E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 263-278
Volume 3 Nomor 3 Tahun 2026

STUDI KEMAMPUAN GERAK DASAR SISWA KELAS IV SD NEGERI 12 KAMPUNG LAPAI, KOTA PADANG

Aviandra Deski[1], Syahrial Bakhtiar[2], Atradinal[3], Riand Resmana[4]

[1,2,3,4]Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
E-Mail: deskkiaviandra@gmail.com, syahrial@fik.unp.ac.id, atradinal99@fik.unp.ac.id, riandresmana@fik.unp.ac.id

ABSTRAK

Kemampuan gerak dasar merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan motorik anak usia sekolah dasar dan menjadi landasan dalam penguasaan berbagai keterampilan olahraga maupun aktivitas fisik sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang. Penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian berjumlah 34 siswa kelas IV. Instrumen yang digunakan adalah Test of Gross Motor Development-Second Edition (TGMD-2) yang terdiri atas dua subtes, yaitu keterampilan lokomotor dan keterampilan objek kontrol. Keterampilan lokomotor meliputi berlari, gallop, hop, leap, horizontal jump, dan slide, sedangkan keterampilan objek kontrol meliputi memukul bola diam, stationary dribble, menangkap, menendang, melempar, dan menggelindingkan bola. Data dianalisis menggunakan teknik persentase dan diklasifikasikan berdasarkan norma penilaian yang digunakan dalam penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami keterlambatan perkembangan keterampilan gerak. Pada aspek lokomotor, keterlambatan paling banyak berada pada rentang 3–3,5 tahun, yaitu sebanyak 14 siswa (41%). Pada aspek objek kontrol, keterlambatan paling banyak juga berada pada rentang 2,6–3,5 tahun, yaitu 14 siswa (41%). Secara keseluruhan, distribusi kemampuan gerak dasar menunjukkan bahwa 18 siswa (53%) berada pada kategori *Poor*, 12 siswa (35%) pada kategori *Below Average*, 3 siswa (9%) pada kategori *Average*, dan 1 siswa (3%) pada kategori *Very Poor*. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori *Very Superior*, *Superior*, maupun *Above Average*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai masih perlu mendapatkan perhatian dan stimulasi pembelajaran yang lebih sistematis melalui latihan gerak dasar, permainan yang dimodifikasi, serta pembelajaran PJOK yang sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa.

Kata kunci: kemampuan gerak dasar, keterampilan lokomotor, objek kontrol, TGMD-2, siswa SD

ABSTRACT

Fundamental movement skills are an important aspect of motor development in elementary school children and serve as a foundation for mastering various sports skills and physical activities in daily life. This study aimed to determine the fundamental movement skills of fourth-grade students at SD Negeri 12 Kampung Lapai, Padang City. The study employed a quantitative descriptive method involving 34 fourth-grade students. The instrument used was the Test of Gross Motor Development-Second Edition (TGMD-2), consisting of two subtests: locomotor skills and object control skills. Locomotor skills included running, galloping, hopping, leaping, horizontal jumping, and sliding, while object control skills included striking a stationary ball, stationary dribbling, catching, kicking, overhand throwing, and underhand rolling. The data were analyzed using percentage analysis and classified according to the assessment norms applied in the study. The results showed that most students experienced delays in fundamental movement skill development. In locomotor skills, the largest proportion of students experienced a developmental delay of 3–3.5 years, involving 14 students (41%). Similarly, in object control skills, the largest proportion experienced a delay of 2.6–3.5 years, involving 14 students (41%). Overall, the distribution of fundamental movement skills showed that 18 students (53%) were categorized as Poor, 12 students (35%) as Below Average, 3 students (9%) as Average, and 1 student (3%) as Very Poor. No students were classified as Very Superior, Superior, or Above Average. These findings indicate that the fundamental movement skills of fourth-grade students at SD Negeri 12 Kampung Lapai require greater attention and systematic stimulation through fundamental movement practice, modified games, and physical education instruction appropriate to students' developmental characteristics.

Keywords: fundamental movement skills, locomotor skills, object control, TGMD-2, elementary school students

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang sekolah dasar memiliki peranan penting dalam membentuk kemampuan dasar peserta didik yang menjadi landasan bagi

perkembangan pada tahap berikutnya. Perkembangan tersebut tidak hanya berkaitan dengan kemampuan akademik, tetapi juga mencakup perkembangan fisik, motorik, sosial, emosional, dan keterampilan peserta didik. Pada masa sekolah dasar, anak berada pada tahap perkembangan yang membutuhkan pengalaman belajar secara langsung, aktif, dan beragam sehingga berbagai potensi yang dimiliki dapat berkembang secara optimal.

Salah satu mata pelajaran yang memiliki kontribusi penting terhadap perkembangan fisik dan motorik peserta didik adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK tidak hanya diarahkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga mengembangkan keterampilan gerak, kemampuan bekerja sama, kepercayaan diri, serta perilaku hidup sehat. Melalui aktivitas fisik yang terencana, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengembangkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kekuatan, kelincahan, serta kemampuan mengendalikan gerakan.

Kemampuan gerak dasar atau *fundamental movement skills* merupakan fondasi penting dalam perkembangan motorik anak. Gerak dasar menjadi dasar bagi seseorang untuk mempelajari keterampilan gerak yang lebih kompleks dalam berbagai aktivitas olahraga. Bakhtiar (2018) menjelaskan bahwa keterampilan gerak dasar merupakan dasar untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai keterampilan teknik dalam olahraga dan aktivitas fisik sepanjang hayat. Dengan demikian, penguasaan gerak dasar pada usia sekolah dasar menjadi bagian penting dalam mendukung keterlibatan anak dalam aktivitas fisik.

Kemampuan gerak dasar secara umum dapat dikelompokkan ke dalam keterampilan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Dalam penelitian ini, keterampilan yang menjadi fokus pengukuran adalah keterampilan lokomotor dan objek kontrol. Keterampilan lokomotor berkaitan dengan kemampuan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya, seperti berlari, melompat, dan berpindah arah. Sementara itu, keterampilan objek kontrol berkaitan dengan kemampuan mengendalikan objek menggunakan tangan atau kaki, seperti melempar, menangkap, menendang, memukul, dan menggelindingkan bola.

Penguasaan keterampilan gerak dasar sangat penting karena kemampuan tersebut berhubungan dengan kesiapan anak dalam mengikuti berbagai aktivitas fisik. Anak yang memiliki kompetensi gerak yang baik cenderung lebih percaya diri dalam mengikuti aktivitas fisik dan memiliki peluang yang lebih besar untuk terlibat dalam aktivitas jasmani secara aktif. Sebaliknya, kemampuan gerak dasar yang rendah dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan ketika mengikuti aktivitas olahraga yang membutuhkan koordinasi gerak lebih kompleks.

Perkembangan keterampilan gerak dasar pada anak tidak berlangsung secara otomatis tanpa pengalaman dan stimulasi yang memadai. Pembelajaran yang terencana, kesempatan berlatih, kualitas instruksi guru, ketersediaan sarana dan prasarana, serta lingkungan yang mendukung menjadi beberapa faktor yang dapat memengaruhi perkembangan keterampilan motorik. Eddy et al. (2021) menekankan pentingnya pengembangan dan penilaian *fundamental movement skills* pada jenjang sekolah dasar karena keterampilan tersebut berkaitan dengan keterlibatan anak dalam aktivitas fisik.

Hasil pengamatan awal yang dilakukan di SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang, menunjukkan bahwa masih ditemukan peserta didik yang mengalami kesulitan dalam melakukan beberapa gerakan dasar. Pada pembelajaran PJOK, sebagian siswa memang telah mampu melakukan gerakan seperti berlari, melompat, menendang, dan melempar, tetapi pelaksanaan gerakan belum selalu menunjukkan pola gerak yang sesuai dengan kriteria keterampilan yang diharapkan. Kondisi tersebut terlihat terutama ketika siswa mengikuti aktivitas permainan yang membutuhkan kombinasi beberapa keterampilan gerak.

Permasalahan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Dari aspek pembelajaran, pengembangan keterampilan gerak dasar perlu dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan. Keterbatasan variasi aktivitas fisik dan sarana olahraga juga dapat mengurangi kesempatan siswa untuk memperoleh pengalaman gerak yang cukup. Selain itu, perubahan pola aktivitas anak akibat meningkatnya penggunaan teknologi dapat mengurangi waktu yang digunakan untuk bermain dan bergerak secara aktif.

Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya dilakukan pengukuran kemampuan gerak dasar siswa secara objektif. Informasi mengenai tingkat kemampuan gerak dasar dapat digunakan oleh guru sebagai dasar untuk menyusun pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Salah satu instrumen yang dapat digunakan untuk menilai perkembangan keterampilan motorik kasar adalah Test of Gross Motor Development-Second Edition (TGMD-2).

TGMD-2 merupakan instrumen yang dirancang untuk menilai keterampilan motorik kasar anak melalui dua subtes, yaitu keterampilan lokomotor dan objek kontrol. Instrumen ini mencakup 12 keterampilan gerak dasar dan memberikan gambaran mengenai kemampuan anak dalam melakukan pola gerak fundamental. Dalam penelitian sebelumnya, TGMD-2 digunakan untuk mengidentifikasi anak yang mengalami keterlambatan keterampilan motorik, mengevaluasi perkembangan motorik, serta mengetahui kemajuan keterampilan gerak.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa perkembangan keterampilan lokomotor dan objek kontrol dapat berbeda pada anak berdasarkan usia dan pengalaman aktivitas fisik. Dilandes et al. (2022), misalnya, menemukan adanya perbedaan pada kemampuan objek kontrol berdasarkan jenis kelamin dan usia pada anak usia dini. Sementara itu, penelitian Marsanda et al. (2025) menunjukkan adanya variasi kemampuan antara keterampilan lokomotor dan objek kontrol pada peserta didik sekolah dasar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kondisi kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai kondisi keterampilan gerak siswa dan menjadi bahan pertimbangan bagi guru dalam merancang pembelajaran PJOK yang lebih sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif digunakan untuk menggambarkan kondisi suatu objek

berdasarkan data numerik yang diperoleh melalui proses pengukuran. Dalam penelitian ini, objek yang dideskripsikan adalah kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang.

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SD Negeri 12 Kampung Lapai yang berjumlah 225 siswa. Sampel penelitian difokuskan pada siswa kelas IV dengan jumlah 34 siswa. Pemilihan siswa kelas IV didasarkan pada tujuan penelitian untuk memperoleh gambaran kemampuan gerak dasar pada kelompok usia tersebut.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Test of Gross Motor Development-Second Edition (TGMD-2). Instrumen tersebut digunakan untuk mengukur keterampilan motorik kasar melalui dua subtes, yaitu keterampilan lokomotor dan keterampilan objek kontrol.

Subtes lokomotor terdiri atas enam keterampilan, yaitu: (1) *run* atau berlari, (2) *gallop* atau langkah kuda, (3) *hop* atau lompat satu kaki, (4) *leap* atau lompat, (5) *horizontal jump* atau lompat horizontal, dan (6) *slide* atau meluncur.

Subtes objek kontrol juga terdiri atas enam keterampilan, yaitu: (1) *striking a stationary ball* atau memukul bola diam, (2) *stationary dribble* atau memantulkan bola, (3) *catch* atau menangkap, (4) *kick* atau menendang, (5) *overhand throw* atau melempar dari atas, dan (6) *underhand roll* atau menggelindingkan bola dari bawah.

Dalam pelaksanaan tes, setiap keterampilan diamati berdasarkan kriteria performa yang telah ditentukan. Apabila peserta didik mampu melakukan gerakan sesuai dengan kriteria, diberikan skor 1, sedangkan apabila tidak sesuai diberikan skor 0. Setiap keterampilan dilakukan dalam dua kali percobaan.

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Persentase dihitung dengan rumus:

$$P = (f/N) \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase

f = frekuensi

N = jumlah sampel.

Hasil pengukuran kemudian diklasifikasikan berdasarkan norma penilaian TGMD-2 untuk memperoleh gambaran tingkat kemampuan gerak dasar peserta didik.

HASIL PENELITIAN

Keterampilan Gerak Lokomotor

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami keterlambatan dalam perkembangan keterampilan lokomotor. Keterlambatan tersebut berada pada rentang 1 hingga 5 tahun dibandingkan usia perkembangan yang diharapkan.

Distribusi keterlambatan keterampilan lokomotor menunjukkan bahwa sebanyak 1 siswa (3%) mengalami keterlambatan sekitar 6 bulan–1,5 tahun, 3 siswa (9%) mengalami keterlambatan 1,6–2,5 tahun, 2 siswa (6%) mengalami keterlambatan 2,6–3,5 tahun, 14 siswa (41%) mengalami keterlambatan 3,6–4,5 tahun, dan 13 siswa (38%) mengalami keterlambatan 4,6–5,5 tahun. Selain itu, terdapat 1 siswa (3%) yang menunjukkan kemajuan sekitar 6 bulan–1,5 tahun.

Tabel 1. Distribusi Keterlambatan dan Kemajuan Keterampilan Lokomotor

Rentang perkembangan	Keterlambatan F	%	Kemajuan F	%
0–5 bulan	0	0	0	0
6 bulan–1,5 tahun	1	3	1	3
1,6–2,5 tahun	3	9	0	0
2,6–3,5 tahun	2	6	0	0
3,6–4,5 tahun	14	41	0	0
4,6–5,5 tahun	13	38	0	0
Total	33	97	1	3

Data tersebut menunjukkan bahwa 33 dari 34 siswa (97%) mengalami

keterlambatan dalam keterampilan lokomotor. Keterlambatan paling banyak terdapat pada rentang 3,6–4,5 tahun, yaitu 14 siswa (41%), diikuti rentang 4,6–5,5 tahun sebanyak 13 siswa (38%). Temuan ini menunjukkan bahwa keterampilan lokomotor menjadi salah satu aspek yang perlu memperoleh perhatian khusus dalam pembelajaran PJOK.

Keterampilan Objek Kontrol

Hasil pengukuran keterampilan objek kontrol menunjukkan pola yang relatif sama. Sebagian besar siswa mengalami keterlambatan dalam perkembangan kemampuan objek kontrol.

Tabel 2. Distribusi Keterlambatan dan Kemajuan Keterampilan Objek Kontrol

Rentang perkembangan	Keterlambatan F	%	Kemajuan F	%
0–5 bulan	2	6	1	3
6 bulan–1,5 tahun	5	15	2	6
1,6–2,5 tahun	5	15	0	0
2,6–3,5 tahun	14	41	0	0
3,6–4,5 tahun	3	9	0	0
4,6–5,5 tahun	2	6	0	0
Total	31	91	3	9

Sebanyak 31 siswa (91%) mengalami keterlambatan, sedangkan 3 siswa (9%) menunjukkan kemajuan. Keterlambatan terbesar terdapat pada rentang 2,6–3,5 tahun, yaitu sebanyak 14 siswa (41%). Selanjutnya, masing-masing 5 siswa (15%) mengalami

keterlambatan pada rentang 6 bulan–1,5 tahun dan 1,6–2,5 tahun.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa keterampilan objek kontrol siswa juga belum berkembang secara optimal. Kemampuan seperti melempar, menangkap, menendang, memukul, memantulkan, dan menggelindingkan bola membutuhkan koordinasi antara anggota tubuh dan objek sehingga memerlukan latihan yang cukup dan berulang.

Kemampuan Gerak Dasar Secara Keseluruhan

Untuk memperoleh gambaran kemampuan gerak dasar secara keseluruhan, hasil keterampilan lokomotor dan objek kontrol digabungkan dan diklasifikasikan berdasarkan kategori penilaian.

Tabel 3. Distribusi Kemampuan Gerak Dasar Siswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Very Superior	0	0%
Superior	0	0%
Above Average	0	0%
Average	3	9%
Below Average	12	35%
Poor	18	53%
Very Poor	1	3%
Total	34	100%

Berdasarkan Tabel 3, kategori yang paling dominan adalah Poor, yaitu 18 siswa atau 53%. Selanjutnya, 12 siswa (35%) berada pada kategori *Below Average*, 3 siswa (9%) berada pada kategori *Average*, dan 1 siswa (3%) berada pada kategori *Very Poor*. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori *Very Superior*, *Superior*, maupun *Above Average*.

Dengan demikian, secara deskriptif kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai menunjukkan kecenderungan rendah, karena sebagian

besar siswa berada pada kategori *Poor* dan *Below Average*. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa masih membutuhkan pengembangan melalui pembelajaran yang terencana.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai masih berada pada tingkat yang relatif rendah. Hal tersebut terlihat dari tingginya proporsi siswa yang mengalami keterlambatan perkembangan baik pada keterampilan lokomotor maupun objek kontrol. Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa 97% siswa mengalami keterlambatan pada aspek lokomotor dan 91% mengalami keterlambatan pada aspek objek kontrol.

Keterampilan lokomotor merupakan keterampilan dasar yang memungkinkan seseorang memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Keterampilan seperti berlari, melompat, dan berpindah arah merupakan bagian penting dalam berbagai aktivitas permainan dan olahraga. Apabila keterampilan tersebut belum dikuasai dengan baik, siswa akan mengalami kesulitan ketika harus melakukan aktivitas yang membutuhkan kombinasi gerak.

Tingginya keterlambatan pada aspek lokomotor dapat dikaitkan dengan belum optimalnya pengalaman gerak siswa. Kemampuan motorik tidak hanya dipengaruhi oleh pertumbuhan biologis, tetapi juga oleh kesempatan untuk berlatih dan memperoleh pengalaman gerak yang beragam. Anak membutuhkan lingkungan yang memberikan kesempatan untuk mencoba, mengulang, memperbaiki, dan mengembangkan pola geraknya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 14 siswa (41%) mengalami keterlambatan lokomotor pada rentang 3,6–4,5 tahun dan 13 siswa (38%) pada rentang 4,6–5,5 tahun. Kondisi tersebut cukup penting untuk diperhatikan karena menunjukkan adanya kesenjangan yang relatif besar antara kemampuan gerak yang ditunjukkan siswa dengan perkembangan gerak yang diharapkan.

Keterampilan objek kontrol menunjukkan pola yang tidak jauh berbeda. Sebanyak 31 siswa (91%) mengalami keterlambatan dan hanya 3 siswa (9%)

menunjukkan kemajuan. Keterampilan objek kontrol membutuhkan koordinasi mata dan tangan atau mata dan kaki, kekuatan, ketepatan, serta kontrol terhadap objek. Keterampilan seperti melempar, menangkap, menendang, memukul, dan menggelindingkan bola tidak hanya membutuhkan kekuatan, tetapi juga membutuhkan koordinasi dan pengaturan gerakan yang tepat.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan bahwa keterampilan objek kontrol membutuhkan pengalaman latihan yang konsisten. Dilandes et al. (2022) menunjukkan bahwa keterampilan objek kontrol dapat memperlihatkan variasi berdasarkan usia dan karakteristik peserta didik. Hal ini memperkuat pentingnya pemberian pengalaman aktivitas fisik yang sesuai dengan tahap perkembangan anak.

Jika dibandingkan antara keterampilan lokomotor dan objek kontrol, terlihat bahwa persentase keterlambatan lokomotor sedikit lebih tinggi dibandingkan objek kontrol. Keterlambatan lokomotor mencapai 97%, sedangkan objek kontrol mencapai 91%. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kedua aspek sama-sama membutuhkan perhatian, tetapi keterampilan lokomotor menjadi prioritas yang lebih mendesak berdasarkan hasil pengukuran penelitian ini.

Hasil penelitian secara keseluruhan juga memperlihatkan bahwa 18 siswa (53%) berada pada kategori *Poor* dan 12 siswa (35%) pada kategori *Below Average*. Artinya, sebanyak 30 dari 34 siswa atau sekitar 88% peserta didik berada pada dua kategori terbawah tersebut. Hanya 3 siswa (9%) yang mencapai kategori *Average*, sedangkan 1 siswa (3%) berada pada kategori *Very Poor*.

Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan gerak dasar siswa belum berkembang secara optimal. Namun, hasil tersebut tidak dapat diartikan bahwa siswa tidak mampu melakukan aktivitas gerak sama sekali. Siswa pada umumnya sudah mampu melakukan berbagai aktivitas seperti berlari, melompat, menendang, melempar, dan menangkap, tetapi kualitas pola geraknya belum memenuhi kriteria perkembangan yang diharapkan.

Kondisi tersebut penting bagi guru PJOK karena aktivitas pembelajaran tidak cukup hanya mengukur apakah siswa mampu menyelesaikan suatu gerakan atau tidak. Guru juga perlu memperhatikan bagaimana gerakan tersebut dilakukan. Dalam

pengembangan keterampilan motorik, kualitas pola gerak merupakan bagian penting yang menentukan kesiapan anak untuk menguasai keterampilan yang lebih kompleks.

Salah satu faktor yang dapat berpengaruh adalah pembelajaran PJOK yang belum secara khusus memberikan latihan gerak dasar secara sistematis. Apabila pembelajaran lebih banyak diarahkan langsung pada permainan atau keterampilan olahraga tertentu tanpa memperkuat fondasi geraknya, sebagian siswa yang memiliki kemampuan dasar rendah dapat mengalami kesulitan mengikuti aktivitas tersebut.

Oleh sebab itu, pembelajaran PJOK pada tingkat sekolah dasar sebaiknya memberikan ruang yang cukup untuk pengembangan keterampilan fundamental. Latihan dapat dikemas dalam bentuk permainan yang menyenangkan sehingga siswa tidak merasa sedang melakukan latihan yang berulang dan monoton. Permainan modifikasi dapat menjadi alternatif karena memungkinkan guru mengembangkan keterampilan tertentu sekaligus mempertahankan motivasi siswa.

Keterbatasan sarana dan prasarana juga dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kesempatan siswa dalam melakukan aktivitas fisik. Namun, pengembangan keterampilan gerak dasar tidak selalu membutuhkan fasilitas olahraga yang mahal. Guru dapat memanfaatkan berbagai alat sederhana dan lingkungan sekolah sebagai media pembelajaran, selama aktivitas dirancang secara aman dan sesuai dengan tujuan keterampilan.

Selain faktor sekolah, lingkungan di luar sekolah juga dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik. Berkurangnya aktivitas bermain aktif dan meningkatnya penggunaan teknologi dapat mengurangi kesempatan anak untuk melakukan aktivitas fisik. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan gerak dasar sebaiknya tidak hanya menjadi tanggung jawab guru PJOK, tetapi juga membutuhkan dukungan lingkungan keluarga.

Temuan penelitian ini juga memiliki implikasi terhadap perencanaan pembelajaran PJOK. Guru perlu melakukan identifikasi kemampuan awal siswa sebelum memberikan materi keterampilan olahraga yang lebih kompleks. Hasil identifikasi tersebut dapat digunakan untuk mengelompokkan kebutuhan latihan dan memberikan aktivitas yang sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.

Bagi siswa yang memiliki kemampuan sangat rendah, latihan dapat dimulai dari gerakan sederhana dengan tingkat kesulitan rendah. Setelah siswa menguasai pola gerak dasar, tingkat kesulitan dapat ditingkatkan secara bertahap. Pendekatan semacam ini memungkinkan siswa memperoleh pengalaman keberhasilan dan dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mengikuti aktivitas fisik.

Hasil penelitian ini juga mendukung pentingnya penggunaan asesmen keterampilan gerak dalam pembelajaran PJOK. Penggunaan TGMD-2 dapat memberikan informasi yang lebih objektif mengenai aspek gerak yang sudah dikuasai maupun yang masih membutuhkan pengembangan. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai dasar untuk menentukan tindak lanjut pembelajaran.

Penelitian Eddy et al. (2021) menegaskan pentingnya penilaian keterampilan gerak fundamental pada tingkat sekolah dasar. Penilaian tidak hanya berguna untuk mengetahui kemampuan siswa, tetapi juga dapat membantu guru dalam menentukan strategi pembelajaran yang tepat. Dengan demikian, asesmen keterampilan gerak seharusnya tidak berhenti pada pemberian nilai, tetapi menjadi bagian dari proses perencanaan tindak lanjut.

Hasil penelitian ini juga memperlihatkan pentingnya pembelajaran yang berpusat pada siswa. Siswa membutuhkan kesempatan untuk bereksperimen dengan gerakan, memperoleh umpan balik, melakukan pengulangan, dan memperbaiki kesalahan. Guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan contoh, instruksi, koreksi, dan motivasi selama proses pembelajaran.

Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi SD Negeri 12 Kampung Lapai untuk menyusun program pengembangan keterampilan gerak dasar secara berkelanjutan. Program tersebut dapat dilakukan melalui latihan lokomotor, permainan koordinasi, latihan objek kontrol, permainan bola sederhana, aktivitas keseimbangan, serta permainan kelompok yang disesuaikan dengan kemampuan siswa.

Dengan demikian, rendahnya kemampuan gerak dasar yang ditemukan dalam penelitian ini tidak semata-mata menunjukkan kelemahan siswa, tetapi menjadi informasi penting untuk melakukan perbaikan proses pembelajaran. Siswa perlu

diberikan kesempatan yang lebih luas untuk mengembangkan kemampuan gerak melalui pembelajaran yang terstruktur, bertahap, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan gerak dasar siswa kelas IV SD Negeri 12 Kampung Lapai, Kota Padang masih berada pada tingkat yang relatif rendah. Pada aspek keterampilan lokomotor, sebanyak 33 siswa (97%) mengalami keterlambatan dan hanya 1 siswa (3%) menunjukkan kemajuan. Pada aspek keterampilan objek kontrol, sebanyak 31 siswa (91%) mengalami keterlambatan dan 3 siswa (9%) menunjukkan kemajuan.

Secara keseluruhan, sebanyak 18 siswa (53%) berada pada kategori *Poor*, 12 siswa (35%) pada kategori *Below Average*, 3 siswa (9%) pada kategori *Average*, dan 1 siswa (3%) pada kategori *Very Poor*. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori *Very Superior*, *Superior*, maupun *Above Average*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memerlukan stimulasi dan latihan yang lebih sistematis untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar.

Guru PJOK disarankan untuk memberikan latihan gerak dasar secara terstruktur melalui *skill-based learning*, permainan yang dimodifikasi, dan aktivitas fisik yang sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Sekolah juga perlu mendukung penyediaan sarana dan lingkungan yang memungkinkan siswa memperoleh pengalaman gerak secara lebih beragam. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian eksperimental untuk menguji efektivitas model, metode, atau bentuk permainan tertentu dalam meningkatkan keterampilan lokomotor dan objek kontrol siswa sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar Husein Allsabah, M. (2025). Gambaran keterampilan motorik dasar siswa sekolah dasar: Analisis empiris dari hasil pembelajaran pendidikan jasmani.

Bakhtiar. (2018). Fundamental motor skill among 6-year-old children in Padang, West

Sumatera, Indonesia. *Asian Social Science, 10*(5), 155–158. https://doi.org/10.5539/ass.v10n5p155

Barnett, L. M., Stodden, D. F., Hulteen, R. M., & Sacko, R. S. (2020). Motor competence assessment. In *The Routledge handbook of youth physical activity*.

Colvin, A. V., Markos, N., & Walker, P. (2016). *Teaching fundamental motor skills* (3rd ed.). Human Kinetics.

Dilandes, A. A., Syahputra, R., Oktarifaldi, O., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2022). Perbedaan level kemampuan objek kontrol berdasarkan jenis kelamin dan usia PAUD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 18*(1), 27–35. https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.48464

Eddy, L., Hill, L. J. B., Mon-Williams, M., Preston, N., Daly-Smith, A., Medd, G., & Bingham, D. D. (2021). Fundamental movement skills and their assessment in primary schools from the perspective of teachers. *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 25*(3), 236–249. https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1874955

Gulo, T. A. N., & Ilham, I. (2023). Hubungan daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata tangan terhadap hasil jump shoot bola basket. *Cerdas Sifa Pendidikan, 12*(1), 22–32. https://doi.org/10.22437/csp.v12i1.25477

Haywood, K. M., & Getchell, N. (2009). *Life span motor development*. Human Kinetics.

Marsanda, dkk. (2025). Profil keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 05 Sungai Limau.

Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & Deconinck, F. J. A. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*.

Ulrich, D. A. (2000). *Test of gross motor development* (2nd ed.). PRO-ED.

Widyawan, dkk. (2024). Fundamental movement skills dan perkembangan gerak dasar anak.

Yulia Sari, dkk. (2024). Perkembangan motorik dan aktivitas fisik pada anak usia sekolah dasar.

E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 263-278
Volume 3 Nomor 3 Tahun 2026