

## Peningkatan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Gerak Lokomotor Melalui Permainan Bintang beralih Di Sekolah Dasar Negeri Wonojoyo 2

### *Increasing Students' Learning Interest in Locomotor Movement Learning Through the Bintang beralih Game at Wonojoyo 2 Elementary School*

Dwi Maulita Yuli Suryani<sup>1</sup>, Puspodari<sup>2</sup>, Diyah Ismayawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Dwimaulita3@gmail.com, PPG, Pascasarjana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

<sup>2</sup>Puspodari@unpkediri.ac.id, Penjaskesrek/ FIKS, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

<sup>3</sup>diyahismayawati88@admin.sd.belajar.id, SD N Wonojoyo 2 Kediri, Jawa Timur, Indonesia

#### Abstrak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat belajar siswa mengalami peningkatan signifikan setelah penerapan permainan Bintang beralih. Pada Pra-Tindakan, hanya 50% siswa yang memiliki minat belajar tinggi dalam pembelajaran gerak lokomotor. Setelah Siklus 1, angka ini meningkat menjadi 65%, dan pada Siklus 2, minat belajar siswa mencapai 80%. Selain itu, hasil tes keterampilan menunjukkan peningkatan rata-rata skor dari 65 (Pra-Tindakan) menjadi 75 (Siklus 1) dan meningkat lagi menjadi 85 (Siklus 2). Hasil observasi dan wawancara juga menunjukkan bahwa siswa lebih aktif, antusias, dan menikmati pembelajaran dibandingkan dengan metode konvensional. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa permainan Bintang beralih efektif dalam meningkatkan minat belajar dan keterampilan gerak lokomotor siswa. Oleh karena itu, disarankan agar metode ini diimplementasikan secara lebih luas dalam pembelajaran PJOK, khususnya dalam materi gerak lokomotor, untuk menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan, interaktif, dan efektif bagi siswa sekolah dasar.

**Kata kunci:** Minat belajar, gerak lokomotor, permainan bintang beralih, PJOK, sekolah dasar.

#### Abstract

*This study aims to determine the increase in students' learning interest in locomotor movement learning through the Bintang beralih game at Wonojoyo 2 Elementary School. The research method used is Classroom Action Research (CAR) based on the Kemmis & McTaggart model, conducted in two cycles. Each cycle consists of the planning, implementation, observation, and reflection stages. Data were collected through learning interest questionnaires, locomotor movement skill tests, observations, and interviews, and then analyzed using quantitative and qualitative approaches. In the Pre-Action stage, only 50% of students had a high interest in locomotor movement learning. After Cycle 1, this percentage increased to 65%, and in Cycle 2, students' learning interest reached 80%. Additionally, the locomotor movement skill test results showed an improvement in the average score from 65 (Pre-Action) to 75 (Cycle 1), and further increased to 85 (Cycle 2). Observations and interviews also indicated that students were more active, enthusiastic, and enjoyed the learning process compared to conventional teaching methods. Based on the findings, it can be concluded that the Bintang beralih game is effective in increasing students' learning interest and locomotor movement skills. Therefore, it is recommended that this method be implemented more widely in Physical Education (PJOK) learning, especially in locomotor movement material, to create a more enjoyable, interactive, and effective learning experience for elementary school students.*

**Keywords:** Learning Interest, locomotor movement, bintang beralih game, physical education, elementary school

## PENDAHULUAN

Pembelajaran olahraga memiliki peran penting dalam dunia pendidikan karena tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga membentuk karakter, disiplin, dan keterampilan sosial peserta didik. Olahraga menjadi sarana efektif untuk mengajarkan nilai-nilai seperti kerja sama tim, sportivitas, dan keuletan dalam menghadapi tantangan. Selain itu, melalui pembelajaran olahraga, siswa dapat memahami pentingnya gaya hidup sehat dan aktif sejak dini, yang akan berdampak positif pada kesehatan mereka di masa depan (Arifin, 2017).

Menurut Nugraha (2015) Di dalam sistem pendidikan formal, pembelajaran olahraga biasanya diberikan dalam bentuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Kurikulum yang diterapkan mencakup berbagai cabang olahraga, mulai dari atletik, permainan bola, senam, hingga aktivitas rekreasi yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan kebugaran jasmani. Selain itu, pembelajaran olahraga juga mengajarkan teknik yang benar dalam berolahraga agar siswa dapat menghindari cedera dan memaksimalkan manfaat dari setiap aktivitas fisik yang dilakukan.

Dalam pembelajaran di sekolah, gerak lokomotor diajarkan melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Melalui berbagai aktivitas yang menyenangkan, seperti permainan dan olahraga, anak-anak dapat mengembangkan keterampilan gerak lokomotor secara alami. Selain itu, keterampilan ini juga membantu anak lebih percaya diri dalam berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Dengan demikian, pembelajaran gerak lokomotor tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional anak (Budiman, 2022).

Pentingnya gerak lokomotor juga terkait dengan kesehatan anak di masa depan. Anak yang aktif bergerak sejak dini cenderung memiliki gaya hidup sehat, mengurangi risiko obesitas, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Selain itu, aktivitas fisik yang melibatkan gerak lokomotor juga dapat membantu meningkatkan konsentrasi dan kemampuan akademik anak karena tubuh yang aktif berkontribusi pada peningkatan fungsi otak. Oleh karena itu, mengembangkan dan meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak SD sangatlah penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara menyeluruh (Rejeki, 2021).

Minat belajar gerak lokomotor merupakan faktor penting dalam pengembangan

keterampilan motorik dasar pada anak-anak. Gerak lokomotor, seperti berjalan, berlari, olahraga. Namun, tidak semua anak memiliki minat yang tinggi dalam belajar gerak lokomotor, sehingga diperlukan strategi pembelajaran yang menarik dan efektif. Dengan meningkatnya minat belajar gerak lokomotor, anak-anak akan lebih termotivasi untuk aktif bergerak, yang berdampak positif pada kesehatan fisik dan perkembangan motorik mereka (Ariyanto, 2023).

Dalam konteks pendidikan, guru dan pelatih memiliki peran besar dalam menciptakan metode pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif untuk meningkatkan minat belajar gerak lokomotor. Penggunaan permainan, alat bantu visual, serta variasi latihan dapat membuat pembelajaran lebih menarik bagi siswa. Selain itu, memberikan apresiasi dan dorongan kepada anak-anak ketika mereka berhasil melakukan gerakan dengan baik juga dapat meningkatkan motivasi mereka untuk terus belajar dan berlatih. Dengan pendekatan yang tepat, siswa akan merasa lebih antusias dalam mengembangkan keterampilan gerak lokomotornya. Namun, kenyataannya, banyak siswa yang kurang tertarik dalam mempelajari gerak lokomotor karena metode pembelajaran yang monoton dan kurang menyenangkan. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam proses pembelajaran agar siswa lebih antusias dan aktif dalam mengembangkan keterampilan gerak lokomotor mereka. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah melalui permainan tradisional yang interaktif, seperti permainan Bintang beralih .

Permainan Bintang beralih merupakan salah satu permainan tradisional yang sering dimainkan oleh anak-anak Sekolah Dasar (SD). Permainan ini tidak hanya memberikan kesenangan, tetapi juga memiliki manfaat edukatif dalam mengembangkan keterampilan motorik, koordinasi, serta kecepatan berpikir anak. Dalam permainan ini, peserta harus berpindah tempat dengan cepat saat diberikan aba-aba, sehingga melatih kelincahan dan respon mereka terhadap instruksi. Oleh karena itu, permainan Bintang beralih dapat dijadikan sebagai salah satu metode pembelajaran yang menyenangkan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Fitriani, 2023).

Selain manfaat fisik, permainan Bintang beralih juga mengajarkan nilai-nilai sosial kepada anak-anak. Dalam permainan ini, siswa belajar bekerja sama, berkomunikasi, serta menghargai teman-temannya dalam situasi kompetitif yang sehat. Interaksi yang terjadi selama permainan membantu anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional mereka, seperti mengelola emosi saat menang atau kalah. Dengan demikian, permainan ini tidak hanya bermanfaat bagi perkembangan fisik, tetapi juga dalam

membentuk karakter dan sikap positif dalam diri anak.

Berdasar dari paparan diatas maka penelitian tindakan kelas ini memiliki tujuan untuk melihat proses bagaimana penerapan permainan Bintang beralih dapat meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor di SD Negeri Wonojoyo 2. Diharapkan melalui metode ini, siswa tidak hanya lebih bersemangat dalam belajar, tetapi juga memperoleh manfaat fisik dan sosial yang lebih luas. Dengan demikian, pembelajaran PJOK dapat menjadi lebih efektif dan berdampak positif bagi perkembangan siswa secara keseluruhan. Oleh karena itu, peneliti memilih judul penelitian “Peningkatan Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Gerak Lokomotor Melalui Permainan Bintang beralih Di Sekolah Dasar Negeri Wonojoyo 2”

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Arikunto (2019), yang terdiri dari empat tahapan dalam setiap siklus, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan tindakan (action), observasi (observation), dan refleksi (reflection). Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dengan tujuan untuk meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor melalui permainan Bintang beralih di SD Negeri Wonojoyo 2.

Penelitian ini berfokus pada siswa Sekolah Dasar Negeri Wonojoyo 2, khususnya siswa kelas 2, yang mengalami rendahnya minat belajar dalam pembelajaran gerak lokomotor di mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Subjek penelitian dipilih berdasarkan observasi awal yang menunjukkan bahwa banyak siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran gerak lokomotor, yang ditandai dengan kurangnya partisipasi aktif, mudah bosan, serta kurangnya keterlibatan dalam aktivitas fisik yang diberikan oleh guru. Subjek penelitian terdiri dari 13 siswa (Pa 8 dan Pi 5), yang berada dalam tahap perkembangan motorik dasar dan sedang mengembangkan keterampilan gerak lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Wonojoyo 2, yang terletak di Jl.Joyokusumo No.77, Krajan Lor, Wonojoyo, Kab Kediri Jawa Timur dengan fasilitas olahraga yang sederhana namun memadai untuk pembelajaran gerak lokomotor. Pemilihan sekolah ini didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor masih rendah, terutama dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data guna mengukur efektivitas permainan Bintang beralih dalam meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor.

Dalam penelitian ini, beberapa instrumen yang digunakan meliputi lembar observasi, angket minat belajar siswa, wawancara, serta dokumentasi. Kombinasi instrumen ini bertujuan untuk mengukur secara objektif apakah penerapan permainan Bintang beralih dapat meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor. Data yang diperoleh dari berbagai instrumen ini akan dianalisis untuk melihat perubahan dalam keterlibatan dan motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK. Dalam penelitian "Peningkatan Minat Belajar Siswa dalam Pembelajaran Gerak Lokomotor melalui Permainan Bintang beralih di SD Negeri Wonojoyo 2", teknik analisis data yang digunakan terdiri dari analisis data kuantitatif dan kualitatif. Data tes, angket dan observasi dianalisis dengan kuantitatif statistik deskriptif untuk melihat peningkatan keterampilan dan minat belajar siswa, sedangkan data wawancara dianalisis dengan kualitatif untuk menggali informasi lebih dalam mengenai efektivitas permainan Bintang beralih.

## **HASIL**

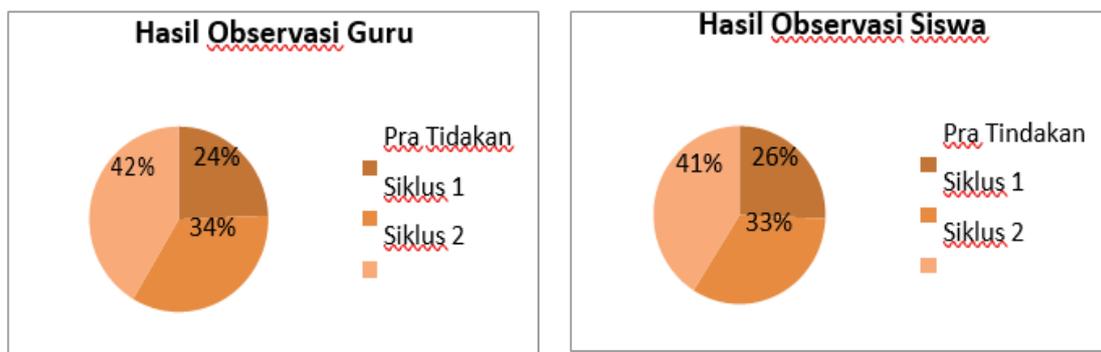
Hasil penelitian yang diperoleh dari penerapan permainan Bintang beralih dalam meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor di SD Negeri Wonojoyo 2. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Arikunto (2019), yang dilakukan dalam dua siklus dengan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Data penelitian dikumpulkan melalui tes keterampilan gerak lokomotor, angket minat belajar siswa, observasi, serta wawancara dengan siswa dan guru. Data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif, sementara data kualitatif dianalisis menggunakan model Arikunto (2019). Pada bagian ini, hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel, grafik, serta uraian deskriptif untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai peningkatan keterampilan siswa.

### **Hasil Observasi**

Berdasarkan hasil observasi siswa dan guru, dapat disimpulkan bahwa a) minat belajar siswa meningkat secara signifikan setelah penerapan permainan Bintang beralih, b) keaktifan dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor meningkat seiring dengan perbaikan strategi pembelajaran pada Siklus 2, c) kinerja guru dalam

menerapkan metode pembelajaran berbasis permainan meningkat, menciptakan lingkungan belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan. Berikut adalah hasil dalam bentuk diagramnya:

**Gambar 1.** Hasil Observasi Pembelajaran



**Hasil Tes *Passing Bawah (Pretest dan Posttest)***

Berdasarkan hasil N-Gain Score, penerapan permainan Bintang beralih efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa, dengan mayoritas siswa mengalami peningkatan yang signifikan dalam kategori sedang hingga tinggi, dengan mayoritas siswa mengalami peningkatan yang signifikan dalam kategori sedang hingga tinggi. Dari 13 siswa, terdapat 3 siswa (23%) dengan kategori N- Gain tinggi ( $\geq 0.70$ ), Sebanyak 10 siswa (77%) masuk dalam kategori N-Gain sedang ( $0.30 \leq \text{N-Gain} < 0.70$ ), Tidak ada siswa yang memiliki N-Gain rendah ( $< 0.30$ ), menunjukkan bahwa semua siswa mengalami peningkatan minat belajar setelah penerapan permainan Bintang beralih.

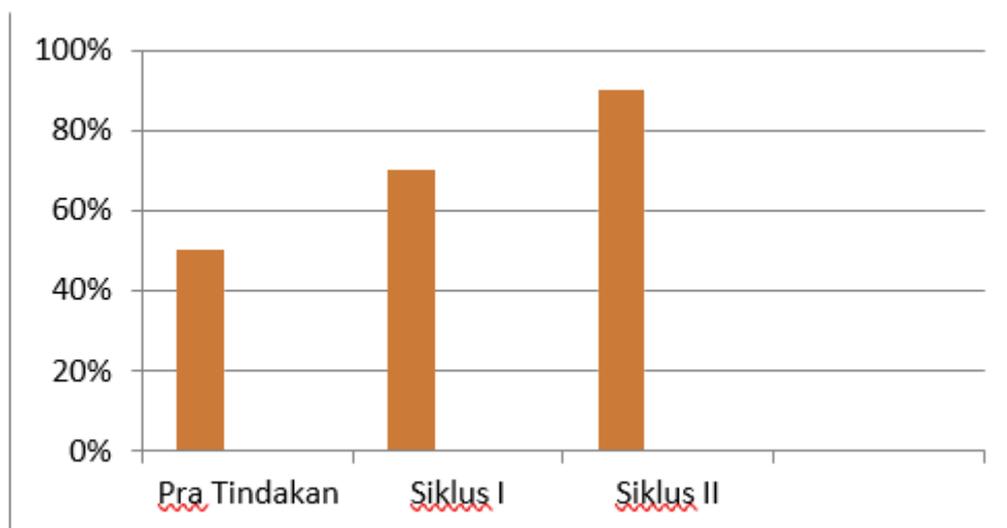
**Tabel 1.** Hasil Nilai *Pretest dan Posttest*

Nama Siswa	Skor Pretest	Skor Posttest	N-Gain Skor	Kategori
Siswa 1	50	85	0,70	Tinggi
Siswa 2	55	80	0,56	Sedang
Siswa 3	60	90	0,75	Tinggi
Siswa 4	40	70	0,50	Sedang
Siswa 5	45	78	0,60	Sedang
Siswa 6	50	88	0,76	Tinggi
Siswa 7	55	83	0,62	Sedang
Siswa 8	35	65	0,46	Sedang
Siswa 9	60	85	0,63	Sedang
Siswa 10	50	80	0,60	Sedang
Siswa 11	45	75	0,55	Sedang
Siswa 12	30	70	0,57	Sedang
Siswa 13	40	72	0,53	Sedang

### Hasil Angket

Berdasarkan hasil angket, dapat disimpulkan bahwa minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor meningkat secara signifikan setelah penerapan permainan bintang beralih. Dari awalnya hanya 50% siswa yang menyatakan memiliki minat tinggi dalam pembelajaran PJOK, meningkat menjadi 90% setelah Siklus 2. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan dapat membuat siswa lebih antusias, aktif, dan tertarik dalam mengikuti pembelajaran gerak lokomotor. Berikut adalah hasil angket dalam diagram:

**Gambar 2.** Hasil Angket



### PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dibahas bahwa penerapan permainan Bintang beralih mampu meningkatkan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor di SD Negeri Wonojoyo 2. Pada Pra-Tindakan, minat belajar siswa masih tergolong rendah, dengan hanya 50% siswa yang menunjukkan antusiasme dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Banyak siswa yang tampak pasif dan kurang bersemangat saat diminta melakukan gerakan lokomotor. Namun, setelah Siklus 1 diterapkan dengan metode permainan, terjadi peningkatan minat belajar menjadi 65%, ditandai dengan meningkatnya partisipasi siswa dalam permainan, meskipun masih ada beberapa yang mengalami kesulitan memahami instruksi. Untuk mengatasi hal ini, pada Siklus 2, dilakukan beberapa perbaikan seperti penyesuaian aturan permainan, pemberian contoh gerakan yang lebih jelas, serta pemberian motivasi tambahan kepada siswa. Hasilnya, minat belajar siswa meningkat secara signifikan hingga 90%, dengan hampir seluruh siswa menunjukkan antusiasme

yang tinggi dalam pembelajaran.

Selain meningkatkan minat belajar, permainan Bintang beralih juga memberikan dampak positif terhadap keterampilan gerak lokomotor siswa. Hasil tes keterampilan menunjukkan bahwa nilai rata-rata siswa meningkat dari 65% pada Pra-Tindakan menjadi 75% di Siklus 1, dan meningkat lagi menjadi 85% di Siklus 2. Hal ini menunjukkan bahwa siswa semakin menguasai keterampilan gerak lokomotor seperti berjalan, berlari, dan melompat setelah berlatih melalui permainan. Peningkatan ini sejalan dengan teori Sugiyanto (2019) yang menyatakan bahwa pembelajaran gerak dasar yang berbasis permainan mampu meningkatkan keterampilan motorik anak. Selain itu, teori Piaget (2008) juga mendukung hasil ini, di mana anak-anak usia sekolah dasar lebih mudah memahami konsep melalui pengalaman langsung dan aktivitas fisik, seperti yang terjadi dalam permainan Bintang beralih .

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan siswa dan guru, ditemukan bahwa permainan ini mampu meningkatkan motivasi siswa dalam belajar, membuat pembelajaran lebih menarik, serta meningkatkan interaksi sosial di antara siswa. Sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka lebih senang dan termotivasi dalam mengikuti pelajaran PJOK dibandingkan dengan metode pembelajaran biasa. Guru PJOK juga mengakui bahwa metode permainan ini lebih efektif dibandingkan metode konvensional, karena siswa lebih aktif dan mudah memahami konsep gerak lokomotor melalui praktik langsung.

Dari hasil analisis data, terdapat beberapa faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan minat belajar siswa, di antaranya metode pembelajaran berbasis permainan yang lebih interaktif, dukungan dan bimbingan guru dalam proses pembelajaran, serta adanya interaksi sosial yang mendorong siswa untuk lebih aktif dalam permainan. Hal ini sesuai dengan teori Bandura (1986) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis interaksi sosial mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses belajar. Selain itu, teori Sardiman (2015) juga menyebutkan bahwa pembelajaran yang penelitian ini melalui peningkatan minat belajar setelah permainan diterapkan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa permainan Bintang beralih merupakan metode pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan minat belajar dan keterampilan gerak lokomotor siswa. Penerapan metode ini berhasil menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan lebih mudah dipahami oleh siswa.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peningkatan minat belajar siswa dalam pembelajaran gerak lokomotor melalui permainan Bintang beralih di SD Negeri Wonojoyo 2, dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan ini efektif dalam meningkatkan minat belajar dan keterampilan gerak lokomotor siswa. Hasil angket menunjukkan peningkatan minat belajar dari 50% pada Pra-Tindakan menjadi 80% pada Siklus 2, sementara hasil tes keterampilan gerak lokomotor menunjukkan peningkatan nilai rata-rata dari 65 (Pra-Tindakan) menjadi 85 (Siklus 2). Observasi dan wawancara juga menunjukkan bahwa siswa menjadi lebih aktif, antusias, dan percaya diri dalam melakukan gerakan lokomotor, serta lebih menikmati pembelajaran dibandingkan dengan metode konvensional. Guru PJOK juga merasakan manfaat dari permainan ini, karena mampu meningkatkan keterlibatan siswa, memperbaiki interaksi sosial di kelas, dan menciptakan suasana belajar yang lebih interaktif. Dengan demikian, permainan Bintang beralih dapat dijadikan sebagai strategi pembelajaran alternatif dalam mata pelajaran PJOK, khususnya dalam materi gerak lokomotor, guna menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, efektif, dan bermakna bagi siswa sekolah dasar.

## **REFERENSI**

- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyanto, M. H. S. (2023). Meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui metode demonstrasi berbantuan media bidang miring di kelas IV SD. *Jurnal Profesi Keguruan*, 9(1), 114–120.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- lari balok terhadap kemampuan gerak dasar lokomotor anak. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 221–232.
- Nugraha, B. (2015). PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA USIA DINI. *Jurnal Pendidikan Anak*. <https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Piaget, J. (2008). *The Psychology of Intelligence*. New York: Routledge.
- Rejeki, H. S., & Gunawan, G. (2021). Pengembangan model pembelajaran gerak dasar lokomotor untuk siswa sekolah dasar. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(2), 218–232.

Sugiyanto. (2019). Efektivitas Permainan Gerak Dasar dalam Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: UNY Press.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta