

PENINGKATAN MOTORIK KASAR SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PENERAPAN PERMAINAN BERBASIS MODEL PENDIDIKAN GERAK

Dimas Adi Saputra¹, Lukmannul Haqim Lubay², Eva Sri Gumilang³

¹Program Studi PGSD Penjas, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

Email: dimasadisaputra@upi.edu, lukmanlubay@upi.edu, evasrigumilang@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan *desain quasi eksperimen*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok kontrol sebanyak 26 siswa dan kelompok eksperimen sebanyak 29 siswa. Instrumen yang digunakan berupa Tes Kemampuan Gerak Dasar (TGMD) melalui pretest dan posttest. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata nilai motorik kasar kelompok eksperimen meningkat dari 61,93 menjadi 79,41, sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat dari 65,73 menjadi 66,96. Uji *paired samples t-test* menunjukkan peningkatan yang signifikan pada kelompok eksperimen, dan uji *independent samples t-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok *Sig. 2-tailed* = 0,000. Dengan demikian, permainan berbasis model pendidikan gerak terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar dan dapat menjadi alternatif pembelajaran jasmani yang menyenangkan dan partisipatif.

Keywords: motorik kasar, pendidikan gerak, siswa sekolah dasar, pembelajaran jasmani

PENDAHULUAN

Perkembangan motorik pada anak merupakan aspek yang sangat penting dalam pertumbuhan. Aisyah (2008) mengatakan bahwa perhatian terhadap perkembangan anak usia dini, khususnya dalam aspek motorik sangatlah penting, terutama dalam memahami dan mendukung pertumbuhan mereka. Menurut Soetjningsih (2012) perkembangan motorik terbagi menjadi dua, yang pertama yaitu motorik kasar yang melibatkan otot-otot besar dan motorik halus sebagai hasil koordinasi mata dan tangan. Kemampuan motorik kasar melibatkan aktivitas yang menggunakan otot-otot besar tubuh, seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap. Keterampilan ini tidak hanya berperan penting dalam menjaga kebugaran fisik, tetapi juga berkontribusi pada aspek sosial, emosional, dan kognitif anak. Dengan motorik kasar yang berkembang dengan baik, anak mampu berinteraksi dengan lingkungan secara lebih aktif dan percaya diri.

Dalam penelitiannya, Goodway (2019) mengidentifikasi bahwa kompetensi motorik yang baik pada usia ini memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan belajar, adaptasi sosial, serta kesejahteraan emosional anak. Sejalan dengan pendapat Payne & Isaacs (2017) yang mengatakan bahwa pada usia sekolah dasar, terutama di kelas lima anak-anak mengalami fase kritis dalam pengembangan kontrol motorik dan koordinasi tubuh. Oleh karena itu, pengembangan motorik kasar yang holistik menjadi salah satu fokus utama dalam dunia pendidikan. Puspitasari, Hartati, dan Nasikin (2023) menunjukkan bahwa pendekatan bermain secara sistematis dapat meningkatkan hasil belajar motorik dasar siswa, dengan keberhasilan mencapai 85% pada siklus akhir dalam penelitian tindakan kelas. Namun dalam realitas di lapangan, masih banyak siswa sekolah dasar yang mengalami keterlambatan dalam kemampuan motorik kasar. Diantaranya banyak sekali faktor yang mempengaruhi, antara lain rendahnya aktivitas fisik, peningkatan penggunaan perangkat teknologi, minimnya fasilitas olahraga, serta kurangnya inovasi dalam metode pembelajaran. Kondisi ini menyebabkan anak kurang aktif secara fisik, yang pada akhirnya berdampak negatif pada perkembangan motorik kasar mereka.

Selain berdasarkan dengan faktor eksternal diatas, Hakim (2019) mengatakan sistem pendidikan jasmani di Indonesia sering kali menghadapi berbagai tantangan, seperti

keterbatasan fasilitas, kualifikasi guru yang kurang memadai, serta metode pengajaran yang belum variatif, sehingga para siswa mungkin tidak mendapatkan pelatihan atau bimbingan yang memadai untuk mengembangkan keterampilan motorik mereka secara optimal. Penelitian oleh Robinson (2015) menunjukkan bahwa dengan memahami kondisi kompetensi motorik di Indonesia serta urgensi untuk mengatasi permasalahan ini, penelitian dan intervensi yang lebih mendalam diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak secara holistik. Pengetahuan tentang kompetensi motorik anak-anak sangat penting bagi pendidik dan praktisi kesehatan dalam merancang strategi yang lebih tepat untuk meningkatkan kompetensi motorik siswa ditingkat sekolah dasar.

Menurut Goodway (2019) sangat penting untuk memahami tingkat kompetensi motorik siswa dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah dasar, yang di mana pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada pengembangan keterampilan fisik, tetapi juga pada kebugaran fisik yang mendukung kehidupan sehat sepanjang hayat. Dapat digarisbawahi bahwa pendidikan jasmani harus mengintegrasikan pengembangan keterampilan motorik dengan aspek penting lainnya seperti kebugaran fisik (Pangrazi & Beighle, 2019). Sebagai upaya untuk mengembangkan kompetensi motorik yang komprehensif dan holistik, harus menjadi prioritas dalam konteks pendidikan jasmani di Indonesia, yaitu dengan mengeksplorasi bagaimana kompetensi motorik siswa di sekolah dasar dapat memberikan wawasan yang lebih dalam dan relevan untuk pengembangan program pendidikan jasmani yang lebih efektif dan inklusif, serta mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa dengan kurikulum yang dirancang dengan baik dan juga dapat mempromosikan perkembangan holistik yang mencakup aspek fisik, kognitif, dan sosial.

Oleh karena itu penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak menjadi salah satu pendekatan inovatif untuk meningkatkan motorik kasar siswa. Menurut Mahendra (2015) mengatakan bahwa pendidikan gerak (*movement education*) adalah sebuah model pembelajaran dalam pendidikan jasmani yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak. Model pendidikan gerak menitikberatkan pada pembelajaran yang menyenangkan dan partisipatif, yang dimana siswa dilibatkan dalam berbagai permainan yang dirancang secara sistematis untuk mengasah kemampuan motorik kasar. Lita et al. (2023) menemukan bahwa permainan outbound berkontribusi signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar anak usia dini, khususnya dalam aspek koordinasi tubuh, keseimbangan, dan kelincahan. Menurut Gustiawati & Julianti (2018) model pendidikan gerak menekankan kurikulumnya pada penguasaan konsep gerak, kerangka kerja program ini meliputi konsep kesadaran tubuh (apa yang dilakukan tubuh), konsep usaha (bagaimana tubuh bergerak), konsep ruang (di mana tubuh bergerak), dan konsep keterhubungan (hubungan apa yang terjadi).

Penelitian ini bukan yang pertama kali dilakukan, yang berarti sebelum penelitian ini, sudah ada beberapa penelitian lain yang membahas tema atau topik serupa. Setelah melakukan pencarian dari berbagai sumber untuk dijadikan referensi, peneliti menemukan sejumlah penelitian terkait yaitu peningkatan motorik kasar siswa SD dengan permainan berbasis model pendidikan gerak. Berikut ini adalah beberapa penelitian terkait yang dijadikan acuan oleh penulis:

Pertama, penelitian yang dibuat oleh Rima Erihani Safitri, Indra Safari, Tedi Supriyadi (2023) yang berjudul “Peningkatan kemampuan motorik kasar lari melalui permainan tradisional kucing jongkok”, Universitas Pendidikan Indonesia. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa permainan tradisional kucing jongkok dapat meningkatkan motorik kasar siswa dapat dilihat dari hasil aktivitas belajar siswa yang awalnya mendapatkan nilai persentase ketuntasan pra siklus sebesar 13,04% kemudian pada siklus I 26,08, pada siklus II 65,21% dan mengalami kenaikan pada siklus III 91,30%. Dengan demikian permainan tradisional kucing jongkok dapat digunakan untuk meningkatkan motorik siswa di sekolah

dasar dan dapat membantu guru untuk menyelesaikan permasalahan dalam pembelajaran di sekolah dasar. Penelitian ini memberikan gambaran umum tentang peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak melalui permainan yang sejalan dengan tujuan penelitian penulis pada topik ini.

Kedua, penelitian oleh Ida Windi Wahyuni dan Ajriah Muazimah (2020) yang berjudul “Pengembangan Motorik Kasar Anak melalui Permainan Tradisional Tarik Upih Berbasis Kearifan Lokal”, Universitas Islam Riau. Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa sudah mencapai hasil Berkembang Sangat Baik (BSB) dalam melakukan gerakan terkoordinasi untuk kelenturan, keseimbangan (73%), melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala (86,7%) dan melakukan permainan fisik dengan aturan (80%). Permainan tradisional tarik upih anak-anak diajarkan untuk jujur, bekerja sama, toleransi, tangguh, melatih gerak psikomotor anak, membentuk pribadi yang peduli dan memiliki rasa cinta terhadap budayanya. Penelitian ini menemukan bahwa melalui permainan tradisional dalam upaya mengembangkan motorik kasar pada anak terbukti berhasil.

Penelitian ketiga oleh Denatara dan Arfah (2025) juga memperkuat temuan ini, di mana hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada keterampilan motorik kasar siswa. Pada tahap pratindakan, tingkat ketuntasan siswa hanya mencapai 31,25%. Setelah siklus I, persentase ketuntasan meningkat menjadi 43,75%, dan pada siklus II mencapai 75%. Peningkatan ini dipengaruhi oleh partisipasi aktif siswa, peran guru sebagai fasilitator, serta desain aktivitas permainan yang menarik dan bervariasi. Kesimpulannya, metode permainan bola efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa. Rekomendasi penelitian ini mencakup integrasi permainan bola ke dalam kurikulum pendidikan jasmani, pelatihan guru, dan penyediaan fasilitas yang memadai di sekolah.

Meskipun banyak penelitian yang sudah membahas mengenai peningkatan motorik kasar siswa SD dengan permainan berbasis model pendidikan gerak dan berbagai penelitian yang menyotoni pentingnya aktivitas fisik dalam perkembangan motorik kasar, namun masih terdapat kesenjangan dalam pendekatan pembelajaran yang menarik dan berpusat pada siswa. Beberapa penelitian sebelumnya lebih berfokus pada latihan fisik yang terstruktur dan monoton, sehingga kurang mempertimbangkan aspek keterlibatan siswa secara emosional dan sosial. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara khusus mengeksplorasi penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak dalam konteks sekolah dasar, khususnya dalam meningkatkan motorik kasar. Kesenjangan lain yang ditemukan adalah kurangnya data empiris tentang bagaimana pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik tetapi juga mendukung pengembangan karakter dan interaksi sosial siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengeksplorasi bagaimana permainan berbasis model pendidikan gerak dapat memberikan dampak yang lebih holistik pada perkembangan siswa. Oleh karena itu, pada penelitian ini penulis melakukan penelitian dengan menggunakan model pembelajaran gerak berbasis permainan.

Sejalan dengan latar belakang tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak terhadap motorik kasar pada siswa. Serta mengetahui perbedaan peningkatan motorik kasar antara siswa yang diberikan model pendidikan gerak dan siswa yang tanpa diberi model pendidikan gerak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen semu (quasi eksperimen). Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran permainan berbasis pendidikan gerak terhadap peningkatan motorik kasar siswa sekolah dasar. Penelitian eksperimen semu digunakan ketika peneliti tidak dapat mengontrol secara penuh variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen.

Desain yang digunakan adalah *non-equivalent control group design*, di mana terdapat dua kelompok: kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan berupa pembelajaran dengan model permainan berbasis pendidikan gerak, dan kelompok kontrol yang menggunakan pembelajaran konvensional. Desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut.

Tabel 1. Desain Penelitian

Kelompok Eksperimen	: O ₁ X O ₂
Kelompok Kontrol	: O ₁ O ₂

Keterangan:

- O₁ = *Pretest* (tes awal keterampilan motorik kasar)
- X = Perlakuan (pembelajaran dengan model pendidikan gerak berbasis permainan)
- O₂ = *Posttest* (tes akhir keterampilan motorik kasar)

Penelitian ini dilakukan pada salah satu Sekolah Dasar di Kota/Daerah X yang memiliki karakteristik siswa usia 8–9 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan mempertimbangkan kesamaan karakteristik antara kelompok eksperimen dan kontrol dalam hal usia dan kondisi fisik umum. Instrumen utama dalam penelitian ini ialah menggunakan Alat Tes Kemampuan Gerak Dasar menurut (Bakhtiar, 2015) Kemampuan gerak pada anak muncul dan berkembang selama prasekolah dan ekolah dasar. Pertumbuhan fisik dan pengalaman gerak yang dimiliki anak sangat mempengaruhi pola gerak mereka. Jika orangtua dan pendidik tidak bisa mendiagnosa dan memperbaiki gangguan dalam perkembangan gerak dasar, maka dikhawatirkan masalah gerak ini akan berlanjut sampai dewasa kelak.

Data yang diperoleh dianalisis dengan statistik deskriptif dan inferensial:

- 1) Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan nilai rata-rata dan standar deviasi keterampilan motorik kasar pada *pretest* dan *posttest*.
- 2) Uji-t (*paired dan independent sample t-test*) digunakan untuk mengetahui perbedaan peningkatan motorik kasar antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik SPSS versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Deskriptif

Pretest dan *posttest* dilakukan untuk mengetahui perbedaan peningkatan motorik kasar antara siswa yang diberikan model pendidikan gerak dan siswa yang tanpa diberi model pendidikan gerak. Berikut ini hasil penilaian *pretest* terhadap kelompok kontrol dan eksperimen.

Tabel 2 Hasil *Preetest* Siswa Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Preetest Kontrol	26	44.00	85.00	65.73	11.79341
Valid N (listwise)	26				

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Tabel 2 menunjukkan hasil *pretest* keterampilan motorik kasar siswa pada kelompok kontrol, nilai minimum sebesar 44,00 dan maksimum 85,00 dengan rata-rata nilai *pretest* kelompok kontrol sebesar 65,73 dengan standar deviasi 11,793.

Tabel 3 Hasil *Preetest* Siswa Kelompok Eksperimen

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Preetest Eksperimen	29	47.00	84.00	61.81	9.996
Valid N (listwise)	29				

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Tabel 3 menunjukkan hasil pretest keterampilan motorik kasar siswa pada kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan, nilai minimum sebesar 47,00 dan maksimum 84,00 dengan Rata-rata nilai *pretest* kelompok eksperimen sebesar 61,81 dengan standar deviasi 9,996. Data pada Tabel 2 dan Tabel 3 mengindikasikan bahwa sebelum perlakuan diberikan, kemampuan motorik kasar siswa pada kedua kelompok relatif seimbang, meskipun kelompok kontrol memiliki rata-rata sedikit lebih tinggi. Namun, variasi skor pada kelompok kontrol juga lebih besar, terlihat dari standar deviasi yang lebih tinggi dibanding kelompok eksperimen. Selanjutnya hasil *posttest* pada kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat pada Tabel 4 dan Tabel 5.

Tabel 4 Hasil *Posttest* Siswa Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Posttest Kontrol	26	44.00	88.00	66.96	13.003
Valid N (listwise)	26				

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Tabel 4 menunjukkan hasil *posttest* keterampilan motorik kasar siswa pada kelompok kontrol, nilai minimum sebesar 44,00 dan maksimum 88,00 dengan rata-rata nilai *pretest* kelompok kontrol sebesar 66,96 dengan standar deviasi 13,003.

Tabel 5 Hasil *Posttest* Siswa Kelompok Eksperimen

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Posttest Eksperimen	29	66.00	94.00	79.41	8.728
Valid N (listwise)	29				

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Tabel 5 menunjukkan hasil pretest keterampilan motorik kasar siswa pada kelompok eksperimen setelah diberi perlakuan, nilai minimum sebesar 66,00 dan maksimum 94,00 dengan Rata-rata nilai *pretest* kelompok eksperimen sebesar 79,34 dengan standar deviasi 8,728. Perbedaan rata-rata nilai *posttest* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen mengindikasikan bahwa model pembelajaran permainan berbasis pendidikan gerak memberikan pengaruh positif yang lebih besar terhadap peningkatan motorik kasar siswa, dibandingkan dengan pembelajaran konvensional yang diterima oleh kelompok kontrol.

2. Analisis Inferensial

a. Uji Paired Sample T-Test

Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* dalam kelompok yang sama. Berikut adalah Uji Paired Sample T-Test pada kelompok kontrol.

Tabel 6 Uji Paired Sample T-Test Pada Siswa Kelompok Kontrol

		Paired Samples Test					t	df	Sig. (2-tailed)
		Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1	Preetest Kontrol - Posttest Kontrol	-1.23077	1.45073	.28451	-1.81673	-.64481	-4.326	25	.000

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Hasil uji *Paired Samples T-Test* pada kelompok kontrol menunjukkan adanya perbedaan rata-rata antara nilai *pretest* (65,73) dan *posttest* (66,96) sebesar -1,23 dengan standar deviasi 1,45. Hasil pengujian menunjukkan nilai $t = -4,326$ dengan derajat kebebasan (df) = 25, dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) = 0,000. Karena nilai signifikansi < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol. Meskipun demikian, selisih peningkatannya tergolong kecil, sehingga secara praktis dapat dikatakan bahwa pembelajaran konvensional hanya memberikan peningkatan yang minimal terhadap keterampilan motorik kasar siswa.

Tabel 7 Uji Paired Sample T-Test Pada Siswa Kelompok Eksperimen

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Preetest Eksperimen - Posttest Eksperimen	-17.53846	2.77461	.54415	-18.65915	-16.41777	-32.231	25	.000

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Hasil uji *Paired Samples T-Test* pada kelompok eksperimen menunjukkan rata-rata perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* sebesar -17,54, dengan standar deviasi 2,77 dan error rata-rata 0,54. Nilai t hitung = -32,231 dengan derajat kebebasan (df) = 25, serta nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) = 0,000 atau >0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa pembelajaran menggunakan permainan berbasis model pendidikan gerak secara efektif mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar.

b. Uji Homogenitas

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah data dari dua kelompok (kontrol dan eksperimen) memiliki varians yang sama atau tidak selain itu uji ini juga digunakan sebagai prasyarat uji t independen.

Tabel 8 Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
4.840	1	53	.032

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Hasil uji homogenitas dengan *Levene's Test* pada Tabel 6 dapat dilihat nilai *posttest* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menunjukkan bahwa nilai signifikansi berdasarkan *mean* adalah 0,032, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data tidak homogen, atau terdapat perbedaan varians yang signifikan antara kedua kelompok. Dengan demikian, dalam uji *Independent Sample T-Test*, analisis harus dilakukan menggunakan baris *Equal variances not assumed*, karena asumsi homogenitas varians tidak terpenuhi.

c. Uji Independent Sample T-Test

Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan peningkatan yang signifikan antara nilai *posttest* kelompok kontrol dan eksperimen.

Tabel 9 *T-Test*

Group Statistics					
	Jenis	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Peningkatan	Kontrol	26	1.23	1.451	.285
	Ekspresimen	29	17.48	2.721	.505

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Berdasarkan Tabel 7 *Group Statistics* diketahui bahwa jumlah data nilai *posttest* untuk kelompok kontrol adalah sebanyak 26 orang siswa, sementara untuk kelompok eksperimen adalah sebanyak 29 orang siswa. Rata-rata nilai *posttest* siswa atau *mean* untuk kelompok kontrol adalah sebesar 1.23, sementara untuk kelompok eksperimen adalah sebesar 17.48. Dengan demikian secara deskriptif statistic dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata nilai *posttest* antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Selanjutnya untuk membuktikan apakah perbedaan tersebut berarti signifikan (nyata) atau tidak maka perlu dilihat dari hasil *Independent Sample Test* berikut ini.

Tabel 10 *Independent Sample Test*

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower		Upper
Nilai Posttest	Equal variances assumed	4.840	.032	-27.176	53	.000	-16.252	.598	-17.451	-15.052
	Equal variances not assumed			-28.030	43.659	.000	-16.252	.580	-17.421	-15.083

Sumber: Hasil Olah Data (2025)

Berdasarkan hasil Tabel 10, diketahui nilai Sig. *Levene's Test for Equality of Variances* adalah sebesar $0,032 < 0,05$ menunjukkan bahwa varians antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen tidak homogen (Sujarweni, 2014). Oleh karena itu, interpretasi hasil uji t dilakukan dengan merujuk pada baris *Equal variances not assumed*.

Berdasarkan hasil *Independent Samples Test*, pada bagian *Equal variances assumed* diketahuni nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji independent t test dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian bahwa ada perbedaan yang signifikan (nyata) antara nilai *posttest* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Perbedaan rata-rata antara kedua kelompok adalah sebesar -16,25 poin, yang menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki peningkatan keterampilan motorik kasar yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini menguatkan bukti bahwa model pembelajaran berbasis permainan dan pendidikan gerak efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa sekolah dasar.

3. Pembahasan

Berdasarkan temuan penelitian ini, penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak terbukti memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar. Hal ini ditunjukkan dari perbedaan nilai pretest dan posttest pada kelas eksperimen yang meningkat secara nyata, yaitu dari rata-rata 61,93 menjadi 79,41, mengalami peningkatan sebesar 17,48 poin. Sementara itu, pada kelompok

kontrol, kenaikannya hanya sebesar 1,23 poin, yaitu dari 65,73 menjadi 66,96. Hal ini memperlihatkan bahwa model pendidikan gerak memiliki pengaruh lebih kuat dalam mendorong perkembangan keterampilan motorik kasar siswa dibandingkan pembelajaran konvensional.

Menurut Goodway (2019), keterampilan motorik kasar yang berkembang dengan baik mencakup koordinasi tubuh, kelincahan, dan kekuatan otot besar, yang penting bagi keberhasilan aktivitas fisik sehari-hari dan perkembangan kognitif serta sosial anak. Hasil penelitian ini mendukung teori tersebut, karena siswa dalam kelompok eksperimen menunjukkan gerakan yang lebih terkoordinasi, keseimbangan tubuh yang meningkat, serta lebih aktif secara fisik selama proses pembelajaran. Perubahan yang diamati mencakup kemampuan siswa dalam berlari, melompat, dan menangkap secara lebih presisi dan percaya diri, yang mencerminkan peningkatan kualitas motorik kasar peserta didik.

Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Puspitasari et al. (2023), yang menunjukkan bahwa pendekatan bermain secara sistematis dalam pembelajaran gerak dasar dapat meningkatkan hasil belajar motorik siswa hingga 85% pada siklus akhir. Senada dengan itu, Lita et al. (2023) menemukan bahwa permainan outbound memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar anak, khususnya dalam aspek koordinasi dan keseimbangan. Penelitian oleh Armadi Raga et al. (2024) juga menunjukkan bahwa metode gerak dan lagu efektif meningkatkan keterampilan motorik kasar anak usia dini dari 72% menjadi 89%. Hasil-hasil ini mendukung bahwa aktivitas fisik yang menyenangkan dan partisipatif memiliki pengaruh besar terhadap peningkatan kompetensi motorik.

Selain perubahan dari sisi kemampuan fisik, permainan berbasis pendidikan gerak juga berkontribusi terhadap pembentukan suasana belajar yang positif dan meningkatkan partisipasi siswa. Menurut Mahendra (2015), model pendidikan gerak menekankan pada konsep kesadaran tubuh, usaha, ruang, dan keterhubungan dalam aktivitas fisik, yang mendorong siswa tidak hanya bergerak secara efektif tetapi juga memahami gerakan mereka. Hal ini tercermin dari sikap siswa yang lebih aktif, percaya diri, dan kolaboratif selama proses pembelajaran. Dengan demikian, pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik tetapi juga membantu dalam membentuk karakter dan interaksi sosial siswa. Pendekatan pembelajaran yang berfokus pada aktivitas fisik yang menyenangkan dan terstruktur memiliki pengaruh yang kuat terhadap perkembangan motorik kasar anak sekolah dasar, seperti yang dibuktikan dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan berbasis model pendidikan gerak secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar. Hal ini dibuktikan melalui hasil analisis statistik yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Uji *paired samples t-test* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan nilai pretest ke posttest yang lebih tinggi secara bermakna dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, hasil uji *independent samples t-test* juga mengonfirmasi bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai posttest kedua kelompok. Dengan demikian, pembelajaran menggunakan model pendidikan gerak berbasis permainan dapat menjadi alternatif pendekatan yang efektif dan menyenangkan dalam mendukung perkembangan motorik kasar siswa di jenjang sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Bapak Kepala Sekolah Dasar yang telah menyambut dengan hangat dan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah

tersebut. Terima kasih pula kepada guru PJOK yang telah bersedia untuk diwawancarai dan berdiskusi dengan nyaman. Tak lupa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada peserta didik kelas 3 yang telah berpartisipasi secara aktif dalam penelitian ini. Semoga bantuan yang telah diberikan dengan kerelaan hati dan keikhlasan mendapat imbalan pahala yang setimpal dari Allah SWT, Aamiin.

DAFTAR PUSTAKA

Pustaka Primer (Jurnal):

- Denatara, E. T., & Arfah, S. B. (2025). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Bola Kaki Dan Bola Tangan Pada Siswa SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi. *Discourse of Physical Education: DPE* Februari 2025 Vol. 4, No. 1 e-ISSN: 2615-6881 <https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe>.
- Erihani, Rima Safitri. (2023). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Lari Melalui Permainan Tradisional Kucing Jongkok. *Vol 5 No 1 hlm 74-84*.
- Gustiawati, R., & Julianti, R. R. (2018). Pengaruh Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Terhadap Hasil Penilaian Kognitif Dalam *Jurnal Speed (Sport, Physical, 2(November), 44 51*. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed/article/view/1731>
- Humairah, A. (2023). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional di Taman Kanak-Kanak Sahabat Anugerah Kabupaten Gowa. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Indonesia*, 7(2).
- Ida Windi Wahyuni & Ajriah Muazimah. (2020). Pengembangan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Tarik Upih Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha, Volume 8 Nomor 1*.
- Lita, Jatisunda, M. G., Nahdi, D. S., Nurlatifah, I., Rasyid, A., & Cahyaningsih, U. (2023). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Outbound Kids. *Jurnal Educatio ISSN 2459-9522 (Print), 2548-6756 (Online). Vol. 9, No. 2, 2023, pp. 1133-1140*
- Puspitasari, D., Hartati, S. C. Y., & Nasikin. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Motorik Melalui Penerapan Pendekatan Bermain. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga. Vol 4 No 2 Tahun 2023*. <https://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>
- Raga, A., Suyatno, D. N. A., Muslimah, H. N., & Saparuddin, M. (2024). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Gerak Dan Lagu Usia 5-6 Tahun. *BOCAH: Borneo Early Childhood Education and Humanity Journal Volume 3 Nomor 1, January 2024 E-ISSN: 2807-7857, P-ISSN: 2807-9078*.
- Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P., & D'Hondt, E. (2015). Motor competence and its effect on positive developmental trajectories of health. *Sports Medicine, 45(9), 1273–1284*. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0351-6>
- Yuliandra, R., Gumantan, A., & Pratomo, C. (2023). Meningkatkan motorik kasar anak usia dini ditinjau dengan model permainan ladder. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Volume 7 Issue 4 (2023) Pages 4190-4198 ISSN: 2549-8959 (Online) 2356-1327 (Print)*

Buku /Ebook:

- Aisyah, Siti. (2008). *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Bakhtiar, Syahrial. (2015). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Penerbit. UNP Press Padang
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (8th ed.)*. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.

-
- Hakim, A. (2019). *Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar: Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Mahendra, A. (2015). *Model-Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Pangrazi, R. P., & Beighle, A. (2019). *Dynamic physical education for elementary school children (19th ed.)*. New York, NY: Pearson.
- Payne, V. G., & Isaacs, L. D. (2017). *Human motor development: A lifespan approach (9th ed.)*. New York, NY: Routledge.
- Soetjiningsih. (2012). *Perkembangan Anak dan Permasalahannya Dalam Buku Ajar I Ilmu Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Sagungseto.
- Sujarweni, Wiratna. (2014). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.