Discourse of Physical Education: DPE
https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe

Februari 2025 Vol. 4, No. 1
e-ISSN: 2615-6881
pp. 88-99

Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar melalui Permainan Bola Kaki dan Bola Tangan pada Siswa SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi

[1]Eskar Tri Denatara, [1*]Syahrina Baitika Arfah

[1*]Department of Sport Coaching Education, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Kampus II: Jl. Raya Perjuangan No. 81 Marga Mulya, Bekasi Utara, Kota Bekasi, Jawa Barat, Indonesia. Postal Code: 17121

*Corresponding Author e-mail: syahrinabaitikaarfah24@gmail.com

Received: December 2024; Revised: January 2025; Published: February 2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas I SDN Wanasari 13 melalui penerapan metode permainan bola kaki dan bola tangan. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart, yang terdiri dari dua siklus. Setiap siklus melibatkan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada keterampilan motorik kasar siswa. Pada tahap pratindakan, tingkat ketuntasan siswa hanya mencapai 31,25%. Setelah siklus I, persentase ketuntasan meningkat menjadi 43,75%, dan pada siklus II mencapai 75%. Peningkatan ini dipengaruhi oleh partisipasi aktif siswa, peran guru sebagai fasilitator, serta desain aktivitas permainan yang menarik dan bervariasi. Kesimpulannya, metode permainan bola efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa. Rekomendasi penelitian ini mencakup integrasi permainan bola ke dalam kurikulum pendidikan jasmani, pelatihan guru, dan penyediaan fasilitas yang memadai di sekolah.

Kata Kunci: motorik kasar; permainan bola kaki; permainan bola tangan; pendidikan jasmani; siswa sekolah dasar.

Improving Gross Motor Skills through Football and Handball Games in Students of SDN Wanasari 13, Bekasi Regency

Abstract

This study aims to improve the gross motor skills of first-grade students at SDN Wanasari 13 through the implementation of football and handball games. The study employed a Classroom Action Research (CAR) design using the Kemmis and McTaggart model, consisting of two cycles. Each cycle included the stages of planning, action, observation, and reflection. The results indicated a significant improvement in students' gross motor skills. In the pre-action stage, the students' proficiency rate was only 31.25%. After Cycle I, it increased to 43.75%, and by Cycle II, it reached 75%. This improvement was influenced by active student participation, the role of teachers as facilitators, and well-structured, engaging game activities. In conclusion, ball games proved effective in enhancing students' gross motor skills. The study recommends integrating ball games into the physical education curriculum, training teachers, and improving school facilities to support these activities.

Keywords: *gross motor skills; football games; handball games; physical education; elementary school students.*

How to Cite: Denatara, E. T., & Arfah, S. B. (2025). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar melalui Permainan Bola Kaki dan Bola Tangan pada Siswa SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi. *Discourse of Physical Education*, 4(1), 88–99. https://doi.org/10.36312/dpe.v4i1.2524

https://doi.org/10.36312/dpe.v4i1.2524

Copyright© 2025, Denatara & Arfah
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

PENDAHULUAN

Perkembangan keterampilan motorik kasar pada anak usia dini merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan jasmani. Keterampilan ini mencakup gerakan besar seperti menendang, melempar, menangkap, dan berlari yang melibatkan koordinasi otot-otot besar dan keseimbangan tubuh (Tortella et al., 2016; Hudson & Willoughby, 2021). Kemampuan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik anak tetapi juga pada perkembangan kognitif, sosial, dan emosional mereka (Field & Temple, 2017). Namun, implementasi pembelajaran keterampilan motorik kasar di sekolah dasar masih dihadapkan pada berbagai tantangan. Salah satunya adalah kurangnya pemahaman dan pelatihan yang memadai bagi guru dalam mengajarkan keterampilan motorik kasar secara efektif (Friskawati, 2023; Putro et al., 2023). Guru seringkali merasa tidak percaya diri dalam mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam kurikulum, yang mengakibatkan metode pengajaran yang monoton dan kurang menarik bagi siswa (Tandon et al., 2018).

Selain itu, keterbatasan fasilitas dan lingkungan yang mendukung aktivitas fisik juga menjadi hambatan signifikan. Banyak sekolah yang tidak memiliki lapangan bermain yang memadai atau peralatan yang sesuai untuk mendukung pengembangan keterampilan motorik kasar anak (Prihartanta et al., 2022). Lingkungan perkotaan yang padat serta gaya hidup sedentari semakin memperburuk masalah ini, membatasi kesempatan anak untuk bergerak secara aktif dan bebas (Veldman et al., 2019). Faktor sosial ekonomi turut memengaruhi perkembangan keterampilan motorik kasar. Anak-anak dari keluarga dengan latar belakang ekonomi rendah seringkali memiliki akses terbatas terhadap aktivitas fisik yang terstruktur dan berkualitas (Kwon & O'Neill, 2020). Selain itu, keterlibatan orang tua dalam mendukung aktivitas fisik anak juga menjadi faktor penting yang sering diabaikan (Jia, 2024).

Permainan bola, seperti sepak bola dan bola tangan, telah diakui sebagai salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Aktivitas ini tidak hanya melibatkan gerakan tubuh yang dinamis tetapi juga membutuhkan koordinasi mata dan tangan, keseimbangan, serta keterampilan sosial seperti kerja sama tim dan komunikasi (Field & Temple, 2017; Burns et al., 2016). Penelitian oleh Tortella et al. (2016) menunjukkan bahwa anak-anak yang rutin terlibat dalam permainan bola memiliki keterampilan mengontrol objek yang lebih baik, seperti melempar dan menangkap bola, dibandingkan dengan anak-anak yang hanya melakukan aktivitas fisik biasa. Selain itu, permainan bola memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk bergerak secara intens dengan tingkat aktivitas fisik sedang hingga tinggi (Pradnyani, 2024). Aktivitas fisik dengan intensitas seperti ini penting untuk pengembangan daya tahan, kekuatan, dan koordinasi tubuh yang optimal. Permainan bola juga memiliki komponen kesenangan dan kompetisi yang mendorong partisipasi aktif anak-anak. Menurut Ha (2024), kesenangan dalam aktivitas fisik memainkan peran penting dalam mempertahankan keterlibatan anak-anak dalam jangka panjang. Oleh karena itu, permainan bola bukan hanya sarana efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar tetapi juga untuk membangun motivasi dan minat anak terhadap aktivitas fisik (Irmansyah & Diningsih, 2024).

Meskipun berbagai penelitian telah menyoroti manfaat permainan bola untuk pengembangan motorik kasar, masih terdapat kesenjangan dalam implementasi praktik ini di lingkungan pendidikan formal, khususnya di tingkat sekolah dasar. Banyak penelitian sebelumnya berfokus pada aspek teknis permainan atau hasil belajar spesifik tetapi kurang mengeksplorasi bagaimana permainan ini dapat diintegrasikan secara efektif ke dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah (Cameron et al., 2016). Selain itu, peran faktor lingkungan, seperti fasilitas bermain dan dukungan guru, masih belum sepenuhnya dipahami dalam konteks permainan bola untuk pengembangan keterampilan motorik kasar siswa. Tantangan lain adalah kurangnya pendekatan yang dapat disesuaikan dengan perbedaan kemampuan fisik dan motivasi setiap siswa (Hudson & Willoughby, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas permainan bola kaki dan bola tangan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas 1 sekolah dasar. Fokus penelitian ini tidak hanya pada peningkatan keterampilan motorik kasar, tetapi juga pada identifikasi hambatan yang muncul selama proses penerapan metode permainan bola dalam pembelajaran. Hambatan tersebut meliputi faktor lingkungan, kesiapan guru, keterbatasan fasilitas, serta perbedaan kemampuan dan motivasi siswa. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan rekomendasi praktis bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang dan melaksanakan aktivitas permainan bola yang efektif, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada perbaikan praktik pembelajaran keterampilan motorik kasar di sekolah dasar serta menjadi acuan bagi penelitian serupa di masa mendatang.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan mengadopsi model siklus Kemmis dan McTaggart, yang terdiri dari empat tahapan utama, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), observasi (*observation*), dan refleksi (*reflection*) (Khotimah, 2023; Muthaharoh, 2023). Setiap siklus diawali dengan tahapan perencanaan, di mana peneliti menyusun langkah-langkah tindakan, menyiapkan instrumen pengamatan, serta menentukan strategi pembelajaran yang sesuai dengan tujuan penelitian. Tahap tindakan melibatkan penerapan rencana yang telah disusun di dalam kelas, dengan fokus pada aktivitas permainan bola kaki dan bola tangan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa. Selama tindakan berlangsung, dilakukan observasi sistematis untuk merekam partisipasi siswa, kendala yang dihadapi, serta efektivitas metode yang diterapkan. Data dari observasi kemudian dianalisis pada tahap refleksi untuk mengevaluasi sejauh mana tujuan penelitian tercapai, serta mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan di siklus berikutnya (Lertcharoenrit, 2020; Ifniati, 2024). Siklus ini dilakukan secara berulang hingga tercapai perbaikan yang signifikan dalam keterampilan motorik kasar siswa dan efektivitas strategi pembelajaran yang digunakan.

Populasi dan Sampel

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi, sebuah sekolah dasar yang mewakili konteks pendidikan formal di tingkat sekolah dasar di

daerah tersebut. Lokasi ini dipilih dengan pertimbangan ketersediaan fasilitas yang mendukung kegiatan permainan bola serta keterlibatan guru yang proaktif dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Subjek penelitian adalah 16 siswa kelas 1, yang dipilih secara purposif berdasarkan keseragaman usia, tingkat perkembangan motorik dasar, serta keterlibatan mereka dalam kegiatan pendidikan jasmani di sekolah. Siswa ini dianggap mewakili populasi yang relevan untuk mengevaluasi efektivitas metode permainan bola kaki dan bola tangan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar. Selain siswa, penelitian ini juga melibatkan guru kelas sebagai kolaborator yang berperan dalam melaksanakan tindakan di dalam kelas, memfasilitasi kegiatan permainan, serta membantu peneliti dalam proses observasi dan refleksi.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga instrumen utama untuk mengumpulkan data, yaitu lembar observasi, dokumentasi visual, dan tes keterampilan motorik (Esen et al., 2021). Lembar observasi digunakan untuk merekam aktivitas siswa selama kegiatan permainan berlangsung, dengan fokus pada kemampuan siswa dalam menendang, melempar, dan menangkap bola, serta partisipasi aktif mereka dalam setiap sesi pembelajaran (Song et al., 2022; Lovrić et al., 2019). Dokumentasi visual, berupa foto dan rekaman video, digunakan untuk mendukung data observasi dengan bukti konkret mengenai aktivitas yang dilaksanakan di dalam kelas (Khasanah, 2023). Selanjutnya, tes keterampilan motorik kasar dilakukan pada akhir setiap siklus untuk mengukur perkembangan keterampilan siswa dalam menendang dan melempar bola secara kuantitatif. Tes ini menggunakan instrumen yang telah divalidasi dan diuji reliabilitasnya untuk memastikan konsistensi dan keakuratan hasil pengukuran (Wibowo, 2024). Ketiga instrumen ini saling melengkapi untuk memberikan gambaran yang holistik mengenai efektivitas metode permainan bola dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa.

Pengumpulan Data

Prosedur penelitian ini mengikuti siklus Kemmis dan McTaggart, yang terdiri dari empat tahapan dalam setiap siklus, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti merancang skenario pembelajaran menggunakan permainan bola kaki dan bola tangan, mempersiapkan instrumen penelitian seperti lembar observasi, panduan dokumentasi, dan tes keterampilan motorik, serta menetapkan indikator keberhasilan. Tahap tindakan melibatkan implementasi metode permainan bola di dalam kelas, di mana siswa mengikuti aktivitas yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan menendang dan melempar bola. Selama tahap observasi, peneliti dan guru mengamati interaksi siswa, keterlibatan aktif mereka, serta kendala yang muncul selama aktivitas berlangsung. Data observasi ini dicatat secara sistematis menggunakan lembar observasi dan dokumentasi visual. Pada tahap refleksi, data yang terkumpul dianalisis untuk menilai efektivitas tindakan yang telah dilakukan dan mengidentifikasi perbaikan yang diperlukan untuk siklus selanjutnya. Proses ini dilakukan secara berulang atau berkelanjutan dalam dua siklus, sehingga mendapatkan hasil yang optimal (Ifniati, 2024).

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai hasil penelitian. Data kuantitatif diperoleh dari hasil tes keterampilan motorik siswa yang diolah menggunakan rumus persentase ketuntasan klasikal, yang memungkinkan peneliti untuk mengukur sejauh mana siswa mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan (Rey et al., 2020). Hasil tes ini kemudian dikategorikan ke dalam lima tingkat pencapaian: sempurna, baik sekali, baik, cukup, dan kurang. Data kualitatif diperoleh melalui observasi dan dokumentasi visual, yang dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan temuan penting dari proses pembelajaran (Han et al., 2022). Triangulasi data dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, dokumentasi, dan tes untuk memastikan konsistensi dan validitas temuan penelitian (Khasanah, 2023). Dengan kombinasi analisis kuantitatif dan kualitatif, penelitian ini memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai efektivitas permainan bola dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa.

Indikator Keberhasilan

Keberhasilan penelitian ini diukur berdasarkan peningkatan keterampilan motorik kasar siswa yang tercermin dalam tiga aspek utama: kemampuan teknis, partisipasi aktif, dan peningkatan hasil tes keterampilan motorik. Indikator teknis mencakup kemampuan siswa dalam menendang dan melempar bola dengan teknik yang benar, seperti koordinasi gerakan, keseimbangan, dan ketepatan sasaran (Tortella et al., 2016). Partisipasi aktif dinilai dari tingkat keterlibatan siswa dalam kegiatan permainan, termasuk antusiasme, fokus, dan kesediaan untuk mencoba gerakan yang diajarkan (Ha, 2024). Sementara itu, peningkatan hasil tes keterampilan motorik diukur berdasarkan skor yang diperoleh siswa dari tes keterampilan yang dilakukan di setiap akhir siklus. Indikator keberhasilan dinyatakan tercapai jika terdapat peningkatan signifikan pada ketiga aspek tersebut, dengan minimal 75% siswa mencapai kategori ketuntasan belajar yang ditetapkan. Keberhasilan ini menjadi dasar refleksi untuk menentukan efektivitas metode yang diterapkan serta perbaikan yang diperlukan di siklus berikutnya (Ifniati, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keterampilan motorik kasar siswa kelas I SDN Wanasari 13 setelah diterapkannya metode permainan bola kaki dan bola tangan. Data hasil penelitian disajikan dalam Tabel 1 untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai perkembangan keterampilan motorik kasar siswa pada setiap siklus.

Tabel 1. Persentase Ketuntasan Keterampilan Motorik Kasar Siswa pada Setiap Siklus

Tahap Penelitian	Jumlah Siswa	Jumlah Siswa Tuntas	Persentase Ketuntasan (%)
Pratindakan	16	5	31,25%
Siklus I	16	7	43,75%
Siklus II	16	12	75%

Pada pratindakan, keterampilan motorik kasar siswa masih rendah, dengan hanya 31,25% siswa yang mencapai ketuntasan. Sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam menendang dan melempar bola dengan teknik yang benar. Hambatan lain yang diidentifikasi antara lain kurangnya kepercayaan diri, terutama pada siswa perempuan, serta kondisi lingkungan yang tidak mendukung, seperti cuaca yang panas dan keterbatasan fasilitas bermain. Setelah pelaksanaan siklus I, terjadi peningkatan menjadi 43,75%. Namun, beberapa siswa masih menghadapi hambatan seperti kurangnya fokus dan keterampilan teknis yang belum memadai. Perbaikan metode dilakukan pada siklus II, dengan lebih banyak variasi aktivitas permainan bola dan pendampingan lebih intensif dari guru. Hasilnya, tingkat ketuntasan siswa meningkat signifikan menjadi 75%, menunjukkan efektivitas penerapan metode permainan bola kaki dan bola tangan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode permainan bola kaki dan bola tangan secara signifikan dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas I SDN Wanasari 13. Peningkatan ini terlihat jelas dari perbandingan hasil pratindakan, siklus I, dan siklus II, dengan persentase ketuntasan masing-masing sebesar 31,25%, 43,75%, dan 75%. Hasil ini menegaskan bahwa metode permainan bola tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar tetapi juga dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan efektif. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2023), yang menunjukkan bahwa permainan bola yang dimodifikasi mampu memberikan dampak positif pada pengembangan keterampilan motorik kasar anak melalui aktivitas yang dinamis dan melibatkan koordinasi tubuh secara menyeluruh.

Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan metode ini adalah sifat permainan bola yang dinamis dan melibatkan berbagai elemen keterampilan motorik kasar, seperti menendang, melempar, menangkap, dan berlari. Aktivitas ini membutuhkan koordinasi yang baik antara otot besar, keseimbangan tubuh, dan konsentrasi. Hal ini sejalan dengan studi Kuni et al. (2015), yang menemukan bahwa aktivitas permainan bola dapat meningkatkan keseimbangan dan kontrol postural pada anak-anak dengan kondisi tertentu seperti obesitas. Dengan demikian, aktivitas berbasis permainan bola tidak hanya meningkatkan keterampilan spesifik seperti menendang dan melempar tetapi juga memengaruhi aspek keterampilan motorik yang lebih luas, seperti keseimbangan dan ketangkasan.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa partisipasi aktif siswa selama proses permainan bola memainkan peran penting dalam keberhasilan intervensi ini. Aktivitas permainan bola memberikan ruang bagi siswa untuk bergerak secara aktif, mencoba berbagai gerakan, serta mengembangkan keterampilan melalui latihan yang konsisten dan berulang. Aktivitas yang dilakukan dengan suasana yang menyenangkan mendorong siswa untuk lebih percaya diri dan antusias dalam mengikuti setiap sesi permainan (Allimant et al., 2023). Hal ini konsisten dengan hasil penelitian Sari & Izzah (2021), yang menyatakan bahwa keterlibatan aktif dalam permainan bola dapat memberikan manfaat tidak hanya pada aspek fisik tetapi juga pada aspek sosial dan emosional siswa. Partisipasi aktif ini juga membantu siswa

untuk mengatasi rasa takut dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam melakukan keterampilan fisik tertentu.

Peran guru sebagai fasilitator juga menjadi faktor krusial dalam keberhasilan penelitian ini. Guru memiliki peran penting dalam merancang aktivitas permainan bola yang menarik, memberikan instruksi yang jelas, serta menciptakan suasana yang mendukung bagi siswa untuk berpartisipasi dengan maksimal. Studi oleh Ifniati (2024) menekankan pentingnya refleksi guru dalam setiap siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK) untuk mengidentifikasi hambatan yang muncul serta mengevaluasi efektivitas metode yang digunakan. Melalui proses refleksi ini, guru dapat melakukan penyesuaian dalam desain permainan, memberikan bimbingan yang lebih spesifik kepada siswa yang memerlukan dukungan tambahan, serta memastikan bahwa setiap siswa mendapatkan kesempatan yang sama untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas permainan.

Desain aktivitas permainan yang bervariasi dan menarik juga menjadi faktor pendukung dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa. Permainan bola yang dirancang dengan variasi gerakan seperti melempar bola dengan target, menendang bola ke gawang, atau bermain dalam tim kecil membantu siswa melatih berbagai aspek keterampilan motorik mereka. Aktivitas yang bervariasi ini tidak hanya menjaga antusiasme siswa tetapi juga mengurangi rasa bosan selama sesi pembelajaran. Penelitian oleh Wu et al. (2021) menegaskan bahwa pendekatan berbasis permainan yang terstruktur dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar secara signifikan pada anak-anak prasekolah. Aktivitas yang bervariasi juga memungkinkan siswa untuk menghadapi tantangan baru dalam setiap sesi permainan, yang pada akhirnya meningkatkan keterampilan mereka secara bertahap.

Namun, penelitian ini juga menemukan beberapa hambatan yang perlu mendapat perhatian. Salah satunya adalah keterbatasan fasilitas dan lingkungan bermain yang memadai. Meskipun metode permainan bola terbukti efektif, keterbatasan fasilitas seperti lapangan bermain yang sempit atau peralatan yang tidak memadai dapat mengurangi efektivitas pembelajaran. Hal ini sesuai dengan temuan Prihartanta et al. (2022), yang menyatakan bahwa lingkungan dan fasilitas yang terbatas dapat menjadi penghambat dalam pelaksanaan aktivitas fisik di sekolah dasar. Oleh karena itu, pihak sekolah diharapkan dapat menyediakan fasilitas yang lebih baik serta memastikan ketersediaan peralatan yang sesuai untuk mendukung kegiatan permainan bola.

Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa yang bervariasi menjadi tantangan tersendiri. Beberapa siswa, terutama siswa perempuan, masih merasa canggung atau takut saat melakukan aktivitas seperti menendang bola. Faktor ini memengaruhi partisipasi mereka dalam sesi permainan dan berdampak pada perkembangan keterampilan motorik mereka. Penelitian oleh Burns et al. (2016) menunjukkan bahwa perbedaan tingkat kepercayaan diri dapat memengaruhi seberapa efektif intervensi permainan bola dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa. Oleh karena itu, guru perlu memberikan perhatian lebih pada siswa yang menunjukkan hambatan psikologis ini dan memastikan bahwa setiap siswa merasa didukung dan nyaman dalam mengikuti aktivitas.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa permainan bola merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar

siswa di sekolah dasar. Aktivitas ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik tetapi juga memberikan manfaat dalam aspek kognitif, sosial, dan emosional. Studi oleh Pham et al. (2021) menegaskan bahwa program pendidikan jasmani berbasis permainan bola dapat membantu meningkatkan keterampilan anak secara holistik, termasuk keterampilan kerja sama tim, konsentrasi, serta manajemen emosi. Secara praktis, hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting bagi pendidikan jasmani di sekolah dasar. Pertama, sekolah perlu mengintegrasikan metode permainan bola secara sistematis ke dalam kurikulum pendidikan jasmani untuk memastikan keberlanjutan hasil positif yang diperoleh. Kedua, guru perlu mendapatkan pelatihan yang memadai tentang cara merancang dan melaksanakan aktivitas permainan bola yang efektif dan sesuai dengan perkembangan siswa. Ketiga, pihak sekolah diharapkan dapat memastikan tersedianya fasilitas dan sumber daya yang memadai untuk mendukung kegiatan permainan bola di lingkungan sekolah (Putro et al., 2023).

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan metode permainan bola kaki dan bola tangan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas I SDN Wanasari 13 Kabupaten Bekasi. Berdasarkan hasil yang diperoleh melalui dua siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart, disimpulkan bahwa metode permainan bola terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa secara signifikan. Pada tahap pratindakan, hanya 31,25% siswa yang mencapai ketuntasan keterampilan motorik kasar, dengan banyak siswa mengalami kesulitan dalam teknik dasar seperti menendang dan melempar bola serta menunjukkan kurangnya rasa percaya diri. Setelah pelaksanaan siklus I, persentase ketuntasan meningkat menjadi 43,75%, meskipun beberapa hambatan seperti kurangnya fokus dan kendala lingkungan masih ditemukan. Pada siklus II, hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dengan persentase ketuntasan mencapai 75%, menegaskan efektivitas permainan bola dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar siswa. Peningkatan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, antara lain partisipasi aktif siswa dalam aktivitas permainan yang dinamis dan menarik, peran guru sebagai fasilitator yang efektif dalam membimbing dan memotivasi siswa, serta desain aktivitas permainan yang bervariasi yang memberikan tantangan berbeda di setiap sesi pembelajaran.

Penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa hambatan seperti keterbatasan fasilitas bermain, kondisi lingkungan yang tidak mendukung, serta rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa perempuan. Oleh karena itu, diperlukan dukungan berkelanjutan dari pihak sekolah dalam menyediakan fasilitas yang memadai dan memastikan lingkungan yang mendukung untuk aktivitas fisik berbasis permainan bola. Secara praktis, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi permainan bola ke dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar, serta perlunya pelatihan khusus bagi guru pendidikan jasmani untuk merancang dan melaksanakan metode permainan yang efektif. Dukungan penuh dari pihak sekolah, termasuk penyediaan sarana dan prasarana yang memadai, menjadi faktor penting dalam menjamin keberlanjutan hasil positif dari penelitian ini. Dengan pendekatan yang

terstruktur dan dukungan yang memadai dari seluruh pihak terkait, metode permainan bola kaki dan bola tangan dapat menjadi strategi yang efektif dan aplikatif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa secara optimal, serta berkontribusi pada pengembangan fisik, sosial, dan emosional siswa di lingkungan pendidikan dasar.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan efektivitas permainan bola kaki dan bola tangan dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas I SDN Wanasari 13, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan untuk pihak-pihak terkait. Pertama, sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan metode permainan bola secara sistematis ke dalam kurikulum pendidikan jasmani, sehingga siswa mendapatkan kesempatan yang konsisten dan berkelanjutan untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar mereka melalui aktivitas yang menyenangkan dan interaktif. Kedua, guru pendidikan jasmani perlu mendapatkan pelatihan khusus tentang metode permainan bola untuk memastikan mereka memiliki keterampilan dalam merancang, mengelola, dan mengevaluasi aktivitas permainan yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Ketiga, sekolah perlu memastikan tersedianya fasilitas dan peralatan yang memadai untuk mendukung aktivitas permainan bola, termasuk lapangan bermain yang layak dan peralatan olahraga yang sesuai standar keamanan bagi siswa. Keempat, guru diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang inklusif dan mendukung, khususnya bagi siswa yang merasa kurang percaya diri atau menunjukkan hambatan dalam berpartisipasi aktif dalam permainan bola. Strategi seperti bimbingan individual dan penguatan positif dapat membantu siswa mengatasi hambatan tersebut. Kelima, penelitian ini juga merekomendasikan perlunya penelitian lanjutan dengan durasi yang lebih panjang dan melibatkan sampel yang lebih besar untuk memastikan generalisasi hasil penelitian serta mengeksplorasi faktor-faktor tambahan yang dapat memengaruhi efektivitas permainan bola dalam pengembangan keterampilan motorik kasar. Dengan penerapan rekomendasi ini, diharapkan metode permainan bola dapat dioptimalkan sebagai strategi pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif, mendukung pengembangan fisik, sosial, dan emosional siswa secara holistik.

REFERENSI

Allimant, R., Hurtado-Almonacid, J., Reyes-Amigo, T., Yáñez-Sepúlveda, R., Cortés-Roco, G., Arroyo-Jofre, P., … & Páez-Herrera, J. (2023). Effects of structured and unstructured physical activity on gross motor skills in preschool students to promote sustainability in the physical education classroom. *Sustainability, 15*(13), 10167. https://doi.org/10.3390/su151310167

Burns, R., Brusseau, T., & Hannon, J. (2016). Multivariate associations among health-related fitness, physical activity, and TGMD-3 test items in disadvantaged children from low-income families. *Perceptual and Motor Skills, 124*(1), 86–104. https://doi.org/10.1177/0031512516672118

Cameron, C., Cottone, E., Murrah, W., & Grissmer, D. (2016). How are motor skills linked to children's school performance and academic achievement? *Child Development Perspectives, 10*(2), 93–98. https://doi.org/10.1111/cdep.12168

Dewi, R. (2023). The effect of big ball game modification on gross motor development of elementary school students. *Competitor Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 15*(1), 48. https://doi.org/10.26858/cjpko.v15i1.43810

Esen, H., Eraslan, M., Altınkök, M., Eravşar, H., Demir, B., Özküçük, S., … & Şeran, B. (2021). The validity and reliability study of the basic motor movement, social skill observation, and evaluation scale for basic movement education. *SAGE Open, 11*(3). https://doi.org/10.1177/21582440211031897

Field, S., & Temple, V. (2017). The relationship between fundamental motor skill proficiency and participation in organized sports and active recreation in middle childhood. *Sports, 5*(2), 43. https://doi.org/10.3390/sports5020043

Friskawati, G. (2023). Early childhood educators' beliefs on increasing fundamental motor skills by playing games in a physical education context: The contradictory belief. *Edu Sportivo Indonesian Journal of Physical Education, 4*(3), 243–255. https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4(3).14540

Ha, T. (2024). Physical activity enjoyment, physical activity behavior, and motor competence in low-income elementary school students. *Education Sciences, 14*(6), 629. https://doi.org/10.3390/educsci14060629

Han, Y., Ali, S., & Ji, L. (2022). Use of observational learning to promote motor skill learning in physical education: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(16), 10109. https://doi.org/10.3390/ijerph191610109

Hudson, K., & Willoughby, M. (2021). The multiple benefits of motor competence skills in early childhood. https://doi.org/10.3768/rtipress.2021.rb.0027.2108

Ifniati, N. (2024). Student learning outcomes and motivation on arts and skills education course in PGSD study program of STKIP Taman Siswa Bima. *Jurnal Multidisiplin Madani, 4*(1), 140–151. https://doi.org/10.55927/mudima.v4i1.7460

Irmansyah, J., & Diningsih, E. S. (2024). The physical literacy level of elementary school students was examined from the motivation and self-confidence domains. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 13(1), 1–12. https://doi.org/10.36706/altius.v13i1.34

Jia, Z. (2024). Effects of parent-child physical activity intervention on gross motor skills among preschoolers in China. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 14*(5). https://doi.org/10.6007/ijarbss/v14-i5/21661

Khasanah, L. (2023). The role of teachers in improving fine motor skills of early childhood through finger painting activities. *Bulletin of Early Childhood, 2*(2), 11. https://doi.org/10.51278/bec.v2i2.1006

Khotimah, S. (2023). Mejilawi to enhance the symbolic thinking abilities for children's kindergarten. *Edukasi Jurnal Pendidikan Islam (E-Journal), 11*(2), 382–395. https://doi.org/10.54956/edukasi.v11i2.457

Kuni, B., Rühling, N., Hegar, U., Roth, C., & Schmitt, H. (2015). Ball games and nutrition counseling improve postural control in overweight children. *BMC Pediatrics, 15*(1). https://doi.org/10.1186/s12887-015-0523-4

Kwon, S., & O'Neill, M. (2020). Socioeconomic and familial factors associated with gross motor skills among US children aged 3–5 years: The 2012 NHANES National Youth Fitness Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(12), 4491. https://doi.org/10.3390/ijerph17124491

Lertcharoenrit, T. (2020). Enhancing collaborative problem-solving competencies by using STEM-based learning through the dietary plan lessons. *Journal of Education and Learning, 9*(4), 102. https://doi.org/10.5539/jel.v9n4p102

Lovrić, F., Jelaska, I., Clark, C., Duncan, M., & Miletić, Đ. (2019). Validity and reliability of a bilateral assessment of locomotor skills in children. *Acta Gymnica, 49*(4), 181–188. https://doi.org/10.5507/ag.2019.018

Muthaharoh, S. (2023). Improving high school students' research skills through light diffraction experiments using the problem-based learning model. *Jurnal Riset Dan Kajian Pendidikan Fisika, 10*(2), 64–71. https://doi.org/10.12928/jrkpf.v10i2.566

Pham, V., Wawrzyniak, S., Cichy, I., Bronikowski, M., & Rokita, A. (2021). Brainballs program improves the gross motor skills of primary school pupils in Vietnam. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(3), 1290. https://doi.org/10.3390/ijerph18031290

Pradnyani, T. (2024). The effect of physical activity for the development of motor skill in children aged 3-12 years old: A narrative review. *KPC, 3*(1), 23–28. https://doi.org/10.62004/kpc.v3i1.30

Prihartanta, H., Sutapa, P., Suharjana, S., & Antoni, M. (2022). Sequential physical activity model to improve motor ability in early children. https://doi.org/10.2991/ahsr.k.220106.020

Putro, B., Liskustyawati, H., Nugroho, D., Sabarini, S., Sunardi, S., & Satyawan, B. (2023). Practice-based learning method to improve physical education teacher understanding of TGMD-2 usage. https://doi.org/10.4108/eai.28-10-2022.2327478

Rey, E., Carballo-Fazanes, A., Varela-Casal, C., & Abelairas-Gómez, C. (2020). Reliability of the test of gross motor development: A systematic review. *PLOS ONE, 15*(7), e0236070. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236070

Sari, E., & Izzah, O. (2021). The improvement of gross motor development on pre-school through playing throw and catch ball. *Nurse and Holistic Care, 1*(1), 7–13. https://doi.org/10.33086/nhc.v1i1.2002

Song, H., Lau, P., & Wang, J. (2022). Investigation of the motor skills assessments of typically developing preschool children in China. *BMC Pediatrics, 22*(1). https://doi.org/10.1186/s12887-021-03098-w

Tandon, P., Hassairi, N., Soderberg, J., & Joseph, G. (2018). The relationship of gross motor and physical activity environments in child care settings with early learning outcomes. *Early Child Development and Care, 190*(4), 570–579. https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1485670

Tortella, P., Haga, M., Lorås, H., Sigmundsson, H., & Gf, F. (2016). Motor skill development in Italian pre-school children induced by structured activities in a specific playground. *PLOS ONE, 11*(7), e0160244. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0160244

Veldman, S., Jones, R., Chandler, P., Robinson, L., & Okely, A. (2019). Prevalence and risk factors of gross motor delay in pre-schoolers. *Journal of Paediatrics and Child Health, 56*(4), 571–576. https://doi.org/10.1111/jpc.14684

Wibowo, C. (2024). Developing a precise gross motor skills assessment instrument for elementary school students (ages 7-9). *Pedagogy of Physical Culture and Sports, 28*(2), 84–92. https://doi.org/10.15561/26649837.2024.0201

Wu, H., Eungpinichpong, W., Ruan, H., Zhang, X., Wang, S., & Ding, C. (2021). Protocol for a quasi-experimental study examining the effect of a ball skills intervention on four domains of preschooler development. *Primary Health Care Research & Development, 22*. https://doi.org/10.1017/s1463423621000645