STIMULASI KETERAMPILAN GERAK FUNDAMENTAL MELALUI *FIELD GAME* SISWA SEKOLAH DASAR

SKRIPSI

FORTUNATA SUPRIANI

(F1251191022)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2024

STIMULASI KETERAMPILAN GERAK *FUNDAMENTAL*

MELALUI *FIELD GAME* SISWA SEKOLAH DASAR

SKRIPSI

FORTUNATA SUPRIANI

NIM F1251191022

Disetujui,

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Uray Gustian, M.Or	Rubiyatno, M.Or
NIP. 19881118201504100S	NIP.198811252019031012

Disahkan oleh
Dekan
Fkip Universitas Tanjungpura Pontianak

Dr. Ahmadi Yani T, M.Pd
NIP 196604011991021001

STIMULASI KETERAMPILAN GERAK *FUNDAMENTAL*

MELALUI *FIELD GAME* SISWA SEKOLAH DASAR

FORTUNATA SUPRIANI
NIM F1251191022

Disetujui,

Pembimbing Utama

Uray Gustian, M. Or
NIP.198811102015041005

Pembimbing Pendamping

Rubiyatno, S. Fd., M. Or
NIP. 1988125201903 1012

Pembahas Utama

Eka Supriatna, M. Pd
NIP.19721112200604100 1

Pembahas Pendamping

Putra Sastraan B,S.Pd.,M.Or
NIP.19890128202201006

Mengetahui
Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan,

Mutu Hakiam., M. Pd.
NIP 197505222008011007

LEMBAR PENGESAHAN
STIMULASI KETERAMPILAN GERAK FUNDAMENTAL MELALUI *FIELD GAME* SISWA SEKOLAH DASAR

Penanggung Jawab

Fortunata Supriani
F1251191022

Disetujui Oleh

Pembimbing Utama

Uray Gustian, M.Or
NIP. 198811102015041005

Pembimbing Pendamping

Rubiyatno, M.Or
NIP 19881125201903 1012

Pembahas Utama

Eka Supriatna, M.Pd
197711122006041002

Pembahas Pendamping

Putra Sastradinata B.S.Pd.,M.Or
NIP.198901282022031006

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
FKIP UNTAN

Dr. Y. Touvan Juni Samodra, M.Pd
NIP.19770602200801 1010

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Fortunata Supriani

NIM : F1251191022

Jurusan/ Prodi : Ilmu Keolahragaan/ Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulis pikiran orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pontianak, Januari 2024
Yang membuat pernyataan,

Fortunata Supriani
NIM F1251191022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan penggunaan field game dalam menstimulus keterampilan gerak fundamental. Metode penelitian ini menggunakan eksperimen dan rancangan penelitian yang akan digunakan adalah *One Grup Pretest Postest Design* dengan bentuk rancangan. Populasi dalam penelitian ini 20 siswa sekolah dasar dengan rentang usia 9-10 tahun. Teknik Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar yang berjumlah 12 orang. Hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan (*treatment)* diperoleh hasil rata-rata penelian TGMD-2 tes pertama (*pretest*) yaitu 55,75. Setelah itu anak-anak diberikan perlakuan (treatment) dari peneliti untuk meningkatkan kemampuan keterampilan gerak fundamental, kemudian anak-anak diberikan test kedua (*posttest*) dengan test yang sama seperti yang dilakukan saat test pertama dan memperoleh hasil rata-rata penelian TGMD-2 yaitu 80,5.

Kata kunci:*Stimulasi,Gerak Fundamental,Field Game*

ABSTRACT

This research aims to determine the effectiveness of using field games to stimulate fundamental movement skills. The research method employed is an experiment, and the research design used will be a One Group Pretest Posttest Design. The population in this study consists of 20 elementary school students aged 9-10 years. The sampling technique used in this research will involve 12 elementary school students. The results of the study before the treatment showed an average score of 55.75 on the TGMD-2 test (pretest). After that, the children were given treatment by the researcher to enhance their fundamental movement skills, and then the children were administered a second test (posttest) using the same test as the first one, resulting in an average score of 80.5 on the TGMD-2.

Keywords: Stimulation, Fundamental Movement, Field Game

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur Kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, atas berkat dan rahmatnya sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi yang di susun untuk diujiankan dalam rangka untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Pendidikan Ilmu Keolahragaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura, yang berjudul **"STIMULASI KETEAMPILAN GERAK FUNDAMENTAL MELALUI *FIELD GAME* SISWA SEKOLAH DASAR ".**

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah bersedia memberikan motivasi, informasi, serta bimbingannya, sipenulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. H. Ahmad Yani T , M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura.
2. Mimi Haetami, M.Pd selaku Ketua Jurusan Keguruan dan Ilmu Pendidikan Olahraga Universitas Tanjungpura.
3. Dr. Y Touvan Juni Samodra, M.Pd selaku Ketua Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura.
4. Uray Gustian,M.Or sebagai Pembimbing Pertama yang telah banyak memberikan motivasi, serta dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Rubiyatno M.Or sebagai Pembimbing kedua yang telah banyak memberikan masukan, motivasi, serta wejangan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Ilmu Keolahragaan, Staf Akademik, dan Staf Administrasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universirtas Tanjungpura yang telah banyak membantu untuk menyelesaikan administrasi selama penyusunan skripsi ini.
7. Keluarga tercinta, ayahanda Mikaldus Lanyo dan Ibunda Fransiska Jonai serta saudara kandung saya yakni Vinsensius Sastro,Sabina Heni,Melkiades Hermanto,Bernadeta Yeni,Veronika Nani,Beriani Rini terimakasih tak terhingga saya ucapkan atas doa dan dukunganya dalam penulisan skripsi ini. Keluarga besar saya beserta para sahabat yang telah mendukung saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
8. Tidak lupa juga kepada para sahabat saya dari kecil Elsi,Dara,Wisti,Dila. Dan para sahabat saya dari masa SMA Jeniper,Arita,Ardiva,Dita,Novita. Serta para sahabat saya masa kuliah Rosa,Sekar,Ella,Yulia,Tari, serta keluarga besar kos A55.
9. Dan tidak lupa rekan-rekan mahasiswa/I Pendidikan Kepelatihan Olahraga khusus nya angkatan 2019.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena masih banyak kelemahan dan kekurangan dalam penyusunannya. Maka dari itu, Penulisan sangat berharap kritik dan sarannya yang bisa membangun sehingga penulisan ini bisa di perbaiki.

Pontianak, Januari 2024

Penulis,

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 6
E.Ruang Lingkup dan Definisi Operasional 7
1. Ruang Lingkup 7
BAB II KAJIAN TEORI 8
A. Gerak Fundamental 8
1. Gerak lokomotor 9
2. Gerak nonlokomotor 10
3. Gerak manipulatif 11
B. Pengertian *Field Game* 12
C. Pengertian Bola Kasti 13
1. Tujuan dan Manfaat Bermain Bola Kasti 13
3. Teknik Permainan Bola Kasti 14
4. Peraturan permainan bola kasti 16
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 21
A. Desain Penelitian 21
B. Prosedur Penelitan 22
C. Populasi dan Sampel 24
D. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data 24
E.Analisis Data 39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 41
A. Hasil Penelitian 41
1. Deskripsi data penelitian 41

B. Uji Normalitas 44
C. Uji Beda (Uji-T) 46
D. Pembahasan 47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 51
A. Kesimpulan 51
B.Saran 51
DAFTAR PUSTAKA 52
LAMPIRAN 58

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 *Prosedur Penelitian* 23
Tabel 3. 2 *Locomotor Test 1* 27
Tabel 3. 3 *Locomotor Test 2* 28
Tabel 3. 4 *Locomotor Test 3* 29
Tabel 3. 5 *Locomotor Test 4* 30
Tabel 3. 6 *Locomotor Test 5* 31
Tabel 3. 7 *Locomotor Test 6* 32
Tabel 3. 8 *Manipulative Test 1* 33
Tabel 3. 9 *Manipulative Test 2* 34
Tabel 3. 10 *Manipulative Test 3* 35
Tabel 3. 11 *Manipulative Test 4* 36
Tabel 3. 12 *Manipulative Test 5* 37
Tabel 3. 13 *Manipulative Test 6* 38
Tabel 4. 1 *Hasil Pretest* 42
Tabel 4. 2 Hasil Posttest 43
Tabel 4. 3 Hasil pretest dan posttest 44
Tabel 4. 4 *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* 45
Tabel 4. 5 Uji Normalitas 45
Tabel 4. 6 hasil pretest dan posttest keseluruhan 46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Bola Kasti yang Dimodifikasi.....20

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Aktivitas fisik bukan hanya tentang aktivitas yang mengeluarkan energi, tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan keterampilan gerak fundamental (Fadilah & Wibowo, 2018)) . Keterampilan gerak fundamental yang dimiliki oleh anak juga sangat penting bagi perkembangan fisik dan sosial yang sehat serta dalam kehidupan sehari-hari (Ariyanto et al., 2020a). Agar dapat melakukan aktivitas fisik dengan baik, anak-anak perlu memiliki keterampilan gerak fundamental.

Namun demikian keterampilan gerak fundamental tidak bisa dimiliki begitu saja, akan tetapi perlu adanya program aktivitas fisik yang dapat mengembangkan keterampilan gerak (Yoda, 2018). Keterampilan gerak fundamental adalah suatu kemampuan yang perlu dikuasai oleh setiap anak, gerak fundamental juga didefinisikan sebagai gerakan gerakan dasar yang dilakukan oleh anak sebagai tahapan dimana sang anak mengeksplorasi serta mencoba kemampuan gerak yang ada pada tubuhnya (Burstiando & Nurkholis, 2018).

Aktivitas gerak bisa juga diartikan sebagai perubahan posisi tubuh dengan ruang atau terhadap bagian tubuh lainnya sehingga menghasilkan peralihan (Putra et al., 2019). Perkembangan gerak dimasa anak-anak sangat menonjol, terutama pada kemampuan lokomotor (gerak berpindah tempat), non lokomotor (gerak yang tidak berpindah tempat) dan manipulatif (gerak meniru orang lain) Penyempurnaan atau perbaikan gerak dimasa anak-anak sudah terjadi (Aktivitas et al., 2017). Dimana pada saat menjelang dewasa atau remaja gerak yang semakin kompleks bisa dikuasai dengan kemampuan memanfaatkan keterampilan gerak sesuai dengan kebutuhannya.

Peningkatan gerak yang terjadi pada anak yaitu merupakan bentuk terjadinya perubahan dalam kemampuan bergerak, mengkoordinasikan tangan dan mata, bahasa dan sosial emosional, sehingga membuat anak lebih peka terhadap lingkungan sekitarnya (Eva Kristiani, 2018). Pendidikan merupakan hal yang mendasar bagi anak (Pristiwanti et al., 2022). Dimana pembentukan perkembangan secara keseluruhan terjadi pada anak, dalam tahap ini anak akan mengalami perubahan yang sangat cepat. Hal tersebut akan berdampak pada pengembangan kapasitas kecerdasan, motorik, bahasa dan sosial emosional pada waktu mendatang (Maria & Amalia, 2018).

Perkembangan kemampuan benar-benar bisa berkembang tanpa dilatih, perkembangan ini bisa meningkat atau berkembang karena pengaruh kematangan dan pertumbuhan (Amini et al., 2020). Perubahan kemampuan seperti ini akan meningkatkan keterampilan. Perkembangan gerak yang tumbuh pada anak merupakan salah satu bentuk terjadinya peningkatan dalam kemampuan dalam bergerak, kordinasikan mata dan tangan, bahasa dan sosial emosional yang membuat anak menjadi lebih aktif dan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi dan lebih bersifat emosional (goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, 2019). Dari aktivitas gerak tersebut anak bisa berinteraksi dengan orang tua, orang dewasa dan teman bermainnya.

Selain itu anak juga mempunyai watak egosentis, namun dengan adanya aktivitas gerak kemungkinan besar anak akan belajar bekerja sama, bertanggung jawab, berkompetisi secara sehat serta menggemabangkan keterampilan kepemimpinan.

Perkembangan gerak adalah proses yang akan selalu berkelanjutan sesuai dengan umur, dimana perkembangan gerak akan terus terjadi dari gerak yang sederhana hingga gerak tak terorganisasikan sampai menuju pencapaian keterampilan gerak yang terorganisasikan dengan baik (Parwata, 2021). Sepanjang siklus kehidupannya, manusia tidak pernah lepas dari yang namanya aktivitas gerak, baik berupa gerak didalam sel maupun gerakan yang bisa teramati di dalam kehidupan sehari-hari (Jufri, 2013). Aktivitas selalu melekat di dalam tubuh manusia (Endang, 2010).

Gerak adalah suatu ciri dari makhluk hidup atau manusia, kemampuan gerak adalah suatu bentuk yang dapat menjaga keberlangsungan hidup dari manusia itu sendiri(Kiram, 2016). Manusia adalah makhluk sosial dengan aktivitas yang kompleks dan sangat bergantung pada lingkungan sekitarnya (drh. Santi Dewiki & Ir. Sri Yuniati Putri Koes Hardini, 2006). Berbagai macam aktivitas manusia untuk menjalankan kehidupan sehari-hari yang meliputi aktivitas bekerja, berolahraga, bergotong royong. Gerak merupakan usaha manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan aktivitas. Manusia melakukan aktivitas bergerak disesuaikan dengan kebutuhannya, aktivitas gerak manusia mulai dari gerak sederhana sampai dengan gerakan yang rumit dan kompleks menjadi elemen penting dalam kehidupan manusia. Gerak sebagai instrumen untuk mencapai tujuan dari seluruh aktivitas kehidupan manusia, termasuk gerak dalam olahraga (Smp et al., 2021).Pentingnya pembelajaran gerak fundamental bagi anak sudah harus dimiliki sejak dini,karena kemampuan gerak memiliki manfaat dan pengaruh

untuk perkembangan anak (Rismayanthi, 2013). Pembelajaran gerak bagi anak terdiri dari tiga fase yaitu fase pengenalan, fase pengembangan konsep dan keahlian dan fase puncak. Fase pengenalan dirancang untuk mengajak anak melakukan pemanasan dengan mengembangkan kegiatan lokomotor seperti lari dan lompat dan memperkenalkan kepada anak bentuk dan gerakan yang akan dikembangkan. Yang kedua ada fase pengembangan konsep dan keahlian mencakup tahap memperkenalkan konsep dan keahlian, mengetahui konsep yang dikembangkan dan pemberian penguatan serta praktiik dari keterampilan tersebut. Dan yang ketiga adalah fase puncak dimana pada fase ini anak menggunakan keahlian barunya dalam bergerak, mempelajarinya dan mendesain dalam bentuk Pelajaran (Taroreh & Wijaya, 2020). Namun permasalahan yang terjadi mengenai program gerak adalah (a) tidak ada tujuan dan sasaran yang jelas,(b) waktu yang tidak mencukupi untuk latihan keterampilan gerak, (c) tidak adanya perencanaan, (d) keterbatasan model dan contoh, (e) peralatan yang tidak cocok (Ghufron & Risnawita, 2015).

Adapun permasalahan yang sering terjadi adalah sebagian besar orang tua dan sekolah hanya memfokuskan kepada peningkatan kognitif anak dan kurangnya pemahaman dari orang tua mengenai pentingnya aktivitas gerak sehingga berdampak anak mengalami masalah yang berkaitan dengan kemampuan aktivitas geraknya (Khadijah, 2016).

Dari penjelasan diatas, peneliti bermaksud untuk membuat rangkaian permainan yang dapat menstimulus kegiatan gerak fundamental pada anak melalui pendekatan TGFU (Saryono & Nopembri, 2009). Dengan metode

pembelajaran TGFU bisa memberikan reaksi pada kemampuan mengontol emosional serta dapat mengambil keputusan atas kerjasama satu tim (Gustian et al., 2022). Peneliti ingin membuat atau memperkenalkan bagimana anak mengerti tentang aktivitas gerak fundamental melalui konsep dasar bermain dilapangan, dan agar anak dapat melakukan aktivitas gerak yang bisa membantu dalam memaksimalkan perkembangan geraknya. Gambaran tersebut berdasarkan gerak lokomotor seperti berlari, melompat, dan berjalan. Aktivitas tersebut akan dikemas dalam bentuk sebuah permainan dimana model pembelajaran nya seperti belajar sambil bermain. Objek atau sasaran dari penelitian ini adalah anak antara usia 9-10 tahun dimana akan difokuskan pada siswa/siswi Sekolah Dasar. Kegiatan tersebut akan dilakukan secara bertahap sehingga akan mendapatkan hasil yang siginifikat. Dan alasan peneliti menggunakan pendekatan TGFU karena pada usia tersebut anak anak lebih suka bermain dan menurut peneliti dengan metode belajar sambil bermain pada anak akan memberikan kesempatan kepada anak untuk meresapi, memahai, dan memberikan arti kepada mereka bahwa apa yang mereka pelajari bisa membuat mereka paham untuk memecahkan masalah melalui permainan tersebut.

Tujuan dilakukan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas keberhasilan penggunaan *field game* dalam menstimulus keterampilan gerak fundamental pada anak terutama pada siswa sekolah dasar yang akan didokumentasikan melalui foto dan video. Foto dan video yang berisikan proses dan prosedur pelaksanaan penelitian melalui permainan. Dari penelitian

ini diharapkan bisa memberikan manfaat kepada para pembaca dan sumbangan pengetahuan khususnya bagi para orang tua dan guru untuk mengetahui seberapa penting aktivitas gerak fundan mental pada anak dan bisa menjadi referensi bagi para peneliti lain yang berminat pada kajian yang sama.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian diatas adalah sebagai berikut:

Bagaimana menstimulasi keterampilan gerak fundamental melalui f*ield game*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keberhasilan penggunaan field game dalam menstimulus keterampilan gerak fundamental.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini ada 2 yaitu, manfaat teoritis dan praktis antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis
   a. Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan pengetahuan dalam dunia pendidikan sebagai referensi dalam metode pembelajaran
   b. Bahan acuan dalam pengetahuan belajar sambil bermain bagi siswa.
2. Manfaat praktis
   a. Bagi guru

      Agar bisa dijadikan rekomendasi model pembelajaran yang asik dalam metode pembelajaran.

b. Bagi siswa

Melalui modifikasi permainan ini diharap kan siswa dapat memahami pola hidup aktif dan bisa menumbuh kan semangat siswa dalam belajar.

c. Bagi Orang Tua

Agar bisa dijadikan rekomendasi pembelajaran gerak bagi anak.

E.Ruang Lingkup dan Definisi Operasional

1. Ruang Lingkup

   Dari peneilitian ini peneliti ingin mengetahui kemampuan gerak fundamental pada anak melalui field game.

2. Definisi operasional

   Agar penelitian ini sesuai dengan tujuan yang diharapkan dan untuk menghindarkan kesalahpahaman serta memperjelas pokok bahasaan yang ada kaitannya dengan judul maka penulis memberikan penjelasan dan penegasan :

   a. *Gerak fundamental* adalah sebagai gerakan gerakan dasar yang dilakukan oleh anak sebagai tahapan dimana sang anak mengeksplorasi serta mencoba kemampuan gerak yang ada pada tubuhnya.
   b. *Field game* adalah permainan yang dilakukan diluar ruangan atau permainan yang dilakukan dilapangan terbuka.