



## Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipulatif Melalui Kerangka Analisis gerak (Movement Analysis Framework)

Lesmana Nugraha<sup>1</sup>, Agus Mahendra<sup>1</sup>, Indra Herdiyana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2</sup>SD Negeri Hanura, Cibiru, Bandung

### Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Januari

Disetujui Maret 2018

Dipublikasikan Mei 2018

Keywords:

Model Pendidikan Gerak, Pola Gerak Dasar, Manipulatif dan Kerangka Analisis Gerak (Movement Analysis Framework)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pendidikan gerak dalam pembelajaran pola gerak dasar manipulatif melalui penggunaan kerangka analisis gerak (movement analysis framework). Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Hanura Kota Bandung, dengan subjek penelitian berjumlah 23 siswa kelas V. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas, dengan 4 kali tindakan selama 2 siklus. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Instrumen Penilaian Praktek Gerak Manipulatif, kamera foto dan video. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, terdapat peningkatan progresif dari sisi prosentase dari mulai hasil pembelajaran awal sampai dengan hasil belajar pada siklus 2 tindakan 2. Pada observasi awal prosentase penilaian praktek gerak manipulatif 42.80%, dan prosentase pada siklus II tindakan II sebesar 78.12%. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan model pendidikan gerak dengan melibatkan kerangka analisis gerak (movement analysis framework) dapat meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa kelas V SDN Hanura Kota Bandung.

### Abstract

*This study aimed to investigate the effectiveness of teaching manipulative skill with applying movement education model through utilizing the Graham's movement analysis framework. This research was conducted at Hanura State Primary School of Bandung, involving 23 students of grade V as the subject of the research. The method to be employed in this study is a Classroom Action Research, involving 4 lessons activity consisted of 2 cycles. The improvement of this action research to be assessed by means of Manipulative Movement Skill test, photo and video camera. Based on data analysis, there are progressive increases on the percentage results starting from the initial stage to the last learning process in cycle 2. In the initial observation, the percentage assessment of manipulative skill was 42.80%, and the percentage in cycle 2 of lesson action 2 amounted to 78.12%. It can be concluded that the application of movement education model through the utilization of movement analysis framework can improve the basic manipulative movement pattern in grade V of SDN Hanura Bandung.*

## PENDAHULUAN

Pola Gerak Dominan merupakan satu dari 5 aktivitas pembelajaran terkait yang harus diajarkan dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar (SD). Hal itu terlihat dari ruang lingkup pendidikan jasmani dalam kurikulum 2013, yang menetapkan bahwa ruang lingkup pembelajaran Penjas SD meliputi: “aktivitas pola gerak dasar (PGD), aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas kebugaran, aktivitas senam dan gerak ritmik, aktivitas air, dan kesehatan.” (Permendikbud No. 54 Tahun 2014).

Gerak Dasar Fundamental (Basic Fundamental Movement) yang merupakan pola gerakan yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks. Gerakan-gerakan ini terjadi atas dasar gerakan refleks yang berhubungan dengan badannya, merupakan bawaan sejak lahir dan terjadi tanpa melalui latihan, tetapi dapat diperhalus lebih baik lagi dengan latihan (Mahendra, 2007; Harrow, 1971).

Berdasarkan pengamatan peneliti, dari seluruh aktivitas pembelajaran di atas, aktivitas PGD merupakan kelompok aktivitas baru dalam kurikulum 2013, karena sebelumnya istilah ini belum muncul dalam kurikulum nasional sebelum Kurikulum 2013. Mengingat aktivitas pembelajaran PGD terbilang masih baru dan belum mendapatkan perhatian yang khusus, bahkan beberapa guru masih belum familiar terhadap aktivitas pembelajaran PGD. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengungkapnya lebih lanjut.

Pola gerak dasar adalah pola gerakan yang menjadi pondasi atau dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks.

Gerakan-gerakan dasar fundamental dibagi atas gerakan lokomotor, non-lokomotor dan manipulative (Malina, 1991; Dauer dan Pangrazi, 1986; Kogan, 1982). Gerakan lokomotor merupakan gerakan berpindah tempat dari satu titik ke titik yang lain. gerakan lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya (Mahendra, 2015). Keterampilan ini mencakup gerakan berlari, berjalan, hop, melompat, dan sebagainya. Sedangkan gerakan non-lokomotor merupakan lawan dari gerakan lokomotor, artinya gerakan ini tidak berpindah tempat. Gerakan non-lokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar (Mahendra, 2015). Gerakan manipulative merupakan gerakan yang lebih kompleks karena melibatkan anggota tubuh untuk memanipulasi benda diluar tubuh. Gerakan manipulative biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan obyek tertentu sebagai mediana, atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda di luar dirinya (Mahendra, 2015). Keterampilan ini seperti menendang, menangkap, melempar dan memukul.

Secara khusus peneliti ingin mengungkap lebih lanjut tentang gerak dasar manipulative. Gerak dasar manipulative merupakan gerak dasar yang kompleks karena seseorang melibatkan seluruh bagian tubuhnya untuk memanipulasi benda. Gerakan manipulative ini dibedakan menjadi 2 jenis gerakan, yaitu: 1) Gerakan prehen-

sion: kombinasi dari beberapa refleksi dan koordinasi dengan kemampuan pengamatan dengan kegiatan pengertian. Contoh bayi memegang suatu benda akibat adanya kerjasama antara refleksi fleksi, menggenggam, dan refleksi inhibitory. 2) Gerakan deksteritas: kemampuan tangan dan jari-jari seperti menyusun dadu, menggambar, dan memperlakukan bola (Mahendra, 2007).

Adapun macam-macam gerak dasar manipulatif, yaitu: melempar, menangkap, menendang, memukul dan menggiring. Macam-macam gerak dasar manipulatif ini akan melibatkan koordinasi antara bagian-bagian tubuh seseorang seperti koordinasi mata dengan tangan (pada saat menangkap, melempar dan memukul suatu objek), koordinasi mata dengan kaki (pada saat menendang dan menggiring suatu objek), yang nantinya kedua koordinasi ini diperlukan saat terlibat dalam kegiatan olahraga yang sudah terspesialisasi (sepak bola, badminton, basket, volley, dsb).

Sebagaimana namanya, aktivitas pembelajaran PGD masih baru dan belum populer. Di sekolah, aktivitas pembelajaran PGD juga belum dilakukan secara optimal, karena guru belum memahami atau menemukan model yang tepat untuk mengajarkan aktivitas pembelajaran PGD. Padahal ada salah satu pendekatan pembelajaran yang dikembangkan oleh para ahli terkait aktivitas pembelajaran PGD yaitu *Movement Education* atau yang disebut model pendidikan gerak.

Model pendidikan gerak (*Movement Education*) merupakan salah satu model pembelajaran dalam pendidikan jasmani. Pendidikan gerak adalah sebuah model pembelajaran dalam Penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak (Mahendra, 2015).

Model pendidikan gerak tentu bukan saja mendukung terhadap tumbuhnya rasa berhasil (*feeling of success*) pada setiap anak, tetapi juga membantu mengembangkan pengetahuan kognitif tentang gerak (Mahendra, 2015).

Pendidikan gerak adalah program yang diarahkan untuk mengembangkan fundasi yang luas sehingga siswa mampu mengembangkan keterampilan dalam berbagai jenis gerakan (Mahendra, 2015). Untuk membangun dasar yang luas ini, pendekatan pendidikan gerak menggunakan kerangka yang khusus untuk menggolongkan gerakan dan mendorong siswa membangun perbendaharaan gerak yang mampu mereka terapkan pada seluruh isi gerak di tahap-tahap selanjutnya, termasuk olahraga.

Pada dasarnya, pelaksanaan model ini adalah penggabungan antara gerak dasar fundamental (*Basic Fundamental Movement*) dengan konsep gerak (*Movement Concept*). Gerak dasar fundamental ini terdiri dari gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif, sedangkan konsep gerak menurut Laban (dalam Nugraha, 2012, hlm. 14) dibagi menjadi empat konsep, yaitu : “Body Concepts, Effort Concepts, Spatial Concepts, and Relationship Concepts”. Ketika kedua konsep ini disatukan, maka dapat dijadikan satu alat untuk menganalisis kerangka pengayaan gerak yang dapat dilakukan dan tentunya akan lebih memvariatifkan gerak dasar manipulatif yang dikuasai oleh siswa.

Ketika dua konsep besar antara Basic Fundamental Movement dan Movement Concept disatukan, maka ia dapat dijadikan satu alat untuk menganalisis kerangka pengayaan gerak yang dapat dilakukan (Mahendra, 2015). Para ahli kemudian membantu kita dengan menciptakan satu “kerangka analisis gerak” (*movement analysis framework*) terse-

but dalam bentuk “roda” yang memiliki pemolaan tertentu yang memudahkan kita untuk memahaminya.

Dari ulasan di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “penerapan model pendidikan gerak dalam pengembangan pola gerak dasar manipulatif melalui kerangka analisis gerak (*movement analysis framework*)”. Dengan diadakannya penelitian ini penulis berharap model pendidikan gerak dapat menjadi alternatif model pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama untuk meningkatkan pola gerak dasar manipulatif di sekolah dasar. Dengan model pembelajaran ini pula diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan potensi yang ada dalam diri siswa, baik dalam segi mental, emosional, sosial dan spiritual.

**METODE PENELITIAN**

Metode penelitian pendidikan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Sesuai dengan tujuan penelitian tindakan kelas yang berfungsi memperbaiki kondisi pembelajaran pendidikan jasmani, maka peneliti berniat untuk menerapkan penelitian model pendidikan gerak dalam mengembangkan pola gerak dasar manipulatif dalam upaya memperbaiki suasana pembelajaran PGD kelas V di Sekolah Dasar Negeri Hanura. Dimana hasil pengamatan peneliti, pembelajaran PGD di sekolah-sekolah masih terbilang baru dalam pendidikan jasmani, bahkan guru-guru masih belum familiar dengan pembelajaran PGSD.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri Hanura Kota Bandung, yang berjumlah 23 siswa. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah satu kelas

yang terdiri atas 8 siswa putra dan 15 siswa putri. Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini dengan observasi dan tes hasil belajar. Observasi adalah tahap perekaman data yang meliputi proses dan hasil dari pelaksanaan kegiatan. Selain observasi dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan tes hasil belajar atau instrumen dalam pengamatan hasil belajar. Tes di sini untuk pengumpulan data yang akan dilakukan peneliti terhadap siswa.

**Penilaian Praktek Gerak Manipulatif**

Penilaian praktek gerak manipulatif ini berfungsi untuk mengetahui hasil dari pembelajaran PGD dalam meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa.

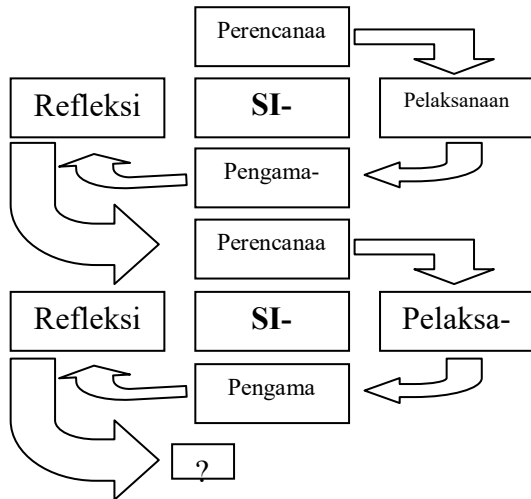
No	Aspek yang dinilai	Skor					Skor
		1	2	3	4	5	
<b>A</b>	Sikap Awal						
1	Sikap berdiri awal						
2	Cara mengayunkan lengan ke belakang						
3	Sikap tubuh posisi lempar						
4	Langkah kaki ke depan						
<b>Skor maksimal: 20</b>							

No	Aspek yang dinilai	Skor					Skor
		1	2	3	4	5	
<b>B</b>	Pelaksanaan						
1	Gerakan awal tubuh dan lengan lemparan						
2	Gerakan lengan melempar						
3	Lepasnya bola dari tangan						
4	Sudut naik bola atau benda yang dilempar						
<b>Skor maksimal: 20</b>							

No	Aspek yang dinilai	Skor					Skor
		1	2	3	4	5	
<b>C</b>	Sikap Akhir						
1	Gerakan lanjutan dari lengan						
2	Posisi keseimbangan di akhir lemparan						
3	Lambungan bola hasil lemparan						
4	Gerak lanjutan dari sikap akhir tubuh						
5	Keseluruhan sikap pada pelaksanaan						
<b>Skor maksimal: 25</b>							

**Format Penilaian Hasil Belajar Gerak Manipulatif (Sumber: Mahendra, 2015, hlm. 141)**

Pada penelitian ini, peneliti memakai desain siklus PTK Arikunto, karena desain siklus PTK lebih lengkap dalam memberikan tindakan. Dalam penerapan model pendidikan gerak dilakukan dalam beberapa pertemuan pada kelas yang sama. Tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Dalam pelaksanaan di atas peneliti akan menggunakan dua siklus sebagai alur dari penelitian. Dalam satu siklus terdapat empat tahapan, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan, dan tahap refleksi. Pada masing-masing siklus akan dilakukan dua tindakan.

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, catatan lapangan, tes, dan bahan-bahan lain sehingga mudah dipahami. Setelah seluruh data dihitung, maka dicari persentasinya untuk menentukan apakah penelitian bisa dihentikan atau dilanjutkan dalam siklus berikutnya. Apabila persentase yang diperoleh menunjukkan angka lebih dari 70% maka penelitian dapat dihentikan.

Peneliti melakukan refleksi kembali, apakah penelitian tindakan kelas ini dapat

dikatakan berhasil apabila hasil belajar siswa mendapatkan nilai tes mencapai ketuntasan di atas KKM Pendidikan Jasmani. Adanya peningkatan hasil belajar Pendidikan Jasmani yaitu apabila persentase dari data hasil evaluasi siswa mencapai ketuntasan di atas KKM 70%. Persentase yang dijadikan indikator keberhasilan ini dilihat dari tes yang telah dilakukan siswa dan wawancara dengan guru mata pelajaran yang didukung dari hasil observasi. Persentase ini diambil atas kesepakatan peneliti dengan guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang didasarkan pada kemampuan siswa.

## HASIL

Dalam observasi awal yang dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 13 Desember 2016 pada pukul 07.30 – 09.00 WIB, peneliti mendapatkan gambaran awal bahwa pola gerak dasar manipulatif siswa berada pada prosentase 42.80%. Hasil prosentase pada observasi awal tersebut mengindikasikan bahwa pola gerak manipulatif siswa dalam kategori rendah. Kondisi itulah yang mendorong peneliti untuk menerapkan model pendidikan gerak dalam aktivitas pembelajaran PGD.

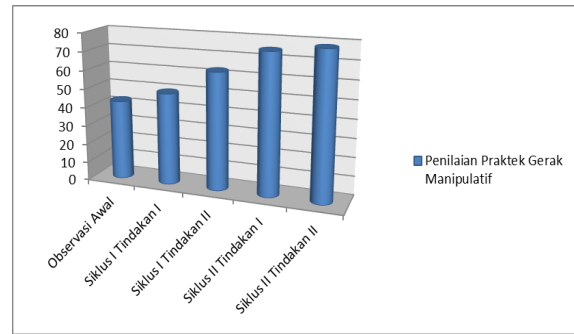
Hasil penelitian Siklus I (Tindakan I) penilaian praktek gerak manipulatif mencapai jumlah 738 dengan rata-rata 32.08 dan perolehan prosentase yang dicapai 49.36%. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pola gerak dasar manipulatif siswa dengan menerapkan model pendidikan gerak mengalami peningkatan walau masih di dalam kategori kurang. Hal demikian dapat kita lihat dari naiknya nilai prosentase penilaian praktek gerak manipulatif dari 42.80% menjadi 49.36%.

Hasil penelitian Siklus I (Tindakan II) penilaian praktek gerak manipulatif mencapai jumlah 939 dengan rata-rata 40.82 dan perolehan prosentase yang dicapai 62.80%. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pola gerak dasar manipulatif siswa mengalami peningkatan walaupun masih di dalam kategori kurang. Hal demikian dapat kita lihat dari naiknya nilai prosentase penilaian praktek gerak manipulatif dari 42.80% menjadi 62.80%.

Hasil penelitian Siklus II (Tindakan I) penilaian praktek gerak manipulatif mencapai jumlah 1122 dengan rata-rata 48.78 dan perolehan prosentase yang dicapai 75.05%. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pola gerak dasar manipulatif siswa mengalami peningkatan. Hal demikian dapat kita lihat dari naiknya nilai prosentase penilaian praktek gerak manipulatif dari 42.80% menjadi 75.05%.

Hasil penelitian Siklus II (Tindakan II) penilaian praktek gerak manipulatif mencapai jumlah 1168 dengan rata-rata 50.78 dan perolehan prosentase yang dicapai 78.12%. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat pola gerak dasar manipulatif siswa mengalami peningkatan. Hal demikian dapat kita lihat dari naiknya nilai prosentase penilaian praktek gerak manipulatif dari 42.80% menjadi 78.12%.

Berdasarkan hasil penelitian dari mulai Siklus I (Tindakan I) ke Siklus II (Tindakan II), diketahui bahwa penerapan model pendidikan gerak dapat meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa. Adapun jika digambarkan dalam bentuk grafik batang pencapaian pola gerak dasar manipulatif melalui penerapan model pendidikan gerak, dari mulai Siklus I (Tindakan I) ke Siklus II (Tindakan II) dapat digambarkan sebagai berikut:



**Peningkatan Hasil Penelitian Pola Gerak Dasar Manipulatif Dengan Menerapkan Model Pendidikan Gerak Pada Aktivitas Pola Gerak Dasar**

## PEMBAHASAN

Pada siklus I tindakan I, peningkatan pola gerak dasar manipulatif siswa melalui model pendidikan gerak meningkat sebesar 6.56%, peningkatan tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil prosentase observasi awal 42.80% dengan hasil prosentase siklus I tindakan I 49.36%. Disamping penerapan model pendidikan gerak ini baru diterapkan, penyampaian konsep dan tujuan dari model pendidikan gerak ini belum sepenuhnya tersampaikan kepada siswa. Peneliti mengamati siswa yang seperti kebingungan saat aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani dengan penerapan model pendidikan gerak, karena model pendidikan gerak ini lebih menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak. Menurut Mahendra (2015, hlm. 1) model pendidikan gerak adalah “sebuah model pembelajaran dalam Penjas yang menekankan pada pengajaran konsep dan komponen gerak. Berbeda dengan model pembelajaran Penjas yang umumnya mengajarkan berbagai cabang olahraga dengan seluruh teknik dasar, peraturan, serta strateginya, dalam pendidikan gerak anak tidak diperkenalkan dengan konsep dan komponen olahraga”.

Pada siklus I tindakan II, peningkatan

pola gerak dasar manipulatif siswa melalui model pendidikan gerak meningkat sebesar 20%, peningkatan tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil prosentase observasi awal 42.80% dengan hasil prosentase siklus I tindakan II 62.80%. Dalam penerapan model pendidikan gerak, guru tidak selalu mendemonstrasikan tugas gerak kepada siswa, lebih baik mendeskripsikan tugas tersebut secara verbal. Para ahli berpendapat (dalam Mahendra, 2015, hlm. 9), “bahwa lebih baik menantang dan meminta anak untuk melakukan gerak yang secara verbal dipahami anak, dari pada yang dilihat anak dari demonstrasi atau contoh dari guru”. Hal itu pun didukung oleh Kogan (dalam Mahendra, 2015, hlm. 9): “jika anak mampu memahami instruksi verbal guru, sampaikanlah instruksi dalam bentuk verbal. Jika anak tidak bisa memahami penjelasan verbal, barulah mereka diberi demonstrasi. Jika setelah demonstrasi anak tetap tidak mampu memahami, barulah dibantu secara kontak fisik”.

Pada siklus II tindakan I, peningkatan pola gerak dasar manipulatif siswa melalui model pendidikan gerak meningkat sebesar 32.25%, peningkatan tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil prosentase observasi awal 42.80% dengan hasil prosentase siklus II tindakan I 75.05%. Penerapan model pendidikan gerak sudah terlihat mampu meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa, dikarenakan secara bertahap pemahaman, keterampilan dan sosial siswa berkembang dari setiap pertemuannya. Menurut Mahendra (2015, hlm. 10) “... mampu menantang anak baik secara fisik dan motorik serta kognitifnya. Bahkan lebih jauh, ketika pelajaran Penjas dilangsungkan dengan bersandar pada model pendidikan gerak, anak pun akan merasa ditantang secara

afektifnya juga”.

Pada siklus II tindakan II, peningkatan pola gerak dasar manipulatif siswa melalui model pendidikan gerak meningkat sebesar 35.32%, peningkatan tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil prosentase observasi awal 42.80% dengan hasil prosentase siklus II tindakan I 78.12%.

Berdasarkan dari hasil temuan siklus I sampai dengan siklus II, bahwa pola gerak dasar diperlukan dalam banyak hal. Dalam pengembangan pola-pola dasar gerak sebagian besar berkembang sebagai hasil belajar, yang artinya peran guru sebagai pengguna kurikulum sangat diharapkan kehadirannya dalam proses pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pemaparan Harrow, (dalam Mahendra, 2015, hlm. 19): Tak dapat dibantah bahwa anak didorong secara positif untuk mampu membangun atau mengkonstruksi pemahaman baru melalui ekspolasi konsep dan komponen gerak. Para ahli sepakat bahwa model pendidikan gerak yang diterapkan secara konsisten dan kreatif dapat mendukung tumbuhnya pemikiran kritis pada diri anak, tetapi sekaligus mampu menumbuhkan sikap positif dan kegembiraan. Pada gilirannya, model pendidikan gerak tentu dapat menjadi proses pembelajaran yang dapat menumbuhkan kesan positif pada diri anak sehingga manfaatnya akan bertahan lama dalam memori.

Model pendidikan gerak (Movement Education) merupakan salah satu model pembelajaran yang dapat meningkatkan pola gerak dasar manipulatif. Menurut Mahendra (2015, hlm 6): Pendidikan gerak adalah program yang diarahkan untuk mengembangkan fundasi yang luas sehingga siswa mampu mengembangkan

keterampilan dalam berbagai jenis gerakan. Untuk membangun dasar yang luas ini, pendekatan pendidikan gerak menggunakan kerangka yang khusus untuk menggolongkan gerakan dan mendorong siswa membangun perbendaharaan gerak yang mampu mereka terapkan pada seluruh isi gerak di tahap-tahap selanjutnya, termasuk olahraga.

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa kelas V SDN Hanura Kota Bandung dalam pembelajaran aktivitas pola gerak dasar, yaitu dengan menerapkan model pendidikan gerak. Model pendidikan gerak dapat meningkatkan pola gerak dasar manipulatif dalam pembelajaran aktivitas PGD siswa kelas V SDN Hanura Kota Bandung. Hal ini sesuai dengan hipotesis tindakan yang telah peneliti sebutkan.

## **KESIMPULAN**

Melalui model pendidikan gerak, aktivitas pola gerak dasar (PGD) yang terdapat di dalam kurikulum 2013 dapat diselenggarakan secara optimal. Terlihat dari meningkatnya prosentase pola gerak dasar manipulatif siswa kelas V dari observasi awal sampai ke siklus 2 tindakan 2. Model pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (Movement Analysis Framework) dipandang paling tepat untuk meningkatkan PGD manipulatif siswa kelas V. Terlihat dari setiap siklus dan tindakan yang mengacu kepada model pendidikan gerak dan dibantu dengan kerangka analisis gerak (Movement Analysis Framework), pola gerak dasar manipulatif siswa meningkat prosentasenya. Dalam model pendidikan gerak melalui kerangka analisis gerak (Movement Analysis Framework), membuat aktivitas pembelajaran

yang kondusif bagi guru dan siswa kelas V. Dari setiap siklus dan tindakan suasana pembelajaran pendidikan jasmani semakin kondusif karena setelah tindakan berakhir peneliti melakukan refleksi agar tindakan berikutnya dapat memaksimalkan model pendidikan gerak. Di samping suasana pembelajaran menjadi kondusif, melalui model pendidikan gerak perbendaharaan gerak siswa kelas V meningkat. Melalui model pendidikan gerak siswa kelas V dituntut mengeksplor dirinya sendiri untuk mengembangkan fundasi yang luas sehingga siswa mengembangkan keterampilan dalam berbagai gerakan.

## **REKOMENDASI**

Bagi guru pendidikan jasmani, hasil penelitian ini membuktikan bahwa model pendidikan gerak (Movement Education) dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif model dalam meningkatkan pola gerak dasar manipulatif siswa di sekolah dasar, sehingga semua guru penjas SD perlu didorong untuk menguasai dan mempraktekkannya. Bagi sekolah, diharapkan dapat mendukung dan memfasilitasi alat serta media yang sesuai untuk menerapkan model pendidikan gerak. Agar proses pembelajaran pendidikan jasmani melalui model pendidikan gerak dapat berjalan dengan kondusif. Kepada rekan mahasiswa disarankan untuk mengungkap lebih dalam kelebihan model pendidikan gerak tersebut dalam bentuk penelitian lanjutan, baik berupa penelitian tindakan kelas, eksperimen ataupun deskriptif.

## **IMPLIKASI**

Pendidikan Jasmani Indonesia sudah amat perlu mengubah paradigma kepenjasannya, sehingga mampu mengangkat materi-materi



pembelajaran yang lebih sesuai bagi usia anak, dan termasuk sesuai dengan kemampuan gerak, kemampuan fisik, bahkan kemampuan emosionalnya. Model pendidikan gerak, sebagai sebuah model kurikulum, menawarkan sekaligus perubahan dari sisi materi (konsep dan komponen gerak yang mengandung Pola Gerak Dasar), sekaligus menawarkan kebaruan dalam model mengajarnya. Mengembangkan dan mendalami model pendidikan gerak dalam aktivitas pola gerak dasar (PGD) yang terdapat dalam kurikulum 2013, sudah merupakan keniscayaan, terutama terutama untuk meningkatkan peran dan sumbangan Penjas terhadap proses pertumbuhan baik fisik, mental, emosional, serta perkembangan social siswa. Di sini guru maupun sekolah berperan penting untuk memfasilitasi siswa untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Implikasi terhadap cara pandang guru pada siswa. Guru seharusnya menyadari bahwa siswa memiliki perbedaan satu sama lain, karena itu kegiatan pembelajaran PGD baiknya guru menggunakan model pendidikan gerak yang dibantu dengan kerangka analisis gerak agar siswa mampu mengeksplorasi gerakan yang mampu dipikirkannya, dan melakukan sesuai dengan kemampuannya tanpa harus membandingkannya dengan siswa lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. dkk. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Giriwijoyo, S. dkk. (2010). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, FPOK.
- Jamaris. (2014). *Pembelajaran Tematik Terpadu Tingkat Sekolah Dasar*. [Online].

- Diakses dari: <http://www.jamarismelayu.com/2014/09/pembelajaran-tematik-terpadu-tingkat.html>.
- Mahendra, Agus. (2007). *Modul Teori Belajar Mengajar Motorik*. Bandung: FPOK UPI.
- Mahendra, Agus. (2015-a). *Filsafat Pendidikan Jasmani: Dasar-dasar Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Mahendra, Agus. (2015-b). *Pembelajaran Musik dan Gerak: Dasar Pengembangan Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Mahendra, Agus. (2015-c). *Permainan Anak dan Permainan Tradisional*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Mahendra, Agus. (2017). *Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Dalam Pendidikan Jasmani*. Modul. Bandung: FPOK-UPI.
- Mahendra, Agus. (2014). "Telaah Kritis terhadap Program Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani (PGPJ) di Indonesia." Volume 4 (2), Desember 2014. *ATIKAN. Jurnal Kajian Pendidikan (Journal for Educational Studies)*.
- Nugraha, E. (2012). *Modul Aktivitas Permainan Net*. Bandung: FPOK UPI.
- Syarifuddin, A. & Muhadi. (1993). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: PT. Orasco Nusantara.
- Vania, L. (2017). *Pengukuran Gejala Pusat (Mean-Modus-Median)*. [Online]. Diakses dari: <https://leonievania20.wordpress.com/tugas-statistik-ekonomi/pengukuran-gejala-pusat-mean-modus-median/>.
- Widodo, Dwi. (2012). *Pola Gerak Dasar*. [Online]. Diakses dari: <https://onopirododo.wordpress.com/2012/10/07/pola-gerak-dasar/>.