

Analisis Perkembangan Motorik Siswa Kelas 6 di SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru

Nabilla Aura Najma¹, Neng Sholihat²

¹Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Muhammadiyah Surakarta, ²Program Studi Pendidikan IPA FKIP Universitas Muhammadiyah Riau

¹Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57162,

²Jl. KH. Ahmad Dahlan No.88, Kp. Melayu, Kec. Sukajadi, Kota Pekanbaru, Riau 28156

Email: a810220084@student.ums.ac.id¹, nengsholihat@umri.ac.id²

Abstrak

Perkembangan motorik memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak dalam mendukung aktivitas fisik, sosial, dan akademik anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perkembangan motorik siswa kelas 6 di SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, serta dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam kegiatan fisik, seperti ekstrakurikuler olahraga, memiliki keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang cenderung kurang aktif dalam kegiatan fisik. Faktor internal seperti motivasi, serta eksternal seperti dukungan lingkungan, fasilitas olahraga, dan kebiasaan di rumah turut memengaruhi perkembangan motorik siswa. Kendala yang dihadapi adalah keterbatasan durasi pendidikan jasmani, minimnya fasilitas olahraga, dan kebijakan sekolah yang membatasi aktivitas fisik. Penelitian ini menyarankan peningkatan durasi pendidikan jasmani, pengadaan fasilitas yang lebih memadai, dan pengembangan program ekstrakurikuler yang mendukung perkembangan motorik siswa secara optimal.

Kata kunci: Perkembangan Motorik, Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar

Abstract

Motor development plays an important role in children's growth and development, which plays a role in supporting children's physical, social, and academic activities. This study aims to analyze the motor development of grade 6 students at SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru. This study uses a qualitative descriptive method with observation, interview, and documentation techniques. The results of this study indicate that students who are active in physical activities, such as extracurricular sports, have better balance, coordination, and agility compared to students who tend to be less active in physical activities. Internal factors such as motivation, as well as external factors such as environmental support, sports facilities, and habits at home also influence students' motor development. The obstacles faced are the limited duration of physical education, the lack of sports facilities, and school policies that limit physical activity. This study suggests increasing the duration of physical education, providing more adequate facilities, and developing extracurricular programs that support students' motor development optimally.

Keywords: Motor Development, Physical Education, Elementary School

1. Pendahuluan

Perkembangan motorik merupakan proses perubahan kemampuan gerak yang berlangsung sejalan dengan pertumbuhan, kematangan biologis, pengalaman, latihan, dan interaksi anak dengan lingkungannya. Dalam konteks pendidikan dasar, perkembangan motorik tidak semata-mata berkaitan dengan kemampuan melakukan aktivitas olahraga, tetapi juga mencakup kemampuan mengendalikan tubuh, mempertahankan postur, mengoordinasikan gerakan, serta menggunakan anggota tubuh secara efektif untuk menyelesaikan tugas. Haywood dan Getchell menjelaskan bahwa perkembangan motorik berlangsung sepanjang rentang kehidupan dan dipengaruhi oleh interaksi antara individu, tugas, dan lingkungan [1]. Dengan demikian, kemampuan gerak siswa pada usia sekolah dasar perlu dipandang sebagai hasil dari proses yang dinamis, bukan semata-mata sebagai akibat dari kematangan usia.

Pada usia sekolah dasar, keterampilan motorik dapat dipahami melalui kemampuan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor meliputi berlari, melompat, dan berpindah tempat; gerak nonlokomotor mencakup membungkuk, memutar, menyeimbangkan tubuh, dan mempertahankan posisi; sedangkan gerak manipulatif melibatkan penggunaan objek seperti melempar, menangkap, menendang, dan menggiring bola. Penguasaan keterampilan dasar tersebut penting karena menjadi fondasi bagi partisipasi anak dalam permainan dan aktivitas olahraga yang lebih kompleks. Intervensi yang memberikan kesempatan latihan dan penguatan keterampilan gerak terbukti dapat meningkatkan kompetensi motorik anak [2], [3].

Perkembangan motorik juga mempunyai hubungan yang erat dengan aktivitas fisik. Anak yang memiliki kompetensi gerak yang lebih baik cenderung memiliki peluang lebih besar untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik karena mereka lebih percaya diri dan mampu mengikuti permainan. Sebaliknya, keterampilan gerak yang terbatas dapat menjadi hambatan bagi partisipasi. De Meester et al. menunjukkan bahwa hambatan kompetensi motorik dapat berkaitan dengan kemampuan anak untuk memenuhi rekomendasi aktivitas fisik [4]. Oleh sebab itu, sekolah tidak hanya perlu menyediakan pelajaran pendidikan jasmani, tetapi juga perlu menciptakan lingkungan yang memungkinkan siswa bergerak secara aman, menyenangkan, dan berkelanjutan.

Urgensi aktivitas fisik pada anak juga diperkuat oleh pedoman World Health Organization (WHO). Anak dan remaja usia 5–17 tahun direkomendasikan melakukan rata-rata sedikitnya 60 menit aktivitas fisik intensitas sedang hingga berat setiap hari sepanjang minggu, dengan aktivitas yang lebih intens serta penguatan otot dan tulang setidaknya tiga hari per minggu [5]. Rekomendasi tersebut tidak berarti seluruh aktivitas harus dilakukan pada jam pelajaran pendidikan jasmani. Aktivitas dapat berasal dari permainan, olahraga, perjalanan aktif, kegiatan di sekolah, aktivitas rumah tangga, maupun aktivitas rekreasi. Karena itu, sekolah dan keluarga mempunyai peluang bersama untuk memperluas pengalaman gerak siswa.

Pendidikan jasmani memiliki posisi strategis dalam upaya tersebut. Pendidikan jasmani yang dirancang secara sistematis dapat menyediakan pengalaman gerak yang terstruktur sekaligus memberi kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui praktik. Meta-analisis terhadap pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kurikulum menunjukkan adanya peningkatan kompetensi motorik anak dan remaja dibandingkan kelompok kontrol aktif [6]. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kualitas pembelajaran, bukan sekadar keberadaan mata pelajaran, menjadi faktor yang perlu diperhatikan. Aktivitas yang berulang, bervariasi, sesuai kemampuan, dan memberikan umpan balik dapat membantu siswa memperbaiki kualitas gerak.

Selain sekolah, keluarga dan lingkungan rumah juga menjadi konteks penting dalam perkembangan motorik. Penelitian Cools et al. menemukan bahwa perkembangan keterampilan

gerak anak berkaitan dengan sejumlah karakteristik keluarga dan kebiasaan aktivitas fisik, termasuk keterlibatan orang tua dalam aktivitas fisik [7]. Pada era digital, tantangan tersebut semakin kompleks karena sebagian waktu luang anak dapat bergeser dari permainan aktif menuju aktivitas sedentari berbasis layar. Studi tentang keterampilan motorik, screen time, dan aktivitas fisik menunjukkan bahwa pola penggunaan layar perlu dipertimbangkan ketika memahami lingkungan aktivitas anak [8]. Namun, penggunaan teknologi tidak dapat dipandang sebagai satu-satunya penyebab. Perkembangan motorik merupakan hasil interaksi banyak faktor, sehingga analisis perlu mempertimbangkan motivasi, kesempatan bergerak, fasilitas, dukungan sosial, dan pengalaman belajar.

Dalam konteks sekolah dasar, lingkungan fisik juga berperan penting. Lapangan, ruang terbuka, peralatan olahraga, dan pengaturan waktu memberikan peluang atau batasan terhadap pengalaman gerak siswa. UNESCO menempatkan pendidikan jasmani berkualitas sebagai bagian penting dari pendidikan yang inklusif dan berkelanjutan, dengan penekanan pada kesempatan yang aman, beragam, dan bermakna bagi semua peserta didik [9]. Oleh karena itu, keterbatasan fasilitas tidak selalu berarti aktivitas fisik harus dihentikan; sekolah dapat mengembangkan bentuk aktivitas yang disesuaikan dengan ruang, peralatan, dan karakteristik siswa.

SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru merupakan salah satu sekolah dasar yang memiliki tanggung jawab dalam mengembangkan potensi siswa secara menyeluruh, termasuk aspek fisik dan motorik. Berdasarkan hasil pengamatan awal yang menjadi dasar penelitian ini, ditemukan adanya variasi kemampuan gerak antarsiswa kelas 6. Sebagian siswa tampak aktif dalam permainan dan olahraga, sedangkan sebagian lainnya cenderung kurang terlibat dalam aktivitas fisik. Kondisi tersebut penting dikaji karena siswa kelas 6 berada pada tahap akhir pendidikan dasar dan akan memasuki jenjang pendidikan berikutnya dengan tuntutan aktivitas yang semakin beragam.

Penelitian ini diarahkan untuk memperoleh gambaran kontekstual mengenai kondisi motorik siswa, bukan untuk menghasilkan diagnosis klinis atau ukuran normatif perkembangan motorik. Data persentase yang disajikan berasal dari 22 siswa yang diamati dan digunakan sebagai deskripsi kondisi kelompok penelitian. Dengan batasan tersebut, penelitian berfokus pada tiga pertanyaan: (1) bagaimana gambaran perkembangan motorik siswa kelas 6; (2) faktor apa saja yang tampak memengaruhi perkembangan motorik siswa; dan (3) bagaimana peran lingkungan sekolah dalam mendukung perkembangan tersebut. Tujuan penelitian adalah mendeskripsikan kondisi motorik, mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat, serta merumuskan implikasi perbaikan program pendidikan jasmani dan aktivitas fisik di sekolah.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memperkaya pembahasan tentang perkembangan motorik pada usia sekolah dasar dalam konteks sekolah tertentu. Secara praktis, hasilnya dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dan guru dalam merancang pengalaman gerak yang lebih beragam. Bagi orang tua, temuan penelitian dapat menjadi pengingat bahwa aktivitas fisik tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga perlu memperoleh dukungan melalui kebiasaan hidup aktif di rumah.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai perkembangan motorik siswa kelas 6 berdasarkan pengalaman serta interaksi mereka di lingkungan sekolah. Metode ini digunakan karena memungkinkan bagi peneliti untuk memperoleh data secara mendalam terhadap kondisi nyata di lapangan. Penelitian

ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru dengan subjek penelitian terdiri dari 22 siswa kelas 6, yang dipilih berdasarkan purposive sampling. Teknik ini digunakan untuk memastikan bahwa sampel yang dipilih sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung agar peneliti mendapatkan informasi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Selain observasi, penelitian ini menggunakan wawancara semi-terstruktur dengan siswa, guru olahraga, dan wali kelas untuk mengeksplorasi hambatan, tantangan, serta strategi untuk meningkatkan perkembangan motorik siswa. Sebagai pendukung, dokumentasi juga diperlukan untuk memperkuat keakuratan data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara.

Untuk menjaga validitas data, peneliti menggunakan teknik triangulasi, baik dari segi sumber maupun teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari berbagai sumber seperti siswa, guru olahraga, dan wali kelas. Triangulasi teknik dilakukan dengan menggabungkan data dari observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Dalam tahap analisis data, peneliti melakukan reduksi data untuk menyeleksi informasi penting, lalu menyajikannya dalam bentuk narasi deskriptif. Kemudian, peneliti menyusun kesimpulan berdasarkan pola-pola temuan yang muncul guna menjawab rumusan masalah dan memberikan rekomendasi yang relevan.

Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai perkembangan motorik siswa dan menjadi bahan pertimbangan dalam perbaikan strategi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Tingkat Perkembangan Motorik Siswa Kelas 6 di SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru

Hasil observasi menunjukkan bahwa perkembangan motorik siswa kelas 6 berada pada kondisi yang beragam. Dari 22 siswa yang diamati, 14 siswa atau 63,6% menunjukkan kemampuan melakukan gerakan dasar dengan baik, seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap bola. Sebanyak 8 siswa atau 36,4% masih menunjukkan kesulitan terutama pada aspek keseimbangan dan koordinasi yang melibatkan tangan dan kaki. Temuan ini menunjukkan bahwa usia dan tingkat kelas yang sama tidak secara otomatis menghasilkan kemampuan motorik yang beragam.

Tabel 1. Tingkat Kemampuan Siswa

Kategori pengamatan	Jumlah siswa	Persentase	Gambaran umum
Kemampuan gerak relatif baik	14	63,6%	Berlari, melompat, serta melempar/menangkap dengan koordinasi relatif baik
Masih mengalami kesulitan	8	36,4%	Terutama pada keseimbangan dan koordinasi tangan-kaki
Total	22	100%	Seluruh subjek penelitian

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan bahwa perkembangan motorik merupakan proses individual yang dipengaruhi oleh pengalaman dan kesempatan latihan [1]. Perbedaan kemampuan tidak semestinya dipahami sebagai kekurangan tetap pada diri siswa. Siswa yang belum terampil dapat memperoleh kemajuan apabila diberikan kesempatan latihan yang sesuai, bertahap, dan mendapatkan umpan balik. Meta-analisis Logan et al. menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar perlu dipelajari, dipraktikkan, dan diperkuat, bukan hanya menunggu proses maturasi berlangsung secara alami [2].

Dalam penelitian ini, siswa yang lebih aktif mengikuti permainan bola, senam, dan aktivitas fisik lainnya terlihat lebih siap melakukan gerakan yang membutuhkan perubahan arah, keseimbangan, serta koordinasi. Pola ini dapat dijelaskan melalui prinsip pengalaman gerak:

semakin sering anak berhadapan dengan situasi gerak yang bervariasi, semakin banyak kesempatan bagi anak untuk menyesuaikan posisi tubuh, mengontrol kekuatan, dan mengoordinasikan gerakan. Namun, hubungan tersebut dalam penelitian ini bersifat deskriptif dan tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat.

Keterampilan motorik juga perlu dilihat sebagai kombinasi antara kemampuan fisik dan kemampuan mengendalikan gerakan. Ketika siswa menggiring bola, misalnya, siswa harus mengatur posisi tubuh, arah pandangan, kekuatan sentuhan kaki, dan kecepatan perpindahan. Demikian pula ketika melakukan senam, siswa harus mempertahankan keseimbangan sambil mengikuti urutan gerak. Aktivitas semacam ini dapat menjadi media pembelajaran yang efektif karena melatih beberapa komponen sekaligus.

Hasil wawancara dengan guru pendidikan jasmani menunjukkan bahwa 12 siswa (54,5%) rutin mengikuti aktivitas seperti senam pagi dan permainan bola, sedangkan 10 siswa (45,5%) dinilai kurang aktif mengikuti kegiatan fisik sekolah. Kelompok yang aktif cenderung menunjukkan penguasaan gerak dasar yang lebih baik. Temuan tersebut mendukung literatur yang menunjukkan bahwa intervensi aktivitas fisik dan pembelajaran keterampilan gerak dapat meningkatkan kompetensi motorik [2], [3].

Dalam perspektif pembelajaran, aktivitas fisik yang efektif bukan hanya aktivitas dengan intensitas tinggi, tetapi aktivitas yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan gerakan secara berulang dengan tujuan yang jelas. Guru dapat memulai dari gerak sederhana, kemudian meningkatkan kompleksitasnya. Misalnya, latihan menangkap bola dapat dimulai dengan bola berukuran besar dan jarak dekat, kemudian dilanjutkan dengan variasi arah dan kecepatan. Pendekatan bertahap seperti ini memungkinkan siswa dengan kemampuan berbeda tetap berpartisipasi.

Rekomendasi WHO mengenai rata-rata 60 menit aktivitas fisik sedang hingga berat per hari memperlihatkan bahwa waktu belajar pendidikan jasmani di sekolah hanyalah salah satu bagian dari total aktivitas harian anak [5]. Oleh karena itu, strategi sekolah sebaiknya tidak hanya berfokus pada penambahan jam pelajaran formal, tetapi juga mengembangkan aktivitas fisik singkat dan aman pada waktu lain, seperti permainan aktif saat istirahat, aktivitas peregangan, kegiatan berbasis gerak di luar kelas, dan ekstrakurikuler.

Hasil wawancara dengan wali kelas juga ditemukan bahwa kebiasaan di rumah berpengaruh pada motorik siswa. Terdapat:

- **59,1% siswa (13 siswa)** cenderung aktif bermain di luar rumah memiliki keseimbangan dan koordinasi yang baik.
- **40,9% siswa (9 siswa)** lebih sering menghabiskan waktu dengan bermain gadget, dan terlihat memiliki koordinasi gerak yang kurang optimal.

Kurangnya aktivitas fisik dapat memperlambat perkembangan motorik dan meningkatkan risiko gaya hidup sedentari. Informasi dari wali kelas menunjukkan bahwa 13 siswa (59,1%) yang cenderung aktif bermain di luar rumah terlihat memiliki keseimbangan dan koordinasi yang lebih baik, sedangkan 9 siswa (40,9%) yang lebih sering menghabiskan waktu dengan bermain gadget terlihat kurang optimal dalam koordinasi gerak. Temuan ini perlu ditafsirkan secara hati-hati. Data penelitian tidak mengukur durasi screen time secara objektif dan tidak melakukan uji statistik, sehingga hasil tersebut tidak dapat digunakan untuk menyatakan bahwa penggunaan gadget secara langsung menyebabkan rendahnya kemampuan motorik.

Meskipun demikian, temuan lapangan konsisten dengan kajian yang menempatkan lingkungan keluarga sebagai salah satu konteks perkembangan keterampilan gerak [7]. Anak membutuhkan kesempatan untuk bergerak, bermain, mencoba, gagal, dan mencoba kembali. Jika waktu luang didominasi aktivitas sedentari, kesempatan tersebut dapat berkurang. Karena itu, pendekatan yang lebih tepat bukan melarang teknologi secara keseluruhan, melainkan menyeimbangkan aktivitas berbasis layar dengan aktivitas fisik dan permainan aktif.

Keluarga dapat mendukung perkembangan motorik melalui aktivitas sederhana yang tidak selalu membutuhkan fasilitas olahraga khusus. Jalan kaki, bersepeda, bermain bola, permainan tradisional, membantu pekerjaan rumah yang sesuai usia, atau melakukan aktivitas rekreasi bersama dapat memberikan pengalaman gerak. Dukungan orang tua juga penting dalam membangun motivasi karena anak cenderung lebih mudah mempertahankan kebiasaan aktif ketika memperoleh contoh dan dorongan dari lingkungan terdekat.



Gambar 1. Aktivitas Fisik Permainan Bola



Gambar 2. Aktivitas Senam

3.2 Peran Lingkungan Sekolah dalam Mendukung Perkembangan Motorik Siswa

Di SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru, mata pelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan satu kali dalam seminggu dengan alokasi 60 menit per kelas berdasarkan informasi yang diperoleh dalam penelitian. Guru menilai waktu tersebut belum selalu cukup untuk memberikan latihan individual kepada siswa yang membutuhkan bantuan tambahan. Kondisi ini menjadi penting karena pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya mencakup praktik keterampilan motorik, tetapi juga pemanasan, penjelasan, demonstrasi, pengorganisasian kelompok, latihan, pendinginan, dan evaluasi.

Literatur menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dapat berkontribusi terhadap peningkatan kompetensi motorik ketika pembelajaran dirancang secara tepat [6]. Oleh karena itu, persoalan tidak semata-mata terletak pada jumlah menit, tetapi juga pada proporsi waktu yang benar-benar digunakan untuk aktivitas gerak bermakna. Fairclough dan Stratton menunjukkan bahwa tidak seluruh waktu pelajaran pendidikan jasmani otomatis menjadi aktivitas intensitas sedang hingga berat [10]. Hal ini menegaskan pentingnya pengelolaan kelas dan desain kegiatan agar siswa memperoleh waktu praktik yang cukup.

Guru dapat meningkatkan efektivitas waktu melalui beberapa strategi. Pertama, menyiapkan peralatan sebelum pembelajaran agar waktu transisi berkurang. Kedua, menggunakan stasiun aktivitas sehingga beberapa kelompok dapat berlatih secara bersamaan. Ketiga, memberikan instruksi singkat dan demonstrasi yang jelas. Keempat, memberikan modifikasi tingkat kesulitan. Kelima, menggunakan penilaian formatif sederhana untuk mengidentifikasi siswa yang memerlukan bantuan lebih lanjut.

Sekolah memiliki lapangan serbaguna dan beberapa peralatan olahraga, tetapi jumlah peralatan masih terbatas. Keterbatasan tersebut dapat memengaruhi jumlah kesempatan siswa untuk melakukan praktik secara bersamaan. Jika satu peralatan digunakan oleh banyak siswa, waktu tunggu meningkat dan waktu aktif bergerak berkurang. Oleh sebab itu, pemenuhan fasilitas sebaiknya tidak hanya dilihat dari ada atau tidaknya alat, tetapi juga dari rasio alat terhadap jumlah siswa, keamanan, kondisi alat, dan kesesuaian dengan jenis aktivitas.

UNESCO menekankan bahwa pendidikan jasmani berkualitas membutuhkan lingkungan yang aman, inklusif, dan memberikan kesempatan berpartisipasi bagi seluruh peserta didik [9].

Dalam konteks sekolah dengan sumber daya terbatas, prinsip tersebut dapat diterapkan melalui pemanfaatan alat sederhana dan modifikasi permainan. Bola dengan ukuran berbeda, garis lapangan, tali, cone sederhana, atau benda aman yang tersedia di lingkungan sekolah dapat digunakan untuk merancang aktivitas koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan manipulatif.

Dengan demikian, keterbatasan fasilitas bukan alasan untuk menghentikan aktivitas motorik. Namun, keterbatasan fasilitas tetap perlu menjadi perhatian dalam perencanaan sekolah. Pengadaan sebaiknya berbasis kebutuhan dan prioritas, misalnya memilih alat yang dapat digunakan untuk banyak jenis keterampilan. Sekolah juga dapat membuat inventarisasi sarana, jadwal penggunaan lapangan, serta prosedur pemeliharaan agar fasilitas yang tersedia memiliki masa pakai lebih panjang.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat kebijakan yang membatasi aktivitas fisik siswa di luar jam pelajaran dengan pertimbangan keamanan. Kebijakan tersebut dapat dipahami karena sekolah bertanggung jawab memastikan keselamatan siswa. Namun, pembatasan yang terlalu luas dapat mengurangi kesempatan anak untuk bergerak. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih seimbang adalah mengatur aktivitas fisik melalui prosedur keselamatan, pengawasan, lokasi yang sesuai, dan jenis permainan yang disetujui.

Sekolah dapat mengembangkan zona aktivitas fisik yang aman selama waktu istirahat atau kegiatan tertentu. Guru piket dapat melakukan pengawasan, sementara aturan permainan disusun sederhana dan mudah dipahami siswa. Pendekatan ini memungkinkan sekolah tetap menjaga keamanan sekaligus memberikan ruang bagi kebutuhan gerak anak. WHO juga menekankan pentingnya menyediakan kesempatan aktivitas fisik yang aman, adil, menyenangkan, bervariasi, dan sesuai usia serta kemampuan anak [5].



Gambar 3. Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah masih terbatas, sementara siswa menunjukkan kebutuhan terhadap variasi aktivitas. Ekstrakurikuler dapat menjadi ruang penguatan karena menyediakan waktu tambahan di luar pembelajaran formal. Program tidak harus langsung diarahkan pada prestasi. Pada tahap dasar, tujuan dapat difokuskan pada partisipasi, kesenangan bergerak, pengembangan keterampilan dasar, kerja sama, dan pembentukan kebiasaan hidup aktif.

Program ekstrakurikuler yang bervariasi juga dapat mengakomodasi perbedaan minat. Sebagian siswa mungkin menyukai permainan bola, sementara yang lain lebih tertarik pada senam, atletik dasar, permainan tradisional, atau aktivitas kebugaran. Variasi tersebut dapat mengurangi kesan bahwa olahraga hanya cocok bagi siswa yang sudah terampil. Prinsip inklusivitas penting agar siswa yang kemampuan motoriknya masih berkembang tetap merasa aman untuk berlatih.

Perbedaan kemampuan motorik yang ditemukan pada 22 siswa menunjukkan bahwa pembelajaran perlu menggunakan prinsip diferensiasi aktivitas. Siswa yang sudah terampil

dapat diberikan tantangan yang lebih kompleks, sedangkan siswa yang mengalami kesulitan memperoleh latihan dasar dengan tingkat kesulitan yang sesuai. Guru dapat menggunakan pendekatan bertahap: demonstrasi, latihan terbimbing, latihan berpasangan, permainan sederhana, dan permainan dengan aturan yang lebih kompleks.

Pada aspek keseimbangan, misalnya, siswa dapat berlatih berjalan mengikuti garis, mempertahankan posisi satu kaki, atau berpindah di antara titik yang ditentukan. Pada aspek koordinasi, latihan dapat berupa lempar-tangkap dengan variasi jarak dan arah. Pada aspek kelincihan, siswa dapat melakukan perubahan arah melalui lintasan sederhana. Aktivitas tersebut dapat disusun dalam bentuk permainan sehingga siswa tidak merasa sedang menjalani latihan berulang.

Penilaian juga sebaiknya tidak hanya menggunakan hasil akhir. Guru dapat mengamati proses: kemampuan mengikuti instruksi, kontrol tubuh, koordinasi, keberanian mencoba, konsistensi gerak, dan perkembangan dari satu pertemuan ke pertemuan berikutnya. Penilaian formatif seperti ini dapat membantu guru mengetahui kebutuhan setiap siswa dan menghindari pemberian label berdasarkan satu kali pengamatan.

3.3 Model Dukungan Terpadu Sekolah dan Keluarga

Berdasarkan keseluruhan temuan, perkembangan motorik siswa dapat didukung melalui pendekatan terpadu yang menghubungkan pembelajaran pendidikan jasmani, aktivitas sekolah, ekstrakurikuler, dan kebiasaan di rumah. Sekolah berperan menyediakan lingkungan dan program; guru berperan merancang pengalaman gerak yang sesuai; siswa berperan aktif dalam latihan; sedangkan keluarga memperkuat kebiasaan hidup aktif di luar sekolah.

Kerangka tersebut sejalan dengan pandangan bahwa peningkatan kompetensi motorik membutuhkan kesempatan latihan yang konsisten dan lingkungan yang mendukung [3], [5]. Dengan demikian, intervensi tidak harus selalu berbentuk program besar. Perubahan kecil tetapi konsisten, seperti penambahan permainan aktif, pemanfaatan fasilitas yang tersedia, dan pemberian latihan bertahap, dapat menjadi bagian dari budaya sekolah yang lebih aktif.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa perkembangan motorik tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu faktor. Siswa yang aktif menunjukkan kemampuan gerak yang relatif lebih baik, tetapi aktivitas tersebut juga mungkin dipengaruhi oleh minat, dukungan keluarga, pengalaman sebelumnya, dan akses terhadap fasilitas. Karena penelitian menggunakan desain deskriptif kualitatif, hubungan sebab-akibat tidak dapat ditentukan. Interpretasi yang lebih tepat adalah bahwa aktivitas fisik dan lingkungan belajar tampak berkaitan dengan variasi kemampuan yang diamati.

Selain itu, ukuran 22 siswa merupakan ukuran kelompok penelitian pada satu kelas dan satu sekolah. Hasil persentase tidak dapat digeneralisasikan ke seluruh siswa sekolah dasar di Pekanbaru. Penelitian lanjutan dapat menggunakan sampel lebih besar dan instrumen pengukuran motorik yang tervalidasi agar perkembangan lokomotor, kontrol objek, dan keseimbangan dapat dinilai secara lebih objektif. Studi longitudinal juga diperlukan untuk melihat perubahan kemampuan setelah program latihan tertentu.

Meskipun memiliki keterbatasan, penelitian ini memberikan nilai praktis karena menghubungkan data observasi dengan konteks nyata sekolah. Guru dapat menggunakan temuan sebagai dasar untuk memperbaiki pengalaman gerak tanpa harus menunggu tersedianya fasilitas yang ideal. Pendekatan berbasis konteks menjadi penting karena program yang efektif di satu sekolah belum tentu dapat diterapkan dengan cara yang sama di sekolah lain.

3.4 Keterbatasan dan Kendala dalam Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, waktu observasi terbatas sehingga tidak seluruh variasi kemampuan siswa dapat diamati pada situasi yang berbeda. Kedua, proses wawancara memiliki keterbatasan waktu dan bergantung pada kemampuan informan mengingat pengalaman aktivitas siswa. Ketiga, keterlibatan orang tua dalam pengumpulan data belum

optimal sehingga informasi mengenai kebiasaan aktivitas fisik di rumah masih bersifat tidak langsung. Keempat, koordinasi dengan pihak sekolah membatasi kedalaman dokumentasi kegiatan. Kelima, penelitian tidak menggunakan tes motorik standar sehingga kategori kemampuan yang disajikan merupakan hasil observasi kontekstual, bukan skor normatif.

Keterbatasan tersebut perlu dipertimbangkan ketika membaca hasil. Persentase 63,6%, 36,4%, 54,5%, 45,5%, 59,1%, dan 40,9% merupakan gambaran distribusi dalam kelompok 22 siswa berdasarkan hasil pengamatan dan informasi yang diperoleh. Angka-angka tersebut tidak dimaksudkan sebagai prevalensi populasi dan tidak menunjukkan tingkat keterlambatan perkembangan secara klinis.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perkembangan motorik siswa kelas 6 SD Muhammadiyah 4 Pekanbaru menunjukkan variasi kemampuan. Dari 22 siswa, 14 siswa (63,6%) menunjukkan kemampuan gerak yang relatif baik, sedangkan 8 siswa (36,4%) masih mengalami kesulitan terutama pada keseimbangan dan koordinasi tangan-kaki. Siswa yang lebih aktif mengikuti kegiatan fisik cenderung memperlihatkan kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi yang lebih baik. Temuan ini memperkuat pentingnya pengalaman gerak yang berulang, bervariasi, dan sesuai kemampuan siswa.

Perkembangan motorik dalam penelitian ini tampak dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan lingkungan. Motivasi dan minat siswa berinteraksi dengan kesempatan aktivitas fisik, kebiasaan di rumah, dukungan guru dan keluarga, fasilitas olahraga, alokasi waktu pendidikan jasmani, serta kesempatan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Karena itu, upaya peningkatan perkembangan motorik perlu dilakukan secara terpadu dan tidak dibebankan hanya kepada guru pendidikan jasmani.

Sekolah disarankan mengoptimalkan waktu pembelajaran pendidikan jasmani melalui kegiatan yang memberikan banyak kesempatan praktik, menerapkan diferensiasi tingkat kesulitan, memperluas aktivitas fisik yang aman di luar jam pelajaran, serta mengembangkan ekstrakurikuler yang lebih beragam. Keterbatasan fasilitas dapat diatasi secara bertahap melalui pengadaan alat prioritas dan pemanfaatan media sederhana. Kebijakan keamanan juga perlu diarahkan pada pengaturan aktivitas yang aman, bukan sekadar pembatasan. Di sisi lain, keluarga dapat mendukung dengan membangun kebiasaan hidup aktif dan menyeimbangkan aktivitas berbasis layar dengan permainan atau kegiatan fisik.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas, menggunakan instrumen penilaian motorik yang terstandar, mengukur aktivitas fisik secara objektif, serta menguji program intervensi tertentu. Dengan demikian, penelitian berikutnya dapat menghasilkan bukti yang lebih kuat mengenai strategi yang paling efektif untuk meningkatkan kompetensi motorik siswa sekolah dasar.

Meskipun sekolah telah menyediakan fasilitas olahraga dan program ekstrakurikuler, keterbatasan waktu pendidikan jasmani serta kebijakan sekolah yang membatasi aktivitas fisik menjadi tantangan utama. Oleh karena itu, diperlukan strategi dalam peningkatan frekuensi latihan motorik, pemanfaatan fasilitas yang lebih optimal, serta kebijakan yang mendukung aktivitas fisik siswa yang menunjang perkembangan motorik secara maksimal.

Daftar Pustaka

- [1] K. M. Haywood and N. Getchell, *Life Span Motor Development*, 7th ed. Champaign, IL, USA: Human Kinetics, 2019.
- [2] S. W. Logan, L. E. Robinson, A. J. Rudisill, J. C. Wadsworth, and A. R. Morera, "Getting the fundamentals of movement: A meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children," *Child: Care, Health and Development*, vol. 38, no. 3, pp. 305–315, 2012, doi: 10.1111/j.1365-2214.2011.01307.x.

- [3] S. W. Logan et al., “Effect of intervention programs to promote fundamental motor skills among typically developing children: A systematic review and meta-analysis,” *Journal of Adolescent Health*, 2023.
 - [4] A. De Meester et al., “Identifying a motor proficiency barrier for meeting physical activity guidelines in children,” *Journal of Science and Medicine in Sport*, vol. 21, no. 1, pp. 58–62, 2018, doi: 10.1016/j.jsams.2017.05.007.
 - [5] World Health Organization, *WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour*. Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2020, doi: 10.1001/jamapediatrics.2020.2691.
 - [6] M. C. M. da Costa et al., “The effects of physical education on motor competence in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis,” *Sports*, vol. 8, no. 6, Art. no. 88, 2020, doi: 10.3390/sports8060088.
 - [7] W. Cools, K. De Martelaer, C. Samaey, and C. Andries, “Fundamental movement skill performance of preschool children in relation to family context,” *Journal of Sports Sciences*, vol. 29, no. 7, pp. 649–660, 2011, doi: 10.1080/02640414.2010.551540.
 - [8] E. K. Webster, C. K. Martin, and A. E. Staiano, “Fundamental motor skills, screen-time, and physical activity in preschoolers,” *Journal of Sport and Health Science*, vol. 8, pp. 114–121, 2019, doi: 10.1016/j.jshs.2018.11.006.
 - [9] UNESCO, *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for Policy-Makers*. Paris, France: UNESCO, 2015.
 - [10] S. Fairclough and G. Stratton, “‘Physical education makes you fit and healthy’: Physical education’s contribution to young people’s physical activity levels,” *Health Education Research*, vol. 20, no. 1, pp. 14–23, 2005, doi: 10.1093/her/cyg101.
 - [11] Z. Khodaverdi, W. O’Brien, M. Duncan, and C. C. T. Clark, “Motor competence interventions in children and adolescents—Theoretical and atheoretical approaches: A systematic review,” *Journal of Sports Sciences*, vol. 40, no. 20, pp. 2233–2266, 2022, doi: 10.1080/02640414.2022.2148897.
 - [12] M. S. Tremblay et al., “Canadian 24-hour movement guidelines for children and youth: An integration of physical activity, sedentary behaviour, and sleep,” *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, vol. 41, no. 6, Suppl. 3, pp. S311–S327, 2016, doi: 10.1139/apnm-2016-0151.
 - [13] A. T. Jaakkola, N. Wang, J. S. Sääkslahti, and T. Liukkonen, “What factors are associated with children’s motor competence?” *Journal of Sports Sciences*, 2024.
-