

Tito Raka Nanda
Amirunni'am_MENINGKATKAN
KETRAMPILAN GERAK DASAR
LOKOMOTOR MELALUI
METODE PERMAINAN
TRADISIONAL BOLA KASTI
PADA SISWA KELAS V SDN
WONOREJO 1 KABUPATEN

Submission date: 03-Jan-2024 03:05AM (UTC+0700)

Submission ID: 2261440680

File name: CEK_PLAGIASI_Tito_fiks.docx (946.63K)

Word count: 10691

Character count: 67425

KEDIRI TAHUN AJARAN

2023/2024

by Turnitin 4

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 adalah guna mencetak individu berkualitas yang memiliki kesehatan dan kebugaran tubuh (Ginting dkk., 2020: 391)

Menurut Mulyanto (dalam Irwandi, 2019: 5), 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 ¹⁶ 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 "mempraktikkan 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 (dalam 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 kecakapan gerak lokomotor atas peserta didik Sekolah Dasar Negeri SD Negeri Wonorejo 1, Kec. Wates, Kab. 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 ¹⁶ 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 ¹³ Penelitian Tindakan Kelas (PTK) mengangkat judul “Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V ⁶ 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 ⁴⁶ 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 ⁵ 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 lokomoto

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Keterampilan Gerak Lokomotor

a. Pengertian Keterampilan

Dalam konteks permainan olahraga, keterampilan dapat didefinisikan sebagai sudut pandang pembangunan berbagai keterampilan gerak. Keterampilan juga merupakan salah satu bagian dari kemahiran peserta didik yang harus dinilai untuk melihat seberapa tingkat perkembangannya, Proses dan hasil dapat diukur untuk keterampilan. Selain itu, keterampilan adalah aktivitas yang berkaitan dengan urat-urat syaraf dan otot-otot yang biasanya terlihat dalam aktivitas fisik, seperti menulis, mengetik, berolahraga, dll. Terlepas dari kenyataan bahwa keterampilan ini bersifat motorik, ia memerlukan koordinasi gerak yang cermat dan kesadaran yang tinggi. Oleh karena itu, siswa yang melakukan gerakan motorik dengan kesadaran yang rendah dapat dianggap tidak terampil atau kurang.

Pendapat Amirullah dan Budiyono (dalam Astari 2022: 74) memaparkan bahwa “Skill atau keterampilan ialah suatu kemahiran untuk mendefinisikan pengetahuan ke dalam praktik hingga tercapai tujuan yang diharapkan”.

Karena kematangan peserta didik berbeda-beda, keterampilan lokomotor mereka berkembang seiring dengan kematangan mereka.

Namun, pengalaman dan seringnya latihan juga berpengaruh pada kematangan mereka, Budiman & Dewi (2022: 18). Sebagian besar kemampuan lokomotor mengalami peningkatan dari hasil tingkat kemampuan usia. Diperlukan pula adanya pengetahuan dan bimbingan dalam memperoleh kecakapan secara matang. Berikut faktor-faktor mempengaruhi keterampilan ⁸ yaitu:

a) Proses belajar (Learning process),

Proses belajar yang baik pastinya harus mendukung upaya menjelmakan pembelajaran pada setiap siswa dengan memahami teori belajar yang diyakini kebenarannya.

b) Kepribadian (Personal factor)

Semua manusia unik, dengan fisik, mental, emosional, dan kemampuan lainnya. Oleh karena itu, anak ¹ yang mempelajari gerak ditentukan oleh karakteristik atau kemampuan mereka sendiri.

c) Situational factor

Disebut juga dengan faktor situasional, adalah faktor yang dapat berpengaruh pada kondisi belajar karena kondisi lingkungan sekitar dan keadaan.

b. Pengertian Locomotor

Pengertian gerak lokomotor menurut Lumintuarso (dalam Arif & Nurrochmah, 2021: 31) ialah keseluruhan gerak anggota tubuh melewati ruangan atau jarak tertentu contohnya gerak berjalan, berlari, melompat dan sebagainya. Oleh karena itu, Gerakan ini dapat

didefinisikan sebagai gerakan yang memungkinkan tubuh bergeser,²⁰ bergerak dan berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya.

Definisi gerak lokomotor juga dijelaskan oleh Mahendra (dalam Azis dkk., 2022: 465) menyebutkan bahwasanya gerak lokomotor merupakan gerak tubuh dari satu posisi ke lainnya, secara horizontal juga vertical.

¹¹ Adapun gerak lokomotor tersebut menurut Prayoga (dalam Mukarromah, 2022: 2) adalah gerak yang dipergunakan untuk menggeser tubuh³⁸ dari satu tempat ke tempat lain atau tindakan motorik untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Ada tiga gerak yang dianggap sebagai keterampilan gerak paling mendasar yakni berjalan, berlari, dan melompat, dianggap merupakan sebuah kecakapan yang berkembang dan bersifat lebih fungsional.

Berdasarkan sejumlah pendapat di atas,¹ disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah kegiatan utama seseorang dalam posisi berpindah, seperti jalan, lari, dan lompat.

Anak-anak yang kurang berolahraga umumnya memiliki berat badan yang berlebihan karena kurang membakar lemak tubuh. Akibatnya, mereka tidak dapat melakukan gerakan lokomotor dengan maksimal. Oleh karena itu, sangat disarankan bagi anak usia dini untuk melakukan latihan dasar gerak lokomotor secara teratur. Ini akan membantu mereka menurunkan berat badan dan memungkinkan

mereka ⁵⁴ melakukan gerakan tambahan seperti berlari dan melompat dengan senang hati, Cardon dkk, (dalam Widiarti dkk., 2021: 1790).

Dalam membantu anak menggunakan gerak dasar lokomotor dengan benar dan tepat, mereka memerlukan bimbingan dan pengembangan. Beberapa gerak dasar lokomotor berkembang dalam beberapa tahap.

c. ³⁷ Macam-macam Gerak Locomotor

Gerak Locomotor ini menggeser tubuh dari satu sisi lainnya. Jenis-jenis gerak lokomotor, yakni: berjalan, berlari, lompat, loncat, merangkak, merayap, memanjat, berguling, dan melucur.

⁴⁵ 1) Berjalan

Berjalan adalah gerak tubuh untuk berpindah dari satu tempat tempat lainnya. Aktifitas ini melibatkan ³⁷ salah satu kaki harus bertumpu pada dasar pijakan saat kaki melakukan pergantian langkah. Sesuai dengan konsep diatas, berjalan hanya bisa dilakukan dengan kaki.

2) Berlari

Lari merupakan evolusi dari gerakan dasar—gerakan berjalan—yang hampir sama. Namun saja langkah iramanya lebih cepat. Dalam hal ini untuk gerakan lari, kekuatan kaki harus ditingkatkan.

3) Meloncat

Gerakan meloncat dapat terjadi lewat gerakan jalan dari tempat tinggi ke rendah, contohnya ketika turun ¹ tangga atau turun dari bangku. Saat anak turun dari bangku pendek dengan metode melangkah maka terjadi sebuah gerakan yang disebut sebagai ¹ loncatan kecil karena kaki tumpu tidak dapat menahan berat badan dengan lutut sampai kaki yang melangkah menapak dilantai. Gerakan seperti ini dapat menghasilkan sebuah gerakan meloncat.

4) Melompat

Melompat ialah gerakan mengangkat tubuh ¹³ dengan ancang-ancang berlari cepat dengan menumpu satu kaki kemudian mendarat dengan menggunakan kaki atau anggota tubuh lainnya secara seimbang.

5) Merangkak

Merangkak adalah kecakapan ¹ lokomotor dasar yang bertujuan mengembangkan kekuatan otot lengan, serta bahu. Tidak hanya itu, merangkak juga mampu meningkatkan kemahiran dalam mengalihkan tumpuan berat tubuh ketangan serta lutut. Merangkak bisa dilakukan melalui beragam versi Gerakan seperti merangkak menembus terowongan, merangkak sambal menelusuri langkah.

6) Merayap

Merayap adalah gerakan di mana tubuh ditelungkup atau tengkurap ¹⁴ di atas permukaan, tangan dan kaki kiri atau kanan

bergerak maju, kemudian kaki mendorong tubuh ke depan, sedikit mengangkat kepala untuk melihat ke depan.

7) Memanjat

Memanjat adalah gerakan ke atas dengan kedua tangan dan kaki, biasanya anggota tubuh bagian atas alat kontrol utama agar tidak jatuh ke bawah.

8) Berguling

Berguling adalah bergerak sepanjang permukaan dengan berputar terus-menerus dalam satu masa.

8) Meluncur

Gerakan meluncur adalah gerakan yang dilakukan dari atas ke bawah dengan seluruh tubuh direntangkan di atas papan luncur. Meluncur membantu dalam mengatur dan mengontrol kecepatan. Meskipun gerakan meluncur ini sangat bermanfaat, guru harus memperhatikan kemampuan anak karena gerakan ini cukup bermanfaat bagi anak-anak yang belum mahir mengkoordinasikan dan mengontrol gerakannya. Keselamatan dalam melakukan gerakan ini harus diperhatikan.

d. Manfaat Gerak Lokomotor

Menurut Wulan (2015: 168) terdapat beberapa manfaat yang diperoleh saat kita memiliki ketrampilan gerak dasar lokomotor yang baik, yaitu :

- 1) Meningkatkan perkembangan motorik anak

- 2) Kesadaran diri.
- 3) Kesadaran akan gagasan arah
- 4) Meningkatkan ketangkasan dan kelincahan
- 5) Meningkatkan keterampilan dan keberanian dalam melakukan gerakan dasar
- 6) Meningkatkan kekuatan dan keseimbangan tubuh
- 7) Meningkatkan kemampuan mengenali ruang
- 8) Menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh

Dan menurut Triyanti (2021: 47) berasumsi bahwa manfaat dari gerak lokomotor yaitu:

- 1) Mampu meningkatkan perkembangan koordinasi yang mencakup pertumbuhan otot-otot besar, daya tahan stamina, dan otot-otot besar lainnya.
- 2) Dapat membuat anak gembira.

Jadi dari kedua hal tersebut dapat disimpulkan, manfaat gerak lokomotor adalah dapat meningkatkan kebugaran, melatih daya kembang pada anak, dan melatih ketrampilan gerak dasar.

2. Permainan Tradisional

a. Pengertian Permainan Tradisional

Olahraga budaya seperti olahraga tradisional harus dikembangkan dan dilestarikan. Olahraga tradisional adalah olahraga dengan model permainan dan sangat baik diterapkan dalam mengembangkan kemahiran lokomotor anak. Harapan peneliti, olahraga ini betul-betul dapat meningkatkan kecakapan gerak

lokomotor anak. Selain berfungsi dalam pengembangan keterampilan lokomotor anak, permainan ini juga mengenalkan anak pada kebudayaan Indonesia. Menurut (Anam, dkk, 2017: 179) menyatakan bahwa ³¹sebelum munculnya permainan modern, permainan tradisional telah menjadi ³¹bagian dari budaya setiap suku yang sudah ada Permainan tradisional memungkinkan anak-anak untuk tidak sengaja mengembangkan keterampilan gerak lokomotor mereka. Oleh karena itu, diharapkan bahwa model permainan tradisional akan membantu perkembangan keterampilan lokomotor anak

b. Pengertian Permainan Tradisional Bola Kasti

Pendapat Mukarromah (2022: 2) menyebutkan bahwa ¹¹Permainan tradisional merupakan salah satu warisan petua kita dan dapat menjadi identitas bangsa. Sejalan dnegan berkembangnya zaman serta tekhnologi yang makin canggih, beberapa permainan tradisional menjadi luntur, bahkan diabaikan oleh anak zaman sekarang. Dalam hal ini, permainan tradisional ¹¹juga bisa mengajarkan anak-anak untuk belajar bersikap profesional, menghargai, gotong royong, serta tanggung jawab. Mengambil salah satu contoh permainan yaitu bola kasti dan engklek, ¹¹Setiap peserta diwajibkan untuk bekerja sama dalam kelompok, menghargai sesama tim, dan tidak bermain curang. Permainan hampir hilang akibat ¹¹arus modernisasi dan digitalisasi dalam

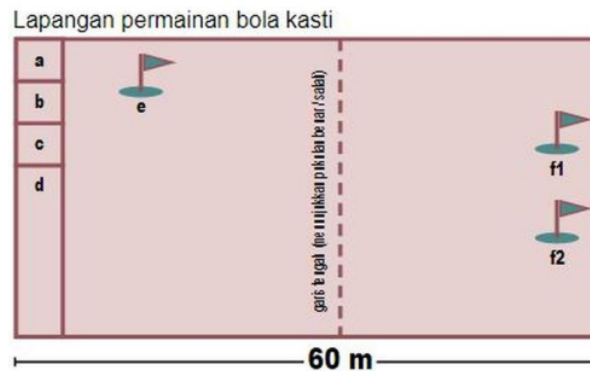
segala hal seiring dengan perkembangan zaman konvensional yang terus menerus dan teknologi.

Kasta adalah permainan lapangan dengan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dimainkan secara beregu, dengan dua regu masing-masing terdiri dari dua pemain belas, Instrumen dalam permainan kasti meliputi: Kayu pemukul, bola, tiang hinggap, dan nomor dada.. Permainan bola kasti menggunakan tiga teknik dasar: lari, melempar tangkap, dan memukul. Permainan kasti adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, dengan jumlah pemain yang berbeda untuk setiap regu. Jumlah anggota kedua regu harus sama, tergantung pada kesepakatan dan jumlah anak yang akan bermain

Menurut Fallo, dkk (2020: 50) Kasti adalah jenis permainan bola kecil yang dimainkan secara beregu di lapangan luas. Ini termasuk permainan tradisional yang membutuhkan kekompakan, kegembiraan, dan ketangkasan..

Anak-anak di Sekolah Dasar khususnya, sangat menyukai permainan kasti. Saat memainkan permainan ini, mereka merasa puas serta gembira. Kasti adalah permainan yang sangat menyenangkan. Terkait hal ini, permainan kasti ini sangat cocok diajarkan di sekolah dasar. Seperti cabang olahraga lain, kasti mempunyai lapangan permainan yaitu suatu wilayah dimana di dalamnya dapat memainkan dan menjaga bola dengan sah, Lapangan kasti yang baik harus

memenuhi persyaratan. Terdiri dari lapangan berumput berbentuk segi empat dengan ukuran 30 x 60 meter.



Gambar 2.1 Lapangan permainan tradisional bola kasti

Sumber: Tangkap layar modul Melatih Gerak dengan Bola (2020) terbitan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

c. Langkah – Langkah Permainan Bola Kasti

Menurut Afwanulloh (2019: 34-35) pemain bola kasti harus melakukan beberapa langkah sebelum bermain.. Langkah langkah tersebut meliputi :

- 1) Pembuatan garis dan beberapa pos sebelum permainan dimulai.
Pos-pos ini dapat disebut sebagai tempat singgah. Tempat-tempat ini biasanya diberi tanda dengan tiang atau batu sebanyak 2 hingga 4.
- 2) Setiap pemimpin tim mengumpulkan pingsut atau kertas batu gunting untuk menunjukkan regu mana yang memukul, mana yang menjaga, dan mana yang berada di lapangan.

- 3) Setiap pemain biasanya pemukul berkumpul di home base, atau area pemukul bola, atau garis rumah. Pemain jaga berkumpul di lapangan.
- 4) Tugas pelembar bola diberikan kepada salah satu pemain regu jaga. pelembar ¹ melempar bola ke salah satu pemain tim pemukul, yang kemudian memiliki kesempatan untuk ²² memukul bola.
- 5) Setelah pukulan pada bola dilakukan, pemain tersebut berlari ke pos 1, pemain jaga harus menangkap bola dan melemparkannya kepada pemain pemukul yang berlari ke pos 1. Jika pemukul terkena bola, pemain jaga ¹ melempar bola ke pemain dari regu pemukul atau bekerja sama dengan anggota regu jaga lainnya. Anggota regu jaga melempar bola satu sama lain dan menggepung pemain regu pemukul.
- 6) Apabila pemain tim pemukul tiba di pos dan menyentuh penanda tiang, semua pemain tim jaga tidak diperbolehkan kembali melempar bola untuk mengenai tubuhnya.
- 7) Pemain dari tim pemukul selanjutnya diberi kesempatan memukul bola. Setelah itu, pemain pertama dari regu pemukul harus berlari ke pos 1, dan pemain kedua ke pos dua. Begitu berulang hingga kedua pemain tim pemukul dapat memutar ³ seluruh pos kemudian kembali ke tempat awal diseberang garis rumah. Setiap gerakan ke tempat semula, regu pemukul mendapat skor.

- 22
- 8) Pemain tim pemukul juga dapat langsung berputar dari pos 1 sampai selesai dalam sekali pukulan bola tanpa harus menunggu giliran pemain lain memukul bola. Jika berhasil, maka regu pemukul juga memperoleh skor.
- 9) Jika pemain regu pemukul terkena lemparan bola dari pemain regu jaga atau jika pemain regu pemukul tidak memukul bola tiga kali, Permainan dilanjutkan dengan pergantian posisi. Regu pemukul berganti menjadi regu jaga, dan sebaliknya.
- 10) Yang memenangkan permainan kasti ialah regu dengan skor paling tinggi.

d. Kelebihan dan Kekurangan Permainan Bola Kasti

Menurut Afwanulloh (2019: 36-37) Mengungkapkan bahwa permainan bola kasti konvensional memiliki keunggulan serta kekurangan, dinyatakan dalam uraian dibawah ini:

Keunggulan permainan tradisional bola kasti :

- 1) Membuat rasa bahagia atau kegembiraan pada anak
- 2) Dapat memperkuat otot-otot tubuh dan juga membuat badan anak lebih sehat.
- 3) Meningkatkan sikap kerjasama, memperlancar komunikasi dengan team atau anggota dari pemain kasti lainnya
- 4) Melatih kemampuan leadership atau kepemimpinan pada anak usia SD yang memiliki peran sebagai pemimpin regu.

- 5) Mengembangkan sikap profesional serta rasa tanggung jawab pada anak
- 6) Dapat digunakan sebagai latihan untuk menibulkan sikap beradi pada anak usia SD.

Selain memiliki kelebihan, permainan tradisional bola kasti juga memiliki kekurangan. Diantaranya adalah :

- a. Dibutuhkan sebuah tempat (lapangan) yang cukup luas karena permainan ini membutuhkan beberapa titik berhenti sebagai bagian dari konsep permainan
 - b. Adanya kemungkinan cedera pada pemain karena gerak dasar pada permainan bola kasti ini adalah melempar bola, berlari, dan mengayunkan tongkat yang bisa melukai para pemain akibat terlalu bersemangat dalam permainan bola kasti
 - c. Banyak membutuhkan para pemain yang tangguh karena jika peserta tidak tangguh akan menghambat proses permainan sehingga cepat menyebabkan kekalahan pada team saat bermain permainan bola kasti.
 - d. Membutuhkan tempat dan waktu yang cukup banyak. Karena permainan ini adalah permainan yang beregu atau team sehingga dibuthkan waktu yang banyak untuk koordinasi antar anggota team.
- e. Teknik Permainan Bola Kasti**

Seperti kegiatan olahraga bola kecil lainnya, bermain kasti membutuhkan pemahaman dasar dan teknik individu, teknik kelihaian dasar yang perlu dipahami diantaranya adalah melempar bola, menangkap bola, memukul bola, jalan dan lari dan cara bermain kasbol.

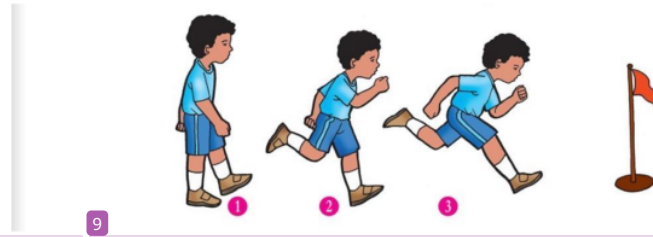
Disamping cara melempar bola dan cara menangkap bola, salah satu teknik yang harus dipelajari pemain adalah teknik memukul bola dimana sangat berbeda menyesuaikan arah bola datang.

Selain itu, Pemain bola kasti harus mahir dalam menangkap bola. Ada berbagai teknik untuk menangkap bola dalam bermain kasti, misalnya menangkap bola berputar di tanah, bola yang melambung, dan bola yang bergerak lurus. Untuk menyergap bola yang menggelinding di tanah, pemain harus menggunakan sikap badan dan tangan mereka untuk menahan bola dengan seluruh badan, seperti berdiri, posisi duduk, berlutut, dan jongkok.

Untuk melatih ketrampilan gerak lokomotor ada beberapa variasi gerak dasar lokomotor, yaitu :

1) Berjalan dan Berlari

Di lapangan permainan bola kasti terdapat pos. Ketika bermain kasti, tempat inilah yang perlu dilewati regu pemukul, untuk menuju pos, tim pemukul melakukan gerakan jalan dan lari lurus atau berbelok-belok. Jenis gerak dasar ini penting dialami dalam permainan kasti

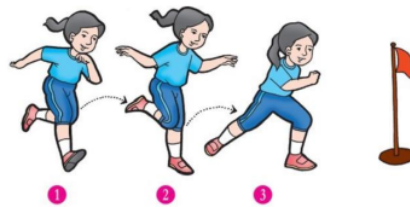


Gambar 2.2 Berjalan dan berlari menuju pos atau tiang hinggap

Sumber: Buku ABPJOK (2019: 34)

2) Berlari dan Melompat

Di permainan kasti, perlu pula mempelajari macam gerak lari dan lompat. Hal ini bertujuan agar tidak terkena lemparan bola oleh tim jaga.



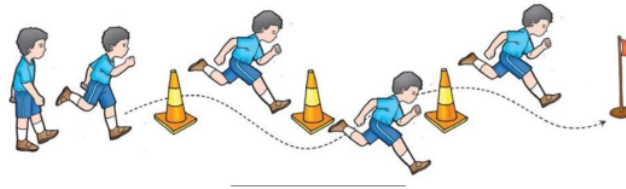
Gambar 2.3 Berlari dan melompat menuju pos atau tiang hinggap

Sumber: Buku ABPJOK (2019: 35)

3) Berlari Lurus Cepat dan Lari Zig – zag

Ragam gerak dasar lokomotor ini perlu diketahui ketika bermain kasti. Tujuan dari gerak ini yaitu untuk menghindari lemparan bola dari kelompok penjaga pada saat berlari. Untuk

posisi berdiri tegak dan pandangan kedepan ke arah lawan, kemudian berlari cepat dilanjutkan lari zig-zag menuju pos.



⁹ Gambar 2.4 Lari cepat lurus dan lari zig-zag menuju pos

Sumber: Buku ABPJOK (2019: 35)

3. Modifikasi Permainan Bola Kasti

⁸ Alat atau benda yang dapat digunakan untuk membantu siswa belajar di sekolah disebut sarana dan prasarana olahraga. Menurut Asep Suharta (dalam Shodikin 2020: 21) berpendapat bahwa ² usaha meningkatkan kualitas dan keterbatasan sekolah adalah dengan modifikasi permainan.

Dalam olahraga, modifikasi permainan memiliki beberapa karakteristik, seperti: aman untuk dimainkan, sesuai dengan kemampuan anak, meningkatkan ketrampilan anak yang relevan, dan dijadikan dasar untuk kedepannya. Terhadap penelitian ini peneliti menggunakan saranan modifikasi permainan Bola Kasti untuk meningkatkan ketrampilan gerak lokomotor siswa. Dalam permainan bola kasti nanti untuk ukuran lapangan dimodifikasi menjadi 25 m x 45 m.

Prosedur latihan menggunakan modifikasi permainan bola kasti:

- 1) Siswa ²⁵ berjumlah 30 orang dimana terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Untuk itu peneliti membagi menjadi 2 team, berarti setiap tim ada yang 15 anak.
- 2) Si pemukul sendiri harus berada pada kotak pemukul
- 3) Sebelum melakukan pukulan si pemukul harus melewati tangga ketangkasan terlebih dahulu di dalam *home base* secara berurutan dengan cara moloncat, dan kaki tidak boleh mengenai atau melewati pembatas.
- 4) Setelah melakukan pukulan si pemukul menuju pos 1 dengan teknik berjalan di atas papan kayu yang memiliki panjang tiga meter, lebar 23 cm, dan tebal senilai 3,5 cm dan di usahakan menghindari dari regu penjaga yang berusaha melempar bola ke arah pemukul yang akan melempar bola untuk mengenai tubuh.
- 5) Untuk regu penjaga berusaha menangkap bola dan melemparkan ke tubuh team pemukul yang sedang berlari diluar base pertahanan
- 6) Pemukul setelah dari pos 1 selanjutnya menuju pos 2 dan diantara pos tersebut terdapat garis lurus dengan panjang 5 meter dimana si pemukul harus berlari lurus tidak boleh keluar dari garis.
- 7) Setelah dari pos 2 pemukul atau team yang ada di pos 2 menuju ke pos 3 yang mana diantara kedua pos tersebut terdapat 6 *cone* yang harus dilewati dengan cara zig-zag serta berusaha menghindari dari bola yang dilempar oleh regu penjaga.

- 8) Dari pos 3 kembali lagi ke *home base* atau rumah pertahanan namun di tengah-tengah antara pos 3 dengan home base terdapat 4 buah gawang aman dimana regu pemukul harus melompati papan tersebut secara berurutan.
- 9) Setelah itu regu pemukul akan mendapatkan point jika sudah masuk *home base* dan melewati semua pos secara berurutan.

B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Menurut (Azis dkk., 2022: 464-471) Peneliti ini bermaksud untuk mengetahui “Pengaruh ⁵²metode bermain dalam meningkatkan gerak lokomotor peserta didik pada pembelajaran atletik di SMA 1 Telukjambe Barat”. Riset ini menerapkan metode eksperimen dan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel 30 siswa kelas VIII 2. Dalam pembelajaran, teknik pengambilan spesimen dilakukan menggunakan purposive sampling. Dalam teknik ini sampel ditentukan dengan perhatian tertentu yakni siswa kelas XI yang berdasarkan pertimbangan peneliti masih mampu mengingat lebih jelas alasan dan proses saat melakukan gerak lokomotor, berdasarkan hasil data tersebut. pengolahan yang telah dianalisis, maka jawaban atas hipotesis yang telah diajukan sebelumnya oleh peneliti telah diperoleh. Hasil dan kesimpulan tentang upaya peningkatan gerak lokomotor siswa SMA melalui pembelajaran atletik dengan metode bermain di SMA 1 Telukjambe Barat. Memiliki pengaruh terhadap gerak lokomotor siswa khususnya pada materi pembelajaran

atletik. Kondisi ini dibuktikan melalui penelitian yang dilakukan selama pembelajaran materi pembelajaran atletik. Metode bermain dalam aktifitas pembelajaran menjadi lebih efektif, menyenangkan serta menarik, selain itu pemakaian model bermain dalam pembelajaran penjasorkes sangat efektif dan efisien diberikan kepada siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran penjasorkes di SMA 1 Telukjambe Barat.

Menurut Wulan (2015: 163) dalam pengamatan ⁷ "Peningkatan gerak lokomotor anak usia dini melalui kegiatan pembelajaran permainan lari estafet modifikasi". Riset dilaksanakan pada kelompok B, Taman Kanak-kanak dengan jumlah siswa 12 orang. Studi ini ⁷ terdiri dari dua siklus, dengan masing-masing delapan pertemuan atau tindakan. Analisis data ⁷ menggunakan data kuantitatif. Pada pra siklus, hasil persentasenya adalah 47,08 persen. Namun selama siklus pertama, hasilnya meningkat menjadi 62,39 persen dan 82,03 persen pada siklus kedua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ²⁴ permainan lari estafet modifikasi meningkatkan kemampuan gerak lokomotor anak usia dini kelompok B.

Studi Pertiwi (2017: 54-58), Universitas Bengkulu dengan sebuah risetnya mendapatkan sebuah kesimpulan ⁴ pada pelaksanaannya teknik dasar permainan kasti tersebut masih sangat kurang hal ini berdasarkan kemampuan teknik lari siswa hanya 4,8%, teknik lempar tangkap hanya 10,5%, dan teknik memukul hanya 8,1%. Berdasarkan angket guru yang menjawabnya hanya 80% dan tidak hanya 20%. Jadi Penerapan pelaksanaan

permainan bola kasti dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Kota Bengkulu sudah terlaksana dengan baik.

Dari ketiga kajian terdahulu ⁶⁶ terdapat kesamaan dengan penelitian ini yaitu:

- 1) Sama-sama menggunakan metode permainan tradisional.
- 2) Upaya untuk meningkatkan minat belajar siswa.
- 3) Menggunakan lembaga pendidikan untuk meneliti.

Adapun perbedaan dari kajian terdahulu dengan penelitian sekarang:

- 1) Metode ³³ yang digunakan peneliti yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK)
- 2) Objek yang diteliti yakni siswa usia 11-12 tahun atau siswa kelas V.
- 3) Treatment yang digunakan peneliti sekarang melengkapi dari treatment kajian terdahulu.
- 4) Tahun penelitian terbaru.

C. Kerangka Berfikir

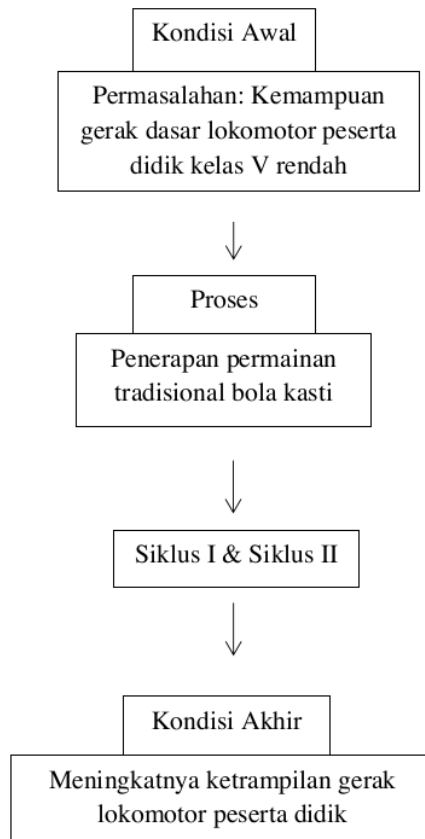
Ketrampilan berpindah cepat atau disebut dengan gerak lokomotor adalah ketrampilan yang penting dimiliki oleh anak untuk dapat mengoptimalkan fungsi dari tubuh. Ketrampilan gerak lokomotor merupakan ketrampilan mendasar sebelum melakukan ketrampilan yang lebih kompleks lainnya karena itu penting untuk mengembangkan ketrampilan gerak lokomotor terhadap anak. Anak-anak usia SD memiliki watak yang sulit dikendalikan, dan lebih banyak membuang waktu pada game online yang sekarang ini berkembang pesat, karena faktor itulah

ketrampilan gerak lokomotor anak – anak jaman sekarang sangat kurang optimal. Jika orangtua ataupun guru disekolah tidak memiliki inovasi khusus untuk membuat anak mengembangkan ketrampilan gerak lokomotor akan berakibat fatal pada fungsi tubuh. Biasanya anak-anak usia SD adalah masa bermain, mereka akan tertarik dengan hal-hal yang menyenangkan dan juga unik.

Permainan tradisional bola kasti merupakan permainan yang memiliki kelebihan dapat memberikan rasa senang pada anak-anak usia SD, karena dalam permainan ini gerak dasarnya yaitu berlari, melempar dan kerjasama tim. Hal ini sangat berguna untuk melatih ketrampilan gerak lokomotor pada anak sekaligus mengajak anak – anak bermain. Selain melatih ketrampilan gerak lokomotor pada anak, permainan ini juga dapat membuat anak mengenal permainan zaman dulu yang sudah mulai jarang dimainkan oleh anak.

Untuk meningkatkan ketrampilan gerak lokomotor yang baik pada anak dibutuhkan suatu permainan yang membuat anak merasa gembira dan dengan sukarela melakukannya, karena jika anak usia SD tidak melatih ketrampilan gerak lokomotor pada tubuhnya maka juga akan berdampak pada pengoptimalan fungsi tubuh anak.

Suharsimi Arikunto menyatakan bahwa secara umum ¹penelitian tindakan kelas dilakukan dengan 4 tahapan penting, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Metode yang dimaksud dapat digambarkan seperti berikut.



Gambar 2.4: skema desain penelitian tindakan kelas

Sumber: Arikunto (2010)

Pada wacana ⁴⁴ di atas dapat dijelaskan bahwa pada kondisi awal terdapat permasalahan pada siswa kelas V di salah satu sekolah dasar dalam proses pembelajarannya karena model yang digunakan kurang beraneka ⁴⁷ sehingga membuat anak merasa bosan dan kurang bersemangat saat melakukan pembelajaran khususnya pada ketrampilan gerak dasar lokomotor yang masih rendah dalam penilaian.

Maka dengan itu peneliti menerapkan metode permainan tradisional dan salah satunya yaitu permainan tradisional bola kasti guna membiasakan otot-otot besar pada anak untuk lebih cakap dalam melaksanakan gerak dasar Lokomotor. Ketrampilan gerak dasar lokomotor yang dimiliki peserta didik kelas V SDN Wonorejo Kecamatan Wates Kabupaten Kediri masih perlu di tingkatkan yang mana dalam melakukan gerakan-gerakan dasar lokomotor masih banyak anak yang sulit dan kurang mahir maka untuk itu perlu dilakukannya latihan optimal. Serta dalam metode tersebut terdapat 2 (dua) siklus pada tiap siklus ada dua pertemuan, gunanya yakni melihat bagaimana perkembangan siswa atau capaian dari siswa tersebut

Untuk itu kondisi akhir atau tujuan pembelajaran aktivitas gerak dasar lokomotor menggunakan metode permainan tradisional kususnya bola kasti adalah untuk mengembangkan performa belajar para siswa utamanya terhadap gerak dasar lokomotor, dan juga memberikan suasana pembelajaran yang tidak monoton. Dengan menggunakan permainan bola kasti dalam kegiatan pembelajaran diharapkan ketrampilan gerak dasar lokomotor siswa dapat mengalami perkembangan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Subjek dan Setting Penelitian

1. Subjek Penelitian

Menurut Arikunto (2019: 78) mengatakan bahwa subjek penelitian memberikan batasan dalam bentuk objek, item, atau individu, serta ruang untuk variabel penelitian yang hadir dan dibahas. Dalam sebuah penelitian subjek penelitian berperan sangat strategis karena pada dalam hal ini terdapat data tentang variabel yang harus diamati. Subjek penelitian juga dapat dikatakan sebagai responden yang terdiri dari beberapa pihak dan nantinya dijadikan sampel dalam penelitian. Pada umumnya subjek penelitian yang dibahas mengenai ciri-ciri subjek yang digunakan, termasuk deskripsi populasi dan juga rancangan yang dipakai.

Pada penelitian ini melibatkan siswa siswi kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri yang jumlahnya 30 anak sebagai subjek penelitian, pada kelas V terdiri dari 18 siswa dan 12 siswi. Jenis kurikulum yang digunakan di SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri ini adalah kurikulum 2013 sehingga pada subjek penelitian ini akan di lihat dari kemampuan siswa yang berbeda-beda seperti kemampuan yang rendah, kemampuan yang sedang, dan juga kemampuan yang tinggi. Alasan peneliti memilih kelas tersebut karena

berdasarkan pengamatan peneliti kelas tersebut rendah dalam menguasai dan kesadaran akan ketrampilan gerak dasar lokomotor yang dibuktikan pada kegiatan belajar para siswa masih kurang semangat serta nilai ketrampilan yang masih sangat rendah tentang materi gerak dasar lokomotor.

2. Setting Penelitian

Latar penelitian adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan di mana penelitian dilakukan. Latar belakang penelitian mencakup semua hal yang mempengaruhi tindakan guru selama penelitian, termasuk kondisi fisik lokasi, kondisi siswa, dan suasana, Arikunto dkk (2019: 76).

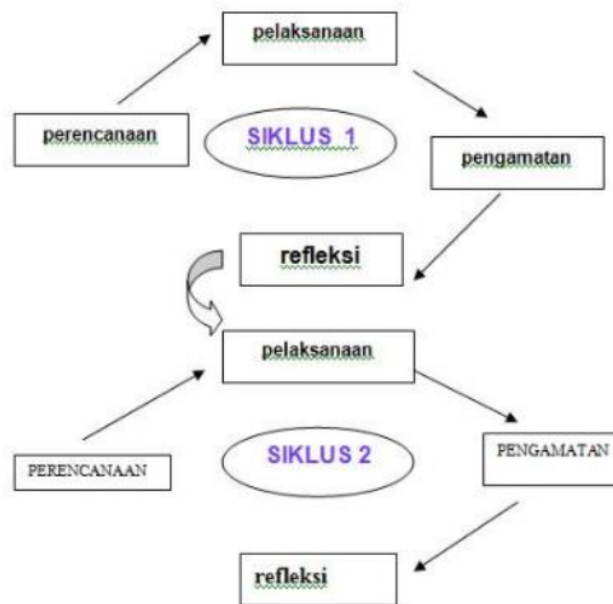
Pada penelitian ini, setting berlokasi di ¹⁶SD Negeri Wonorejo 1 tepatnya di Jl. Raya Kediri - Wates Desa Wonorejo Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Alasan peneliti memilih setting tempat di SD Negeri Wonorejo 1 adalah karena peneliti sudah bekerja sebagai pengajar pendidikan olahraga pada SD tersebut sehingga mempermudah peneliti dalam mencari data yang akan digunakan dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti setiap hari dapat melakukan pengamatan pada siswa ⁵di SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri yang memang menurut peneliti kurang dalam ketrampilan gerak dasar lokomotor.

B. Prosedur Penelitian

Menurut (Arikunto dkk., 2019: 41) mengemukakan kegiatan ¹³ Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan jenis penelitian yang ³³ menunjukkan sebab akibat dari suatu perlakuan serta apa yang terjadi pada saat perlakuan yang diberikan. PTK juga menjelaskan semua proses dari awal perawatan hingga efeknya. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian PTK membahas proses dan hasil ³⁴ yang dilakukan di kelas untuk meningkatkan kualitas pembelajaran

Studi ini menggunakan metode penelitian rancangan penelitian PTK yang berarti ¹² suatu pengamatan yang menerapkan tindakan reflektif dalam kelas dengan melakukan tindakan tertentu ²⁶ sesuai dengan metodologi penelitian yang dilakukan beberapa periode atau siklus untuk meningkatkan praktik pembelajaran bersama di kelas secara profesional dengan tujuan meningkatkan pemahaman, kualitas, atau tujuan yang telah ditentukan.

Menurut Arikunto (2020: 130-131) rancangan yang digunakan dalam riset ialah rancangan dari Kurt Lewin dan dijadikan pokok rancangan PTK lainnya. Kurt Lewin adalah orang pertama menyebut tindakan penelitian. Beliau membagi empat bagian pelaksanaan ⁵⁷ yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Semuanya berhubungan satu sama lain dan dilihat sebagai satu siklus. Berikut gambar desain siklus Kurt Lewin:



Gambar 3.1 Skema model kurt lewin dalam penelitian PTK⁵⁰

Sumber: Jakni. 2017. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Alfabeta.

1. Perencanaan (*Planing*)

Dalam memperbaiki situasi, langkah pertama yang dilakukan adalah perencanaan. Pada tahap perencanaan, skenario untuk siklus tersebut telah dibuat; Skenario ini terutama berkaitan dengan rencana pelaksanaan tindakan dan indikator yang ingin dicapai pada siklus terakhir.

Isi daripada perencanaan itu sendiri intinya meliputi beberapa hal yang berkaitan dengan penyusunan skenario kegiatan belajar, persiapan media pembelajaran, persiapan instrument penelitian, serta simulasi pelaksanaan tindakan.

2. Pelaksanaan (*action*)

Tahapan pelaksanaan tindakan menunjukkan langkah apa yang harus dilakukan setelah tahap perencanaan. Peneliti dan kolaborator harus yakin bahwa keputusan yang dibuat pada tahap perencanaan benar-benar dapat diterapkan. Hal yang agak sulit adalah memastikan bahwa seluruh proses berlangsung secara alami atau alamiah

3. Pengamatan (*observation*)

Selama tahap observasi, peneliti melacak peristiwa yang terjadi selama pelaksanaan tindakan. Pengamat tidak perlu mencatat semua yang terjadi; mereka hanya harus mencatat hal-hal yang mereka anggap penting untuk diamati dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya

4. Refleksi (*reflection*)

Tahap ini sangat penting karena peneliti dan kolaborator berbagi ide untuk mengetahui apa yang telah direncanakan, dilaksanakan, dan diukur selama siklus tersebut. Hasil analisis pelaksanaan dan hasil observasi nantinya akan dibahas antara peneliti dan kolaborator, dan hasil akhirnya akan dibuat.

Berikut Tahapan Pelaksanaan Penelitian tindakan kelas :

1. Pra Penelitian

Pada tahapan ini seluruh siswa kelas V SDN Wonorejo 1 akan diukur kemahiran gerak dasar lokomotor melalui ujian beberapa gerakan seperti berjalan, berlari, lari zig-zag, melompat, meloncat kemudian hasil

dari uji tersebut dijadikan pedoman oleh peneliti guna menjalankan penelitian dengan metode permainan tradisional bola kasti.

Penelitian Tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdapat dua pertemuan. Setiap siklus penelitian diuraikan dalam kumpulan kegiatan berikut:

2. Deskripsi Siklus I

a. Siklus I

Dalam siklus I dilakukan selama dua minggu dengan pengenalan berbagai macam gerak lokomotor serta teknik gerakan dengan menggunakan permainan tradisional modifikasi bola kasti. Setelah dua minggu peneliti akan mengambil tes gerak berjalan, berlari, lari zig-zag, melompat, dan meloncat secara kuantitatif.

1) Perencanaan

- a) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) untuk membantu peneliti menjalankan kegiatan permainan bola kasti tradisional
- b) Menyusun alat penelitian, seperti tes praktik dan lembar observasi guru
- c) Mempersiapkan alat dan perangkat pembelajaran

2) Pelaksanaan

- a) Siswa dibanjar pada kelompok Pa (Putra) berada di sebelah kanan dan Pi (Putri) di sebelah kiri, setelah itu memimpin pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa.

- b) Guru menjelaskan materi tentang gerak dasar lokomotor dan menyebutkan macam-macam gerak lokomotor.
- c) Guru memberikan contoh macam gerak lokomotor dengan menggunakan permainan tradisional bola kasti yang sudah di modifikasi.
- d) Dengan menggunakan teknik permainan bola kasti, guru membantu siswa melakukan gerakan.
- e) Siswa melakukan tes berjalan, berlari, berlari zig-zag, melompat, dan meloncat.

13

3) Kegiatan akhir

- a) Guru memberikan hasil nilai tes gerak lokomotor siswa.
- b) Melakukan sesi tanya jawab tentang materi pelajaran yang baru selesai untuk mengaktifkan interaksi guru-siswa.
- c) Guru menilai siswa tentang pelajaran hari ini dan membubarkan siswa untuk kembali ke kelas untuk pelajaran berikutnya.

4) Pengamatan

Menurut (Hasanah, 2017: 26) Observasi adalah proses pengamatan sistematis dari aktivitas manusia dan pengaturan fisik yang berlangsung secara terus menerus dari lokus aktivitas alami untuk menghasilkan fakta.

Setelah satu minggu di perkenalkan dengan metode permainan tradisional bola kasti yang sudah dimodifikasi. Untuk

mengetahui seberapa besar pengaruh permainan bola kasti tradisional terhadap ketrampilan gerak lokomotor siswa, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengumpulkan data.

Kegiatan ³² observasi dilakukan secara kolaboratif dengan teman sejawat; misalnya, guru senior menggunakan lembar observasi guru untuk melacak bagaimana guru mengajar siswa.

5) Refleksi Kegiatan

Refleksi ialah kegiatan mengkaji ⁸ perubahan yang terjadi pada siswa, suasana kelas., dan guru. Arikunto, dkk (2019: 229).

Pada fase ini, data dari semua siswa selama Siklus I dikumpulkan dan diproses oleh peneliti. Data tersebut kemudian digunakan ² untuk mengetahui kemampuan siswa pada Siklus I dan digunakan sebagai standar ketuntasan pembelajaran yang diberikan guru kepada siswa. jika didalam siklus I ini masih belum selesai maka akan dilakukan Siklus berikutnya yakni Siklus II.

3. Deskripsi Siklus II

a. Siklus II

Dalam Siklus ini, sebelum siswa melaksanakan pembelajaran PJOK seluruh siswa di berikan pengarahan dan penjelasan tentang gerak lokomotor dengan menggunakan metode permainan beregu yakni bola kasti. Serupa dengan Siklus sebelumnya, Siklus ini dijalankan selama satu minggu dan dilanjutkan pengambilan data gerak lokomotor siswa.

1) Perencanaan

- a) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan materi variasi gerak lokomotor dalam permainan bola kasti.
- b) Membuat alat penelitian, seperti angket dan lembar observasi
- c) Menyiapkan alat peraga dan perangkat pembelajaran.

2) Pelaksanaan

- a) Setiap siswa diarahkan berkumpul di lapangan untuk melakukan pemanasan.
- b) Guru memimpin doa.
- c) Siswa dibagi menjadi dua kelompok, Pa (putra) dan Pi (putri). Salah satu siswa yang dipilih guru memimpin pemanasan.
- d) Guru menggunakan yel-yel dan nyanyian untuk memotivasi siswa untuk berolahraga, terutama mengasah keterampilan gerak lokomotor.
- e) Guru memberikan arahan tentang gerak lokomotor dengan menggunakan metode permainan tradisional bola kasti di depan semua siswa.
- f) Guru memberikan contoh gerak lokomotor yakni berjalan, berlari, lari zig-zag, melompat, dan meloncat dengan menggunakan permainan tradisional bola kasti

g) Guru mengarahkan dan membimbing siswa untuk melaksanakan beberapa macam gerak lokomotor dengan menggunakan permainan tradisional bola kasti.

h) Siswa melakukan tes gerak lokomotor.

2
3) Kegiatan Akhir

a) Guru memberikan nilai dari tes gerak lokomotor yang dilakukan siswa

b) Guru meminta siswa untuk segera masuk ke kelas untuk melanjutkan pelajaran.

4) Pengamatan

Setelah dua minggu mengikuti pembelajaran gerak lokomotor menggunakan metode permainan tradisional bola kasti yang sudah dimodifikasi, peneliti melaksanakan menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mengambil data untuk mengetahui seberapa besar pengaruh rancangan permainan tradisional bola kasti terhadap ketrampilan gerak lokomotor siswa dan digunakan sebagai standar untuk menentukan apakah kemampuan siswa telah meningkat atau tidak setelah Siklus II ini. Kegiatan observasi dilakukan secara kolaboratif dengan teman sejawat, dengan guru senior mengawasi upaya guru untuk mengajar siswa. Guru menggunakan lembar observasi guru untuk melacak aspek yang diamati.

5) Refleksi Kegiatan

Pada fase ini, data dari semua siswa yang dipelajari selama Siklus II dikumpulkan dan diproses oleh peneliti. Data—Data ini digunakan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat keahlian para siswa dalam gerak lokomotor khususnya menggunakan metode permainan tradisional bola kasti selama di Siklus II serta di jadikan pedoman ketuntasan pembelajaran yang telah diberikan oleh pendidik terhadap siswanya. Jika siklus II ini masih belum selesai, siklus berikutnya akan dimulai hingga peneliti mencapai kriteria nilai ketuntasan.

C. ² Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yaitu sebagai alat bantu untuk memudahkan peneliti di dalam pengumpulan dan penyusunan data tersebut (Arikunto, 2019: 265).

Instrumen ¹⁷ adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, yang membuat proses lebih mudah dan menghasilkan hasil yang lebih baik. Dalam ¹ penelitian ini bahan yang digunakan adalah lembaran ⁸ observasi untuk siswa. Instrumen pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini yaitu instrumen lembar obsevasi, dan tes. Dalam instrument pengumpulan data, peneliti menggunakan skala likert sebagai acuan, menurut (Sugiyono, 2017) ⁶⁴ Skala Likert adalah ukuran penilaian yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, atau perilaku responden terhadap pertanyaan tertentu. Dalam

skala likert penelitian ini memiliki kriteria skor dari 1- 4 (1 = kurang, 2 = cukup, 3 = baik, 4 = baik sekali)

1. Observasi

Peneliti meminta bantuan teman sejawat untuk menjadi pengamat selama proses belajar mengajar. Tujuan dari hal tersebut adalah untuk memastikan bahwa peneliti, sebagai guru yang mengajar penjasorkes melalui permainan bola kasti konvensional, mendapatkan hasil pembelajaran yang lebih baik. Berikut ini adalah lembar penilaian observasi untuk guru dan juga siswa :

Tabel 3.1 Lembar penilaian observasi guru

No	Aspek	Indikator penilaian	1	2	3	4
1.	Pra Pembelajaran	a. Kesiapan ruangan b. Kesiapan alat c. Kesiapan media pembelajaran d. Memeriksa kesiapan siswa				
2.	Membuka pelajaran	a. Memimpin doa b. Memberikan <i>stretching</i> c. Menyampaikan tujuan materi d. Memberikan pemanasan materi				
3.	Inti pembelajaran	a. Penguasaan materi pembelajaran b. Memberikan contoh c. Alokasi waktu				

		d. Sikap terbuka terhadap respon siswa				
4.	Penutup	a. Melakukan refleksi b. Melakukan tindak lanjut c. Melakukan <i>coolingdown</i> d. Menutup dengan doa				

(Sumber: Buku Guru PJOK 2017)

Keterangan Penilaian:

- a. Skor 1-16, Pelaksanaan berlangsung kurang baik
- b. Skor 17-32, Pelaksanaan berlangsung cukup baik
- c. Skor 33-48, Pelaksanaan berlangsung dengan baik
- d. Skor 49-64, Pelaksanaan berlangsung sangat baik

Tabel 3.2 Lembar penilaian observasi siswa

No	Aspek	Indikator penilaian	1	2	3	4
1.	Pembukaan pembelajaran	a. Siswa berinteraksi secara aktif b. Siswa berdoa dengan hikmat c. Membantu guru menyiapkan peralatan olahraga d. Siswa melakukan pemanasan dengan semangat				
2.	Inti pembelajaran	a. Memperhatikan saat guru menjelaskan				

		<p>²³</p> <p>b. Siswa melakukan kegiatan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan</p> <p>c. Siswa melakukan proses pembelajaran sesuai dengan instruksi guru</p> <p>d. Siswa dapat melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok</p>				
3.	Penutup	<p>¹</p> <p>a. Melakukan refleksi bersama guru</p> <p>b. Membantu guru menyimpan peralatan olahraga</p> <p>⁶³</p> <p>c. Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran</p> <p>d. Menutup dengan doa</p>				

(Sumber: Buku guru PJOK 2017)

¹
Keterangan penilaian

a. Skor 1-12, keaktifan siswa terhadap pembelajaran kurang baik

b. Skor 13-23, keaktifan siswa terhadap pembelajaran cukup baik

c. Skor 24-36, keaktifan siswa terhadap pembelajaran baik

d. Skor 37-48, keaktifan siswa terhadap pembelajaran sangat baik

2. Tes

Tes adalah alat ⁶⁷ untuk mengukur kemampuan, pengetahuan, keterampilan, atau bakat ⁴⁰ seseorang atau kelompok. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tes untuk mengetahui kemampuan siswa ¹ dalam permainan tradisional bola kasti yang dipergunakan untuk meningkatkan ketrampilan gerak lokomotor pada siswa-siswi SDN V Wonorejo 1 Kabupaten Kediri Tahun ajaran 2022/2023.

- a. Tes Afektif siswa, digunakan untuk mengetahui sikap siswa kelas V di SDN Wonorejo 1

²¹ **Tabel 3.3 Lembar penilaian afektif siswa**

Aspek yang di nilai	Kategori skor			
	1	2	3	4
Kehadiran				
Disiplin				
Sungguh-sungguh dalam pembelajaran				
Sportifitas				
Aktif				
Jumlah				

(Sumber: Shodikin 2020)

¹⁰ **Keterangan skor penilaian**

1 : Kurang

2 : Cukup

3 : Baik

4 : Baik Sekali

- b. Tes psikomotor siswa, digunakan untuk mengetahui ketrampilan siswa pada gerak dasar lokomotor melalui permainan tradisional bola kasti.

21

Tabel 3.4 Lembar penilaian psikomotor siswa

Aspek yang di nilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
Berjalan				
Berlari				
Berlari zig-zag				
Melompat				
Meloncat				
Jumlah				

(Sumber: Buku guru PJOK 2017)

10

Keterangan skor penilaian

1 : Kurang

2 : Cukup

3 : Baik

4 : Baik Sekali

- c. Test Kognitif siswa, digunakan untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan siswa tentang gerak lokomotor

21

Tabel 3.5 Lembar penilaian tes kognitif siswa

Aspek yang di nilai	Indikator	Skor nilai			
		1	2	3	4
Memahami gerak lokomotor	1. Pengertian gerak lokomotor 2. Menyebutkan macam-macam gerak lokomotor 3. Mengetahui ciri-ciri gerak lokomotor				
Refleksi gerak lokomotor	1. Menyadari pentingnya gerak lokomotor pada tubuh 2. Menjadikan latihan gerak lokomotor sebagai kebiasaan sehari-hari 3. Implementasi gerak lokomotor dalam permainan kasti				
Jumlah					

(Sumber: Buku guru PJOK 2017)

10
Keterangan skor penilaian

1 : Kurang

2 : Cukup

3 : Baik

4 : Baik Sekali

3 D. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk mengetahui presentase atau tingkat keberhasilan siswa dalam ketuntasan belajar setelah melakukan proses pembelajaran selama dua siklus., Keberhasilan pembelajaran juga dilihat dari hasil pengamatan aktivitas guru dan siswa. Berikut ini merupakan hal yang dilakukan untuk menganalisis data:

1. Penilaian Observasi Guru

Penilaian ini diperoleh dari pengamatan terhadap aktivitas guru selama pembelajaran terlaksana. Untuk menentukan nilai aktivitas guru, rumus digunakan sementara hasilnya diklasifikasikan dalam bentuk kriteria tingkat keberhasilan.

$$\text{61} \quad \text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Skor Maksimal

15 2. Penilaian Observasi Siswa

Penilaian ini diperoleh dari pengamatan terhadap aktivitas siswa selama pembelajaran terlaksana. Untuk menentukan nilai aktivitas

guru, rumus digunakan sementara hasilnya diklasifikasikan dalam bentuk kriteria tingkat keberhasilan.

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor Perolehan} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

3. Penilaian Tes

Penilaian tes ini di ambil dari hasil tes siswa dalam permainan tradisional bola kasti, dikatakan berhasil dalam penugasan jika mencapai nilai minimal Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) mata pelajaran olahraga di SDN Wonorejo 1 yakni 75. Dalam menilai hasil belajar siswa dalam permainan bola kasti tradisional, analisis deskriptif kuantitatif dilakukan yaitu pemberian nilai hasil belajar siswa. Data-data tersebut dianalisis dari siklus I dan II untuk dibandingkan dengan

Teknik deskriptif persentase,

Pedoman untuk penilaian siswa :

$$\text{Nilai Kognitif} : \frac{\text{jumlah skor} \times 100}{80}$$

$$\text{Nilai Afektif} : \frac{\text{jumlah skor} \times 100}{20}$$

$$\text{Nilai Psikomotor} : \frac{\text{jumlah skor} \times 100}{20}$$

$$\text{Nilai Akhir} : \text{nilai kognitif} + \text{nilai afektif} + \text{nilai psikomotor}$$

3

Dengan pengelompokan sebagai berikut:

Tabel 3.6 Prosentase nilai siswa

Prosentase	Kategori
90 sampai 100%	Baik sekali ²⁸
80 sampai 89%	Baik
70 sampai 79%	Cukup
60 sampai 69% ²	Kurang
< 60%	Sangat kurang

Untuk menentukan presentase kelulusan siswa secara klasikal

(P) yaitu sebagai berikut :

$$P = \frac{\text{Jumlah siswa yang tuntas}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \times 100$$

Jumlah seluruh siswa

Kategori kriteria presentasi ketuntasan siswa akan dibagi menjadi 4, yaitu:

Tabel 3.7 Prosentase Ketuntasan Klasikal

Prosentase	Kategori
76% sampai 100% ²⁸	Baik sekali
56% sampai 75%	Baik
36% sampai 55%	Cukup
0% sampai 35%	Kurang

E. Rencana Jadwal Penelitian

Rancangan waktu yang di pergunakan dalam penelitian “Meningkatkan Ketrampilan Gerak Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024” adalah sekitar 6 bulan dari bulan Juli sampai Desember 2023 Berikut *time line* kegiatan penelitian yang akan dilaksanakan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Selintas Setting Penelitian

Pada penelitian yang berjudul “Meningkatkan Ketrampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024” peneliti menetapkan subjek penelitian yaitu siswa kelas V SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri dengan siswa yang berjumlah 30 anak terdiri dari 18 siswa dan 12 siswi. Alasan peneliti memilih kelas tersebut karena menurut pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kelas tersebut memiliki nilai ketrampilan gerak lokomotor lebih rendah dari pada kelas lain. Sebelum penelitian dimulai peneliti menyiapkan alat sarana dan prasarana untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa menggunakan metode permainan bola kasti. Metode tersebut berlangsung saat jam olahraga yaitu mulai pukul 07.15 WIB dan dilaksanakan secara rutin selama dua minggu dalam satu siklus.

Pada penelitian tindakan kelas ini, yang berlangsung selama satu bulan, mata pelajaran PENJAS diajarkan satu kali setiap minggu selama dua jam pelajaran. Siklus pertama dijalankan di minggu ketiga dan keempat bulan Oktober, sedangkan siklus kedua dijalankan di minggu pertama dan kedua di bulan November. Sedangkan untuk pengumpulan data ketrampilan siswa dalam metode permainan bola kasti di ambil dihari terakhir dalam satu siklus.

Menurut evaluasi awal kondisi gedung sekolah, ruang kelas tersedia untuk kegiatan belajar mengajar, ruang guru, ruang administrasi, ruang Kepala Sekolah, kamar mandi, perpustakaan, mushola, serta halaman sekolah, karena halaman yang kurang memadai peneliti menggunakan lapangan yang tidak jauh dari sekolah untuk melakukan kegiatan olahraga.

6 **B. Diskripsi Temuan Penelitian**

1. Rencana Umum Pelaksanaan Tindakan

Dalam melakukan pengamatan dibutuhkan rencana umum agar penelitian berjalan sesuai dengan prosedur yang sudah dibuat. Rencana umum pelaksanaan penelitian tindakan ini adalah :

- a. Setiap siswa kelas V diharapkan telah makan pagi setidaknya satu jam sebelum ujian.
- b. Siswa diharapkan tiba tepat waktu minimal lima menit sebelum pembelajaran olahraga.
- c. Setiap siswa harus mengenakan pakaian olahraga dan bersepatu saat mata pelajaran olahraga.
- d. Guru memberikan arahan serta contoh gerakan ketika akan dilakukannya tes supaya peserta didik setidaknya memahami dan mengerti cara pelaksanaan tes tersebut, selain itu siswa **55** diberi kesempatan untuk melakukan gerakan yang sudah di contohkan oleh guru.
- e. Semua siswa wajib melakukan peregangan / pemanasan sebelum melaksanakan tes yang akan dilakukan.

Tujuan Tes : Untuk mengetahui ketrampilan gerak lokomotor siswa

Perlengkapan : ⁴¹ Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas V Kurikulum 2013, Lapangan, kun, tongkat, bendera, raffia, tangga ketangkasan, gawang aman, tongkat pemukul, bola kasti, dan peluit.

Pelaksanaan :

- a. Semua siswa dibariskan terlebih dahulu di lapangan
- b. guru memimpin doa sebelum kegiatan belajar mengajar dimulai
- c. Sebelum berolahraga, semua siswa melakukan pemanasan dan peregangan.
- d. Peserta didik diberikan penjelasan terlebih dahulu terkait gerak lokomotor
- e. guru menyontohkan teknik ketrampilan gerak lokomotor menggunakan metode permainan bola kasti
- f. siswa melakukan teknik berjalan, berlari, berlari zig-zag, melompat, dan meloncat dalam permainan bola kasti.

Pengamatan: Hasil pengamatan di ambil dari lembar observasi guru dan siswa untuk dilakukan evaluasi kedepannya.

2. Pelaksanaan Pra Penelitian

Pada pelaksanaan pra-penelitian ini dilaksanakan peneliti guna mengenali kecakapan gerak lokomotor peserta didik sebelum diberikan suatu tindakan dan kemudian data yang ada pada pra penelitian ini akan dijadikan peneliti sebagai pedoman penelitian. Pelaksanaan pra penelitian dilaksanakan

pada tanggal 12 oktober 2023 dilapangan ⁶ SDN Wonorejo 1 Kecamatan Wates Kabupaten Kediri. Tahap pelaksanaan pra penelitian adalah sebagai berikut:

a. Perencanaan, perencanaan dimulai ketika guru menyiapkan alat sarana dan prasarana untuk tes ketrampilan gerak lokomotor siswa yaitu lembar angket psikomotor, lembar angket afektif, dan lembar angket kognitif.

b. Pelaksanaan tindakan

1) Kegiatan awal:

Kegiatan ini dimulai Ketika pendidik menyiapkan siswa di dalam kelas, setelah itu guru memimpin siswa untuk berdoa, kemudian guru menjelaskan aturan cara mengisi angket dan guru membagikan angket yang sudah di siapkan.

2) Kegiatan inti :

siswa mengisi angket yang sudah diberikan oleh guru dengan waktu 30 menit, guru mengamati siswa untuk mengisi penilaian aspek afektif yang sudah di siapkan, Guru meminta ²⁰ satu siswa untuk memimpin pemanasan, dan guru melakukan tes psikomotor. (berjalan, berlari, berlari zig-zag, melompat, dan meloncat) di lapangan.

3) Kegiatan akhir :

Guru mengarahkan siswa menghamburkan barisan dan masuk kedalam kelas agar dapat mengikuti kegiatan belajar selanjutnya.

c. Statistik yang di peroleh dari pra penelitian adalah :

Keterangan : $\frac{\text{Nilai Kognitif} + \text{Nilai Afektif} + \text{Nilai Psikomotor}}{3}$

Hasil keterangan *pretest* menggunakan paduan nilai KKM yaitu untuk rentang skor 0-59 berarti sangat kurang, 60-74 berarti kurang, 75-83 berarti cukup, 84-92 berarti baik, dan 93-100 sangat baik. Dari hasil ketrampilan gerak lokomotor dengan metode permainan tradisional bola kelas V SDN Wonorejo 1 mendapatkan hasil untuk prapenelitian adalah :

Tabel 4.1 prosentase ketuntasan pra penelitian

Keterangan	Frekwensi	Presentase
B	1	3,3%
C	2	6,7 %
K	6	20%
SK	21	70%
Jumlah	30	100%

¹ Berdasarkan hasil pernyataan siswa di atas maka dapat dideskripsikan bahwa 1 siswa atau 3,3% dikatakan baik, ²⁰ 2 siswa atau 6,7% dikatakan cukup, 6 siswa atau 20% dikatakan kurang, dan 21 siswa atau 70% dikatakan sangat kurang.

d. Refleksi

Pada data pra penelitian menunjukkan performa ketrampilan siswa ⁶⁹ kelas V SDN Wonorejo I Kabupaten Kediri masih dalam kategori yang kurang atau rendah, hal ini dibuktikan dari 30 siswa yang mengikuti ujian hanya 3 saja yang lulus dan mencapai KKM atau bisa dikatakan hanya 10% ² dari jumlah siswa keseluruhan. Karena hasil tersebut maka peneliti perlu mengadakan sebuah pengamatan yang bertujuan ⁴⁹ untuk meningkatkan ketrampilan dan performa belajar pada gerak lokomotor siswa kelas V SDN

Wonorejo Wates Kabupaten Kediri menggunakan metode permainan tradisional bola kasti.

3. ² **Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus I**

Siklus I berjalan selama satu minggu dimulai tanggal 19 Oktober hingga 26 Oktober 2023 di dalam lapangan dengan subjek semua siswa kelas V SD Negeri Wonorejo 1. Berdasarkan sebuah statistik ² dari hasil pembelajaran yang akan dilangsungkan, dan disepakati oleh penulis maka disusun perencanaan, sebagai berikut :

a. Perencanaan:

- 1) Menentukan materi pembelajaran yang relevan dengan ² materi pembelajaran yang akan diberikan kepada siswa dan disesuaikan dengan alokasi waktu KBM PJOK.
- 2) Penyusunan rencana pembelajaran.
- 3) Menyiapkan instrumen seperti kun kerucut, tongkat, bola kasti, pemukul, tangga ketangkasan, papan kayu, gawang aman dan peluit.
- 4) Membuat lintasan dengan panjang 5m setiap bentuk test.
- 5) Membuat format untuk observasi, catatan lapangan, dan laporan

b. Pelaksanaan Tindakan

Pertama guru dan siswa menuju ke lapangan kemudian membariskan siswa tiga banjar. Guru memimpin doa dan mengambil presensi peserta didik, menyampaikan materi dan tes yang akan dilaksanakan dan maksud dari kegiatan pembelajaran tersebut. Setelah itu siswa akan melakukan pemanasan. Pada siklus pertama jumlah kehadiran siswa ada 30 anak.

Guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan tes yang akan dilaksanakan. Disini guru menjelaskan beberapa aspek yang akan dibuat test untuk mengetahui hasil peningkatan ketrampilan gerak lokomotor siswa.

Tes yang pertama adalah aspek psikomotor dimana nanti siswa berjalan diatas papan kayu dengan panjang 3 meter, meloncati tangga ketangkasan, berlari lurus, berlari zig-zag, dan melompati gawang aman. Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok, untuk kelompok pertama dibariskan satu banjar dan untuk kelompok yang belum ikut tes menjaga bola yang dipukul oleh tim yang melaksanakan tes, kemudian baris pertama melakukan tes terlebih dahulu sesuai apa yang sudah di jelaskan oleh guru sebelumnya. Dengan dibantu kolaborator guru memulai tes dengan meniup peluit sampai siswa mulai meloncati tangga ketangkasan. Jika sudah selesai melakukan tes peratama seluruh siswa melakukan pendinginan dan menuju ke kelas untuk melaksanakan tes kedua.

Tes yang kedua adalah aspek kognitif siswa dimana siswa harus mengisi angket yang sudah diberikan oleh guru, siswa melakukan tes kognitif sesuai pengetahuan yang sudah di jelaskan dan didemonstrasikan oleh guru sebelumnya.

Untuk aspek afektif siswa hanya guru yang menilai siswa dengan mengisi angket yang sudah disediakan sebelumnya dengan cara melakukan pengamatan dari tes aspek psikomotor hingga aspek kognitif sesuai sikap, perilaku dan nilai individu pada siswa tersebut.

c. Observasi (pengamatan)

Dari data pengamatan guru serta catatan dilapangan, kemudian didiskusikan bersama kolaborator ditemukan beberapa kendala yang terjadi pada saat siklus I yaitu beberapa anak masih bingung tentang ujian yang sudah dijalankan pada siklus I dan juga anak belum begitu bersemangat ketika pembelajaran akan dimulai.

d. Refleksi

Dari hasil diskusi dan observasi guru dengan kolaborator mendapatkan data temuan yang dapat digunakan untuk refleksi pembelajaran siklus pertama, yakni :

- 1) Beri ⁶⁵ umpan balik kepada peserta didik dengan memberikan pujian dan penghargaan atas usaha mereka.
- 2) ² Berikan penjelasan dan contoh yang baik supaya siswa lebih mendalami materi yang diajarkan,
- 3) ¹⁰ Mencari keahlian dari peserta didik dengan cara bertanya kepada siswa tentang materi yang sedang diajarkan.

Hasil keterangan *pretest* menggunakan paduan nilai KKM yaitu untuk rentang skor 0-59 berarti sangat kurang, 60-74 berarti kurang, 75-83 berarti cukup, 84-92 berarti baik, dan 93-100 sangat baik. Dari hasil ketrampilan gerak lokomotor dengan metode permainan tradisional bola kelas V SDN Wonorejo 1 mendapatkan hasil untuk ⁶⁰ Siklus I adalah :

Tabel 4.2 Prosentase ketuntasan Siklus I

Keterangan	Frekwensi	Presentase
------------	-----------	------------

B	4	13,3 %
C	9	30 %
K	15	50%
SK	2	6,7 %
Jumlah	30	100%

Pada data siklus I ini menunjukkan ⁵ hasil belajar siswa kelas V SDN Wonorejo I Kabupaten Kediri sudah dalam kategori meningkat, dari data pra penelitian sebelumnya mampu dibuktikan dari 30 anak yang mengikuti ujian sudah 13 siswa yang lulus dan mencapai KKM atau bisa dikatakan sudah 43,3% dari jumlah siswa secara keseluruhan, yang artinya terjadi peningkatan ketrampilan gerak lokomotor setelah diberikan metode permainan tradisional bola kasti.

² 4. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus II

Siklus II dilangsungkan selama satu minggu dimulai dari tanggal 2 November hingga 9 November 2023 di dalam lapangan ¹ dengan subjek seluruh siswa kelas V SD Negeri Wonorejo I. Berdasarkan sebuah statistik ² dari hasil proses pembelajaran yang akan terlaksana, dan disepakati oleh penulis. Akan dilakukan penyusunan rencana antara lain :

a. Perencanaan

- 1) Menentukan materi pembelajaran yang relevan dengan materi pembelajaran yang akan diberikan kepada siswa dan disesuaikan dengan alokasi waktu KBM PJOK.
- 2) Menyusun strategi pembelajaran.
- 3) Menyiapkan instrumen seperti kun kerucut, tongkat, bola kasti, pemukul, tangga ketangkasan, papan kayu, gawang aman dan peluit.
- 4) Membuat lintasan dengan panjang 5m setiap bentuk test.
- 5) Menyiapkan format observasi, catatan lapangan, dan dokumentasi

b. Pelaksanaan Tindakan

Pertama guru dan siswa menuju ke lapangan kemudian membariskan siswa tiga banjar. Guru memimpin doa dan mengambil presensi peserta didik, memberikan materi dan tes yang akan dilaksanakan dan maksud dari kegiatan pembelajaran tersebut. Setelah itu siswa akan melakukan pemanasan. Pada siklus II jumlah kehadiran siswa ada 30 anak.

Guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan tes yang akan dilaksanakan. Disini guru menjelaskan beberapa aspek yang akan dibuat test untuk mengetahui hasil peningkatan ketrampilan gerak lokomotor siswa.

Tes yang pertama adalah aspek psikomotor dimana nanti siswa berjalan diatas papan kayu dengan panjang 3 meter, meloncati tangga ketangkasan, berlari lurus, berlari zig-zag, dan melompati gawang aman. Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok, untuk kelompok pertama dibariskan satu banjar dan untuk kelompok yang belum ikut tes menjaga

bola yang dipukul oleh tim yang melaksanakan tes, kemudian baris pertama melakukan tes terlebih dahulu sesuai apa yang sudah di jelaskan oleh guru sebelumnya. Dengan dibantu kolaborator guru memulai tes dengan meniup peluit sampai siswa mulai meloncati tangga ketangkasan. Jika sudah selesai melakukan tes pertama seluruh siswa melakukan pendinginan dan menuju ke kelas untuk melaksanakan tes kedua.

Tes yang kedua adalah aspek kognitif siswa dimana siswa harus mengisi angket yang sudah diberikan oleh guru, siswa melakukan tes kognitif sesuai pengetahuan yang sudah di jelaskan dan didemonstrasikan oleh guru sebelumnya.

Untuk aspek afektif siswa hanya guru yang menilai siswa dengan mengisi angket yang sudah disediakan sebelumnya dengan cara melakukan pengamatan dari tes aspek psikomotor hingga aspek kognitif sesuai sikap, perilaku dan nilai individu pada siswa tersebut.

² c. Observasi (pengamatan)

Dari data pengamatan guru dan catatan di lapangan, kemudian didiskusikan bersama kolaborator ditemukan beberapa kendala yang terjadi pada saat siklus I yaitu beberapa anak masih bingung tentang ujian yang sudah dilaksanakan di siklus I dan juga anak belum begitu bersemangat ketika pembelajaran akan dimulai.

d. Refleksi

Dari hasil diskusi dan observasi guru dengan kolaborator mendapatkan hasil statistik ² yang dapat dijadikan sebagai bahan refleksi pembelajaran siklus II, yaitu sebagai berikut :

- 1) Beri umpan balik kepada peserta didik dengan memberikan pujian dan penghargaan atas usaha mereka.
- ² 2) Berikan penjelasan dan contoh yang baik supaya siswa lebih mendalami materi yang diajarkan,
- ¹⁰ 3) Mencari keahlian dari peserta didik dengan cara bertanya kepada siswa tentang materi yang sedang diajarkan.

Hasil keterangan *pretest* menggunakan paduan nilai KKM yaitu untuk rentang skor 0-59 berarti sangat kurang, 60-74 berarti kurang, 75-83 berarti cukup, 84-92 berarti baik, dan 93-100 sangat baik. Dari hasil ketrampilan gerak lokomotor dengan metode permainan tradisional bola kelas V SDN Wonorejo 1 mendapatkan hasil untuk prapenelitian adalah:

Tabel 4.3 Prosentase ketuntasan siklus II

Keterangan	Frekwensi	Presentase
B	5	16,67 %
C	22	73,33%
K	3	10%
Jumlah	30	100%

Pada data siklus II ini menunjukkan performa ⁵ belajar siswa kelas V SDN Wonorejo I Kabupaten Kediri sudah dalam kategori meningkat dapat

dilihat ⁴³ dari 30 siswa yang ikut tes sudah 27 siswa yang tuntas dan mencapai KKM atau bisa dikatakan sudah 90% dari jumlah siswa secara keseluruhan, dengan siswa tidak tuntas sebanyak 3 dikarenakan terdapat keterlambatan dalam proses belajar pada siswa tersebut, yang artinya terjadi peningkatan ketrampilan gerak lokomotor setelah diberikan metode permainan tradisional bola kasti.

C. Pembahasan dan Pengambilan Kesimpulan

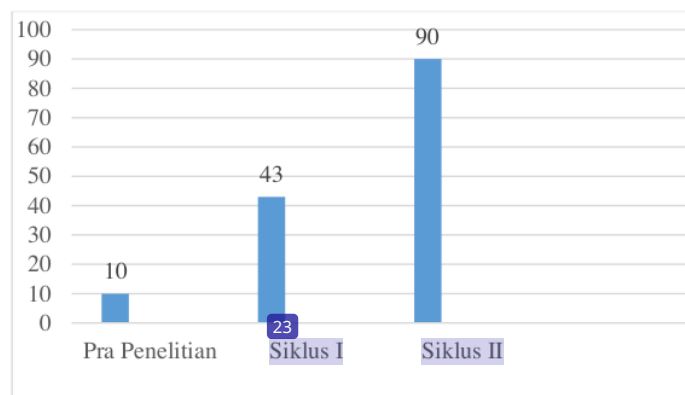
Ketrampilan gerak lokomotor sangat penting untuk dikembangkan pada usia dini sekitar 7-12 tahun agar motorik anak dapat optimal ketika beranjak dewasa. Dalam jurnal (Yulingga, 2015: 62) Gerak lokomotor didefinisikan sebagai pergerakan ³⁹ tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Gerakan lokomotor meliputi lari, lompat, loncat, melempar, menderap, meluncur, melompati, berguling, dan mengayuh. Kemampuan gerak lokomotor anak sangat dipengaruhi oleh kegiatan mereka. ¹ Dalam kehidupan sehari-hari, anak-anak melakukan hal-hal seperti berjalan, berlari, melompat, mengumpulkan, mengumpulkan, dan menendang. Aktivitas anak akan terhambat jika mereka tidak memiliki kemampuan ini.

¹² Gerak dasar lokomotor adalah dasar dari macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan dan arahan agar anak dapat melaksanakannya dengan baik dan benar. Sebagian gerak lokomotor berkembang sebagai hasil berbagai tahapan. Tahap yang dilakukan oleh peneliti adalah melalui modifikasi permainan bola kasti, dimana modifikasi permainan tersebut terdapat beberapa aspek ⁷ untuk meningkatkan gerak

lokomotor seperti berlari, melompat, dan berjalan. Aspek – aspek tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan ketrampilan gerak lokomotor pada anak.

Penelitian yang dijalankan selama lebih kurang dari 1 bulan di SDN Wonorejo 1 dengan subyek siswa kelas V dapat dikatakan berhasil dikarenakan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap ketrampilan gerak lokomotor siswa menggunakan metode permainan bola kasti.

Berikut ini adalah grafik peningkatan ketrampilan gerak lokomotor kelas V SD Negeri Wonorejo 1 :



Gambar 4.4 Grafik Hasil Penelitian

Berlandaskan grafik diatas pada Pra Penelitian hanya diperoleh 10% dari hasil penelitian yang dilakukan kemudian setelah dilaksanakan pengamatan pada Siklus I terjadinya peningkatan yaitu menjadi 43 persen setelah itu peneliti melakukan Siklus II karena dirasa hasil yang diperoleh belum mencapai setengahnya. Pada Siklus II ini meningkat lagi 90%

Tabel 4.13 Analisis Hasil Keterampilan Gerak Lokomotor Siswa

Berdasarkan tabel diatas dapat diambil kesimpulan bahwa adanya suatu

No	Keterangan	Siklus	Siklus	Peningkatan
		I	II	
1.	Psikomotor	72,8%	83%	10,2%
2.	Afektif	76,7%	81,8%	5%
3.	Kognitif	65,6%	76,3%	10,7%

peningkatan keterampilan gerak lokomotor dengan menggunakan metode modifikasi permainan tradisional bola kasti. Hasil dari Siklus dua dapat dibuktikan terjadinya peningkatan lebih baik dari Siklus I. dari kesimpulan tersebut dapat dikatakan terjadinya peningkatan keterampilan gerak lokomotor siswa. Kondisi ini juga dipengaruhi oleh rasa antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran menggunakan metode permainan bola kasti bahwa siswa semakin tertarik dalam setiap proses belajar mengajar.

D. Kendala dan Keterbatasan

Aspek implementasi peneliti yang masih perlu diperhatikan dalam penelitian adalah :

1. Aspek penutup, peneliti kurang dalam hal melakukan refleksi setelah adanya tindakan untuk mengembangkan keterampilan gerak lokomotor pada siswa dikarenakan keterbatasan waktu dalam pembelajaran.

2. Aspek membuka pelajaran, pada aspek ini peneliti seringkali kurang memberikan ice breaking kepada siswa sebelum dimulai kegiatan inti pembelajaran sehingga siswa akan kurang bersemangat.

Dalam setiap melakukan kegiatan penelitian peneliti mengalami beberapa kendala dan keterbatasan pada saat dilapangan. Kendala dan keterbatasan tersebut adalah

1. ² Masih ada siswa yang kelupaan membawa seragam olahraga saat ujian dimulai.
2. Saat ujian dilakukan, ketika peneliti mencontohkan menggunakan metode permainan bola kasti siswa kurang memperhatikan dan tidak serius dalam mengamati peneliti saat membimbing siswa.
3. Siswa masih sering bercanda saat melakukan metode permainan bola kasti.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Gerak lokomotor sangat penting dimiliki oleh anak karena akan berpengaruh dalam pengembangannya saat sudah dewasa. Dalam hal ini, cara guru dalam meningkatkan gerak lokomotor siswa diusia kanak dengan rancangan model permainan yang menyenangkan. Pembelajaran akan lebih menarik apabila model pembelajaran dilakukan menggunakan inovasi yang baru diantaranya menggunakan model permainan tradisional.

Meningkatkan Ketrampilan ³⁵ Gerak Dasar Locomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024 ⁴⁸ terbukti dapat meningkatkan gerak lokomotor siswa. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa setelah diterapkan modifikasi permainan bola kasti pada pra penelitian yang hanya mendapat ketuntasan 10%, untuk siklus I mendapatkan ketuntasan 43% dan siklus dua terdapat kenaikan yang signifikan yaitu 90% siswa yang sudah mencapai hasil optimal dalam ketrampilan 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.

B. SARAN - SARAN UNTUK TINDAKAN SELANJUTNYA

Berdasarkan hasil penemuan peneliti mengenai upaya Meningkatkan Ketrampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2023/2024. Maka peneliti menyarankan beberapa hal yang bisa dijadikan perhatian :

1. Dalam mengembangkan ketrampilan gerak lokomotor siswa, memilih permainan tradisional bola kasti adalah suatu pilihan yang dapat digunakan agar anak pada jaman sekarang tidak lupa akan permainan tradisional.
2. Dikarenakan Penelitian Tindakan Kelas sangat berguna, sebaiknya pendidik melaksanakan penelitian ini guna mengetahui serta mengembangkan proses dan performa belajar peserta didik maupun pendidik demi meningkatkan kualitas pembelajaran menjadi lebih baik.

Tito Raka Nanda Amirunni'am_MENINGKATKAN KETRAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL BOLA KASTI PADA SISWA KELAS V SDN WONOREJO 1 KABUPATEN KEDIRI TAHUN AJARAN 2023/2024

ORIGINALITY REPORT

23%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.uny.ac.id Internet Source	4%
2	repository.unpkediri.ac.id Internet Source	4%
3	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	1%
4	ejournal.unib.ac.id Internet Source	1%
5	ulilababinstitute.com Internet Source	1%
6	simki.unpkediri.ac.id Internet Source	1%
7	www.neliti.com Internet Source	1%
8	www.scribd.com Internet Source	1%

9	anyflip.com Internet Source	1 %
10	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
11	Omah Mukarromah, Tatu Maesaroh, Dede Imtihanudin. "KONSERVASI PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP PERKEMBANGAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA DINI", Jurnal Elementary, 2022 Publication	<1 %
12	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
13	docplayer.info Internet Source	<1 %
14	suchysicimala.blogspot.com Internet Source	<1 %
15	123dok.com Internet Source	<1 %
16	septianakusumawardani.blogspot.com Internet Source	<1 %
17	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
18	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1 %

19	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
20	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
21	repository.unib.ac.id Internet Source	<1 %
22	Submitted to Universitas PGRI Palembang Student Paper	<1 %
23	mafiadoc.com Internet Source	<1 %
24	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
25	media.neliti.com Internet Source	<1 %
26	journal.ikipsiliwangi.ac.id Internet Source	<1 %
27	digilibadmin.unismuh.ac.id Internet Source	<1 %
28	purnamaskripsi.blogspot.com Internet Source	<1 %
29	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
30	Submitted to IAIN Kudus	

<1 %

31

Samsul Anam, Geby Ovaleoshanta, Fahriza Ardiansyah, Danang Ari Santoso. SPORTIF, 2017

Publication

<1 %

32

mram507.wordpress.com

Internet Source

<1 %

33

repository.uinsu.ac.id

Internet Source

<1 %

34

core.ac.uk

Internet Source

<1 %

35

eprints.uns.ac.id

Internet Source

<1 %

36

Submitted to Universitas Mulawarman

Student Paper

<1 %

37

Yulingga Nanda Hanief, Sugito Sugito. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, 2015

Publication

<1 %

38

adoc.pub

Internet Source

<1 %

39

anak-olahraga.blogspot.com

Internet Source

<1 %

Submitted to Regis University

40

Student Paper

<1 %

41

files1.simpkb.id

Internet Source

<1 %

42

repository.upi.edu

Internet Source

<1 %

43

moam.info

Internet Source

<1 %

44

www.ejurnalkotamadiun.org

Internet Source

<1 %

45

adoc.tips

Internet Source

<1 %

46

dorengbarata.blogspot.com

Internet Source

<1 %

47

ejournal.umm.ac.id

Internet Source

<1 %

48

id.123dok.com

Internet Source

<1 %

49

jurnal.fkip.unila.ac.id

Internet Source

<1 %

50

www.detikpendidikan.id

Internet Source

<1 %

51

Emilia Dwi Rahayu Ningsih, Ruri Nurul Aeni Wulandari. "Pengaruh Model Pembelajaran

<1 %

Student Team Achievement Division (STAD)
terhadap Hasil Belajar serta Kemampuan
Berpikir Kritis Siswa", EDUKATIF : JURNAL
ILMU PENDIDIKAN, 2022

Publication

52

Heriska Febriani, Arwin, Andika Prabowo.
"Implementasi Pembelajaran Dengan Metode
Bermain Dalam Meningkatkan Kemampuan
Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas III SD
Negeri 38 Kota Bengkulu", SPORT
GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan
Jasmani, 2023

Publication

<1 %

53

Submitted to Universitas Muria Kudus

Student Paper

<1 %

54

Widiarti Widiarti, Elindra Yetti, Nofimarlina
Siregar. "Peningkatan Kemampuan Gerak
Dasar Lokomotor Anak melalui Modifikasi
Seni Tradisional Burok", Jurnal Obsesi : Jurnal
Pendidikan Anak Usia Dini, 2021

Publication

<1 %

55

arifaren17.blogspot.com

Internet Source

<1 %

56

es.scribd.com

Internet Source

<1 %

57

figbjn.files.wordpress.com

Internet Source

<1 %

58	lilythamzil.wordpress.com Internet Source	<1 %
59	lp2m.unpkediri.ac.id Internet Source	<1 %
60	must-august.blogspot.com Internet Source	<1 %
61	pdfcoffee.com Internet Source	<1 %
62	pustakapusdokino.wordpress.com Internet Source	<1 %
63	repository.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
64	stp-bandung.net Internet Source	<1 %
65	ulyaismail.blogspot.com Internet Source	<1 %
66	www.mariyadi.com Internet Source	<1 %
67	Ranita Ranita, Amir Luthfi, Iis Aprinawati. "Pengaruh Model Pembelajaran Cycle Learning 5E Terhadap Keterampilan Proses Sains Peserta Didik Sekolah Dasar", Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK), 2021 Publication	<1 %

68

e-journal.hamzanwadi.ac.id

Internet Source

<1 %

69

tdcorrige.com

Internet Source

<1 %

70

zombiedoc.com

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off