p-ISSN: 1693-1475, *e*-ISSN: 2549-9777
Terindeks SINTA 4

Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 22 (2), Juli – Desember 2023: 219 – 224

PENGARUH METODE *INKABER* DAN METODE *EDUCATION GAMES* TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR MANIPULATIF DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SD NEGERI 060956 MEDAN LABUHAN.

Mawar Sari[1], Suci Perwita Sari[2], Ismail Saleh Nasution[3].

Abstrak: Gerak yang sering dilakukan oleh siswa terutama anak usia sekolah dasar yaitu gerakan kasar yang menggunakan sebagian besar dari tubuhnya, seperti berlari, melompat, dan melempar. Seiring dengan pertambahan usia dan dipengaruhi faktor latihan gerak yang dimiliki siswa akan menjadi semakin sempurna. Latihan dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung, latihan secara langsung dapat dilakukan melalui aktivitas olahraga sedangkan latihan tidak langsung dapat dilakukan melalui aktivitas sehari-hari, seperti bermain. Kemampuan gerak dasar merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Kemampuan gerak dasar merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh di masa remaja dan dewasa. Kemampuan motorik pada anak sebaiknya dilakukan pada usia sedini mungkin, agar perkembangan dan pertumbuhan dapat terpantau dengan baik dan benar. Murid sekolah dasar pada dasarnya memiliki gerak dasar yang dibawanya sejak lahir dan mulai belajar gerak (sambil bermain) pada saat di Taman Kanak-kanak, sehingga dari sumbangan gerak dasar tersebut siswa sekolah dasar sudah memiliki kemampuan gerak dasar minimal yang sangat berguna bagi penyesuaian diri di kehidupan siswa, terutama yang menyangkut gerakan-gerakan dasar yang berguna dalam kehidupan sehari- hari. Tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan kemampuan gerak manipulative siswa, memberikan sumbangsih pemikiran agar metode pembelajaran yang dilaksanakan tidak monoton dan membosankan bagi siswa, mendukung kegiatan dan pelaksanaan metode yang inovatif oleh guru.

Kata Kunci: *Inkaber, Bermain, Kemampuan Gerak Dasar, Metode, Gerak.*

Abstract: *Movements that are often carried out by students, especially elementary school age children, are rough movements that use most of their bodies, such as running, jumping and throwing. As students get older and are influenced by movement training factors, they will become more perfect. Training can be done directly or indirectly, direct training can be done through sports activities while indirect training can be done through daily activities, such as playing. Basic movement abilities are the development of elements of maturity and control of body movements. Basic movement skills are a necessity that must be learned at elementary school age. Remembering this, directly or indirectly, will greatly influence daily behavior and support the development of movement and body posture in adolescence and adulthood. Motor skills in children should be developed at the earliest possible age, so that development and growth can be monitored properly and correctly. Elementary school students basically have basic movements that they are born with and begin to learn movement (while playing) in*

[1] *Penulis adalah Mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*
[2] *Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*
[3] *Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*

Kindergarten, so that from the contribution of these basic movements, elementary school students already have minimal basic movement abilities which are very useful for adapting to life. student life, especially those involving basic movements that are useful in everyday life. The aim of this research is to improve students' manipulative movement abilities, provide thought contributions so that the learning methods implemented are not monotonous and boring for students, support activities and implementation of innovative methods by teachers.

Keywords: *Inkaber, Playing, Basic Movement Skills, Methods, Movement.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh individu untuk mengembangkan kemampuan atau potensi yang ada dalam dirinya baik diperoleh dari dalam maupun dari luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak, Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, dan membiasakan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Karena tidak hanya dapat meningkatkan kebugaran jasmani tetapi juga dapat memberi gerak yang bervariasi dan bermakna pada siswa. Aktivitas jasmani untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar dan nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif dan psikomotor.

Perkembangan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia. Selain itu, perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. sebagian besar kebutuhan manusia dapat tercapai melalui gerak. Sebagai contoh, seorang siswa harus melakukan gerakan menulis, berlari, melompat, meloncat, berguling, dll, guna memenuhi kebutuhan siswa baik di sekolah maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Untuk mengarahkan anak melakukan gerak tidaklah sulit karena secara alami anak-anak memiliki kecenderungan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bergerak. Gerak yang sering dilakukan oleh siswa terutama anak usia sekolah dasar yaitu gerakan kasar yang menggunakan sebagian besar dari tubuhnya, seperti berlari, melompat, dan melempar.

Kemampuan gerak dasar merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Kemampuan gerak dasar merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh di masa remaja dan dewasa. Kemampuan motorik pada anak sebaiknya dilakukan pada usia sedini mungkin, agar perkembangan dan pertumbuhan dapat terpantau dengan baik dan benar. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan gerak dasar menurut Corbin (1988: 198), yang dikutip oleh Pamuji Sukoco (2004: 6) terdapat 2 faktor yaitu faktor biologis (faktor ukuran tubuh, faktor keturunan, faktor jenis kelamin, dan dasar kedewasaan) dan faktor lingkungan (faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukaan, dan faktor sosial).

Hasil observasi menunjukkan Pembelajaran Jasmani dalam hal metode pengajaran sangat monoton, kurang kreatif, siswa menjadi kurang aktif. Penulis menemukan masalah dalam gerak manipulatif. Siswa mampu jika melakukan gerak berpindah tempat. Tetapi jika melakukan gerak manipulatif akan melakukan kesalahan berulang baik itu tidak tepat sasaran juga tidak mencapai tujuan pembelajaran.

Solusi yang ditawarkan dengan menerapkan metode inkaber dan metode bermain. Metode Inkaber merupakan kependekan dari Metode Induktif Kata Bergambar PWIM (*Picture Word Inductive Metode*). Metode inkaber mampu dilaksanakan dalam semua bidang kurikulum, termasuk pendidikan jasmani sebagaimana pengembangan kognitif, afektif dan

psikomotorik. Metode ini dikembangkan oleh Emily Calhoun (1999) dalam penjas siswa di diarahkan untuk mengetahui gambar, mendengarkan dan mengucapkan serta melakukan gerak dasar manipulative.

Dunia anak adalah dunia bermain, Bermain merupakan kegiatan yang memberikan kesenangan, yang lebih ditekankan pada caranya daripada hasil yang diperoleh. Kegiatan bermain dilaksanakan tidak serius dan fleksibel sehingga anak tidak bosan dan tidak mudah lelah (Mansur, 2009:149).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Metode *Inkaber* Dan *Education Games* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri 060956 Medan Labuhan".

METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari "sesuatu" yang dikenakan pada subjek selidik. Eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini termasuk eksperimen kuasi (*quasi experiment*) atau eksperimen semu, karena peneliti menerapkan tindakan berupa metode pembelajaran.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 060956 Medan Labuhan Waktu penelitian dilakukan pada bulan Maret 2023. Alasan pemilihan lokasi penelitian adalah : 1) lokasi penelitian terletak di Kota Medan, dimana domisili peneliti adalah Kota Medan sehingga memudahkan proses penelitian, 2) tempat penelitian memiliki kelengkapan sarana dalam penyajian *treatment* sehingga memberikan keuntungan bagi peneliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III yang berjumlah 65 siswa. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah pengambilan sampel berdasarkan tujuan penelitian. Syarat sampel dalam penelitian ini adalah III-2 yang banyak masalah di kelas tersebut. Maka jumlahnya adalah 30 siswa menjadi kelas eksperimen dan kelas III- 1 berjumlah 30 siswa menjadi kelas kontrol.

Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah:

Tabel Lembar Penilaian Kemampuan Gerak Manipulatif

Kegiatan	Nilai Tertinggi	Nilai yang dicapai	Keterangan
1. Persiapan	**40**		
a. memegang alat dengan rileks	15		
b. memandang sasaran	15		
c. merencanakan sasaran	10		
2. Proses	**30**		
a. melakukan lemparan bola	10		
b. lengan memiliki power	10		
c. bola melambung	5		
d. pandangan focus	5		
3. Hasil	**30**		
a. bola jatuh pada sasaran	10		
b. lengan rileks	10		
c. memiliki	5		
d. p a n d a n g a n f o c u s	5		
JUMLAH	**100**		

Uji Validasi Instrumen

Instrumen diujicobakan kepada responden yang diperkirakan sesuai dengan karakteristik responden penelitian sesungguhnya. Sedangkan, Uji reliabilitas menggunakan metode Pearson dengan rumus:

$$r = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Tabel Kriteria Pengujian Reliabilitas

Hasil Pengujian	Kriteria
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Tinggi
0,80 – 1,000	Sangat Tinggi

HASIL

Berdasarkan perhitungan uji normalitas data yang terdapat pada lampiran 7, diperoleh hasil uji normalitas data pre test dan post test kelompok Inkaber dan kelompok Bermain. Dari hasil perhitungan uji normalitas data pre test kelompok Inkaber diperoleh harga L0 < Lt (0,19861 < 0,227), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre test kelompok Metode mengajar Inkaber berasal dari sampel yang berdistribusi normal. Kemudian untuk data post test kelompok Inkaber diperoleh harga L0 < Lt (0,162757 < 0,227), sehingga dapat disimpulkan bahwa data post test kelompok Metode mengajar Inkaber berasal dari sampel yang berdistribusi normal.

Dari hasil perhitungan uji normalitas data pre test kelompok Bermain diperoleh harga L0 < Lt (0,20461 < 0,227) sehingga dapat disimpulkan bahwa data pre test kelompok Metode mengajar Bermain berasal dari sampel yang berdistribusi normal. Kemudian untuk data post test kelompok Bermain diperoleh harga L0 < Lt (0,182229 < 0,227) sehingga dapat disimpulkan bahwa data post test kelompok Metode mengajar Bermain berasal dari sampel yang berdistribusi normal. Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas data pre test dan post test kelompok Metode mengajar Inkaber diperoleh fhitung = 1,44 dan ftabel = 2,60. Dengan dk pembilang 13 dan dk penyebut 13 pada taraf α=0,05. Sesuai dengan kriteria pengujian H0 diketahui bahwa nilai fhitung < ftabel (1,44 < 2,60), yang berarti bahwa data tersebut diterima dan merupakan data yang "Homogen" Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas data pre test dan post test kelompok Metode mengajar Bermain diperoleh fhitung = 1,92 dan ftabel = 2,60. Dengan dk pembilang 13 dan dk penyebut 13 pada taraf α=0,05. Sesuai dengan kriteria pengujian H0 diketahui bahwa nilai fhitung < ftabel (1,92 < 2,60), yang berarti bahwa data tersebut diterima dan merupakan data yang "Homogen".

PEMBAHASAN

Pengujian Hipotesis Kelompok Metode Mengajar Inkaber

Hasil uji hipotesis pertama yang dilakukan dengan rumus uji-t dapat dilihat pada lampiran 9. Diperoleh t hitung = 2,15, dari daftar ditribusi t dengan menggunakan peluang 1-α =0,95 dengan dk n-1 (14-1) = 13 diperoleh harga ttabel = 1,77. Jika dibandingkan maka

diperoleh t hitung > t tabel, dengan demikian hipotesis pertama menyatakan: Metode mengajar Inkaber berpengaruh signifikan terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas V di SD.

Pengujian Hipotesis Kelompok Metode Mengajar Bermain

Hasil uji hipotesis kedua yang dilakukan dengan rumus uji-t dapat dilihat pada lampiran 10. Diperoleh t hitung = 3,43, dari daftar ditribusi t dengan menggunakan peluang 1-α =0,95 dengan dk n-1 (14-1) = 13 diperoleh harga ttabel = 1,77. Jika dibandingkan maka diperoleh t hitung > t tabel, dengan demikian hipotesis kedua menyatakan: Metode mengajar Bermain berpengaruh signifikan terhadap terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas V di SD. Dan dapat diterima kebenarannya.

Pengujian Hipotesis Metode Mengajar Inkaber dan Metode Mengajar Bermain

Hasil uji hipotesis ketiga data *post test* masing-masing kelompok dapat dilihat pada lampiran 11. Dari hasil perhitungan data kelompok Metode mengajar Inkaber dan kelompok Metode mengajar Bermain diatas diperoleh thitung = 13,65 Dari daftar ditribusi t dengan menggunakan peluang 1-α =0,95 dengan dk = (n1+n2 -2) diperoleh harga ttabel = 1,71. Jika dibandingkan maka diperoleh t hitung < t tabel. Sehingga hipotesis ketiga yang menyatakan "Metode mengajar Bermain memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan Metode mengajar Inkaber terhadap kemampuan gerak dasar di SD.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data hasil penelitian dapat disimpulkan secara umum bahwa Terdapat Pengaruh Pengaruh Metode *Inkaber* Dan Metode *Education Games* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri 060956 Medan Labuhan. Secara khusus dapat diuraikan sebagai berikut: 1) Terdapat perbedaan skor rata-rata yang signifikan mengenai Pengaruh Metode *Inkaber* Dan Metode *Education Games* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Dalam PembelajaranPendidikanJasmani di SD Negeri 060956 Medan Labuhan. 3) Terdapat Pengaruh Signifikan Metode *Inkaber* Dan Metode *Education Games* Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Manipulatif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri 060956 Medan Labuhan.

Berdasarkan pemaparan pada hasil penelitian diatas, maka diajukan beberapa saran sebagai bentuk tindak lanjut penelitian ini. Berikut saran yang dapat peneliti ajukan, yaitu: 1) Bagi siswa dimana harus menjaga kebugaran jasmani, karena kebugaran jasmani salah satu indikator manusia dalam melakukan kegiatan sehari-hari. 2) Siswa perlu mengikuti perkuliahan dengan baik, siswa yang mampu menjalankan adalah siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

Agustini, Ikee Proklamasi. 2016. "Peningkatan Gerak Dasar Lokomotor. Menggunakan Metode Bermain". Pendidikan Jasmani. Volume 26. Nomor 02

Amirzan. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V. Jurnal Tunas Bangsa, Edisi Agustus, pp 1 – 7

Ani Robiatul (2018). Model Inkaber sebagai Inovasi Pembelajaran untuk Meningkatkan Keterampilan Membaca Menulis Permulaan Siswa Sekolah Dasar. PEDADIKDATIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar Volume 5 Nomor 2.

Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta. Aunurrahman. 2016, Belajar Dan Pembelajaran. Bandung: CV Alfabeta.

Bakhtiar, Syahrial. 2015. Gerak Dasar Anak. Padang: UNP Press. Burhanuddin. 2007. *Supervisi Pendidikan dan Pengajaran*, Malang: Rosindo.

Dimyati dan Mudjiono. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: PT Rineka Cipta. Djamarah, Syaiful Bahri. 2010. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.

Djamarah Syaiful Bahri. 2011. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Rineka Cipta.

Hamzah. B. Uno (2007). Model Pembelajaran (Menciptakan Proses Belajar Mengajar Yang Kreatif dan Efektif). Jakarta: Bumi Aksara.

Irfandi., (2015), Pengembangan Model Latihan Sepakbola dan Bola Voli (Studi. Penelitian Atlet Putra-Putri di Banda Aceh), Deepublish, Yogyakarta.

Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2009). Model-Model Pengajaran. Terjemahan Achmad Fawaid dan Ateilla Mirza. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Mansur. (2009). Pendidikan Anak Usia Dini dalam Islam, (Yogyakarta: Pustaka Belajar).

Moeslichatoen. (2004). Metode Pengajaran di Taman Kanak-Kanak, (Jakarta: Rineka Cipta).

Novi Mulyani. (2016). Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. (Yogyakarta: Kalimedia)

Ridwan Abdul Sani (2013). Inovasi Pembelajaran. Jakarta: Bumi Aksara.

Sanjaya, Wina. (2017), Strategi Pembelajaran, Jakarta: Kencana Prenada Media Group. Slameto. (2010). Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatig, dan R&D, penerbit. Alfabeta, Bandung.

Ulya, A. (2014). Model Induktif KataBergambar (Picture-Word Inductive Model) Terhadap Penguasaan Kosakata Anak Tunarungu. Jurnal Pendidikan Khusus, 4 (1), hlm 1-8.