

UPAYA PENINGKATAN GERAK DASAR LOKOMOTOR DENGAN MENGGUNAKAN BAN BEKAS PADA SISWA KELAS III SD 190 PEKANBARU

Leni Apriani¹, Joni Alpen², Mimi Yulianti³, Ibnu Romansyah⁴

Email: Leniapriani@edu.uir.ac.id¹, [jonalpen@edu.uir.ac.id](mailto:jonialpen@edu.uir.ac.id)², mimipenjas@edu.uir.ac.id³,
ibnuromansyah@student.uir.ac.id⁴
Universitas Islam Riau¹²³⁴

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa melalui penerapan media ban bekas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani kesehatan dan olahraga di kelas III SDN 190 Pekanbaru. Masalah kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, terlihat bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan seperti berlari, melompat, meloncat, dan melangkah dengan baik. Gerakan yang ditampilkan cenderung kaku, kurang seimbang, serta kurang memiliki koordinasi tubuh yang tepat. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subjek penelitian adalah 25 siswa kelas III SDN 190 Pekanbaru yang terdiri dari 10 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Kesimpulan penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor siswa setelah diterapkannya pembelajaran menggunakan media ban bekas. Pada siklus I, hanya 12% siswa yang berada pada kategori baik dan 32% pada kategori cukup, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 36% kategori baik dan 44% kategori cukup. Ketuntasan belajar siswa secara keseluruhan meningkat sebesar 36% dari siklus I ke siklus II.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Gerak Dasar Locomotor, Media Ban Bekas, PTK

ABSTRACT

This study aims to improve students' basic locomotor movement skills through the application of used tires as media in Physical Education, Health, and Sports learning in grade III of SDN 190 Pekanbaru. The problem of physical education learning activities, it is seen that some students have difficulty in performing movements such as running, jumping, hopping, and stepping well. The movements displayed tend to be stiff, unbalanced, and lack proper body coordination. This study uses the Classroom Action Research (CAR) method. The subjects of the study were 25 grade III students of SDN 190 Pekanbaru consisting of 10 male students and 15 female students. The conclusion of the study shows a significant increase in students' basic locomotor movement skills after the implementation of learning using used tires as media. In cycle I, only 12% of students were in the good category and 32% in the sufficient category, while in cycle II it increased to 36% in the good category and 44% in the sufficient category. The overall student learning completeness increased by 36% from cycle I to cycle II.

Keywords : Physical Education, Basic Locomotor Skills, Recycled Tires, Classroom Action Research

Copyright © 2025 Leni Apriani¹, Joni Alpen², Mimi Yulianti³, Ibnu Romansyah⁴

Corresponding Author : Universitas Islam Riau ^{1, 2, 3, 4}

Email: leniapriani@edu.uir.ac.id², [jonalpen@edu.uir.ac.id](mailto:jonialpen@edu.uir.ac.id)², mimipenjas@edu.uir.ac.id³, ibnuromansyah@student.uir.ac.id⁴

PENDAHULUAN

Implementasi penggunaan media ban bekas merupakan bentuk inovasi pembelajaran yang ramah lingkungan, ekonomis, dan relevan dengan konteks lokal. Guru dapat memanfaatkan bahan sederhana yang tersedia di lingkungan sekitar untuk menciptakan pengalaman belajar bermakna tanpa memerlukan biaya tinggi. Dengan demikian, media ban bekas layak dijadikan alternatif model pembelajaran kreatif dalam pendidikan jasmani, khususnya untuk melatih keterampilan gerak dasar lokomotor di sekolah dasar.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan media ban bekas dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK. Melalui pendekatan ini, guru dapat mengembangkan proses pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan berorientasi pada pengalaman langsung. Penerapan media sederhana namun inovatif seperti ban bekas diharapkan dapat terus dikembangkan dan diadaptasi dalam berbagai konteks pembelajaran olahraga di sekolah dasar, sehingga mampu mendukung perkembangan motorik, kognitif, sosial, dan emosional peserta didik secara seimbang serta berkelanjutan.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peran penting dalam pembentukan pola hidup sehat dan pengembangan fisik serta keterampilan motorik dasar pada anak-anak (dymas khabul Pratama 2021). Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) menekankan pada keterlibatan aktif peserta didik dalam aktivitas fisik, khususnya melalui olahraga dan penerapan pola hidup sehat (Rima Yusufi and Saputri 2022). Pendidikan jasmani dipandang sebagai sarana pembelajaran yang efektif dan efisien dalam membentuk kedisiplinan, tanggung jawab, kreativitas, dan kemampuan berinovasi, serta berperan dalam pengembangan kecerdasan emosional (Firdaus and Nurrochmah 2021). Selain itu, mata pelajaran ini turut berkontribusi dalam peningkatan kebugaran jasmani, pembentukan mental dan karakter, serta penguatan aspek intelektual peserta didik (Syafuruddin et al. 2022). Pada fase ini mulai belajar berbagai jenis gerakan, seperti gerakan berpindah tempat (lokomotor), gerakan di tempat (non-lokomotor), dan gerakan yang menggunakan alat atau anggota tubuh untuk mengontrol objek (manipulatif) (Sakti Adji and Wibowo 2023). Ketiga jenis gerakan ini menjadi dasar bagi perkembangan kemampuan motorik dan aktivitas fisik siswa selanjutnya.

Perkembangan motorik anak merupakan aspek krusial dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar, karena berkaitan erat dengan kemampuan anak dalam mengendalikan gerakan tubuh melalui koordinasi antara sistem saraf, otot, dan otak (Indaria Tri Hariyani and Norma Diana Fitri 2020). Perkembangan motorik terbagi menjadi dua kategori utama: motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus mencakup gerakan kecil yang melibatkan otot-otot kecil dan koordinasi mata-tangan, seperti menggenggam pensil, mengikat tali sepatu, atau memasukkan kancing (Safitri 2022). Sementara itu, motorik kasar melibatkan gerakan besar yang menggunakan otot-otot besar tubuh, seperti berjalan, berlari, melompat, dan

melempar(Humaira et al. 2024). Kedua aspek ini berkembang secara bertahap sejak masa bayi dan terus meningkat seiring pertumbuhan anak, dipengaruhi oleh faktor kematangan serta stimulasi dari lingkungan sekitar. Pendidikan jasmani pada tahap anak usia dini diarahkan untuk merangsang pertumbuhan organik, motorik, intelektual dan perkembangan emosional mempunyai peran berkarakter (Ashari et al. 2021).

Penggunaan media ban bekas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK) telah terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar(D. K. Pratama 2024)menunjukkan bahwa penggunaan media ban bekas sebagai bahan ajar berhasil meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa, dengan peningkatan signifikan dalam keterampilan berjalan, berlari, dan melompat melalui pendekatan pembelajaran yang holistik. Permainan tradisional juga seperti gobak sodor efektif dalam meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa kelas III, karena melibatkan aktivitas fisik yang menyenangkan dan sesuai dengan budaya local (D. K. Pratama 2024). Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa media pembelajaran edukatif dalam pembelajaran PJOK memiliki pengaruh signifikan terhadap keterampilan motorik dasar siswa sekolah dasar, dengan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan motorik kasar siswa(Karisman 2018).

Penerapan media yang menarik dan mudah diakses sangat penting untuk meningkatkan keterampilan motorik dasar siswa. Salah satu media yang dapat digunakan adalah ban bekas, yang tidak hanya ramah lingkungan tetapi juga memiliki potensi besar dalam mengembangkan keterampilan motorik siswa secara menyenangkan(Alifian et al. 2024). Dengan memperhatikan hasil-hasil tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana media ban bekas, yang sederhana dan mudah diakses, dapat meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa kelas III SD(Putri, Badriyah, and Kasar 2024). Sehingga, penggunaan media ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di tingkat sekolah dasar(Natasya et al. 2024).

Oleh karena itu, seorang pendidik atau guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dituntut untuk secara aktif menciptakan suasana pembelajaran yang efektif, inovatif, dan kreatif guna mendukung perkembangan anak usia sekolah dasar, sehingga potensi mereka dapat berkembang secara optimal, baik dalam aspek fisik, motorik, maupun karakter (Yusroni, Prastyana, and Utomo 2022). termotivasi untuk belajar terutama pada materi gerak dasar lokomotor yang dimana merupakan aspek penting yang sudah seharusnya bagi anak dapat melakukan dan mengembangkannya. Dalam pembelajaran PJOK, kemampuan guru dalam mengajar sangat memengaruhi kualitas proses belajar. Oleh karena itu, mata pelajaran PJOK diajarkan oleh guru khusus, bukan guru kelas. Hal ini menunjukkan bahwa guru PJOK harus memiliki kompetensi yang mumpuni di bidangnya(Rima Yusufi and Saputri 2022).

Perkembangan kemampuan gerak dasar lokomotor pada siswa sekolah dasar, khususnya di kelas III SDN 190 Pekanbaru, masih belum optimal. Berdasarkan hasil observasi kegiatan pembelajaran pendidikan

jasmani, terlihat bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan seperti berlari, melompat, meloncat, dan melangkah dengan baik. Gerakan yang ditampilkan cenderung kaku, kurang seimbang, serta kurang memiliki koordinasi tubuh yang tepat. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya variasi media pembelajaran yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Pembelajaran sering dilakukan secara konvensional tanpa penggunaan alat bantu yang dapat menstimulasi aktivitas fisik anak secara maksimal. Akibatnya, siswa menjadi cepat bosan dan tidak termotivasi untuk bergerak aktif.

Media sederhana seperti ban bekas sebenarnya dapat dimanfaatkan sebagai alat bantu pembelajaran yang kreatif dan ekonomis untuk melatih gerak lokomotor anak. Namun, pemanfaatan media tersebut masih jarang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya terarah dan inovatif untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa melalui penggunaan media ban bekas yang dikemas dalam bentuk permainan menarik dan menantang, agar siswa lebih aktif, termotivasi, dan keterampilan geraknya berkembang secara optimal.

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan oleh penulis diatas menunjukkan bahwa adanya hal yang perlu diteliti lebih lanjut untuk menemukan solusi yang tepat sebagai upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak dasar lokomotor siswa di SDN 190 Pekanbaru. Pengembangan pembelajaran, penyediaan model pembelajaran yang kreatif dan efisien perlu dilakukan sebagai solusi untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor peserta didik SDN pekanbaru. Modifikasi Gerak lokomotor dengan media ban bekas adalah konsep untuk menggunakan ban bekas sebagai alat atau media untuk melatih gerak dasar lokomotor.

Guru dapat melibatkan berbagai aktivitas menggunakan ban bekas untuk melatih keterampilan motorik anak. Misalnya, anak melompat dari satu ban ke ban lainnya tanpa menyentuh tanah untuk melatih kekuatan kaki dan kelincahan. Ban juga dapat disusun membentuk pola zig-zag atau melingkar sebagai lintasan lari untuk meningkatkan kecepatan dan kontrol gerak. Selain itu, anak dapat berjalan di atas ban yang disusun sejajar guna melatih keseimbangan dan koordinasi tubuh

Kegiatan diatas adalah beberapa contoh bagaimana ban bekas dapat digunakan secara kreatif sebagai alat untuk melatih gerak dasar lokomotor pada anak-anak dengan cara yang menyenangkan dan menarik. Berdasarkan Latar Belakang diatas penelitian ini dibuat melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Locomotor Pada Siswa Kelas 3 Sd 190 Pekanbaru Menggunakan Media Ban Bekas” penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan Gerak dasar Locomotor peserta didik kelas III Sd 190 Pekanbaru melalui model pembelajaran menggunakan media Ban bekas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yaitu suatu bentuk observasi yang melibatkan aktivitas pembelajaran di dalam kelas dengan melakukan tindakan tertentu berdasarkan prosedur ilmiah dalam kurun waktu tertentu untuk memperbaiki serta meningkatkan kualitas proses pembelajaran. PTK dijelaskan sebagai penelitian yang bertujuan mengungkap hubungan sebab-akibat dari suatu tindakan, menggambarkan reaksi yang muncul selama tindakan berlangsung, serta menjelaskan secara sistematis setiap tahap dari pelaksanaan tindakan hingga pengaruh yang ditimbulkannya.

Menurut (Machali 2022) Model penelitian tindakan kelas dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Siklus pelaksanaan penelitian ini mengacu pada model yang dikembangkan oleh Kemmis dan Taggart. Penelitian tindakan kelas juga dapat di artikan sebagai suatu kegiatan ilmiah yang di lakukan oleh guru di kelas nya sendiri dengan merancang, melaksanakan, mengamati dan mengrefleksi tindakan melalui beberapa siklus secara kolaboratif dan partisipatif. Yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu proses belajar di kelas, untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa melalui penggunaan media ban bekas dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Untuk mencapai keberhasilan dalam pembelajaran, peneliti mengacu pada standar George (Cintia, Kristin, and Anugraheni 2018) dengan menetapkan tingkat keberhasilan sebesar 71%. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi dan dokumentasi. Observasi dilakukan dengan mencatat hasil pengamatan di lapangan terkait pengaruh penerapan permainan Ban bekas terhadap peserta didik. Sementara itu, teknik dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan bukti berupa foto-foto selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung.

Penelitian ini menerapkan analisis data secara kuantitatif dan kualitatif. Analisis kuantitatif dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan hasil belajar siswa yang disajikan dalam bentuk tabel dan grafik. Sedangkan analisis kualitatif disusun dalam bentuk narasi yang menjelaskan temuan penelitian, termasuk uraian mengenai persentase tingkat keberhasilan siswa.

Penelitian ini di laksanakan di SDN 190 pekanbaru dalam penelitian ini siswa di kelas III menjadi sampel yang berjumlah 25 orang, pemilihan teknik *total sampling*, yakni subjek penelitian adalah siswa kelas III yang berjumlah 25 orang, terdiri dari 10 orang siswa laki laki dan 15 orang siswa perempuan. Dalam Penelitian peneliti hadir di kelas seperti biasa, siswa tidak tahu jika penelitian ini menyelidiki kegiatan pembelajaran mereka sehingga peneliti memperoleh data subjektif untuk memverifikasi validitasnya.

Siklus I dimulai dengan tahap perencanaan awal yang bertujuan untuk mengembangkan rancangan tindakan dalam penelitian. Setelah itu, dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan tindakan dan observasi. Berdasarkan hasil observasi, dilakukan refleksi untuk mengidentifikasi fokus-fokus perkembangan, seperti

area yang telah berkembang dengan baik, area yang masih dalam tahap perkembangan, dan area yang mengalami kesulitan berkembang. Fokus yang belum berkembang dengan optimal kemudian direvisi. Hasil revisi tersebut selanjutnya digunakan sebagai dasar penyusunan rencana pada siklus II. Pada siklus II, langkah-langkah yang dilakukan sama seperti pada siklus I, namun dengan penambahan perhatian khusus pada siklus ke II (Nur Nugroho 2021).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penilaian dengan skala ordinal. Instrumen penelitian berfungsi sebagai alat yang memudahkan peneliti dalam mengukur dan mengumpulkan data, sehingga dapat memperoleh data untuk keperluan pengkategorian. Selain itu, instrumen penelitian juga diartikan sebagai alat yang digunakan peneliti untuk memperoleh, mengolah, dan menginterpretasikan data atau informasi yang diperoleh dari subjek atau responden, dengan menggunakan metode pengukuran yang sama (Machali 2022).

PEMBAHASAN

Setelah pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II, data penelitian dikumpulkan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa setelah diterapkannya pembelajaran menggunakan media ban bekas. Data diperoleh melalui penelitian langsung terhadap aktivitas belajar siswa kelas III SDN 190 Pekanbaru selama proses pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung. Kegiatan penelitian dilakukan secara sistematis dengan memperhatikan aspek-aspek keterampilan lokomotor yang meliputi kemampuan berlari, melompat, mendarat, menjaga keseimbangan, serta koordinasi tubuh. Hasil pengamatan selama proses pembelajaran menunjukkan bahwa penggunaan media ban bekas memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa.

Siswa tampak lebih antusias, aktif, dan termotivasi untuk mengikuti setiap kegiatan pembelajaran. Media ban bekas memberikan pengalaman belajar yang nyata dan menantang, sehingga mendorong siswa untuk terlibat secara langsung dalam aktivitas fisik yang melatih berbagai komponen gerak dasar. Berdasarkan hasil penelitian mengenai peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor melalui penggunaan media ban bekas, persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam dua siklus di kelas III SDN 190 Pekanbaru, dapat disimpulkan bahwa penerapan media ban bekas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa. Penggunaan media ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana bantu dalam pembelajaran, tetapi juga sebagai alat yang efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar, membangun motivasi belajar, dan menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik serta interaktif.

Pelaksanaan pembelajaran menggunakan media ban bekas mendorong siswa untuk terlibat aktif dalam kegiatan fisik yang melatih kemampuan berlari, melompat, menyeimbangkan tubuh, serta mengoordinasikan gerakan secara lebih terarah. Melalui kegiatan yang menyenangkan dan menantang, siswa mampu mengembangkan kemampuan gerak dasar lokomotor dengan cara yang lebih alami, kontekstual, dan sesuai dengan tahap perkembangan fisik mereka. Selain itu, penggunaan ban bekas juga mendorong terjadinya interaksi sosial antarsiswa, meningkatkan kerja sama, dan menumbuhkan rasa tanggung jawab selama proses pembelajaran berlangsung.

Tabel 1. Persentase Ketuntasan Data Siklus I dan Siklus II

Pembelajaran	Jumlah	Persentase	kriteria
Siklus I	3	12%	Baik
	8	32%	Cukup
	12	48%	Kurang
	2	8%	Sangat kurang
Siklus II	9	36%	Baik
	11	44%	Cukup
	4	16%	Kurang
	1	4%	Sangat kurang

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor siswa melalui penggunaan media ban bekas, diperoleh data peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II. Pada siklus I, siswa yang mencapai kategori baik sebanyak 3 orang (12%), kategori cukup sebanyak 8 orang (32%), sedangkan kategori kurang dan sangat kurang masih mendominasi dengan jumlah masing-masing 12 orang (48%) dan 2 orang (8%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mencapai ketuntasan belajar yang diharapkan.

Setelah dilakukan perbaikan dan peningkatan pada siklus II, hasil pengamatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar lokomotor siswa. Siswa yang berada pada kategori baik meningkat menjadi 9 orang (36%), dan kategori cukup menjadi 11 orang (44%), sementara kategori kurang dan sangat kurang menurun masing-masing menjadi 4 orang (16%) dan 1 orang (4%). Jika dilihat secara keseluruhan, terjadi peningkatan ketuntasan belajar sebesar 36% dari siklus I ke siklus II. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran menggunakan media ban bekas memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa kelas III SDN 190 Pekanbaru.

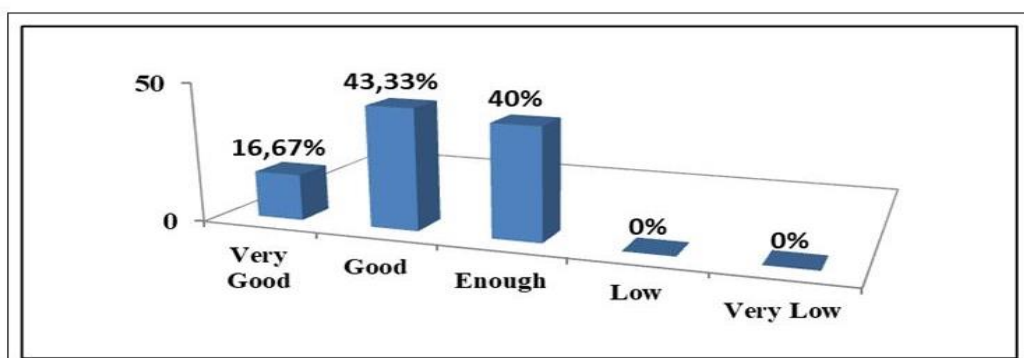
Peningkatan ini tidak hanya tampak pada hasil kuantitatif, tetapi juga pada perubahan perilaku belajar siswa yang menjadi lebih aktif, antusias, dan mampu melakukan gerakan dengan koordinasi yang lebih baik.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, terdapat beberapa jurnal yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini, salah satunya adalah studi yang dilakukan oleh (Azis et al. 2022) hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Telukjambe Barat, penerapan metode bermain terbukti berpengaruh positif terhadap peningkatan gerakan lokomotor siswa dalam pembelajaran atletik. Pendekatan ini membuat proses belajar menjadi lebih efektif, efisien, serta mampu meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan pendidikan jasman.

Penelitian selanjutnya oleh (Amirunni'am, Puspodari 2024) Yang menggunakan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini, penerapan permainan tradisional bola kasti terbukti dapat meningkatkan kecakapan gerak dasar lokomotor siswa pada mata pelajaran PJOK. Penelitian dilakukan dalam dua siklus dengan melibatkan 30 siswa kelas V yang terdiri dari 18 laki-laki dan 12 perempuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dari tahap pra-penelitian hingga siklus II, di mana ketuntasan belajar siswa meningkat dari 10% menjadi 90%. Selain itu, penerapan permainan bola kasti juga meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa karena dianggap menyenangkan dan menarik.

Penelitian selanjut nya dari (dymas khabul Pratama 2021) Penelitian tindakan kelas yang dilakukan di SDN Pakis 8 Surabaya ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa kelas III melalui pembelajaran berbasis permainan tradisional *Gobak Sodor*. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus dengan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, serta menggunakan teknik pengumpulan data melalui observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan kemampuan lokomotor seperti berlari, melompat, dan meloncat, dengan rata-rata nilai siswa meningkat dari 51,48 pada prasiklus menjadi 60,2 pada siklus I, dan 75,92 pada siklus II. Ketuntasan klasikal juga meningkat dari 40% menjadi 80%. Dengan demikian, permainan *Gobak Sodor* terbukti efektif dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar serta meningkatkan motivasi belajar siswa.

Graph 1. Times New Roman, 12, Bold, Center



KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 36%, di mana siswa yang mencapai kategori “baik” meningkat dari 12% menjadi 36%, dan kategori “cukup” meningkat dari 32% menjadi 44%. Sementara itu, jumlah siswa yang berada pada kategori “kurang” dan “sangat kurang” mengalami penurunan signifikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pembelajaran menggunakan media ban bekas tidak hanya meningkatkan hasil belajar secara numerik, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap perilaku belajar, keaktifan, dan antusiasme siswa selama proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifian, Dimas Dwi, Donny Andrijanto, Pendidikan Jasmani, and Universitas Negeri Surabaya. 2024. “Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SDN Tanah Kali Kedinding” 8:41465–73.
- Amirunni'am, Puspodari, R. Herpandika. 2024. “Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Kasti Pada Siswa Kelas V SDN Wonorejo 1 Kediri.” *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga* 4 (3): 333–38. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.450>.
- Ashari, L Hasan, Zakir Burhan, Institut Pendidikan, Nusantara Global, and Lombok Tengah. 2021. “Kesehatan Pada Siswa Sdn Pengembur Kecamatan Pujut” 2 (2): 181–86.
- Azis, Panji Abdul, Ega Trisna Rahayu, Febi Kurniawan, Fakultas Keguruan, Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa, and Karawang Abstract. 2022. “Upaya Meningkatkan Gerak Lokomotor Siswa Sekolah Menengah Atas Dalam Pembelajaran Atletik Melalui Metode Bermain.” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8 (15): 464–71. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7052145>.
- Cintia, Nichen Irma, Firoalia Kristin, and Indri Anugraheni. 2018. “Penerapan Model Pembelajaran Discovery Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kreatif Dan Hasil Belajar Siswa [Implementation of Discovery Learning Model to Improve Creative Thinking Skills and Student Learning Outcomes].” *Perspektif Ilmu Pendidikan* 32 (1): 67–75.
- Firdaus, Muhammad Anwar, and Siti Nurrochmah. 2021. “Survei Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, Dan Manipulatif Siswa Putri Kelas VII.” *Sport Science and Health* 3 (5): 235–53. <https://doi.org/10.17977/um062v3i52021p235-253>.
- Humaira, Najwa Utami, Nayla Arifa Rayhan, Putri Ayu Lestari, and Fransiska Sitinjak. 2024. “2024 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Peran Pendidikan Jasmani Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Sekolah Dasar : Tinjauan Literatur 2024 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin” 2 (10): 808–15.
- Indaria Tri Hariyani, and Norma Diana Fitri. 2020. “Pengaruh Permainan Engklek Variasi Pada Perkembangan Motorik Anak Usia Dini.” *Jurnal Buah Hati* 7 (1): 20–28. <https://doi.org/10.46244/buahhati.v7i1.936>.
- Karisman, Vicki Ahmad. 2018. “Pengaruh Media Pembelajaran Edukatif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Dasar Siswa Sekolah Dasar.” *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School* 2 (1): 53. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i1.10573>.
- Machali, Imam. 2022. “Bagaimana Melakukan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru?” *Indonesian Journal of Action Research* 1 (2): 315–27. <https://doi.org/10.14421/ijar.2022.12-21>.
- Natasya, Dian Ayu, Regita Ayu Syahdila, Putri Aprilia, Lia Dwi, Ayu Pagarwati, Universitas Sriwijaya, Regita Ayu Syahdila, Putri Aprilia, Lia Dwi, and Ayu Pagarwati. 2024. “Motorik Kasar Anak Menggunakan Media Karpet Puzzle Ditaman Kanak-Kanak Sit” 8 (1): 165–72.

- <https://doi.org/10.29313/ga>.
- Nur Nugroho, Irvan. 2021. "Meningkatkan Kemampuan Berlari, Melempar, Dan Menangkap Bola Melalui Permainan Tic Tac Toe Ball Di Sekolah Dasar." *Jurnal Didaktika Pendidikan Dasar* 5 (3): 657–78. <https://doi.org/10.26811/didaktika.v5i3.230>.
- Pratama, dymas khabul. 2021. "Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas I Di Sdn Rowosari 02 Dengan Menggunakan Media Ban Bekas," no. 1, 1–23.
- Pratama, Dymas Khabul. 2024. "Upaya Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas I Di Sdn Rowosari 02 Dengan Menggunakan Media Ban Bekas." *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional* 2 (5): 545–55.
- Putri, Nisa Juliana, Lailatul Badriyah, and Motorik Kasar. 2024. "Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Bowling Gelas Warna Di TKM NU 232 Manbaul Huda Kutisari Leran Manyar Gersik Tahun Pelajaran 2023 / 2024." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1,2-2024 (II): 46–54.
- Rima Yusufi, Candra, and Harmi Saputri. 2022. "Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar." *Jurnal Educatio* 8 (4): 1360–65. <https://doi.org/10.31949/educatio.vxix.xxxx>.
- Safitri, Laela. 2022. "Perkembangan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Memegang Pensil." *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* 4 (2): 492–502.
- Sakti Adji, Banih, and Sapto Wibowo. 2023. "Improving the Learning Outcomes of Basic Locomotor Movements in Elementary School Students Through Tic Tac Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Modifikasi Permainan Tic Tac ToeToe Game Modification." *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan* 11 (2): 141–52.
- Syafruddin, Muhammad Akbar, Andi Sahrul Jährir, Akbar Yusuf, Ikadarny, and Akbar Yusuf. 2022. "Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Bangsa." *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan* 10 (2): 73–83.
- Yusroni, M., B. Ranga Prastyana, and G. Margisal Utomo. 2022. "Application of Game Modifications Using Media Cones to Increase Locomotor Movement Learning Outcomes for Midu Gedongan Elementary School Students Gedongan Waru Sidoarjo." *Journal of Basic Education Muassis* 1:217–26.