



UPAYA PENINGKATAN GERAK DASAR DENGAN PENDEKATAN GAME PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Andriwiyanto

Sekolah Dasar Segoroyoso Kecamatan Pleret kabupaten Bantul

Daerah Istimewa Yogyakarta

Email: andriwiyanto958@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar bagi siswa yang memiliki kemampuan persepsi motorik rendah dan tinggi dengan menggunakan model pembelajaran TGfU dan media permainan field game. Permasalahan penting dalam penelitian ini adalah bahwa dalam kelas memiliki kemampuan yang berbeda untuk menerima pembelajaran gerak, terutama dari sudut pandang kemampuan persepsi motorik. Model pembelajaran TGfU merupakan model pembelajaran yang memerlukan kemampuan untuk berfikir agar siswa mampu mengikuti proses pembelajaran. Fieldgame merupakan game yang mudah dan aman untuk diberikan dan memiliki unsur gerak dasar (jalan, lari, lompat dan lempar) yang disatukan dalam peraturan permainan. Sampel penelitian 40 siswa yang terdiri atas siswa berkemampuan motorik rendah dan tinggi. Kedua kelompok menerima perlakuan dengan model pembelajarannya TGfU. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata kemampuan gerak dasar kedua kelompok memiliki hasil yang tidak berbeda secara signifikan.

Kata kunci: TGfU, Field game, persepsi motorik, gerak dasar.



PENDAHULUAN

Materi pelajaran pada siswa sekolah dasar kelas tinggi adalah materi gerak dasar. Gerak dasar diantaranya adalah jalan, lari, lompat dan lempar. Cara untuk menyampaikan gerak dasar pada kelas rendah tidaklah mudah. Kelas rendah memiliki ciri kurang lama dapat berkonsentrasi dan mudah mengalami bosan. Dengan demikian diperlukan perlakuan yang berbeda dalam menyampaikan materi pembelajaran. Hal kedua diperlukan kejelian yang cukup mendalam untuk memilih materi permainan yang cocok dengan tingkat perkembangan kognisi anak.

Berdasarkan pada kajian tingkat kesulitan dalam permainan, untuk sekolah dasar sudah dapat bermain permainan *field game*. Spesifikasi permainan ini adalah permainan dengan bergirilan melakukan serangan dan bertahan. Permainan ini mudah dilakukan dan dengan modifikasi tertentu maka permainan ini tidak berbahaya dan menyenangkan. Kurikulum sekolah dasar kelas rendah memasukkan kasti sebagai salah satu permainan yang harus diberikan. Permainan ini jika dimainkan dalam kondisi dan aturan yang asli, bagi siswa terutama putri akan menjadikan permainan ini menakutkan. Sehingga dalam penelitian ini permainan kasti diadakan beberapa modifikasi sehingga menjadi lebih aman. Prinsip modifikasi yang dilaksanakan dalam permainan ini adalah agar menjamin partisipasi siswa untuk bergerak dan merangsang siswa untuk bergerak jalan, lari lompat dan lempar, dan tentunya memukul. Tidak lupa ditambahkan pemahaman tentang peraturan yang sederhana. Ada tiga

bagaian besar yang dimodifikasi terutapa tentang bola yang diganti lebih besar dan lebih aman, pemukul dapat dilakukan dengan memukul ataupun memilih menendang. Base yang ada bukan tiang yang dipancangkan tetapi lebih pada base yang diinjak dan jumlahnya banyak (lebih dari 4 base). Skor diperoleh siswa ketika mencapai setiap base, sehingga banyak terjadi skor. Mematikan lawan dengan menginjak *base* yang dituju, buka melemparkan siswa sebagai target. Modifikasi yang dilaksanakan bertujuan untuk keamanan dan menjamin siswa tidak takut untuk berpartisipasi.

Penyampaian terhadap siswa kelas rendah memerlukan cara yang baik. Jika tidak dilaksanakan dengan baik, maka siswa tidak akan memiliki perhatian terhadap proses pembelajaran yang berlangsung. Dalam penelitian ini menggunakan model pembelajaran *Teacing Game for Undertanding* (TGfU). Model pembelajaran ini merupakan model pembelajaran yang memaksa siswa untuk menanggapi permasalahan yang disodorkan oleh siswa dengan cara bergerak. Permasalahan yang diajukan juga harus sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Seperti yang dinyatakan Metzler (2000) berkomentar TGfU merupakan sebuah model yang memfokuskan pada pengembangan kemampuan siswa untuk bermain *game*. Inti dari pendekatan ini adalah menggunakan kesadaran taktik untuk meningkatkan kinerja dalam aktivitas fisik (pendidikan jasmani). Pendapat yang hampir sama dikemukakan oleh Phil Pearson, Paul Webb (2008), salah satu tujuan dari TGfU adalah mendorong



pemain untuk menjadi lebih menyadari taktik dan membuat keputusan yang baik selama dalam permainan. Siswa dibawa pada suasana untuk berfikir secara strategi tentang konsep bermain dan mengembangkan keterampilan dalam konteks yang nyata dan hal yang lebih penting adalah berolahraga dengan senang.

TGfU merupakan model pembelajaran yang menuntut guru untuk berfikir bagaimana caranya merangsang siswa untuk menyelesaikan permasalahan dalam game. Terdapat perdebatan apakah siswa kelas rendah sudah mampu untuk menggunakan model pembelajaran ini. Namun demikian peneliti berusaha untuk melaksanakan penelitian ini,. Mencoba untuk mengetahui apakah benar model pembelajaran ini dapat dipergunakan untuk kelas tinggi.

Hal berikutnya yang menjadi perhatian adalah permasalahan penguasaan keterampilan gerak dasar. Dalam satu kelas pasti dikelompokkan pada siswa yang masuk dalam kategori memiliki keterampilan motorik gerak tinggi dan keterampilan gerak rendah. Logikanya siswa yang memiliki motorik gerak tinggi akan lebih cepat memahami model pembelajaran dan permainan yang menjadi substansi permainan. Siswa yang memiliki motorik rendah akan lebih kesulitan dalam memahami permainan dan model pembelajaran yang diterapkan. Sehingga dalam penelitian ini menguji beberapa hal yang berbeda. Pertama apakah model pembelajaran cocok bagi siswa kelas rendah yang terdiri dari siswa yang berkemampuan motorik rendah dan tinggi. Kedua apakah permainan field game yang

diberikan memberikan pengaruh terhadap kemampuan gerak dasar siswa. Hal ini dimaksudkan adalah siswa dengan kemampuan motorik tinggi dan yang berkemampuan motorik rendah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan berusaha untuk menguji model pembelajaran TGfU terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar bagi siswa kelas tinggi yang memiliki kemampuan motorik tinggi dan rendah. Desain penelitian ini menggunakan *randomized group posttest only* desain dengan mengadakan pengacakan terhadap kelompok eksperimen tanpa ada kelompok kontrol. *Because individual characteristics are assumed to be equally distributed through randomization, there is theoretically no real need for a pretest to assess the comparability of the groups prior to the intervention (Geoffrey & David, 2005: 129)*. Desain penelitian adalah eksperimen dengan membagi kelompok siswa menjadi berkemampuan motorik tinggi dan rendah. Dengan masing masing jumlah responden adalah 20. Perlakuan dilaksanakan dalam 16x pertemuan dengan melaksanakan permainan fieldgame. Sehingga tes yang dilakukan adalah sebagai berikut: (a) Tes kemampuan lempar tangkap, (b) Tes kemampuan ketepatan melempar, (c) Tes kemampuan jauhnya menendang, (d) Tes kemampuan lari mengelilingi *base*. Analisis data dengan analisis deskriptif dan Uji T. analisis dibantu dengan aplikasi program SPSS seri 20 Santoso Singgih (2014).



HASIL

Berdasarkan data kelompok *TGfU* persepsi motorik tinggi menunjukkan indeks Keterampilan dasar diperoleh skor maksimal 60.80 minimal 36.35, rerata 50.77, dan simpangan baku (standar

deviasi) 6.32. sedangkan nilai untuk kelompok dengan persepsi motorik rendah diperoleh mean 50.4325, nilai terbesar 57,03 dan terkecil 37.07 dengan standar deviasi 4.57

Tabel 1. Hasil T score keterampilan gerak dasar kelompok *TGfU* persepsi motorik tinggi dan rendah

kelompok tinggi model <i>TGfU</i>	No	kelompok rendah model <i>TGfU</i>
56.90	1	52.35
50.14	2	51.18
53.09	3	56.60
47.34	4	49.74
50.50	5	51.62
56.32	6	50.24
58.07	7	48.82
54.81	8	50.53
46.15	9	54.50
52.27	10	48.74
60.80	11	57.03
52.58	12	47.63
53.76	13	55.36
36.35	14	46.81
44.20	15	50.75
41.79	16	55.52
46.47	17	37.07
56.91	18	46.22
54.45	19	51.83
42.60	20	46.11
50.77	Mean	50.4325
60.80	Mak	57.03
36.35	min	37.07
6.32	sd	4.57640

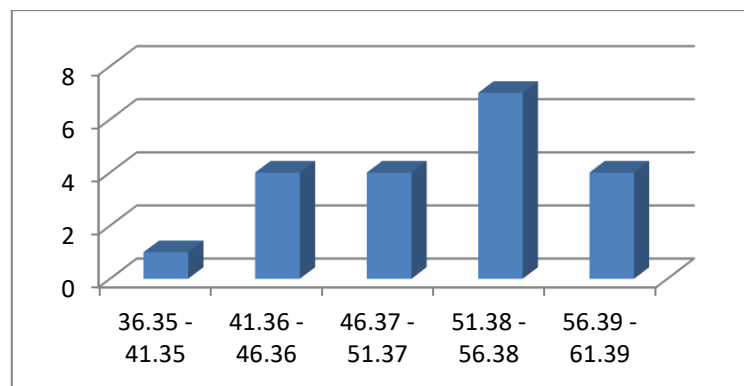


Data distribusi ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut dalam tabel 2. Tabel tersebut memaparkan bahwa 25%

memperoleh skor di bawah rerata, dan 20% berada pada skor rerata sedangkan 55% berada di atas rerata

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Model Pembelajaran *Tgfu* Kelompok Persepsi Motorik Tinggi

No	Interval	Frekuensi Absolut	Persentase
1	36.35 - 41.35	1	5
2	41.36 -46.36	4	20
3	46.37 - 51.37	4	20
4	51.38 - 56.38	7	35
5	56.39 - 61.39	4	20



Gambar 1. Diagram Batang Keterampilan Dasar Model Pembelajaran *TGfU* Kelompok Persepsi Motorik Tinggi

Berdasarkan data kelompok *TGfU* persepsi motorik rendah menunjukkan indeks Keterampilan dasar diperoleh skor maksimal 62.96 minimal 48.24, rerata 52.37, dan simpangan baku (standar deviasi) 4.062. Adapun data distribusi frekuensi kelompok dengan kemampuan persepsi rendah ditampilkan dalam tabel 3. Tabel tersebut memaparkan bahwa 60% memperoleh skor di bawah rerata, dan 10% berada pada skor rerata sedangkan 30% berada di atas rerata. Paparan data lebih lanjut disajikan pada diagram 2.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji t. Hipotesis yang

digunakan adalah Hasil belajar gerak dasar siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi akan lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah. Adapun kriteria dalam pengujian hipotesis yaitu Jika angka uji T sig. > 0.05 maka hipotesis kerja ditolak, jika angka sig. uji T < 0.05 maka hipotesis kerja diterima.

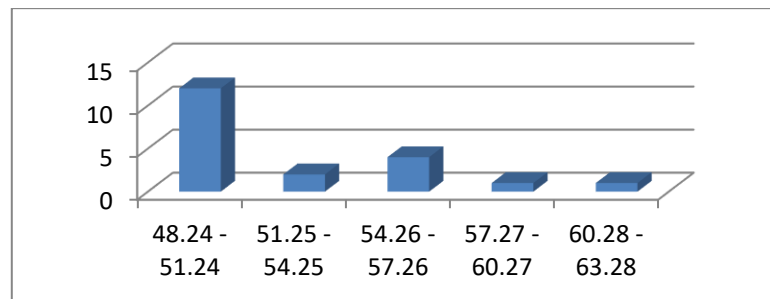
Berdasarkan pada tabel diketahui angka signifikansi adalah 0.079. dan angka ini menunjukkan lebih besar dibandingkan dengan sig. 0.05, dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa siswa yang memiliki keterampilan motorik tinggi akan memiliki hasil yang lebih baik ditolak.



Disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan TGfU baik untuk siswa yang memiliki keterampilan motorik tinggi ataupun rendah akan memiliki pengaruh yang sama.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Model Pembelajaran TGfU Kelompok Persepsi Motorik Rendah

No	Interval	Frekuensi Absolut	Persentase
1	48.24 - 51.24	12	60
2	51.25 - 54.25	2	10
3	54.26 - 57.26	4	20
4	57.27 - 60.27	1	5
5	60.28 - 63.28	1	5



Gambar 2. Diagram Batang Keterampilan Dasar Model Pembelajaran TGfU Kelompok Persepsi Motorik Rendah

Tabel 4. Hasil uji sampel bebas

		Independent Samples Test	
		skorGD	
		Equal variances assumed	Equal variances not assumed
Levene's Test for Equality of Variances	F	3.258	
	Sig.	.079	
t-test for Equality of Means	t	-.196	-.196
	df	38	34.613
	Sig. (2-tailed)	.846	.846
	Mean Difference	-.34250	-.34250
	Std. Error Difference	1.74580	1.74580
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower	-3.87668
	Upper	3.19168	3.20307



PEMBAHASAN

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat disimpulkan bahwa hanya dilihat dari mean, maka kedua kelompok ini memiliki hasil yang sama dalam hasil belajar gerak dasar, diangka 50 dan hanya beda koma. Hal ini menunjukkan bahwa model pembelajaran TGfU dapat dipergunakan baik untuk siswa yang memiliki kemampuan persepsi motorik rendah ataupun tinggi. Hasil kesimpulan ini juga didukung kuat oleh hasil uji T yang menyatakan bahwa nilai sig. hitung adalah 0,079, angka ini lebih besar 0,02 dibandingkan dengan sig ketentuan yaitu 0.05. dalam banyak kasus dapat dipahami bahwa persepsi motorik memiliki peran yang penting dalam belajar gerak. Berdasarkan pada pembahasan pengertian persepsi motorik maka dapat disimpulkan bahwa persepsi motorik memiliki beberapa komponen yaitu Gallahue (1982: 332) persepsi motorik terdiri atas *body awareness, spatial awareness, direction awareness, temporal awareness*. Dengan penguasaan ini maka akan lebih mudah bagi siswa untuk belajar gerak. Hal ini disebabkan menurut Kruger (1997: 126-127).

Persepsi motorik adalah kemampuan untuk menerima, mengartikan, merespon dengan benar. Ternyata berdasarkan hasil dari penelitian ini baik persepsi motorik tinggi ataupun rendah memiliki hasil yang berbeda jika pembelajaran yang dipergunakan adalah TGfU. Hal ini dimungkinkan model pembelajaran ini menyenangkan bagi siswa dan siswa merasa tertantang untuk selalu aktif dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru. Hal kedua yang menyebabkan hasil sama adalah game yang dipergunakan adalah game yang mudah yaitu field game. Game ini sangat mudah dan siswa dengan cepat dapat beradaptasi dengan permainan yang harus

dilaksanakan. Berikut adalah bahasan berdasarkan penelitian yang relevan.

Jindong, C; Hao, G; Lei, Y; Ming, Y (2016) setelah melakukan TGfU preservice teacher education, menerapkan cara dalam pembelajaran dan kurikulum yang berdasar pada TGfU. Dalam hasil penelitiannya menyatakan bahwa menekankan pada game dan memberikan dorongan kepada siswa untuk bergerak berdasarkan pada pertanyaan berdasarkan situasi game dan perkembangan permasalahan. Temuan penelitiannya menunjukkan bahwa siswa akan lebih terpacu dalam belajar dengan menggunakan cara ini. Nathan S. (2019) melakukan penelitian sederhana tentang pengaruh penggunaan TGfU terhadap peningkatan denyut nadi. Dan ternyata dengan latihan ini meskipun dengan game dengan lapangan kecil dapat meningkatkan denyut nadi lebih tinggi ketika digunakan untuk pemanasan. Namun demikian dalam latihan lebih lanjut pada bagian inti model TGfU ini memiliki pengaruh yang sama dibandingkan dengan model latihan yang lain.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nathan S. (2019) diterangkan bahwa pemain dari Malaysia mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan pemain India. Sedangkan tentang pengetahuan bagaimana bermain antara kedua tim hasilnya sama. Hal ketiga yang perlu dicatat adalah bahwa dengan TGfU mengalami peningkatan tentang pengetahuan bagaimana bermain dan kedua tim mengalami peningkatan. Dalam kesimpulan secara umum dinyatakan bahwa TGfU meningkatkan kemampuan kardiovaskuler dan kemampuan bermain. Penelitian lain menunjukkan hasil yang kurang lebih sama yaitu oleh Alba Práxedes, Alberto Moreno, Javier Sevil (2019) bahwa dengan model latihan TGfU secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan drible dan



melakukan eksekusi teknik yang seharusnya dan memberikan rekomendasi bahwa latihan bukan hanya latihan teknik saja. Tetapi lebih pada latihan bagaimana menggunakan teknik untuk pengambilan keputusan. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Alberto Moreno Domínguez (2017) bahwa program pembelajaran dengan TGfU menunjukkan bahwa kelompok kontrol memberikan hasil yang lebih baik pada passing, dribble dan keputusan melakukan passing dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Rujukan penelitian yang ada memberikan gambaran bahwa model latihan dengan menggunakan TGfU memberikan pengaruh terhadap keterampilan (skill) passing, dribble, kenaikan denyut nadi, ataupun motivasi siswa untuk aktif dalam kegiatan olahraga. Model latihan ini secara praktis dipergunakan untuk latihan dan dalam perkembangannya dipergunakan untuk melakukan pembelajaran dalam pendidikan jasmani di sekolah. Selanjutnya model ini berkembang lebih jauh menjadi kurikulum dalam pendidikan jasmanis dengan semakin banyaknya bukti yang menyatakan tingkat efektifitas dari model TGfU. Dalam penelitian yang telah dilaksanakan juga memberikan bukti bahwa model pembelajaran TGfU dapat diterapkan baik untuk kelompok persepsi tinggi dan kelompok persepsi rendah. Model TGfU terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar.

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan membuktikan pengaruh salah satu model pembelajaran terhadap

keterampilan gerak dasar siswa. Model pembelajaran yang dimaksud adalah TGfU, dan sampel dikelompokkan dalam dua kelompok, yaitu kelompok dengan persepsi motorik tinggi dan motorik rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua kelompok memiliki hasil yang sama jika dipergunakan model pembelajaran TGfU untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar. Adapun cabang olahraga yang dipergunakan adalah jenis field game.

DAFTAR PUSTAKA

- Alba Práxedes Pizarro, Alberto Moreno Domínguez, Javier Sevil Serrano, Luis García-González, Fernando del Villar Álvarez. (2017). the effects of a comprehensive teaching program on dribbling and passing decision-making and execution skills of young footballers. <https://hrcak.srce.hr/ojs/index.php/kinesiology/article/view/5322>
- Alba Práxedes, Alberto Moreno, Javier Sevil (2019) A Preliminary Study of the Effects of a Comprehensive Teaching Program, Based on Questioning, to Improve Tactical Actions in Young Footballers. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0031512516649716>
- Jindong, C; Hao, G; Lei, Y; Ming, (2016): Effects of Korfball Teaching Games for Understanding in Chinese College Students: A Randomized Study Y.Research Quarterly for Exercise and Sport, suppl. Supplement; Washington Vol. 87, Iss. S1, S79-S80. <https://search.proquest.com/openview/0083b43416d87a04557f17b17b21e69f/1?pq-origsite=gscholar&cbl=40785>



- Nathan S. (2019) Commentary: Teaching Games of Understanding (TGfU) coaching effects on Heart Rate among Malaysian and Indian Junior Hockey Players. *J Cardiol and Cardiovasc Sciences*. *J Cardiol and Cardiovasc Sciences*. 2019;3(3):14-20.
<https://www.cardiologyresearchjournal.com/articles/commentary-teaching-games-of-understanding-tgfu-coaching-effects-on-heart-rate-among-malaysian-and-indian-junior-hockey-players.pdf>
- Nathan, S; Khanna, G L; Hashim, A. (2016). Comparative TGfU Junior Hockey Coaching Analysis: Effect of TGfU in Game Play, Knowledge, Cardiovascular Fitness, and Coaches' Reflection in Malaysia and India. <https://search.proquest.com/openview/a5825acedb964eb8d485ce005706a530/1?pq-origsite=gscholar&cbl=40785>
- Nathan, S; Khanna, G L; Hashim, A. Research Quarterly for Exercise and Sport, suppl. Supplement; Washington Vol. 87, Iss. S1, (2016) : S78-S79.
<https://search.proquest.com/openview/a5825acedb964eb8d485ce005706a530/1?pq-origsite=gscholar&cbl=40785>
- Metler. (2000). *Instructional Models for Physical Education*. Allyn & Bcon. Massachusetts.
- Paul Webb, Phil Pearson. (2008). “An Integrated Approach to Teaching Games for Understanding (TGfU) .at 1st Asia Pacific Sport in Education Conference, Flinders University Adelaide, 21st January 2008.
- Paul Webb, Phil Pearson. (2008). *Developing Effective Questioning in Teaching Games for Understanding (TGfU) “*. Paper presented at the 1st Asia Pacific Sport in Education Conference, Adelaide,
- Santoso Singgih. (2014). *Statistik Multivariat Edisi Revisi Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. PT Elex Medi Koputindo. Jakarta