



Penerapan *Cooperative Learning* dalam Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar pada Siswa Usia 7-8 Tahun

Tri Bayu Norito[✉], Siti Ayu Risma Putri¹, Dede Dwiyanasyah Putra¹, Mutiara Fajar¹

Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Palembang, Indonesia⁽¹⁾

DOI: [10.31004/obsesi.v6i5.2507](https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2507)

Abstrak

Sebagian besar anak-anak belum mencapai tingkat gerak dasar yang maksimal karena minimnya kesempatan untuk latihan dan aktivitas gerak yang menurun menyebabkan gerak dasar menjadi lemah dalam gerakan khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan *Cooperative Learning* dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar pada siswa sekolah dasar (SD). Metode penelitian ini adalah survey. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah observasi dan angket dengan menggunakan skala likert. Subjek penelitian ini adalah 10 guru pendidikan jasmani dengan jumlah siswa 60 orang di kelas 1 sekolah dasar dengan menggunakan teknik cluster sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran gerak dasar berbasis *Cooperative Learning* dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar anak usia 7-8 tahun, dilihat dari tingkat kepuasan yaitu pada persentase 91,2 % yang berada pada kriteria baik dengan kata lain penerapan *Cooperative Learning* mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar anak.

Kata kunci: *cooperative learning; keterampilan gerak dasar; siswa sekolah dasar.*

Abstract

Most children have not reached the maximum level of basic movements because of the lack of opportunities for exercise and decreased movement activities causing basic movements to become weak in special movements. This study aims to determine how the application of Cooperative Learning in improving basic movement skills in elementary school students. The research method is a survey. The instruments used to collect data are observations and questionnaires using a Likert scale. The subjects of this study were 10 physical education teachers with 60 students in grade 1 elementary school using cluster sampling technique. The results showed that the basic movement learning model based on Cooperative Learning can be applied to improve the basic movement skills of elementary school students, seen from the level of satisfaction, namely the percentage of 91.2% which is in good criteria. In other words, the application of Cooperative Learning is able to improve students' basic movement skills. primary school.

Keywords: *basic movement skills; cooperative learning; elementary school students.*

Copyright (c) 2022 Tri Bayu Norito, et al.

✉ Corresponding author :

Email Address : tbnorito@univpgri-palembang.ac.id (Palembang, Indonesia)

Received 8 November 2021, 16 March 2022, Published 24 March 2022

PENDAHULUAN

Gerak dasar dalam terminologi ilmu perkembangan motorik disebut dengan Fundamental Movement melibatkan unsur-unsur dasar pergerakan tertentu dari satu gerakan saja (Magill & Anderson, 2010). Gerak dasar merupakan gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh yang berbeda seperti kaki, lengan, batang badan dan kepala. gerak dasar tersebut menjadi ketrampilan gerak khusus dan kompleks yang dapat digunakan dalam permainan, olahraga, dan kegiatan rekreasi fisik. Belajar gerak merupakan suatu bentuk pembelajaran yang mempunyai penekanan pada sesuatu yang spesifik dalam meningkatkan kualitas gerak tubuh (Cagno & Trianni, 2014). dalam pembelajaran kemungkinan keterlibatan atau partisipasi siswa yang tinggi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dapat terlaksana melalui permainan yang dimodifikasi secara tepat (Faria et al., 2018).

Gerak dasar yang diperlukan pada masa anak-anak seperti berlari, melompat, bergeser kesamping, sedangkan gerak manipulatif dapat berupa melempar, menangkap, menendang, dan mendorong, kesemuanya adalah bagian dari gerakan-gerakan lanjut dari gerak dasar yang lebih kompleks. Gerak ini merupakan keterampilan motorik kasar yang merupakan keterampilan dapat dianggap sebagai gerakan yang terlibat dalam koordinasi lengan, kaki, dan bagian serta gerakan tubuh besar lainnya. Keterampilan motorik kasar adalah gerakan seperti berlari, merangkak, berenang atau melompat (Nugroho et al., 2021). Seseorang dapat menguasai keterampilan gerak yang kompleks akan sangat dipengaruhi oleh pengalaman gerak dasar yang dimiliki. kurangnya aktivitas gerak dimasa kanak-kanak dapat mengakibatkan kegagalan dalam mengembangkan gerak dasar anak secara optimal (Culjak et al., 2014). Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan gerak dasar yang perlu dikembangkan pada masa anak-anak adalah berlari, melompat, bergeser kesamping, sedangkan gerak manipulatif dapat berupa melempar, menangkap, menendang, dan mendorong, kesemuanya adalah bagian dari gerakan-gerakan lanjut dari gerak dasar yang lebih kompleks. Pengalaman pembelajaran melalui koordinasi yang baik ketika siswa terlibat dalam aktivitas gerak, bermain, olahraga dan interaksi social dalam memperoleh keterampilan gerak dasar (Cools et al., 2010). Hal ini juga akan menambah kebugaran dan menjadikan anak sehat (Ulpri et al., 2021).

Sebagian besar anak-anak belum mencapai tingkat gerak dasar yang maksimal karena minimnya kesempatan untuk latihan dan aktivitas gerak yang menurun menyebabkan gerak dasar menjadi lemah dalam gerakan khusus. Karena kelemahan ini berdampak negatif pada aktivitas kehidupan sehari-hari (Fotrousi et al., 2012). Berdasarkan hasil pengamatan di beberapa sekolah dasar khususnya di wilayah OKU Timur terkait pembelajaran gerak dasar hasilnya kurang maksimal. Hal ini terlihat dari penguasaan kemampuan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulative yang dimiliki siswa yang kurang baik. Hal ini selaras dengan temuan yang menyatakan pembelajaran gerak dasar belum berjalan dengan maksimal, hampir sebagian besar siswa merasa kurang percaya diri melakukan gerakan (Suharnoko & Firmansyah, 2018), penggunaan model pembelajaran yang digunakan kurang variatif dan kurang efektif untuk meningkatkan gerak motorik (Firmansyah, 2019). hasil belajar gerak dasar masih terlihat biasa dan belum terkondisikan dengan baik (Kustiawan et al., 2019), siswa terlihat bosan dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar (Maksum, 2017) dan diakibatkan karena berat badan jadi sulit untuk melakukan gerak dasar (Kelly et al., 2021).

Berdasarkan permasalahan di atas maka diperlukan sebuah pendekatan yang tepat untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa khususnya di sekolah dasar. Dalam hal ini peneliti menggunakan pendekatan *cooperative learning* yang dapat diterapkan dalam gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. *Cooperative learning* merupakan cara dalam mengerjakan sesuatu bersama-sama dengan saling membantu satu sama lainnya sebagai satu kelompok atau satu tim. *Cooperative learning* adalah penggunaan instruksional dari kelompok-kelompok kecil sehingga siswa bekerja sama untuk memaksimalkan pembelajaran mereka sendiri dan satu sama lain (Kirik & Markic, 2012). *Cooperative learning* merupakan cara dalam mengerjakan sesuatu bersama-sama dengan saling membantu satu sama lainnya sebagai satu

kelompok atau satu team. Bermain menjadi salah satu cara anak belajar dan meningkatkan kemampuannya (Tangse & Dimiyati, 2021). Dalam hal ini pengelolaan kelas guru yang sangat berperan dan strategi yang digunakan guru (Pahrul et al., 2021; Reswari, 2021).

Belajar koperatif merupakan suatu model pembelajaran dimana sistem belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil yang berjumlah 3-4 orang secara kolaboratif sehingga dapat merangsang siswa lebih bersemangat dalam belajar (Slavin, 2015). Peningkatan keterampilan gerak dasar sebagai kompetensi yang diterapkan dalam *cooperative learning* melalui penerapan interaksi tatap muka dan pemecahan masalah dalam kelompok belajar dengan aktivitas gerak dasar (Huang et al., 2017). Dengan penerapan cooperative learning pada penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. Pembelajaran gerak dasar pada siswa kelas 1 sekolah dasar di Kecamatan Oku Timur telah dilaksanakan, namun hasilnya belum maksimal. Hal ini karena sebagian guru belum menemukan model yang tepat dalam mengajarkan gerak dasar kepada siswa secara variatif. Padahal gerak dasar ini apabila dikemas dalam pembelajaran menggunakan model pembelajaran yang relevan akan menarik minat anak untuk mengikuti pembelajaran gerak dasar sehingga hasil belajar lebih maksimal. Hal ini selaras dengan temuan Bayu Norito et al. (2019) menjelaskan bahwa model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* merupakan penelitian yang terbukti efektif meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa SD. Pembelajaran yang sesuai metode dan strategi sehingga pendidik harus selektif dalam merumuskan metode pembelajarannya agar calon guru dapat mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien (Blegur & Lumba, 2019), salah satu model pembelajarannya adalah kooperatif learning (Risjanna et al., 2019), (Setiawan et al., 2020), (Nugroho et al., 2021). Berdasarkan data di atas maka peneliti memfokuskan penelitiannya pada Penerapan *Cooperative Learning* dalam Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar pada Siswa Sekolah Dasar. Berdasarkan data di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan oleh pengguna yaitu guru olah raga kelas rendah di sekolah dasar.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian survey. Metode survey yang digunakan adalah survey deskriptif. Metode ini digunakan peneliti untuk mengukur beberapa fenomena sosial yaitu penerapan model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* yang kemudian dijelaskan secara deskriptif (Sugiyono, 2013).

Partisipan dalam penelitian ini adalah 10 guru olahraga yang mengajar di sekolah dasar kelas 1 yang berada di wilayah Kecamatan Cempaka OKU Timur, Sumatera Selatan. Partisipan ini dipilih karena menyesuaikan dengan karakteristik pembelajaran gerak dasar pada siswa sekolah dasar dengan rentang usia 7-8 tahun dan guru olahraga yang relevan untuk menjadi partisipan, karena guru olahraga yang mengajarkan gerak dasar ini. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah *cluster sampling* yaitu partisipan dipilih dengan alasan telah menerapkan pembelajaran gerak dasar di sekolah dasar menggunakan *Cooperative Learning*.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan angket atau daftar pernyataan. Angket yang digunakan mengacu kepada konsep Skala Likert dengan alternatif lima jawaban modifikasi skala likert lima skala, adapun skornya dijelaskan pada tabel 1.

Instrumen gerak dasar ini divalidasi secara konstruk oleh 2 orang ahli yaitu ahli pembelajaran motoric dan ahli Pendidikan Jasmani dari UNSRI. Sehingga menghasilkan 10 daftar pernyataan ini diberikan kepada subjek penelitian yang telah ditetapkan yaitu guru pendidikan jasmani di sekolah dasar Kecamatan Cempaka. Daftar pernyataan ini disusun berdasarkan kisi-kisi instrumen yang mengacu pada konsep ilmiah. Alternatif jawaban dapat berupa apapun sepanjang mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang tentang suatu objek jawaban. Adapun untuk instrumen gerak dasar dijelaskan pada gambar 1, 2 dan 3.

Tabel 1. Skor Instrumen Penelitian

Pernyataan	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup Setuju (CS)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5



Gambar 1. Gerak Dasar (Lokomotor)

Nama Tes : Berjalan Cepat

Tes ini bertujuan untuk mengukur gerak lokomotor anak melalui kemampuan bergerak dengan cepat setelah mendapat perintah.

Penghitungan skor : Skor yang dihitung adalah berapa waktu (detik) yang dicapai oleh siswa dalam menempuh jarak dan melewati tali dengan secepat mungkin.



Gambar 1. Gerak Dasar (NonLokomotor)

Nama Tes : Keseimbangan statis

Tes ini bertujuan untuk mengukur gerak non lokomotor anak melalui keseimbangan tubuh dengan berdiri satu kaki dan tangan berpegangan di pinggul.

Penghitungan skor : Skor yang dihitung adalah berapa waktu (detik) yang diperoleh siswa saat mengangkat salah satu kaki dan tumit tidak menyentuh lantai dengan selama mungkin.



Gambar 3. Gerak Dasar (Manipulatif)

Nama Tes : Melempar Sasaran

Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan gerak dasar manipulative siswa melalui koordinasi mata-tangan.

Penghitungan skor: Skor yang dihitung adalah berapa jumlah hasil lemparan yang mengenai sasaran persegi empat, dengan skor terbesar 3 pada segi empat terkecil, skor 2 untuk ukuran lebih besar dan skor 1 untuk segi empat paling besar. Skor total dihitung dari penjumlahan 15 kali lemparan mengenai sasaran.

Adapun prosedur dalam penelitian ini dijelaskan pada tabel 2.

Tabel 2. Prosedur Penelitian

No	Data	Teknik Pengumpulan Data	Teknik Analisis Data
1.	Survey Pembelajaran Gerak Dasar menggunakan Model Pembelajaran <i>Cooperative Learning</i>	Angket	Analisis kuantitatif
2.	Hasil Belajar Kemampuan Gerak Dasar	<i>Pre Test-Posttest</i>	Analisis kuantitatif

Prosedur dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik kuesioner (angket) dan observasi. Data primer dalam penelitian ini adalah jawaban kuesioner yang disebarkan kepada responden dan data hasil observasi yaitu hasil belajar gerak dasar siswa sekolah dasar. Data tersebut diperoleh secara langsung dari guru-guru olahraga yang mengajar di sekolah dasar yang berada di wilayah Kecamatan Cempaka OKU Timur dengan menggunakan daftar pernyataan dalam bentuk kuesioner guna mengumpulkan informasi dari objek penelitian tersebut.

Adapun instrumen observasi yang digunakan dijelaskan pada tabel 4. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis melalui teknik yang sesuai dengan jenis dan tujuan penelitian. Teknik analisis data dengan statistik deskriptif dan diolah dengan menggunakan bantuan SPSS 22. Selanjutnya untuk menentukan katagori penilaian, yang digunakan adalah klasifikasi yang dikemukakan Arikunto (2010) dengan menafsirkan kriteria penilaian persentase dijelaskan pada tabel 3.

Tabel 3. Kriteria Frekuensi Persentase

No	Rentang Nilai	Kriteria
1	76-100%	Baik
2	56-75%	Cukup
3	40-55%	Kurang
4	< 40%	Tidak Baik

Tabel 3. Instrumen Observasi

No	Variasi Gerakan	Level	Keterangan
1	Berjalan ular tangga	Ringan	siswa berjalan lurus ke depan di garis sepanjang 5 meter dengan posisi kedua tangan tidak boleh terlepas dari bahu temanya.
2	Berjalan ular tangga	Sedang	siswa berjalan lurus ke depan di garis dengan posisi kedua tangan tidak boleh terlepas dari bahu temanya, sepanjang garis 5 meter terdapat bentalan di garis tengah sampai akhir
3	Berjalan ular tangga	Berat	siswa berjalan dengan kaki menginjit ke arah depan di atas garis dan posisi kedua tangan tidak boleh terlepas dari bahu teman lainnya, sepanjang garis 5 meter terdapat bentalan di garis tengah sampai akhir
4	Berjalan Zig Zag	Ringan	siswa berjalan dengan menyamping mengikuti pola kotak yang berbentuk "V"
5	Berjalan Zig Zag	Sedang	siswa berjalan dengan menyamping mengikuti pola kotak dan memutar pola tersebut.
6	Berjalan mundur	Berat	siswa berjalan ke belakang mengikuti pola kotak dan memutar pola tersebut
7	Melompat estafet	Ringan	siswa melompat ke depan kotak dengan melewati cone.
8	Melompat estafet	Sedang	siswa melompat ke depan mengikuti pola kotak dengan melewati kerucut.
9	Melompat zig zag	Berat	Siswa melompat ke arah depan melewati gawang secara zig zag
10	Melompat tali	Ringan	siswa melompat ke depan melewati tali diikuti teman yang lain (melompat secara estafet)
11	Melompat tali	Sedang	siswa melompat ke samping melewati tali diikuti teman yang lain (melompat secara estafet)
12	Melompat Kangguru	Berat	siswa melompat ke depan melewati dua kotak dan kerucut diikuti teman yang lain secara bersama-sama.
13	Berlari tangga datar	Ringan	siswa berlari ke depan dengan menempatkan kaki sesuai kotak pada leder
14	Berlari tangga datar	Sedang	siswa berlari ke depan dengan menempatkan kaki sesuai kotak pada leder dan melewati kerucut
15	Berlari Serong	Berat	siswa berlari ke depan dengan minyilang melewati pola kotak diikuti teman yang lain secara bersama-sama
16	Merangkak maju	Ringan	siswa merangkak ke depan diikuti menggapai kerucut dan dilanjutkan teman yang lain secara estafet
17	Merangkak zig zag	Sedang	siswa merangkak ke samping mengikuti pola kotak.
18	Merangkak mundur	Berat	siswa merangkak ke arah belakang dengan memutar pola kotak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengamatan langsung bahwa guru pendidikan jasmani menggunakan pendekatan *cooperative learning* dalam pembelajaran gerak dasar yang membuat siswa lebih antusias mengikuti pembelajaran. guru juga menyadari bahwa pembelajaran yang dilakukan lebih bervariasi, banyaknya variasi-variasi model pembelajaran menjadi alasan guru dalam memberikan pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning*. Guru merasa perlu menerapkan model pembelajaran gerak dasar untuk siswa sekolah dasar yang lebih variatif dengan pendekatan yang lebih mengoptimalkan keterampilan gerak dasar siswa. Dari observasi yang dilakukan oleh peneliti ditemukan adanya pengaruh variasi model pembelajaran gerak dasar yang lebih inovatif melalui pendekatan *cooperative learning* untuk siswa sekolah dasar.

Wawancara dilakukan dengan 10 guru pendidikan jasmani tentang penerapan cooperative learning dalam pembelajaran gerak dasar. Data hasil wawancara berupa data kualitatif yang bersifat naratif. Hasil wawancara menunjukkan bahwa rata-rata kendala yang sering dihadapi oleh guru dalam mengajar adalah variasi pembelajaran yang bisa meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Program yang dibuat guru menggunakan program pembelajaran yang terdahulu, bahkan ada yang tidak membuat program pembelajaran. Pedoman pembelajaran yang digunakan guru hanya berasal dari pengalaman pembelajaran yang pernah dilakukan oleh guru.

Guru juga merasa perlu mengajarkan gerak dasar kepada siswa, seperti lokomotor, non lokomotor dan manipulatif untuk menunjang keterampilan gerak dasar siswa. Akan tetapi kendala yang sering dihadapi guru ketika memberikan pembelajaran gerak dasar adalah siswa menjadi malas untuk belajar, oleh karena itu perlu pembelajaran gerak yang bervariasi dan menyenangkan, sehingga siswa tidak merasa jenuh. guru juga setuju apabila pembelajaran gerak dasar dikombinasikan dengan cooperative learning. Sehingga pembelajaran gerak dasar lebih bervariasi. Hal itu dirasa guru akan memberikan pengaruh yang besar terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. Penyebaran angket penerapan model pembelajaran gerak dasar berbasis cooperative learning pada siswa sekolah dasar dilakukan dengan memberikan angket kepada guru pendidikan jasmani di sekolah dasar. Data yang didapatkan dijelaskan pada table 5.

Table 5. Hasil Kuesioner Survey Pembelajaran Gerak Dasar pada Siswa Kelas 1 di Sekolah Dasar Kecamatan Oku Timur

Indikator	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase
Model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> sesuai diterapkan pada siswa SD?	47	50	94
Siswa antusias ketika diberi pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> ?	43	50	86
Panduan model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> ini mudah digunakan oleh guru?	47	50	94
Tes dalam instrument model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>cooperative learning</i> dapat diterapkan dengan mudah	45	50	90
Variasi-variasi pembelajaran gerak dasar untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar ?	47	50	94
Model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> dapat mengembangkan keterampilan gerak lokomotor siswa SD?	46	50	92
Model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> dapat mengembangkan keterampilan gerak non lokomotor siswa SD?	44	50	88
Langkah-langkah model pembelajaran gerak dasar berbasis <i>Cooperative Learning</i> dapat diikuti siswa sampai tuntas	44	50	88
Media yang digunakan berpengaruh pada hasil pembelajaran	47	50	94
Penilaian yang digunakan sudah tepat untuk mengukur keterampilan gerak dasar siswa SD	46	50	92

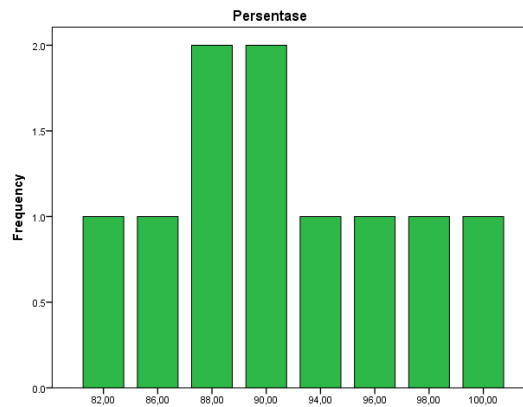
Hasil penyebaran angket penerapan model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* menunjukkan bahwa 94% guru mengakui model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* dapat diterapkan pada siswa sekolah dasar. 86% siswa antusias mengikuti pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning*. Selanjutnya penilaian kepuasan pembelajaran gerak dasar bagi siswa yang selama ini guru berikan menunjukkan persentase 94%, guru merasa panduan model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* mudah digunakan oleh guru.

Tes dalam instrumen model pembelajaran gerak dasar dapat diterapkan dengan mudah, data menunjukkan 90% guru menyatakan siswa dapat melakukan tes dalam instrumen model pembelajaran gerak dasar. Berdasarkan angket diketahui 94% dari variasi-variasi pembelajaran gerak dasar meningkatkan keterampilan gerak dasar dan masing-masing model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* mampu mengembangkan kemampuan gerak lokomotor sebesar 93% dan kemampuan gerak non lokomotor sebesar 88%. kemudian guru juga menjelaskan langkah-langkah model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* dapat diikuti siswa sampai tuntas data menunjukkan 88% siswa dapat mengikuti pembelajaran. Selain itu media yang digunakan pada pembelajaran juga berpengaruh sebesar 94% dan 92% penilaian yang digunakan sudah tepat digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. Berdasarkan hasil uji statistika deskriptif maka didapatkan data pada table 6.

Table 6. Hasil Uji Statistika Deskriptif

	Descriptive Statistics				
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Subjek Penelitian	10	82.00	100.00	91.20	5.67255
Valid N (listwise)	10				

Berdasarkan tabel 6 dapat disimpulkan bahwa rata-rata persentase skor akhir angket penerapan *cooperative learning* dalam pembelajaran gerak dasar adalah 91,20. Nilai tertinggi dari data persentase skor akhir rata-rata nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendah adalah 82. dengan demikian penerapan *cooperative learning* dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar berada pada kriteria baik dan persentase skor akhir dapat dilihat pada grafik 4.



Gambar 4. Persentase Skor Akhir

Dari gambar 4 dapat diketahui bahwa subjek penelitian yang menerapkan *cooperative learning* dalam pembelajaran gerak dasar dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar, terlihat dari persentase skor akhir yang berada pada kriteria baik. Data peningkatan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar dirinci pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas Hasil Belajar Gerak Dasar

	Tests of Normality		
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Statistic	df	Sig.
PreTest	.985	60	.675
Posttest	.988	60	.813

Data dari tabel 7 menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Hal ini ditunjukkan oleh data yang diperoleh yaitu untuk data pre test 0,675 dan posttest 0,813 yaitu $> 0,05$. Hasil uji t kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar dirinci pada tabel 8.

Table 8. Hasil Uji T Kemampuan Gerak Dasar

Data	t_{hitung}	df	t_{tabel}	Sig.
Pre_Post	1,671	59	-41,260	0,000

Berdasarkan tabel 8 terlihat bahwa uji beda rata-rata terhadap hasil pre test dan posttest kemampuan gerak dasar kelas eksperimen pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh p (sig.2-tailed)=0,000. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor rata-rata hasil pre test dan hasil posttest.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas terkait penerapan *Cooperative Learning* dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar dinyatakan sesuai untuk diterapkan pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Cempaka OKU Timur. Hal ini dibuktikan dengan rata-rata persentase skor akhir angket penerapan *cooperative learning* dalam pembelajaran gerak dasar adalah 91,20. Bayu Norito et al. (2019) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* meningkatkan keterampilan gerak dasar dan dapat digunakan dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Namun peningkatan kemampuan gerak dasar ini tidak terlepas dari peran guru dalam proses pembelajaran (Foweather & Rudd, 2020).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar menggunakan model *cooperative learning*. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji t dengan nilai diperoleh p (sig.2-tailed)=0,000. Model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* bisa menjadi pilihan bagi guru dan siswa guna meningkatkan keterampilan gerak dasar serta membuat siswa lebih antusias mengikuti pembelajaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Darmawan & Asmawi (2017) terkait pengembangan model pembelajaran gerak dasar berbasis multimedia interaktif pada siswa sekolah dasar yaitu pembelajaran gerak dasar dapat diterapkan dengan berbagai variasi disesuaikan dengan kebutuhan gerak siswa sehingga membantu guru dalam mengefisienkan waktu pembelajaran dan model yang dikembangkan lebih efektif, efisien dan menyenangkan. Temuan ini diperkuat oleh Kelly et al. (2021) yang menjelaskan bahwa peningkatan gerak dasar terjadi karena intervensi dalam jangka waktu 8 minggu dan dalam waktu ini siswa menjadi termotivasi untuk mengikuti pembelajaran gerak dasar karena model yang digunakan menyenangkan.

Keterampilan gerak dasar perlu ditingkatkan karena berkaitan dengan aktivitas fisik anak (Garzón-Artacho et al., 2021). Penggunaan permainan aktif terbukti efektif meningkatkan keterampilan gerak dasar. Kombinasi pembelajaran gerak dasar dan permainan aktif dapat menciptakan lingkungan yang menumbuhkan keingintahuan siswa untuk belajar keterampilan gerak dasar dengan cara yang (Tremblay et al., 2017). Penerapan *cooperative learning* dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar sebagai bentuk kolaborasi antara guru dan siswa maupun antar siswa dalam pembelajaran gerak dasar. Siswa sekolah dasar kelas rendah atau usia 6-8 tahun masih dalam tahap fundamental yang merupakan landasan umum olahraga untuk mengembangkan kemampuan fisik dan keterampilan gerak (Barnett et al., 2015).

Penerapan model pembelajaran gerak dasar berbasis *cooperative learning* sebagai panduan bagi guru dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor dengan demikian variasi pembelajaran gerak dasar semakin bertambah dan menjadi pilihan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar

yaitu lokomotor dan non lokomotor yang menjadi dasar bagi siswa untuk membentuk pola gerakan. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar memiliki potensi untuk menjadi penanda motorik awal pada anak-anak dan oleh karena itu guru harus didorong untuk mempertimbangkan evaluasi keterampilan gerak siswa sebagai pemeriksaan rutin untuk siswa (Gandotra et al., 2020) dan penting untuk meningkatkannya dengan menggunakan model yang relevan (Marinšek & Denac, 2020). Penguasaan keterampilan gerakan dasar telah diakui sebagai kontribusi untuk perkembangan fisik, kognitif dan sosial anak-anak dan dianggap memberikan dasar untuk gaya hidup aktif (Lubans et al., 2010).

Moghaddaszadeh & Belcastro (2021) menjelaskan bahwa pada anak usia sekolah 5-7 tahun bermain aktif terbimbing menggunakan *cooperative learning* mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar dan meningkatkan kemampuan fisik. *Cooperative learning* yang berfokus pada keterampilan lokomotor akan menghasilkan perbedaan yang lebih besar. siswa yang berpartisipasi dalam *cooperative learning* akan lebih aktif dan memiliki tingkat pengeluaran energi yang lebih besar sehingga keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar dapat ditingkatkan.

SIMPULAN

Penerapan *cooperative learning* dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar anak usia 7-8 tahun di SD Kecamatan Cempaka OKU Timur berada pada kriteria baik. Penerapan *cooperative learning* dalam pembelajaran gerak dasar ini mampu menjadikan siswa termotivasi untuk mengikuti pembelajaran gerak dasar sehingga siswa memiliki kemampuan gerak dasar yang variatif. Pembelajaran gerak dasar menggunakan *cooperative learning* ini mampu menjadi alternatif kegiatan agar siswa memiliki kemampuan gerak dasar yang bervariasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

LPPKM Universitas PGRI Palembang yang telah memberikan dana hibah untuk penelitian ini dengan nomor kontrak 2560/R.C.2/UNIV.PGRI/2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barnett, L. M., Ridgers, N. D., Zask, A., & Salmon, J. (2015). Face validity and reliability of a pictorial instrument for assessing fundamental movement skill perceived competence in young children. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(1), 98–102. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jsams.2013.12.004>
- Bayu Norito, T., Dlis, F., Sofyan Hanif, A., & Iqbal, M. (2019). The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. *Journal of Education*, 9(7), 2391–8306. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3346970>
- Blegur, J., & Lumba, A. J. F. (2019). Improving Teaching Skills of the Prospective Physical Education Teachers through Drill Guide Method. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(2), 178–188. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i2.19171>
- Cagno, E., & Trianni, A. (2014). Evaluating the barriers to specific industrial energy efficiency measures: An exploratory study in small and medium-sized enterprises. *Journal of Cleaner Production*, 82, 70–83. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2014.06.057>
- Cools, M., Moons, E., & Wets, G. (2010). Assessing the impact of weather on traffic intensity. *Weather, Climate, and Society*, 2(1), 60–68. <https://doi.org/10.1175/2009WCAS1014.1>
- Culjak, Z., Miletic, D., Suncica, ,, Kalinski, D., Kezic, A., & Zuvela, F. (2014). Fundamental Movement Skills Development under the Influence of a Gymnastics Program and Everyday Physical Activity in Seven-Year-Old Children. In *Iranian Journal of Pediatrics* (Vol. 24, Issue 2). <http://ijp.tums.ac.ir>

- Darmawan, A., & Asmawi, M. (2017). Development Of Basic Movement Model Based On Interactive Multimedia For Elementary Students. In *JIPES Journal of Indonesian Physical Education and Sport* (Vol. 3, Issue 2). <http://pps.unj.ac.id/journal/Jipes>
- Faria, M., Björnmalm, M., Thurecht, K. J., Kent, S. J., Parton, R. G., Kavallaris, M., Johnston, A. P. R., Gooding, J. J., Corrie, S. R., Boyd, B. J., Thordarson, P., Whittaker, A. K., Stevens, M. M., Prestidge, C. A., Porter, C. J. H., Parak, W. J., Davis, T. P., Crampin, E. J., & Caruso, F. (2018). Minimum information reporting in bio-nano experimental literature. *Nature Nanotechnology*, 13(9), 777–785. <https://doi.org/10.1038/s41565-018-0246-4>
- Firmansyah, G. (2019). Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat melalui Modifikasi Permainan Tradisional Engklek pada Anak Sekolah Dasar. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(2). <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i2.17822>
- Fotrousi, F., Bagherly, J., & Ghasemi, A. (2012). The Compensatory Impact of Mini-Basketball Skills on the Progress of Fundamental Movements in Children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 5206–5210. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.410>
- Fowweather, L., & Rudd, J. R. (n.d.). *Fundamental Movement Skill Interventions*.
- Gandotra, A., Kotyuk, E., Szekely, A., Kasos, K., Csirmaz, L., & Cserjesi, R. (2020). Fundamental movement skills in children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 78(January), 101632. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101632>
- Garzón-Artacho, E., Sola-Martínez, T., Romero-Rodríguez, J. M., & Gómez-García, G. (2021). Teachers' perceptions of digital competence at the lifelong learning stage. *Heliyon*, 7(7). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07513>
- Huang, H., Liu, B., Liu, L., & Song, S. (2017). Jasmonate action in plant growth and development. In *Journal of Experimental Botany* (Vol. 68, Issue 6, pp. 1349–1359). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/jxb/erw495>
- Kelly, L., O'Connor, S., Harrison, A. J., & Ní Chéilleachair, N. J. (2021). Effects of an 8-week school-based intervention programme on Irish school children's fundamental movement skills. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(6), 593–612. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1834526>
- Kirik, O. T., & Markic, S. (2012). The Self-efficacy of Pre-service Elementary Teachers Using Cooperative Learning in Science Teaching. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 5005–5009. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.376>
- Kustiawan, A. A., Prayoga, A. S., Wahyudi, A. N., & Utomo, A. W. B. (2019). Upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif dengan menggunakan modifikasi alat bantu pembelajaran sederhana di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 28–32.
- Magill, R., & Anderson, D. (2010). *Motor Learning and Control*.
- Maksum, H. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Jauh dengan Permainan. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 42–53.
- Marinšek, M., & Denac, O. (2020). The Effects of an Integrated Programme on Developing Fundamental Movement Skills and Rhythmic Abilities in Early Childhood. *Early Childhood Education Journal*, 48(6), 751–758. <https://doi.org/10.1007/s10643-020-01042-8>
- Moghaddaszadeh, A., & Belcastro, A. N. (2021). Guided Active Play Promotes Physical Activity and Improves Fundamental Motor Skills for School-Aged Children. *Journal of Sports Science and Medicine*, 20, 86–93. <https://doi.org/10.52082/jssm.2021.86>
- Nugroho, I. H., Sukmana, A. A., Lestarinigrum, A., Septiano, N. I., & Rizqi, A. B. (2021). Efektifitas Pengembangan Model Permainan Bola Keranjang Aspek Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2127–2137. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1974>

- Pahrul, Y., Joni, J., & Marlina, L. (2021). Kemampuan Guru dalam Mengelola Kelas selama Pembelajaran Covid-19 pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2168–2174. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1807>
- Reswari, A. (2021). Efektivitas Permainan Bola Basket Modifikasi terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5- 6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 17–29. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1182>
- Risjanna, M. R., Lubay, L. H., & Awwaludin, P. N. (2019). The Effect of Cooperative Learning Model Type Team-Games-Tournament on Improving Basketball Game Learning Outcome. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(2), 160–164. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i2.17257>
- Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga Siswa Sekolah Dasar: Pengaruh Keterampilan Motorik (Tinggi) dan Model Pembelajaran (Kooperatif). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 59–65. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24513>
- Slavin, R. E. (2015). Cooperative learning in elementary schools. *Education 3-13*, 43(1), 5–14. <https://doi.org/10.1080/03004279.2015.963370>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. CV. Alfabeta
- Suharnoko, F., & Firmansyah, G. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Melompat Melalui Permainan Lompat Cermin untuk Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 145. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12169
- Tangse, U. H. M., & Dimiyati, D. (2021). Permainan Estafet untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>
- Tremblay, M. S., Chaput, J. P., Adamo, K. B., Aubert, S., Barnes, J. D., Choquette, L., Duggan, M., Faulkner, G., Goldfield, G. S., Gray, C. E., Gruber, R., Janson, K., Janssen, I., Janssen, X., Jaramillo Garcia, A., Kuzik, N., LeBlanc, C., MacLean, J., Okely, A. D., ... Carson, V. (2017). Canadian 24-Hour Movement Guidelines for the Early Years (0-4 years): An Integration of Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Sleep. *BMC Public Health*, 17. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4859-6>
- Ulpi, W., Hakim, N., Kadir, A., Pajariantio, H., & Rahmatia, R. (2021). Gambaran Kebugaran Jasmani Anak Usia Dini pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 30–39. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1197>