

## Peningkatan Gerak Dasar Melalui Permainan Kasti

Zamahsyari Syayyif Al-Fathi<sup>1\*</sup>, Ali Maksum<sup>1</sup>, Sasminta Christina Yuli Hartati<sup>1</sup>,  
Advendi Kristiyandaru<sup>1</sup>, Diaztiarni<sup>2</sup>, Agus Sumarsono<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Pascasarjana, Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup> SDN Ketintang 1 Surabaya, Indonesia

\* Correspondence: [alfathi1504@gmail.com](mailto:alfathi1504@gmail.com)

### Abstract

*The purpose of this study was to improve the quality of learning in the classroom, especially the basic movements of students by using a baseball game. This study uses classroom action research methodology. The population of this study was the entire fifth grade of SDN Ketintang 1 Surabaya as many as 26 people. The sample used cluster random sampling. This study will take 3 data needed by researchers, cognitive, affective, and psychomotor domains. The results of cycle 1 show the average value of both cognitive, affective, and psychomotor with varying average values. The average cognitive pretest 50 and posttest 80, there is a significant increase after being given treatment with a good predicate. For affective obtained an average score of 80 with a good predicate. The average student psychomotor 76 with a very good category but there are some students who still have not reached the minimum criteria of the assessment. Cycle 2 obtained an average in the pretest and posttest cognitive domain of 76 and 83, and for the affective domain obtained an average score of 85. For the psychomotor domain obtained an average score of 87. So that with the completion of a significant increase in the items and also the completeness carried out by students, it can be concluded that increasing students' basic movements through the inscription game can successfully improve students' knowledge, students' attitudes, and students' basic movements.*

**Keyword:** Basic movement; baseball game; improvement

### Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan mutu pembelajaran yang ada didalam kelas utamanya gerak dasar siswa dengan menggunakan permainan kasti. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian tindakan kelas. Populasi penelitian ini seluruh kelas V SDN Ketintang 1 Surabaya sebanyak 26 orang. Sampel menggunakan *cluster random sampling*. Penelitian ini akan mengambil 3 data yang diperlukan oleh peneliti, ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Hasil siklus 1 menunjukkan nilai rata-rata baik kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan nilai rata-rata yang variatif. Rata-rata kognitif *pretest* 50 dan *posttest* 80, ada peningkatan yang signifikan setelah diberikan perlakuan dengan predikat baik. Untuk afektif memperoleh nilai rata-rata 80 dengan predikat baik. Rata-rata psikomotorik siswa 76 dengan kategori sangat baik akan tetapi ada beberapa siswa yang masih belum mencapai kriteria minimum dari penilaian. Siklus 2 memperoleh rata-rata pada ranah kognitif *pretest* dan *posttest* 76 dan 83, serta untuk ranah afektif memperoleh nilai rata-rata 85. Untuk ranah psikomotorik memperoleh nilai rata-rata 87. Sehingga dengan tuntasnya kenaikan yang signifikan terhadap itemnya dan juga ketuntasan yang dilakukan oleh siswa dapat disimpulkan peningkatan gerak dasar siswa melalui permainan kasti berhasil dapat meningkatkan pengetahuan siswa, sikap siswa, dan gerak dasar siswa.

**Kata kunci:** Gerak dasar; permainan kasti; peningkatan

Received: 30 Mei 2024 | Revised: 19 Agustus, 20 September 2024

Accepted: 23 Oktober 2024 | Published: 30 Desember 2024



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan disiplin ilmu yang mengharuskan siswa melakukan aktivitas jasmani sebagai salah satu bentuk pembelajaran berdasarkan pengalaman langsung, dimana siswa memperoleh pengetahuan secara langsung dan menerapkan konsep dari pelajarannya (Pradana, 2021). Meskipun mempelajari dan mempraktikkan secara langsung, akan tetapi manfaatnya akan terasa juga mulai dari peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan kognitif, serta peningkatan motivasi belajar siswa utamanya dalam PJOK (Mayanto, 2020). Memperoleh keterampilan gerak dasar adalah aspek penting dari Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Pendidikan Kesehatan.

Menurut (Herdini & Darmayanti, 2024) keterampilan gerak dasar ini berfokus pada mengajarkan anak bagaimana melakukan gerakan dasar yang relevan dengan aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, melempar dan lain sebagainya. Pendekatan guru dalam mengajar gerak, sebagian besar terfokus pada pendeskripsian topik di awal sesi dengan menggunakan teknik ceramah. Hal ini mengakibatkan siswa menjadi pasif dan mendengarkan guru sehingga menimbulkan kekhawatiran terutama menjelang akhir semester. Siswa dinilai dengan pertanyaan-pertanyaan yang pada akhirnya hanya mengevaluasi pengetahuan mereka dalam bidang ranah kognitif tanpa menilai ranah psikomotoriknya (Lutfiani, 2021).

Guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan hanya mengutamakan pembelajaran pada ranah kognitif (A'la, 2019). Pembelajaran berbasis permainan memberikan jalan untuk memperoleh aktivitas awal dalam melakukan pelaksanaan olahraga. Permainan merupakan kegiatan rekreasi yang dilakukan dalam suasana menyenangkan dengan tetap mengikuti peraturan yang telah ditetapkan (Darmansyah & Susanti, 2023). Permainan dapat dijadikan sebagai titik awal kegiatan sebagai pengganti pemanasan yang dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, permainan yang digunakan harus disesuaikan dengan materi pelajaran yang diajarkan kepada siswa (Amin, 2021).

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan ada kaitannya dalam peningkatan gerak dasar siswa, yang mana dalam hal ini banyak siswa yang aktivitasnya dibuang sia-sia dalam gadget. Fungsi dari PJOK sendiri dalam mata pelajaran disekolah untuk memenuhi aktivitas gerak siswa, sehingga dengan adanya fungsi serta tujuan yang jelas dapat memberikan kepada peneliti untuk memberikan wadah dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas yang meneliti aktivitas gerak dasarnya dan pemenuhan gerakannya. Berangkat dari hal tersebut maka peneliti akan mengangkat judul “peningkatan gerak dasar melalui permainan kasti”. peneliti memanfaatkan permainan tradisional karena mempunyai kemampuan merangsang kecerdasan intelektual, emosional, spiritual, bahkan komunikasi antar siswa.

Permainan dapat memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan karakter anak melalui kegiatan yang menyenangkan. Menurut (Hermanto et al., 2024) kegiatan permainan dapat secara efektif memfasilitasi pengembangan karakter pendidikan dengan menanamkan banyak nilai seperti kerja sama tim, toleransi, disiplin, tanggung jawab, dan penghargaan terhadap usaha. Permainan mempunyai kemampuan untuk menumbuhkan sifat-sifat karakter seperti kerjasama, toleransi, disiplin, tanggung jawab, dan saling menghargai (Prasetio & Praramdana, 2020). Pembelajaran berbasis permainan diciptakan khusus untuk memudahkan pembelajaran

dengan mengintegrasikan pengetahuan dan kemampuan yang dibutuhkan dengan kompetensi yang diinginkan pada setiap mata kuliah (Andriwiyanto, 2019).

Oleh karenanya hal ini sangat bagus diterapkan dalam upaya peningkatan gerak dasar siswa dalam berbagai permainan, sembari pembelajaran yang menyenangkan dan berpihak kepada siswa membuat siswa tidak sadar bahwa mereka telah mencapai kompetensi-kompetensi yang diharapkan. Pembelajaran berbasis permainan pada hakikatnya berkaitan dengan pencapaian standar kompetensi dan kompetensi dasar (Yasin, 2022). Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis menyeluruh terhadap permainan sebelum memasukkannya ke dalam proses pembelajaran. Selain itu, dalam membangun permainan, guru mempunyai kemampuan untuk melakukan perubahan pada permainan agar selaras dengan tujuan pembelajaran khusus yang dilaksanakan (Mustika, 2023).

Harapannya ketika tujuan pembelajarannya ketika tercapai akan memberikan dampak positif kepada siswa, utamanya dalam kesehatan dan kebugaran yang ada pada dalam dirinya. Kemampuan kognitif, afektif dan psikomotorik siswa dapat meningkat melalui pembelajaran gerak dasar melalui permainan, karena dalam permainan siswa dapat praktik langsung gerak dasar dalam permainan serta mengenal sikap-sikap dalam permainan (Gustiawati & Julianti, 2018). Memperoleh gerakan dasar melalui aktivitas berbasis permainan dimulai dengan melakukan latihan pemanasan, seperti berpartisipasi dalam permainan seperti "kucing dan tikus" atau "hijau dan hitam".

Untuk menghindari meminta siswa melakukan aktivitas fisik seperti berlari, guru dapat memilih permainan seperti estafet bola, yang melibatkan tindakan seperti membungkuk, melihat ke atas, dan mengoper ke kiri atau kanan. Permainan dapat digunakan untuk memfasilitasi perolehan keterampilan gerak dasar. Kegiatan-kegiatan tersebut dapat dibagi menjadi beberapa tahapan persiapan guru mempersiapkan materi-materi, permainan, dan media yang digunakan, serta bahan ajar yang akan diajarkan kepada siswa. Tahapan persiapan merupakan pembuka dari kegiatan pelaksanaan ini dan sangat dipersiapkan oleh guru sebelum melaksanakan pembelajaran dikelas agar pembelajaran berjalan maksimal dan baik.

Penerapan ilmu yang diperoleh dalam pelaksanaan pembelajaran, guru mengawali kegiatan pendahuluan dengan menggunakan permainan pemanasan, seperti permainan berhitung sambil melompat, permainan kereta api dan goa, serta berbagai permainan pemanasan lainnya. Selama kegiatan inti, guru dapat memasukkan permainan yang lebih rumit yang selaras dengan capaian pembelajaran dan tujuan pembelajaran (Dai et al., 2022). Pada tahap akhir pembelajaran, guru memperjelas isi pelajaran melalui permainan. Guru harus fokus hanya pada penjelasan materi dalam permainan dan tidak memberikan konteks tambahan. Misalnya, jika permainan melibatkan gerak lokomotor dasar, seperti permainan kasti, guru sebaiknya menahan diri untuk tidak membahas kegiatan lain di luar materi tersebut.

Hal ini bertujuan agar siswa dapat memaksimalkan kegiatan pembelajaran berbasis permainan ini sehingga mengganti pemanasan diawal dan menghindari resiko cedera ketika melaksanakan pembelajaran. Evaluasi dan refleksi pembelajaran. Setelah kegiatan pembelajaran selesai, guru melakukan penilaian dan refleksi terhadap proses pembelajaran. Pada saat evaluasi, guru mengukur dan mengevaluasi tingkat kualitas pembelajaran yang diterapkan. Untuk refleksi, merefleksikan seluruh rangkaian kegiatan yang sudah dilaksanakan utamanya merefleksikan kegiatan inti. Sehingga siswa mengetahui apa saja yang perlu

diperbaiki dalam pelajaran pada pertemuan selanjutnya. Tidak hanya berdampak siswa, akan tetapi guru juga merefleksikan dari materi yang telah disampaikan sehingga guru juga mengetahui apa saja yang akan menjadikan perbaikan-perbaikan atau justru malah memberikan peningkatan dalam pelaksanaan pembelajaran pada berikutnya (B. Rahman, 2014).

## Metode

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian tindakan kelas dalam pelaksanaannya. Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian sebanyak dua siklus, yang setiap siklusnya terdiri dari dua sesi. Di antara setiap siklus, peneliti secara strategis merencanakan tindakan tindakan yang berbeda. Namun, penting untuk dicatat bahwa setiap siklus saling terkait, dan setiap proses penelitian dibangun berdasarkan siklus sebelumnya. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari anak-anak sekolah dasar kelas V SDN Ketintang 1 Surabaya Tahun Ajaran 2023/2024 yang berjumlah 26 siswa. Dari namanya sudah menunjukkan bahwa isi di dalamnya berkaitan dengan upaya belajar yang dilakukan baik di dalam kelas maupun dilapangan.

Penelitian tindakan kelas adalah suatu istilah yang terdiri dari tiga kata yang dapat dipahami. Penelitian adalah suatu praktek sistematis dalam mengamati suatu objek untuk memperoleh pengetahuan dengan menggunakan metode tertentu. Tindakan dapat diartikan sebagai suatu usaha yang disengaja yang dilakukan dengan tujuan tertentu (Bhure, 2021). Peneliti menggunakan teknik cluster random sampling, yang melibatkan setiap individu sebagai sampel. Namun keinginan tersebut tidak selalu bisa dicapai dengan mudah. Selain itu, populasinya sangat besar dan tidak adanya daftar anggota populasi yang lengkap. Dalam keadaan seperti ini, cluster random sampling adalah pilihan yang tepat.

Pengambilan sampel cluster melibatkan pemilihan cluster bukan individu sebagai unit analisis. Misalnya provinsi, kabupate/kota, kecamatan, sekolah, dan kelas (Rahman et al., 2022). Sementara itu, istilah "kelas" mengacu pada sekumpulan siswa yang terdaftar pada suatu sekolah atau program pendidikan tertentu. Prosedur penelitian dalam penelitian ini meliputi langkah-langkah a) mengidentifikasi permasalahan yang terjadi, b) merumuskan isu-isu kunci yang menjadi masalah penelitian, c) mengembangkan rencana komprehensif yang menguraikan latar belakang, waktu, lokasi, penanggung jawab, dan pelaksanaan. metode, dan d) melaksanakan tindakan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Tindakan dalam bentuk implementasi mengacu pada penerapan praktis dari isi desain. e) hal ini melibatkan pelaksanaan tindakan selama kelas siklus 1 dan dilanjutkan dengan siklus 2 sesuai rencana. f) observasi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh seorang pengamat sebagai bagian dari tindakannya. g) Menganalisis dan mengevaluasi hasil pelaksanaan tindakan.

Penelitian ini akan mengambil 3 data yang diperlukan oleh peneliti, ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam rana kognitif sampel diberikan soal *pretest* dan *posttest*. Sampel akan mengerjakan soal *pretest* 10, dengan 5 isian dan 5 essay. Harapannya peneliti dapat mengetahui gambaran awal sampel mengenai materi yang akan diberikan dilapangan yaitu tentang pemahaman gerak dasar, yang dibagi menjadi tiga bagian yaitu lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Dilaksanakan pada tahap awal pelaksanaan pengajaran didalam kelas sebelum menuju lapangan. Dalam *posttest*, sampel akan mengerjakan 10 soal, dengan 7 essay dan 5 isian.

Yang dimana sampel akan diberikan soal, mengenai materi yang sudah berikan oleh peneliti dalam pelaksanaa penelitian tindakan kelasnya. Dengan harapan peneliti dapat mengetahui apakah ada tingkat kemajuan dari pemahaman awal hingga pemahaman akhir pada ranah kognitif ini. Dilaksanakan pada saat akhir pembelajaran atau dalam kegiatan penutup setelah kegiatan refleksi dilakukan. Dalam ranah afektif, peneliti akan mengambil terkait 6 dimensi profil pancasila, yaitu beriman, mandiri, gotong royong, berkebinnekaan global, bernalar kritis dan kreatif. 6 dimensi ini merupakan data yang dibutuhkan peneliti dalam proses pengambilan kesimpulan yang dilakukan dalam siklus 1 dan siklus 2.

Proses pengambilan data pada ranah afektif nantinya akan diambil pada saat permainan bola kasti, atau pada tahap akhir pelaksanaan kegiatan inti. Untuk ranag psikomotor, sampel akan diambil data terkait pelaksanaan kegiatan pada kegiatan inti baik dari aktivitas satu (lokomotor), aktivitas dua (non-lokomotor), aktivitas tiga (manipulatif) sampai kepada aktivitas permainan inti yaitu bola kasti. Dilakukan pada kegaiatan inti, sehingga penilaian bersifat objektif, berdasarkan kemampuan. Hal ini akan menjadi menarik karena kita dapat menilai satu-persatu sampel yang akan melaksanakan dalam penelitian ini.

## Hasil

Data yang diperoleh akan ditampilkan dalam format tabel. Data ini berasal dari penelitian secara langsung dengan siswa, dan peneliti akan mengikuti serangkaian proses secara sistematis untuk mengolah data tersebut hingga selesai.

Tabel 1. Hasil *pretest* kognitif siklus I

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	1 Siswa	4%	Sangat Baik
80-90	3 Siswa	12%	Baik
68-79	5 Siswa	19%	Cukup
<68	17 Siswa	65%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil kognitif *pretest* sangat baik sebanyak 1 siswa (4%), baik sebanyak 3 siswa (12%), cukup sebanyak 5 siswa (19%), kurang sebanyak 17 siswa (65%). Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari *pretest* kognitif ini dengan nilai 50.

Tabel 2. Hasil *posttest* kognitif siklus I

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	6 Siswa	23%	Sangat Baik
80-90	15 Siswa	57%	Baik
68-79	2 Siswa	8%	Cukup
<68	3 Siswa	12%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil kognitif *posttest* sangat baik sebanyak 6 siswa (23%), baik sebanyak 15 siswa (57%), cukup sebanyak 2 siswa (8%), kurang sebanyak 3 siswa (12%). Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari *posttest* kognitif ini dengan nilai 80.

Tabel 3. Hasil afektif siklus I

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	3 Siswa	12%	Sangat Baik
80-90	14 siswa	53%	Baik
68-79	6 Siswa	23%	Cukup
<68	3 Siswa	12%	Kurang

Dari sajian data diatas nilai sikap (afektif) siswa terdiri 3 kategori, nilai 91-100 sebanyak 3 siswa dengan kategori sangat baik pesertase (12%), nilai 80-90 sebanyak 14 siswa dengan kategori baik persentase sebesar (53%), dan nilai 68-79 sebanyak 6 siswa kategori cukup dengan persentase sebesar (23%) dan nilai kurang dari 68 sebanyak 3 siswa dengan predikat kurang persentase yang diperoleh (12%). Rata-rata nilai dari keseluruhan siswa sebesar 80.

Tabel 4. Hasil psikomotorik siklus I

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	1 Siswa	4%	Sangat Baik
80-90	11 Siswa	42%	Baik
69-79	10 Siswa	38%	Cukup
<68	4 Siswa	16%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil psikomotorik siswa sangat baik sebanyak 1 siswa (4%), baik sebanyak 11 siswa (42%), cukup sebanyak 10 siswa (38%), serta kurang sebanyak 4 siswa (16%) Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari psikomotorik ini dengan nilai 76.

Tabel 5. Hasil *pretest* kognitif siklus II

Nilai	Frekuensi	Persen	Kategori
91-100	5 Siswa	19%	Sangat Baik
80-90	11 Siswa	42%	Baik
68-79	4 Siswa	16%	Cukup
<68	6 Siswa	23%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil kognitif *pretest* sangat baik sebanyak 5 siswa (19%), baik sebanyak 11 siswa (42%), cukup sebanyak 4 siswa (16%), kurang sebanyak 6 siswa (23%). Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari *pretest* kognitif ini dengan nilai 76.

Tabel 6. Hasil *posttest* kognitif siklus II

Nilai	Frekuensi	Persen	Kategori
91-100	4 Siswa	15%	Sangat Baik
80-90	17 Siswa	65%	Baik
68-79	3 Siswa	12%	Cukup
<68	2 Siswa	8%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil kognitif *posttest* sangat baik sebanyak 4 siswa (15%), baik sebanyak 17 siswa (65%), cukup sebanyak 3 siswa (12%), kurang sebanyak 2 siswa (8%). Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari *posttest* kognitif ini dengan nilai 83.

Tabel 7. Hasil afektif siklus II

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	5 Siswa	19%	Sangat Baik
80-90	19 siswa	73%	Baik
68-79	1 Siswa	4%	Cukup
<68	1 Siswa	4%	Kurang

Dari sajian data diatas nilai sikap (afektif) siswa terdiri 4 kategori, nilai 91-100 sebanyak 5 siswa dengan kategori sangat baik pesertase (19%), nilai 80-90 sebanyak 19 siswa dengan kategori baik persentase sebesar (73%), dan nilai 68-79 sebanyak 1 siswa dengan kategori cukup persentase sebesar (4%) serta nilai dibawah 68 sebanyak 1 siswa kategori kurang dengan persentase sebesar (4%). Rata-rata nilai dari keseluruhan siswa sebesar 85.

Tabel 8. Hasil psikomotorik siklus II

Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
91-100	9 Siswa	35%	Sangat Baik
80-90	13 Siswa	50%	Baik
68-79	3 Siswa	11%	Cukup
<68	1 Siswa	4%	Kurang

Jumlah siswa dengan hasil psikomotorik siswa sangat baik sebanyak 9 siswa (35%), baik sebanyak 13 siswa (50%), cukup sebanyak 3 siswa (11%), dan kurang sebanyak 1 siswa (4%). Dengan rata-rata hasil skor yang diperoleh dari psikomotorik ini dengan nilai 87.

## Pembahasan

Didalam penelitian (Kustiawan et al., 2019) yang berjudul upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif dengan menggunakan modifikasi alat bantu pembelajaran sederhana di sekolah dasar yang memiliki tujuan yang sama yaitu meningkatkan gerak dasar siswa dan juga melalui dua tahap siklus serta sama-sama menggunakan modifikasi alat pembelajarannya. Perbedaannya terletak pada jumlah siswa dan juga latar belakang siswa serta sekolah hingga lingkungan sekitar. Hasil tentunya akan berbeda dikarenakan siswa, sekolah, dan lingkungan sekitar yang tidak sama.

Penelitian (Sukmawati & Endrawan, 2022) yang berjudul upaya meningkatkan gerak dasar melalui senam irama siswa kelas v di sekolah dasar negeri 29 gelumbang, didalam penelitian ini juga sama memiliki tujuan yang sama dan kelas yang digunakan merupakan kelas 5 atau kelas atas, sehingga kesamaan motorik hampir sama untuk rata-rata kelas 5. Perbedaan dalam penelitian ini hanya menampilkan hasil psikomotoriknya saja, dan juga didalamnya menjelaskan hasil pra siklus, serta materi yang dijadikan penelitian tersebut yaitu senam.

Untuk penelitian (Suriatno & Yusuf, 2020) berjudul modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar, didalam penelitian ini memiliki kesamaan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa hanya saja berfokuskan modifikasi media pembelajarannya saja, untuk perbedaan dalam penelitian ini yaitu siswa yang dijadikan sampel yaitu siswa sekolah menengah pertama sehingga secara karakteristik secara umum sudah berbeda dan juga secara cakupan pembelajarannya pun sudah berbeda serta siklus yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan hingga 3 siklus. Dapat disimpulkan dalam penelitian ini mempunyai kebaharuan keilmuan secara gamblang yang berbeda dengan tiga penelitian diatas, yang dimana peneliti menjabarkan segala sesuatunya dengan jelas baik dari penilaian kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Penilaian-penilaian tersebut tentunya telah dilaksanakan oleh peneliti baik siklus 1 dan siklus 2, sedangkan ketika kita melihat penelitian yang lainnya yang konteksnya sama ataupun berbeda yang ditonjolkan oleh peneliti hanya penilaian psikomotoriknya saja sehingga kita tidak mengetahui bagaimana aspek kognitif dan afektiknya. Kekurangan dari penelitian ini yaitu tidak ada pra-siklusnya yang dicantumkan didalamnya, hanya saja dari awal peneliti sudah mengumpulkan informasi terkait latar belakang siswa, sekolah serta kondisi lingkungan sekitar karena ada beberapa hal informasi yang tidak diperbolehkan oleh sekolah untuk dijelaskan secara terperinci. Untuk kekurangan dalam segi hal penulisan dan lain sebagainya merupakan ketidaksengajaan dari peneliti.

Tujuan utama dari bagian pembahasan dalam artikel adalah untuk mengatasi masalah yang ada atau menunjukkan pencapaian tujuan penelitian. Hal ini melibatkan analisis temuan penelitian sehubungan dengan teori atau tinjauan literatur yang disajikan dalam pendahuluan, dan menggabungkannya ke dalam kumpulan pengetahuan yang ada. Selain itu, bagian pembahasan juga dapat melibatkan penciptaan teori baru atau modifikasi teori yang sudah ada. Lebih jauh lagi, diskusi ini telah mencetuskan ide-ide yang akan dikemukakan di kemudian hari (Slameto, 2016). Pada bagian ini akan membahas mengenai hasil yang telah diperoleh oleh peneliti dalam 3 ruang lingkup data yang diambil, baik pada siklus 1 dan siklus 2. Suatu PTK disebut berhasil apabila ada peningkatan perubahan dari yang kurang baik menjadi baik, yang baik menjadi lebih baik.

Apabila di prosentasekan kedalam persenan mencapai 80% tuntas, dari kriteria ketuntasan maksimum, dan penelitian berlangsung minimal 2 siklus. Pada siklus 1 peneliti menganggap bahwasannya pelaksanaan PTK sudah 100% maksimal, akan tetapi hasil yang diperoleh masih minimum. Karena ini merupakan tugas dari peneliti untuk meningkatkan aktivitas gerak dasar siswa, kognitif, dan juga dalam ranah afektifnya. Diperolehlah data yang sudah disajikan peneliti diatas yaitu 3 ranah yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Dalam ranah kognitif peneliti mengadakan pre-test dan pos-test untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami materi sebelum dan sesudahnya.

Yang terjadi ketika diberikan *pretest* oleh peneliti rata-rata nilai yang diperoleh sebesar 50. Rata-rata itu terdiri dari 17 siswa dalam kategori kurang yang paling terbanyak, dan terbanyak kedua yaitu 5 siswa didalam kategori cukup, dan untuk kategori baik serta sangat baik memiliki jumlah siswa yang sama yaitu 2 siswa. Dalam ranah kognitif yang *pretest* yang pertama sebagai pedoman awal tentang cara berpikir mereka selama ini, terhadap apa yang mereka dapatnya dari guru pengajar mengenai materi pokok gerak dasar. Akan tetapi ini

menjadikan tugas berat bagi peneliti dalam menyampaikan materi secara maksimal pada siklus 2 yang dimana harus ada peningkatan utamanya dalam materi pokok gerak dasar.

Padahal materi ini merupakan materi yang harus dimiliki oleh siswa ketika beranjak kelas 1 sekolah dasar hingga kelas 3. Artinya daya dorong penyampaian kepada siswa harus melebihi dari gaya dorong guru dalam penyampaian materi. Dalam *posttest* materi yang diberikan oleh peneliti dalam pelaksanaan kegiatan disampaikan secara berulang-ulang sehingga munculnya interaksi antara peneliti dan siswa dalam ranah permainan bola kecil yaitu kasti. Sehingga hasil yang didapat ketika mereka mengerjakan soal *posttest* lumayan memuaskan bagi peneliti, karena ada beberapa sampel yang memperoleh nilai *perfect* dan bahkan dalam kegiatannya anak-anak antusias ketika melaksanakannya. Perolehan skor rata-rata *posttest* pada siklus 1 sebesar 80.

Yang ini merupakan langkah awal untuk mencapai target minimal ketercapaian 80% dari hasil ketunsasan maksimum. Skor nilai 80 ini terdiri dari 13 siswa paling banyak dalam kategori baik dan 10 siswa terbanyak kedua dalam kategori sangat baik. Capaian ini patut dipertahankan, karena dengan hasil ini ada harapannya untuk mencapai indeks keberhasilan PTK dari ranah kognitifnya. Sedangkan untuk ranah afektif, peneliti menggunakan 6 dimensi profil pelajar pancasila yang menghasilkan rata-rata nilai 80, yang total nilai harusnya 100 untuk nilai maksimal. Artinya 80 dari 100 ini merupakan capaian yang tidak kalah hebat dengan capaian yang diperoleh di ranah kognitif *posttest*. Rata-rata nilai 80 termasuk dalam kategori baik, yang dapat di maksimal ke arah sangat baik dalam ranah afektif pada saat PTK siklus 2.

Ranah psikomotor dalam pelaksanaan PTK siklus 1 mendapatkan hasil yang kurang memuaskan, karena siswa mengalami berbagai macam kendala, mulai dari kecapean, panas, dan lain-lain. Akan tetapi tidak menyurutkan semangat peneliti untuk memberikan pengajaran dan pembelajaran dilapangan dan juga mengambil data yang diperoleh pada saat itu juga. Data yang diperoleh dari ranah psikomotor sebesar 76, meskipun terkendala siswa yang merasa kelelahan dan kepanasan. Akan tetapi mereka tetap melaksanakan sungguh-sungguh. Mulai dari aktivitas 1 (lokomotor), aktivitas 2 (non-lokomotor), dan aktivitas 3 (manipulatif). 76 dari 100 merupakan hal yang melebihi dari 68% keberhasilannya, meskipun ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran utamanya kurang aktivitas gerak selama mereka berada dirumahnya.

Yang berdampak pada pengurangan semangat belajar dalam pelaksanaan PJOK dilapangan. Evaluasi dan refleksi pada kegiatan 1 sudah dilakukan secara maksimal, akan tetapi siswa masih belum mengetahui sepenuhnya tentang apa yang diajarkan dan apa yang sudah diajarkan kepada mereka. Tidak hanya itu, proses pelaksanaan PTK yang dilakukan dilapangan juga terkendala cuaca yang panas serta kurangnya aktivitas gerak siswa yang dilakukan dirumah masing-masing karena mereka sering memegang gadget. Oleh karenanya peneliti memberikan treatment kepada siswa untuk melakukan aktivitas gerak meskipun itu hanya berjalan dalam satu hari akan tetapi yang dihitung berapa langkah yang telah dilakukan oleh mereka, melalui aplikasi sipgar, aplikasi google fit, aplikasi adidas running, dan masih banyak lagi.

Supaya pemenuhan aktivitas gerak siswa terpenuhi dan juga tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terpenuhi. Pada PTK siklus 2 sama halnya dengan PTK siklus

1, hanya saja peneliti menambah beban berat pada ranah kognitif dan ranah psikomotor. Untuk ranah kognitif sendiri menekankan kepada pelaksanaan *posttest* yang berhasil, peneliti menambah soal yang diberikan yaitu 7 isian dan 8 essay. Akan tetapi untuk *pretest* peneliti tetap menggunakan soal yang sama, karena peneliti menganggap siswa mampu mengerjakan dengan secara maksimal, dari apa yang telah mereka pahami sebelumnya. Pada ranah psikomotor peneliti menitik beratkan pada kegiatan aktivitas bermain serta kemampuan bermain kasti, sehingga peneliti tahu adakah peningkatan yang signifikan dalam hal pelaksanaan PTK siklus 2.

Didalam ranah kognitif pada siklus 2 didapatkan skor rata-rata *pretest* 76 dan skor rata-rata *posttest* 83, yang artinya ada peningkatan yang signifikan dalam ranah kognitif dan ketika kita melihat sajian data diatas penyebaran pengetahuan kepada siswa tentang aktivitas gerak dasar dan aktivitas gerak permainan kecil yaitu kasti sudah sangat baik, sehingga pada tahap ini peneliti merasa puas akan hasil kerja kerasnya terhadap diri sendiri dan terhadap siswa. Karena jika tidak ada 2 interaksi yang berkesinambungan tidak akan ada hasil yang signifikan. Serta siswa pada sajian data ranah kognitif siklus 2 mendominasi pada tataran kategori baik dan sangat baik. Oleh karenanya harapan peneliti terhadap pengetahuan yang dimiliki siswa harus dipertahankan, jika perlu dikembangkan kepada potensi-potensi aktivitas gerak lainnya.

Pada ranah afektif rata-rata skor yang diperoleh menambah dua point saja, yang artinya ada peningkatan meskipun tidak signifikan dari 80 ke 85. Akan tetapi ini merupakan hal yang bagus, karena sudah memenuhi syarat indek keberhasilan dalam PTK yaitu melebihi 80%. Tidak hanya itu saja dalam nilai rata-rata 85 ini tidak ada siswa dalam kategori baik yaitu 15 siswa sudah melebihi separuh kelas dan 1 siswa di dalam kategori kurang dan 1 siswa di kategori sangat kurang, sehingga dengan demikian ranah afektif juga sudah terlaksana dengan baik dan juga maksimal. Ranah psikomotor juga sudah tidak ada siswa yang memiliki nilai dibawah 3 dengan kategori cukup, yang artinya pada tataran psikomotor ini seluruh siswa berada pada kategorik baik dan sangat baik. Perolehan rata-rata yaitu 8, ini merupakan perolehan yang sangat bagus didapatkan oleh siswa dalam hal ini pelaksanaan PTK karena sudah mencapai dan bahkan melebihi dari 80% indeks keberhasilan PTK dalam minimal ketuntasan.

## Simpulan

Dapat disimpulkan bahwasannya tujuan awal yang dilakukan penelitian ini meningkatkan mutu pembelajaran dalam upaya peningkatan gerak dasar siswa pada PJOK serta rumusan-rumusan penelitiannya juga sudah tercapai dari beberapa aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Selanjutnya penelitian ini akan dikembangkan didaerah saya yang mana akan jauh lebih berguna kedepannya baik dalam peningkatan mutu siswa dan guru sehingga dapat memberikan pelayananan pembelajaran prima, efektif serta efisien. Penelitian tindakan kelas yang dilakukan peneliti pada sekolah SDN Ketintang 1 Surabaya dalam upaya peningkatan gerak dasar siswa dalam permainan kasti berhasil dilakukan, dengan diperolehnya capaian-capaian yang telah melebihi 80% indeks keberhasilan PTK, mulai dari ranah kognitif yang meningkat signifikan baik dari *pretest* dan *posttest*.

Tidak hanya dalam ranah kognitif saja yang mengalami peningkatan secara signifikan akan tetapi pada ranah afektif juga mengalami demikian, dengan tidak adanya siswa dalam

tataran kategori cukup. Menandakan bahwa seluruh siswa dapat memahami materi dengan baik, melaksanakan dengan baik, serta memberikan yang terbaik dalam kegiatan PTK ini. Harapannya penelitian ini dapat bermanfaat kepada siswa kelas VA sebanyak 26 siswa dan SDN Ketintang 1 Surabaya yang mengizinkan saya mengambil data dalam pelaksanaan PTK ini. Semoga apa yang menjadi harapan kita bersama terwujud utamanya peningkatan aktivitas gerak siswa baik disekolah, dirumah, dan juga jam pelajaran PJOK.

## Pernyataan Penulis

Dengan ini kami menyatakan bahwa artikel berjudul peningkatan gerak dasar melalui permainan kasti yang kami ajukan belum pernah dipublikasikan di jurnal manapun sebelumnya. Semua konten yang disampaikan dalam artikel ini merupakan hasil karya asli dari penulis dan belum pernah disampaikan atau dipublikasikan sebelumnya dalam bentuk apapun.

## Daftar Pustaka

- A'la, M. (2019). Penguatan Karakter Toleransi Melalui Permainan Tradisional dalam Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. *Magistra: Media Pengembangan Ilmu Pendidikan Dasar dan Keislaman*, 10(2), 130–145. <https://doi.org/10.31942/mgs.v10i2.3108>
- Amin, A., Muhyi, M., & Wiyarno, Y. (2021). Pengembangan Model Pemanasan Berbasis Permainan Kecil sebagai Pengantar Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Al Islam Krian Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 66–73. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/803>
- Andriwiyanto, A. (2019). Upaya Peningkatan Gerak Dasar dengan Pendekatan Games pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 12. <https://doi.org/10.26418/jilo.v2i2.36498>
- Bhure, M., Welu, F., See, S., & Ota, M. K. (2021). The Effort to Enhance Pupils Cognitive Learning Achievement Using Contextual Teaching and Learning Approach. *Journal of Research in Instructional*, 1(1), 13–22. <https://doi.org/10.30862/jri.v1i1.3>
- Dai, A., Mile, S., Irfan, M., & Hadjarati, H. (2022). Tata Laksana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(1), 53–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i1.13601>
- Darmansyah, A., & Susanti, A. (2023). Kegiatan Outbound : Apakah Dapat Membentuk Karakter Sportivitas Siswa Sekolah Dasar? *Jurnal Jambura*, 4(2), 97–111. <https://doi.org/10.37411/jeej.v4i2.1681>
- Gustiawati, R., & Julianti, R. R. (2018). Pengaruh Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Terhadap Hasil Penilaian Kognitif dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Siswa SDN Pinayungan V Kabupaten Karawang. *Jurnal Speed*, 1(2), 44–51. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed/article/view/1731>
- Herdini, H., & Darmayanti, N. (2024). Analisis Perkembangan Motorik Kasar Melalui Permainan Menangkap dan Melempar Bola pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Journal of Basic Educational Studies*, 4(1), 112–122. <https://doi.org/10.47467/edui.v4i1.4253>
- Hermanto, H., Japar, M., Riyadi, R., Sumantri, M. S., & Putra, H. R. (2024). Analysis of

- Character Education Values: School-Based Character in Indonesia. *Educational Administration: Theory and Practice*, 30(1), 334–347. <https://www.kuey.net/index.php/kuey/article/view/665>
- Kustiawan, A. A., Prayoga, A. S., Wahyudi, A. N., & Utomo, A. W. B. (2019). Peningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Pembelajaran Sederhana di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 28–32. <https://doi.org/10.21831/jppi.v15i1.25488>
- Lutfiani, L., Saefuddin, A., & Rohaniawati, D. (2021). Penerapan Metode Simulasi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Psikomotor Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Edunesia Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 55–64. <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.78>
- Mayanto, A., Zulfikar, Z., & Faisal, A. (2020). Pengaruh Metode Pembelajaran dan Gaya Kognitif Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Penjas. *Jurnal Ilmiah Kontekstual*, 2(01), 69–78. <https://doi.org/10.46772/kontekstual.v2i01.251>
- Mustika, S. (2023). Peran Guru Kelas dalam Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dalam Pembentukan Karakter pada Anak Berkebutuhan Khusus. *Modeling Jurnal Program Studi PGMI*, 10(3), 481–492. <https://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/1934>
- Pradana, A. A. (2021). Strategi Pembentukan Karakter Siswa pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Premiere : Journal of Islamic Elementary Education*, 3(1), 78–93. <https://doi.org/10.51675/jp.v3i1.128>
- Prasetio, P. A., & Paramdana, G. K. (2020). Gobak Sodor dan Bentengan Sebagai Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Penjasorkes Berbasis Karakter pada Sekolah Dasar. *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 7(1), 19–28. <https://doi.org/10.25134/pedagogi.v7i1.2858>
- Rahman, B. (2014). Refleksi Diri dan Peningkatan Profesionalisme Guru. *Jurnal Paedagogia*, 17(1), 1–12. <https://jurnal.uns.ac.id/paedagogia/article/view/36026>
- Rahman, M., Tabash, M. I., Salamzadeh, A., Abduli, S., & Rahaman, S. (2022). Sampling Techniques (Probability) for Quantitative Social Science Researchers: A Conceptual Guidelines with Examples. *SEEU Review Sciendo Journal*, 17(1), 42–51. <https://sciendo.com/article/10.2478/seeur-2022-0023>
- Slameto, S. (2016). Penulisan Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Tindakan Kelas. *Scholaria Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 6(2), 46–56. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i2.p46-57>
- Sukmawati, N., & Endrawan, B. (2022). Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Melalui Senam Irama Siswa Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 29 Gelumbang. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(2), 1–10. <https://journal.upy.ac.id/index.php/pkn/article/view/3559>
- Suriatno, A., & Yusuf, R. (2020). Modifikasi Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sebagai Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar. *Journal Sport Science, Health And Tourism of Mandalika (Jontak)*, 1(2), 64–70. <https://doi.org/10.36312/jontak.v1i2.233>
- Yasin, I. (2022). Guru Profesional, Mutu Pendidikan dan Tantangan Pembelajaran. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 3(1), 61–66. <https://doi.org/10.54371/ainj.v3i1.118>