.

Pendidikan fisik dan olahraga yang diterapkan di tingkat sekolah adalah bagian dari kesatuan sistem pendidikan nasional. Tujuan utamanya ialah guna mencetak individu berkualitas yang memiliki kesehatan dan kebugaran tubuh (Ginting dkk., 2020: 391).

Menurut Mulyanto (Irwandi, 2019), pendidikan jasmani adalah sebuah rangkaian pembelajaran untuk bergerak, dan belajar dengan cara bergerak. Salah satu ciri pendidikan jasmani ialah bahwa siswa belajar lewat

pengalaman gerak; Tujuan pendidikan dapat dicapai dengan melakukan aktivitas fisik, bermain, serta berolahraga.

Pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari konsep pembelajaran. Melalui proses pembelajaran, seorang anak dapat memahami berbagai aspek kehidupan. Oleh karena itu, pendidikan jasmani bertujuan mendidik dan membina anak-anak untuk menjadi individu yang memiliki kualitas, yang dapat dicapai melalui kegiatan terstruktur, sistematis, dan berdasarkan kurikulum yang berlaku.

Pengertian kurikulum sendiri yakni pengalaman yang dibimbing dan diarahkan oleh lembaga pendidikan yang membawa kedalam kondisi belajar Mida (dalam Sasmita, 2014: 3).

Namun untuk kurikulum yang dipergunakan saat ini masih memakai kurikulum 2013 revisi, walau Kurikulum Merdeka Belajar sudah di gunakan di setiap jenjang pendidikan. dan untuk para pendidik di SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri di tugaskan untuk belajar dan sedikit demi sedikit memahami dari pada kurikulum merdeka belajar. Dengan adanya kurikulum baru pastinya akan menyulitkan tenaga pendidik. Bukan guru saja, tentunya akan berdampak pada siswa juga, karena siswa di haruskan untuk beradaptasi dengan kurikulum merdeka belajar. Salah satu tujuan Merdeka Belajar ialah menciptakan suasana yang menyenangkan bagi pendidik, peserta didik, beserta orang tua.

Menurut (Marisa, 2021 75-76) kurikulum ini diperkenalkan dengan dorongan untuk berinovasi dalam menciptakan lingkungan pembelajaran

yang penuh kebahagiaan, tanpa memberikan beban berupa target skor atau kriteria minimal yang harus dicapai oleh pendidik maupun peserta didik.

Terdapat ketrampilan gerak lokomotor yang ada pada Kompetensi Dasar (KD) 4.1 – 4.4 yaitu bagaimana di setiap materi terdapat ”mempraktikan gerakan lokomotor, non-lokomotor serta manipulatif”. Dalam proses pembelajaran terdapat guru sebagai pengajar, pendidik, pembimbing, pelatih, penilai, serta mengevaluasi peserta didik.

Peran guru sangatlah dibutuhkan dalam melaksanakan proses belajar khususnya gerak dasar lokomotor di sekolah dasar, serta perlunya mempertimbangkan aspek-aspek kebutuhan yang di pakai guru PJOK dalam media pembelajaran.

Pada praktiknya, metode pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar melibatkan unsur games. Keterlibatan dalam kegiatan bermain memiliki dampak positif bagi peserta didik, seperti membangkitkan rasa kekompakan, kepercayaan terhadap teman, dukungan, serta kerjasama antar peserta didik, Walton & Lismadiana (2015: 31).

Pernyataan tersebut mengindikasikan bahwa pendidik atau guru memiliki kebebasan untuk memilih beragam perangkat pembelajaran yang dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan materi ajar, dengan maksud mencapai target pembelajaran.

Guru memiliki opsi menggunakan berbagai macam instrument dalam proses pembelajaran, salah satunya yaitu media permainan. Metode belajar melalui permainan seringkali diadopsi oleh pendidik, terutama para

pendidik Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), karena materi ajar ini secara khusus memerlukan berbagai variasi permainan.

Menurut pendapat Patty (Agung, 2021: 14) menyatakan bahwa kategori permainan dapat dibedakan menjadi permainan pengenalan, permainan individu, permainan kelompok, permainan seremonial, permainan air, dan permainan yang terkait dengan kegiatan pramuka. Melalui beragam jenis permainan ini, guru memiliki kesempatan untuk merancang aktivitas yang bertujuan meningkatkan kemampuan gerakan paling dasar, utamanya dalam aspek gerak lokomotor.

Dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor pada peserta didik pada tingkatan sekolah dasar, peneliti bisa mengeksplorasi berbagai jenis permainan sebagai sarana dalam mengembangkan kemahiran gerak dasar mereka. Fokus riset ini terletak pada jenis permainan kelompok, karena permainan ini dinilai lebih gampang diaplikasikan dan sesuai dengan karakteristik siswa di tingkat sekolah dasar. Tidak hanya itu, jenis permainan ini terbilang lebih sederhana dan cocok untuk diterapkan pada siswa sekolah dasar. Meskipun demikian, tingkat efektivitas permainan beregu ini pada pengembangan kecakapan gerak lokomotor yang berkaitan dengan kemahiran pelakunya belum dapat diketahui.

Berdasarkan observasi peneliti saat kegiatan pembelajaran PJOK berlokasi di SD Neg. Wonorejo 1 Kec. Wates, Kab. Kediri masih banyak terdapat kendala, utamanya pada mata pelajaran pendidikan jasmani yakni

kurangnya kreativitas dalam pembelajaran oleh sebab itu mengakibatkan aktivitas pembelajaran sangat kurang efektif.

Hal ini menyebabkan kurang optimalnya kemampuan gerak lokomotor pada peserta didik Sekolah Dasar Negeri SD Negeri Wonorejo 1, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri. Faktanya, kondisi ini mampu dilihat dari jumlah peserta didik yang belum mencapai patokan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditentukan oleh lembaga sekolah, yakni 75,0 dalam skala 0-100, terutama untuk kelas V. Apabila peserta didik kurang berpartisipasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, dampaknya akan terlihat pada tingkat kecakapan gerak mereka.

Banyak ditemui nilai PJOK pada siswa tidak memenuhi KKM, untuk itu perlu adanya peningkatan. Dalam hal ini, sebagai seorang pendidik atau guru harus memperoleh penemuan baru dalam pembelajaran agar siswa dapat lebih terdorong kembali pada mata pelajaran PJOK baik pada materi ajar bola besar maupun bola kecil.

Pembelajaran akan lebih menarik apabila model pembelajaran dilakukan menggunakan inovasi yang baru diantaranya menggunakan model permainan tradisional. Penggunaan metode permainan konvensional bola kasti ini merupakan salah satu upaya dalam mengembangkan ketrampilan gerak lokomotor peserta didik terhadap materi pembelajaran PJOK khususnya pada materi bola kecil, hal ini dapat dipercaya mampu membantu kegiatan belajar mengajar di SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Selanjutnya proses pengajaran disajikan dengan

menyelaraskan tingkat kemampuan peserta didik, mereka akan banyak ikut serta dalam proses pembelajaran hingga dapat membangkitkan kembali ketertarikan peserta didik, melalui berbagai ragam model permainan tradisional yang sekarang ini mulai tersingkirkan seperti: betengan, eklek, gobak sodor, bola kasti, dan masih banyak yang lain lagi. namun peneliti bermaksud mengangkat salah satu permainan tradisional dari sekian banyak permainan yaitu permainan bola kasti.

Berdasarkan gambaran latar belakang diatas, peneliti berminat untuk lebih mendalami lagi riset melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) mengangkat judul “Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berlandaskan latar belakang yang telah dijelaskan, dapat di identifikasikan beberapa permasalahan saat ini yaitu :

1. Menurunnya performa belajar peserta didik.
2. Terbatasnya metode pembelajaran gerak dasar lokomotor.
3. Kurangnya minat serta motivasi belajar peserta didik.
4. Siswa kurang terampil terhadap proses pembelajaran.

## **C. Pembatasan Masalah**

Batasan masalah sangat penting dalam sebuah riset. Hal ini bertujuan sekiranya permasalahan tidak meluas dan penelitian tidak

menyimpang dari penelitian. Dalam hal ini, batasan-batasan yang diterapkan adalah sebagai berikut:

1. Materi pelajaran yang diteliti hanya Gerak Lokomotor.
2. Keterampilan gerak siswa dalam proses pembelajaran gerak lokomotor.
3. Sekolah yang diteliti adalah SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri.
4. Kelas yang diteliti adalah kelas V.

#### **D. Perumusan Masalah dan Pemecahan Masalah**

##### **1. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pemaparan latar belakang dan identifikasi di atas, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

- a. Apakah penerapan metode permainan Tradisional bola kasti mampu mengembangkan keterampilan gerak dasar lokomotor peserta didik di kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri?
- b. Bagaimana peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa melalui metode permainan Tradisional bola kasti pada mata pelajaran PJOK?
- c. Bagaimana peningkatan hasil belajar siswa melalui metode permainan tradisional bola kasti pada mata pelajaran PJOK ?

##### **2. Pemecahan Masalah**

Dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan, pendidik perlu mengorganisir aktifitas belajar dengan menerapkan metode permainan

tradisional seperti bola kasti. Diharapkan bahwa penerapan metode pembelajaran yang mengembirakan ini akan menghasilkan sistem pendidikan yang lebih efektif dan dapat secara langsung berkontribusi pada peningkatan ketrampilan gerak dasar lokomotor siswa.

#### **E. Tujuan Penelitian**

1. Untuk meningkatkan kembali ketrampilan gerak dasar lokomotor peserta didik pada pelajaran PJOK melalui penerapan metode permainan tradisional bola kasti.
2. Untuk mengetahui seberapa besar perkembangan hasil ketrampilan gerak dasar lokomotor siswa dengan metode permainan Tradisional bola kasti.
3. Untuk mengidentifikasi peningkatan performa belajar peserta didik.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Dalam hal rumusan masalah serta tujuan penelitian yang disimak sebelumnya, maka studi ini diharapkan bermanfaat atau berguna memberikan sumbangan wawasan ilmu baru bagi peserta didik khususnya siswa di SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri kelas V dan umumnya sebagai bentuk apresiasi melestarikan serta mengenalkan dan mengembangkan permainan tradisional melalui jalur pendidikan. Manfaat atau kegunaan adalah rangkaian sebagai berikut :

##### **1. Manfaat Teoritis**

Mencakup keseluruhan pengamatan, diharapkan hasil studi ini mampu berkontribusi positif dalam proses pembelajaran Pendidikan

Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Peningkatan yang nampak dari hasil pengamatan ini diharapkan bisa menjadi rujukan yang dapat dikembangkan dalam penelitian-penelitian serupa, dan turut berkontribusi pada perkembangan pembelajaran PJOK.

## **2. Manfaat Praktis**

- a. Peneliti bisa mendapatkan tambahan pengetahuan, umpan balik, dan pengalaman yang akan menjadi modal berharga sebagai calon pendidik. Selain itu, peneliti dapat melakukan inovasi dalam proses kegiatan belajar-mengajar dengan memanfaatkan metode permainan bola kasti.
- b. Bagi guru pendidikan jasmani dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan variasi cara didik ketrampilan gerak dasar lokomotor peserta didik kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri dalam mata pelajaran PJOK, guna mendorong proses belajar yang dapat meningkatkan ketrampilan peserta didik dalam belajar.
- c. Bagi siswa, Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam pelajaran, terutama dalam mata pelajaran PJOK, serta meningkatkan keaktifan dan kreativitas mereka.
- d. Bagi sekolah untuk meningkatkan kualitas pengajar di sekolah dan dapat menaikkan mutu sekolah.

### **G. Hipotesis Tindakan**

Sesuai kerangka berpikirnya, premis tindakan riset ini dapat dirumuskan dengan pola berikut:

1. Penerapan metode permainan tradisional bola kasti dalam pelajaran PJOK mampu meningkatkan performa belajar peserta didik.
2. Penerapan metode permainan Tradisional bola kasti dapat mengidentifikasi peningkatan ketrampilan gerak dasar lokomotor.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afwanulloh, M. (2019). Peningkatan Ketrampilan Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Kasti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Siswa Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. *Progress in Retinal and Eye Research*, 561(3), S2–S3.
- Agung, L. (2021). Menggunakan Permainan Tradisional Gedrik Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Siswa Kelas 2 Sd Islam Siti Hajar *Jurnal Buana Pedagogi Olahraga*, 12–21. <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/bio/article/view/5192%0Ahttps://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/bio/article/download/5192/3656>
- Anam, S., Ovaleoshanta, G., Ardiansyah, F., & Santoso, D. A. (2017). Studi Analisis Budaya Permainan Tradisional Suku Osing Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*, 3, 178–191. <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/index>
- Arif, A. Z., & Nurrochmah, S. (2021). Study of Locomotor Movement Ability. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Prosiding Seminar Nasional “Peran Sport Science Pada Masa Pandemi Covid-19,”* 27–40.
- Astari, T. I., Dewi, T. R., & Yuliantoro, A. T. (2022). Keterampilan Guru Dalam Pengelolaan Kelas *Tiyan*. 1(2), 73–87.
- Azis, P. A., Trisna Rahayu, E., Kurniawan, F., Keguruan, F., Pendidikan, I., Singaperbangsa, U., & Abstract, K. (2022). Upaya Meningkatkan Gerak Lokomotor Siswa Sekolah Menengah Atas Dalam Pembelajaran Atletik Melalui Metode Bermain. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(15), 464–471. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7052145>
- Budiman, A., & Dewi. (2022). Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Siswa melalui Permainan Tradisional Galah Asin. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 16–23. <http://jpoe.stkipasundan.ac.id/index.php/jpoe/article/view/144>
- Fallo, I. S., Ardimansyah, A., & Hidayati, N. (2020). Dimensi Pembelajaran Permainan Kasti Berbasis Perkembangan Motorik Dengan Gaya Mengajar Komando Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 41. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1399>
- Ginting, M., Indah, D., & Mulyadi, H. (2020). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Permainan Kasti Dengan Menerapkan Metode Latihan Pada Siswa Kelas V SD Negeri 012 Tandun Oleh Article History Received : September 2020 Accepted : October 2020 Published : November 2020 Keywords Metode latihan , permainan A. *Jurnal Pendidikan Rokania*, V(3), 389–400.
- Hasanah, H. (2017). *Teknik-Teknik Observasi*. 8(1), 21. <https://doi.org/10.21580/at.v8i1.1163>
- Irwandi. (2019). Survei sarana dan prasarana pendidikan jasmani dan olahraga di SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros. *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar*, 1, 1–10.
- Jauhari, M. N., Sambira, & Zakiah, Z. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Adaptif Di Sekolah Luar Biasa.

260. <https://books.google.co.id/books?id=-RwmEAAAQBAJ&lpg=PA1&ots=TCVkv-chn0&lr&hl=id&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- Marisa, M. (2021). Inovasi Kurikulum “Merdeka Belajar” di Era Society 5.0. *Santhet: (Jurnal Sejarah, Pendidikan Dan Humaniora)*, 5(1), 72. <https://doi.org/10.36526/js.v3i2.e-ISSN>
- Mukarromah, O., Maesaroh, T., & Imtihanudin, D. (2022). Konservasi Permainan Tradisional Terhadap Perkembangan Gerak Lokomotor Anak Usia Dini. *Jurnal Elementary*, 5(1), 1–5. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/elementary>
- Ni'mah, Z. A. (2022). Urgensi Penelitian Tindakan Kelas Bagi Peningkatan Profesionalitas Guru Antara Cita Dan Fakta. *Realita : Jurnal Penelitian Dan Kebudayaan Islam*, 15(2), 1–22. <https://doi.org/10.30762/realita.v15i2.480>
- Shodikin, M., Andayani Bekt, R., & Ahmad Muharram, N. (2020). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Jalan Cepat Dengan Pemberian Metode Pembelajaran Kooperatif Melalui Media Modifikasi Permainan Bentengan Pada Siswa Kelas VIII MTS Miftahul Afkar Selotopeng Banyakan Tahun Ajaran 2019/2020. *Repository*, 10(1), 54–75.
- Triyanti. (2021). Melalui Gerak Lokomotor Pada Anak Kelompok B Taman Kanak-Kanak Negeri Sari Mulya *Jurnal Alayya : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini / 34. 1*, 34–56.
- Widiarti, W., Yetti, E., & Siregar, N. (2021). Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Anak melalui Modifikasi Seni Tradisional Burok. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1787–1798. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1005>
- Wulan, D. S. A. (2015). Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 1(9), 163–180. <https://media.neliti.com/media/publications/117781-ID-peningkatan-kemampuan-gerak-lokomotor-me.pdf>