Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri,
ISSN Cetak : 2477-5673 ISSN Online : 2614-722X
Volume 12 Nomor 01, Maret 2026

ANALISIS PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR SISWA KELAS RENDAH PADA PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR NEGERI 2 SUSUT

I Gede Agus Pramana[1], I Gede Suwiwa[2], Hendra Mashuri[3]
[1,2,3] Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha
[1]agus.pramana@student.undikhsha.ac.id, [2]gede.suwiwa@undiksha.ac.id, [3]hendra.mashuri@undiksha.ac.id

ABSTRACT

Gross motor development is a crucial aspect of elementary school-aged children's growth, as it relates to their ability to perform various physical activities involving the body's large muscle groups. This study aims to examine the gross motor development of lower-grade students in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) classes at SD Negeri 2 Susut. This study employs a quantitative descriptive approach. The research subjects were lower-grade students numbering (adjust the sample size). Data collection was conducted through gross motor skill tests comprising eight types of tests: throwing, catching, bouncing a ball, dribbling a ball, balance, forward roll, jumping, and running. The data were analyzed using descriptive analysis techniques by calculating the percentage of test results obtained by the students. The results of the study indicate that, in general, students' gross motor development falls into the "adequate" category. Running ability showed the best development compared to other skills, while balance and several manipulative skills still need improvement. These findings suggest that students' gross motor development is not evenly distributed across all motor skills. Therefore, physical education instruction needs to be more varied and provide students with broader opportunities to engage in a variety of physical activities so that their gross motor skills can develop optimally.

Keywords: *Gross Motor Skills, Elementary School Students, Physical Education Instruction*

ABSTRAK

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak usia sekolah dasar karena berkaitan dengan kemampuan anak dalam melakukan berbagai aktivitas gerak yang melibatkan otot-otot besar tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan motorik kasar siswa kelas rendah pada pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri 2 Susut. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah siswa kelas rendah yang berjumlah (sesuaikan jumlah sampel). Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan motorik kasar yang meliputi delapan jenis tes yaitu melempar, menangkap, memantulkan bola, menggiring bola, keseimbangan, roll depan, melompat, dan berlari. Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif dengan menghitung persentase hasil tes yang diperoleh siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum perkembangan motorik kasar siswa berada pada kategori cukup. Kemampuan berlari menunjukkan perkembangan yang paling baik dibandingkan dengan

keterampilan lainnya, sedangkan kemampuan keseimbangan dan beberapa keterampilan manipulatif masih perlu ditingkatkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar siswa tidak berkembang secara merata pada setiap keterampilan gerak. Oleh karena itu, diperlukan pembelajaran PJOK yang lebih bervariasi dan memberikan kesempatan yang lebih luas bagi siswa untuk melakukan berbagai aktivitas gerak sehingga perkembangan motorik kasar dapat berkembang secara optimal.

Kata Kunci: *Motorik Kasar, Siswa Sekolah Dasar, Pembelajaran PJOK*

A. Pendahuluan

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya pada usia sekolah dasar. Motorik kasar berkaitan dengan kemampuan anak dalam melakukan berbagai aktivitas gerak yang melibatkan otot-otot besar tubuh seperti berlari, melompat, menjaga keseimbangan, serta melakukan koordinasi gerak secara keseluruhan. Perkembangan motorik yang optimal tidak hanya mendukung aktivitas fisik anak, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan aspek lain seperti sosial, emosional, dan kognitif (Hurlock, 2013; Santrock, 2011).

Pada usia sekolah dasar, anak berada pada tahap perkembangan gerak fundamental, yaitu tahap ketika anak mulai mengembangkan dan menyempurnakan keterampilan gerak dasar. Keterampilan tersebut meliputi keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (Gallahue & Ozmun, 2012). Keterampilan lokomotor mencakup gerakan berpindah tempat seperti berjalan, berlari, dan melompat. Keterampilan non-lokomotor berkaitan dengan kemampuan menjaga stabilitas tubuh seperti keseimbangan dan koordinasi. Sementara itu, keterampilan manipulatif melibatkan kemampuan mengontrol objek, seperti melempar, menangkap, dan menggiring bola. Ketiga jenis keterampilan ini merupakan dasar penting dalam menunjang aktivitas fisik anak di kehidupan sehari-hari.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar siswa. Melalui pembelajaran PJOK, siswa diberikan kesempatan untuk melakukan berbagai aktivitas gerak yang dirancang secara sistematis dan terarah. Aktivitas tersebut tidak hanya

bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar, koordinasi, serta kepercayaan diri siswa dalam melakukan aktivitas fisik (Samsudin, 2015; Husdarta, 2011). Oleh karena itu, pembelajaran PJOK perlu dirancang secara variatif dan menyenangkan agar mampu memberikan pengalaman belajar yang optimal bagi siswa.

Namun demikian, dalam praktiknya perkembangan motorik kasar siswa tidak selalu berkembang secara merata. Hasil observasi awal di SD Negeri 2 Susut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar siswa kelas rendah masih bervariasi pada beberapa keterampilan gerak dasar. Sebagian siswa telah menunjukkan kemampuan yang baik pada keterampilan lokomotor seperti berlari dan melompat, namun masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam keterampilan manipulatif seperti melempar dan menangkap bola, serta dalam menjaga keseimbangan tubuh saat melakukan aktivitas tertentu. Kondisi ini menunjukkan bahwa tidak semua aspek motorik kasar berkembang secara optimal.

Perbedaan perkembangan tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti frekuensi aktivitas fisik, kesempatan berlatih, serta variasi pembelajaran yang diberikan kepada siswa. Menurut teori perkembangan motorik, keterampilan gerak akan berkembang secara optimal apabila anak mendapatkan pengalaman gerak yang berulang dan bervariasi (Rusli Lutan, 2013). Kurangnya stimulasi gerak tertentu dapat menyebabkan keterampilan motorik tertentu berkembang lebih lambat dibandingkan keterampilan lainnya.

Sejalan dengan penelitian Yudanto (2020), perkembangan motorik kasar siswa sekolah dasar menunjukkan variasi pada setiap aspek keterampilan, terutama pada keterampilan manipulatif dan keseimbangan yang cenderung lebih rendah dibandingkan keterampilan lokomotor. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan pembelajaran yang lebih terarah dan sistematis untuk meningkatkan seluruh aspek motorik secara seimbang.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis perkembangan motorik kasar siswa

kelas rendah dalam pembelajaran PJOK. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai tingkat perkembangan motorik kasar siswa serta menjadi dasar dalam merancang pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk menggambarkan perkembangan motorik kasar siswa kelas rendah di SD Negeri 2 Susut. Penelitian deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran mengenai kondisi atau keadaan yang sebenarnya berdasarkan data yang diperoleh di lapangan.

Subjek penelitian adalah siswa kelas rendah di SD Negeri 2 Susut yang berjumlah (isi jumlah siswa). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan motorik kasar yang terdiri dari delapan jenis tes, yaitu tes melempar, tes menangkap, tes memantulkan bola, tes menggiring bola, tes keseimbangan, tes *roll depan*, tes melompat, dan tes berlari.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar penilaian keterampilan motorik kasar yang telah disesuaikan dengan indikator penilaian gerak dasar pada anak usia sekolah dasar.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan menghitung nilai hasil tes yang diperoleh siswa kemudian dikategorikan ke dalam beberapa kategori penilaian perkembangan motorik kasar.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas rendah di SD Negeri 2 Susut, diperoleh gambaran bahwa perkembangan motorik kasar siswa secara umum berada pada kategori cukup. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar siswa belum berkembang secara optimal dan masih terdapat variasi capaian pada setiap jenis keterampilan yang diukur.

Secara rinci, hasil penelitian menunjukkan bahwa:

1. Kemampuan berlari merupakan keterampilan dengan capaian paling tinggi dan berada pada kategori baik.

2. Kemampuan melompat dan roll depan berada pada kategori cukup hingga baik.
3. Kemampuan manipulatif seperti melempar, menangkap, memantulkan, dan menggiring bola berada pada kategori cukup, dengan beberapa siswa masih mengalami kesulitan.
4. Kemampuan keseimbangan menunjukkan capaian paling rendah dibandingkan keterampilan lainnya.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar siswa tidak berkembang secara merata pada setiap aspek keterampilan. Keterampilan yang sering dilakukan dalam aktivitas sehari-hari cenderung berkembang lebih baik dibandingkan dengan keterampilan yang memerlukan latihan khusus.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar siswa kelas rendah berada pada kategori cukup dengan variasi capaian pada setiap keterampilan. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan motorik anak tidak berlangsung secara seragam, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengalaman gerak, frekuensi latihan, serta kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik.

Dalam perspektif teori perkembangan motorik, anak usia sekolah dasar berada pada tahap gerak fundamental, yaitu tahap penyempurnaan keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (Gallahue & Ozmun, 2012). Pada tahap ini, pengalaman gerak yang berulang sangat berpengaruh terhadap kualitas perkembangan keterampilan motorik anak.

Salah satu temuan utama dalam penelitian ini adalah bahwa kemampuan berlari memiliki capaian paling baik dibandingkan keterampilan lainnya. Hal ini dapat dijelaskan karena berlari merupakan keterampilan lokomotor dasar yang secara alami sering dilakukan oleh anak dalam aktivitas sehari-hari. Tingginya frekuensi aktivitas berlari menyebabkan koordinasi gerak, kekuatan otot, serta efisiensi gerakan berkembang lebih optimal. Temuan ini sejalan dengan pendapat Santrock (2011) yang menyatakan bahwa keterampilan yang sering dilatih akan

berkembang lebih cepat dibandingkan keterampilan yang jarang dilakukan.

Sebaliknya, kemampuan keseimbangan menunjukkan capaian yang relatif lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam menjaga stabilitas tubuh. Keseimbangan merupakan kemampuan yang berkaitan dengan kontrol postur dan koordinasi sistem saraf serta otot, sehingga memerlukan latihan yang terstruktur dan berulang untuk dapat berkembang secara optimal (Rusli Lutan, 2013). Rendahnya kemampuan keseimbangan dapat disebabkan oleh kurangnya aktivitas yang secara khusus melatih stabilitas tubuh dalam pembelajaran maupun aktivitas bermain.

Selain itu, keterampilan manipulatif seperti melempar juga menunjukkan hasil yang lebih rendah dibandingkan keterampilan lokomotor. Keterampilan manipulatif melibatkan koordinasi kompleks antara mata dan tangan serta kontrol gerakan tubuh secara keseluruhan. Oleh karena itu, keterampilan ini cenderung lebih sulit dikuasai oleh anak dan memerlukan latihan yang lebih terarah. Hal ini sesuai dengan teori perkembangan motorik yang menyatakan bahwa keterampilan manipulatif berkembang lebih lambat dibandingkan keterampilan lokomotor karena tingkat kompleksitasnya lebih tinggi (Gallahue & Ozmun, 2012).

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Yudanto (2020) yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar siswa sekolah dasar menunjukkan variasi pada setiap aspek keterampilan, terutama pada keterampilan manipulatif dan keseimbangan yang cenderung lebih rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa diperlukan pembelajaran yang lebih terarah untuk meningkatkan seluruh aspek motorik secara seimbang.

Dalam konteks pembelajaran, PJOK memiliki peran yang sangat penting dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar siswa. Pembelajaran yang dirancang secara variatif, melibatkan permainan, serta memberikan kesempatan gerak yang luas dapat meningkatkan motivasi siswa sekaligus melatih keterampilan motorik secara bertahap (Samsudin, 2015). Oleh karena itu, guru perlu memberikan variasi aktivitas yang tidak hanya berfokus pada keterampilan tertentu, tetapi juga

mencakup latihan keseimbangan, koordinasi, dan keterampilan manipulatif.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dipahami bahwa perkembangan motorik kasar siswa sangat dipengaruhi oleh pengalaman gerak yang diperoleh. Semakin banyak dan bervariasi pengalaman gerak yang diberikan, maka semakin optimal pula perkembangan motorik anak. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK perlu dirancang secara sistematis, menarik, dan berpusat pada aktivitas siswa agar mampu mengembangkan seluruh aspek keterampilan motorik secara seimbang.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik kasar siswa kelas rendah di SD Negeri 2 Susut secara umum berada pada kategori cukup dengan variasi capaian pada setiap jenis keterampilan gerak. Keterampilan lokomotor, khususnya kemampuan berlari, menunjukkan perkembangan yang paling baik, sedangkan keterampilan non-lokomotor berupa keseimbangan serta keterampilan manipulatif seperti melempar dan menangkap masih berada pada kategori yang lebih rendah dan perlu ditingkatkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan motorik kasar siswa tidak berlangsung secara merata, melainkan dipengaruhi oleh frekuensi aktivitas gerak, pengalaman latihan, serta kesempatan siswa dalam melakukan aktivitas fisik baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu, pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) perlu dirancang secara lebih variatif, sistematis, dan berpusat pada aktivitas siswa dengan memberikan pengalaman gerak yang beragam. Pemberian aktivitas yang melibatkan latihan keseimbangan, koordinasi, serta keterampilan manipulatif secara terstruktur diharapkan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar siswa secara optimal dan menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). McGraw-Hill.

Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.

Husdarta. (2011). *Manajemen pendidikan jasmani*. Alfabeta.

Lutan, R. (2013). *Belajar keterampilan motorik: Pengantar teori dan metode*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.

Mahendra, A. (2014). *Teori belajar gerak*. FPOK UPI.

Maksum, A. (2018). *Psikologi olahraga*. Unesa University Press.

Samsudin. (2015). *Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar*. Prenadamedia Group.

Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.

Sukadiyanto. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. FIK UNY.

Yudanto (2020). Analisis perkembangan motorik kasar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 120–128.