

PROFIL KETERAMPILAN GERAK DASAR LOKOMOTOR SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 23 LUBUK ALUNG KABUPATEN PADANG PARIAMAN

Luzy Syahrani¹, Ibnu Andli Marta², Syahrial Bakhtiar³, Lucy Oktavani⁴
Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang,
Indonesia

luzysyahrani40@gmail.com¹, ibnuandlimarta@fik.unp.ac.id²,
syahrial@fik.unp.ac.id³, lucyoktavani88@fik.unp.ac.id⁴

ABSTRACT

This study aims to describe the locomotor skills profile of students at State Elementary School 23 Lubuk Alung, Padang Pariaman Regency. This research is expected to provide a clear overview of students' locomotor skill conditions and serve as a basis for improving physical education. This research employs a descriptive method with a quantitative approach. The sample consists of 36 students selected using a purposive sampling technique. The instrument utilized is the Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2) subtest, focusing on locomotor skills. Data were analyzed using percentage descriptive statistical techniques with a 5-point scale application to determine students' ability classification. The results indicate that out of 36 students: (1) 3 students (8.33%) are classified as "Excellent"; (2) 8 students (22.22%) "Good"; (3) 13 students (36.11%) "Fair"; (4) 10 students (27.78%) "Poor"; and (5) 2 students (5.56%) "Very Poor". The average locomotor score is 30 points with a standard deviation of 5.02 (Fair category). These findings indicate the need for enhanced, structured physical education and full teacher support.

Keywords: Locomotor skills, elementary school, student, tgmd-2, physical education

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan profil keterampilan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai kondisi keterampilan lokomotor siswa serta menjadi dasar bagi perbaikan pembelajaran jasmani di sekolah. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari 36 orang siswa yang ditentukan melalui teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah subtes *Test of Gross Motor Development-2* (TGMD-2) yang berfokus pada keterampilan lokomotor. Data penelitian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif persentase dengan penerapan skala 5 untuk menentukan klasifikasi kemampuan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 siswa: (1) Terdapat sebanyak 3 orang siswa (8,33%) masuk klasifikasi "Baik Sekali"; (2) Pada klasifikasi "Baik" terdapat sebanyak 8 orang siswa (22,22%); (3) Pada klasifikasi "Sedang" terdapat sebanyak 13 orang siswa (36,11%); (4) Kemudian pada klasifikasi "Kurang" terdapat sebanyak 10 orang siswa (27,78%); (5) Terakhir pada klasifikasi "Kurang Sekali" terdapat

sebanyak 2 orang siswa (5,56%). Rata-rata skor keterampilan lokomotor siswa adalah 30 poin dengan standar deviasi 5,02 (kategori Sedang). Temuan ini mengindikasikan perlunya peningkatan pembelajaran jasmani terstruktur dan dukungan penuh guru.

Kata Kunci: Keterampilan lokomotor, siswa, sekolah dasar, tgmd-2, pjok

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan landasan utama dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Sistem pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup pengembangan fisik, sosial, emosional, serta karakter siswa secara menyeluruh. Mata pelajaran yang mengintegrasikan semua aspek tersebut menjadi sangat penting untuk menunjang pembentukan siswa yang holistik.

Salah satu komponen esensial dalam sistem pendidikan formal di Indonesia adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). PJOK merupakan mata pelajaran yang dirancang untuk mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, serta pemahaman perilaku hidup sehat sejak usia dini. Sebagai bagian dari kurikulum sekolah dasar, pembelajaran PJOK juga berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan motorik dasar seperti kekuatan, koordinasi, kecepatan,

keseimbangan, dan kelincahan, PJOK memiliki tujuan strategis untuk memperkuat kemampuan fisik dan mental siswa dalam aktivitas gerak terencana (Prakasa et al., 2025).

Dengan demikian, PJOK tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan fisik semata, tetapi juga berperan dalam membentuk karakter, disiplin, kerja sama, serta sikap sportif pada siswa. Melalui berbagai aktivitas gerak yang sistematis dan terstruktur, siswa dapat mengembangkan keterampilan dasar yang menjadi fondasi bagi aktivitas fisik yang lebih kompleks di masa mendatang. Dalam konteks pendidikan dasar, penguasaan keterampilan gerak dasar, seperti gerak lokomotor dan objek kontrol (Putri dkk, 2026). Keterampilan gerak lokomotor memiliki peran yang sangat mendasar, karena menjadi fondasi bagi berbagai aktivitas gerak yang sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dan dalam pembelajaran PJOK.

Gerak lokomotor merupakan

kemampuan tubuh untuk berpindah tempat dari satu titik ke titik lainnya, seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat. Kemampuan ini tidak hanya berpengaruh terhadap perkembangan fisik siswa, tetapi juga dapat meningkatkan rasa percaya diri serta mendorong keaktifan dalam berbagai aktivitas fisik. Siswa yang menguasai gerak lokomotor dengan baik akan lebih mudah berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dan permainan, serta mampu melakukan gerakan secara efektif dan aman. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan gerak lokomotor sejak usia dini menjadi hal yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa masih banyak siswa sekolah dasar di Indonesia yang belum menguasai keterampilan gerak dasar secara optimal. Kemampuan gerak dasar siswa kelas 1 hingga 4 sekolah dasar masih banyak yang berada di bawah tingkat perkembangan usia yang semestinya, khususnya dalam keterampilan lokomotor (Syahputra et al., 2021). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara harapan dan

kenyataan di lapangan. Oleh karena itu, untuk memperoleh gambaran yang lebih nyata, dilakukan pengamatan langsung guna mengetahui kondisi keterampilan gerak dasar lokomotor siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 18 November 2025 di Sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman, pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung ketika guru mengajak siswa melakukan kegiatan berlari, berlari zig-zag, dan melompat melewati rintangan cone, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar seperti berlari dengan koordinasi yang baik, serta kesulitan mempertahankan keseimbangan saat mendarat melewati cone. Kondisi ini dapat berdampak pada kemampuan siswa dalam mengembangkan keterampilan motorik yang lebih kompleks di masa mendatang.

Rendahnya keterampilan gerak dasar lokomotor dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain keterbatasan sarana dan prasarana serta rendahnya aktivitas fisik siswa di luar jam sekolah akibat tingginya penggunaan teknologi digital atau

aktivitas sedentari berbasis teknologi. Hal ini semakin memperburuk kondisi perkembangan keterampilan gerak dasar lokomotor siswa.

Untuk mengatasi permasalahan ini, peran guru sangat penting dalam menjalankan proses pembelajaran, terutama dalam mengajarkan gerak dasar lokomotor di sekolah dasar. Selain itu, guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) harus juga memperhatikan berbagai elemen yang berhubungan dengan alat pengajaran yang diterapkan. Oleh karena itu, proses pembelajaran dalam Pendidikan jasmani untuk siswa sekolah dasar biasanya melibatkan aspek permainan yang menyenangkan. Ini dapat memberikan efek yang menguntungkan bagi siswa, seperti meningkatkan rasa kebersamaan, kepercayaan kepada rekan, dukungan, dan juga kerjasama diantara peserta didik.

Dengan memperhatikan uraian di atas dapat diketahui gerak dasar lokomotor sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang siswa, tetapi sampai saat ini di Sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman belum pernah diadakan penelitian tentang profil keterampilan gerak dasar

lokomotor. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul Profil Keterampilan Gerak Dasar Locomotor Siswa di Sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman. Serta Faktor-faktor yang mempengaruhinya, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik anak.

B. Metode

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, pengertian deskriptif menurut Zellatifany dkk (2018) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya”. Jadi penelitian yang akan penulis lakukan adalah mengungkapkan data yang ditemui di lapangan yaitu tentang gambaran keterampilan gerak dasar lokomotor pada siswa Sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman.

Adapun teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah *Purposive sampling* yang merupakan

teknik pengumpulan sampel ditentukan oleh peneliti menimbang beberapa hal (Asnaldi, 2026; Ilham et al., 2026; Marta & Oktarifaldi, 2020). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini di ambil dari buku *Test of Gross Motor Skill Development* edisi ke-2 (TGMD-2) yang disusun oleh Dale A. Ulrich, (dalam Bakhtiar 2018). *Run* (lari), *Gallop* (langkah kuda), *Hop* (lompat dengan satu kaki), *Leap* (lari diiringi dengan melompat), *Horizontal Jump* (melompat satu arah sejauh mungkin), dan *Slide* (lari menyamping).

Setelah mengetahui Mean dan Standar Deviasi, dilakukan penyusunan skor mentah diubah ke dalam nilai standar skala 5 yaitu A (Baik Sekali), B (Baik), C (Sedang), D (Kurang) dan E (Kurang Sekali). Standar skala 5 patokan yang digunakan adalah:

Tabel 1. Skala 5

Rumus	Kategori
>M+(1.5. SD)	A
M+(0.5. SD) S/D M+(1.5.SD)	B
M-(0.5. SD) S/D M+(0,5.SD)	C
M-(1,5. SD)) S / D - M(0,5.SD)	D
<M-(1,5. SD)	E

Sumber: Syarifudin (2019)

Untuk mengolah data mengenai profil keterampilan lokomotor siswa

sekolah Dasar Negeri 23 Lubuk Alung dilakukan dengan teknik presentase yaitu:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi Responden

N = Jumlah Responden

C. Hasil

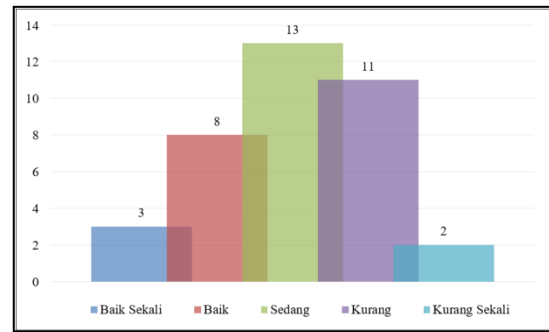
Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan beberapa waktu lalu terkait dengan keterampilan lokomotor siswa di SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman, peneliti menemukan bahwa rata-rata keterampilan yang mereka miliki adalah 30 poin yang mana nilai ini berada pada klasifikasi “Sedang” dalam kelas interval yang disusun berdasarkan penggunaan rumus skala 5. Nilai standar deviasi pada penelitian ini adalah sebesar 5,02. Nilai tertinggi yang didapatkan siswa adalah 40 poin yang mana angka ini masuk ke dalam klasifikasi “Baik Sekali” dan dengan nilai terendah 20 poin yang mana angka ini berada pada klasifikasi “Kurang Sekali”. Berikut peneliti telah membuatkan dalam bentuk table distribusi frekuensi.

Tabel 2. Distribusi frekuensi data keterampilan lokomotor siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman

Kelas Interval	FA	FR	Keterangan
> 38	3	8,33%	Baik Sekali
33 - 37	8	22,22%	Baik
28 - 32	13	36,11%	Sedang
23 - 27	10	27,78%	Kurang
<22	2	5,56%	Kurang Sekali
Jumlah	36	100%	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan table di atas, dari 36 orang siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman hanya sebanyak 3 orang siswa atau 8,33% yang masuk kedalam klasifikasi “Baik Sekali” dengan kelas interval >38. Pada klasifikasi 33 – 37 terdapat sebanyak 8 orang siswa atau 22,22% yang masuk ke dalam klasifikasi “Baik”. Pada klasifikasi 28 - 32 terdapat sebanyak 13 orang siswa atau 36,11% yang masuk ke dalam klasifikasi “Sedang”. Selanjutnya pada klasifikasi 23 – 27 terdapat sebanyak 11 orang siswa atau 27,78% yang masuk ke dalam klasifikasi “Kurang”. Terakhir, pada klasifikasi >22 terdapat sebanyak 2 orang siswa atau 5,56% yang masuk ke dalam klasifikasi “Sangat Kurang”.



Gambar 1. Histogram keterampilan lokomotor siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman

PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai profil keterampilan lokomotor siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman menunjukkan variasi distribusi kemampuan yang cukup beragam sekaligus menuntut perhatian khusus dari para praktisi pendidikan. Berdasarkan tes yang dilakukan terhadap 36 siswa yang menjadi sampel penelitian, data yang diperoleh dikelompokkan ke dalam beberapa klasifikasi standar performa gerak. Secara rinci, dari keseluruhan sampel, hanya terdapat 3 orang siswa atau setara dengan 8,11% yang berhasil mencapai klasifikasi Baik Sekali dengan raihan interval skor >38. Selanjutnya, terdapat 8 siswa (21,62%) yang menempati klasifikasi Baik dengan perolehan skor pada interval 33–37. Porsi terbesar dari populasi sampel terkonsentrasi pada

klasifikasi Sedang, yaitu sebanyak 13 orang siswa (35,14%) dengan interval skor 28–32. Sementara itu, pada kelompok kemampuan di bawah rata-rata, terdapat 11 siswa (29,73%) yang masuk ke dalam klasifikasi Kurang dengan rentang skor 23–27, dan sisa persentase lainnya yang juga berjumlah 11 siswa (29,73%) berada pada klasifikasi Kurang Sekali dengan perolehan skor ≤ 22 . Secara akumulatif, distribusi empiris ini memperlihatkan fenomena yang krusial bahwa sebagian besar siswa, yaitu lebih dari 60% jika mengombinasikan kategori Sedang, Kurang, dan Kurang Sekali, masih berada pada tingkat kemampuan yang belum optimal. Dominasi performa pada tingkat menengah ke bawah ini mengindikasikan adanya gap yang nyata antara kompetensi gerak yang ideal dan realitas kapasitas fisik siswa di lapangan, sehingga keterampilan lokomotor mereka belum berkembang secara optimal sesuai dengan tahapan usianya.

Keterampilan lokomotor itu sendiri merupakan salah satu pilar utama dalam domain perkembangan fisik anak usia sekolah dasar yang tidak boleh diabaikan. Menurut Gallahue &

Ozman, keterampilan lokomotor merupakan bagian fundamental dari *fundamental motor skills* (FMS) yang berfungsi sebagai batu pijakan atau dasar bagi penguasaan keterampilan olahraga yang jauh lebih kompleks di kemudian hari (Bakhtiar, 2018).

Keterampilan ini tidak berdiri sendiri, melainkan mencakup serangkaian pola gerakan dinamis yang melibatkan perpindahan tubuh dari satu titik ke titik lain, seperti berlari, melompat, meluncur, dan meloncat. Kemampuan-kemampuan tersebut bukan sekadar aktivitas bermain biasa, melainkan cerminan dari kematangan sistem saraf pusat dan alat gerak anak yang sangat penting dalam perkembangan motorik kasar anak usia sekolah dasar.

Apabila keterampilan lokomotor ini belum mampu berkembang dengan baik pada fase usia emas sekolah dasar, maka dampak jangka panjangnya akan sangat merugikan anak karena mereka akan mengalami keterbatasan yang signifikan dalam mengikuti berbagai aktivitas fisik, permainan kelompok, maupun cabang olahraga di tingkat lanjut yang membutuhkan koordinasi tubuh yang lebih rumit. Fenomena ini sejalan dengan pendapat Clark dalam

Rahmawati (2023) yang menekankan bahwa perkembangan motorik anak bersifat progresif, sekuensial, dan kumulatif, yang berarti kemampuan gerak tidak terjadi secara instan atau tumbuh dengan sendirinya seiring bertambahnya usia, melainkan membutuhkan stimulasi yang terencana, tepat, dan berkelanjutan melalui proses pembelajaran jasmani yang bermutu di sekolah.

Melihat distribusi hasil penelitian di SDN 23 Lubuk Alung yang menunjukkan dominasi kuat pada kategori Sedang dan Kurang, realitas ini dapat diinterpretasikan sebagai indikasi kuat bahwa para siswa belum mendapatkan stimulasi gerak yang memadai, baik di lingkungan domestik maupun sekolah. Kondisi fisik yang kurang terlatih ini memicu lahirnya fenomena yang disebut oleh Seefeldt dalam Saraiva dkk. (2024) sebagai *proficiency barrier* atau hambatan kemahiran, yaitu suatu kondisi kritis di mana seorang anak yang tidak mampu menguasai keterampilan dasar motorik, seperti berlari yang efisien atau melompat dengan keseimbangan yang baik, akan mengalami kesulitan yang sangat besar atau bahkan frustrasi ketika mencoba mengembangkan

keterampilan olahraga yang lebih kompleks seperti teknik dasar sepak bola, bola basket, atau atletik.

Hambatan kemahiran ini bertindak sebagai dinding pembatas yang memutus rantai perkembangan kemampuan olahraga anak, sehingga rendahnya tingkat keterampilan lokomotor pada sebagian besar siswa bukan sekadar masalah nilai di atas kertas, melainkan ancaman nyata yang dapat menjadi hambatan serius dalam partisipasi aktif mereka terhadap aktivitas jasmani, penurunan kebugaran, hingga keengganan berolahraga di masa depan akibat rasa kurang percaya diri atas kemampuan fisik mereka sendiri.

Temuan dalam penelitian ini tidak berdiri sendiri, melainkan memperkuat pola yang telah ditemukan oleh beberapa peneliti terdahulu di wilayah Sumatra Barat. Penelitian yang dilakukan oleh Syahputra dkk. (2025) mengenai keterampilan motorik dasar siswa sekolah dasar di Kota Padang menemukan potret yang serupa, di mana sebagian besar siswa berada pada kategori sedang dengan hanya sebagian kecil yang mampu mencapai kategori baik sekali.

Kemiripan hasil ini menunjukkan adanya pola umum atau tren regional

bahwa perkembangan keterampilan lokomotor anak sekolah dasar di daerah tersebut memang masih berada pada level yang perlu ditingkatkan secara masif. Demikian pula, penelitian oleh Marta dan Syahputra (2025) tentang profil keterampilan lokomotor siswa sekolah dasar di Kecamatan Baringin, Kabupaten Tanah Datar memperlihatkan data empiris bahwa mayoritas siswa terkonsentrasi pada kategori sedang.

Sinkronisasi data dari berbagai wilayah ini menegaskan sebuah kesimpulan makro bahwa ada urgensi yang nyata bagi pengambil kebijakan pendidikan dan praktisi olahraga untuk segera melakukan intervensi melalui perencanaan pembelajaran jasmani yang jauh lebih terstruktur, kreatif, dan berorientasi pada pengayaan gerak dasar, bukan sekadar mengejar pemenuhan kurikulum berbasis kognitif semata.

Rendahnya kualitas keterampilan lokomotor siswa di sekolah ini tentu tidak terjadi secara instan, melainkan dipengaruhi oleh akumulasi dari beberapa aspek multisektoral yang saling berkaitan. Faktor pertama yang paling dominan adalah kurangnya intensitas dan kualitas pembelajaran

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah.

Menurut Bailey dalam Harahap (2025), pendidikan jasmani yang dirancang secara tidak terstruktur, monoton, dan kurang intensif akan berdampak langsung pada rendahnya kualitas perkembangan keterampilan motorik anak karena jam pelajaran PJOK yang terbatas sering kali habis untuk urusan administratif atau teori, sehingga *active learning time* siswa untuk bergerak secara fungsional sangat minim.

Faktor kedua adalah minimnya kesempatan anak untuk bermain aktif di luar jam sekolah akibat gaya hidup modern yang telah menggeser preferensi bermain anak-anak. Generasi masa kini lebih banyak menghabiskan waktu dengan aktivitas sedentari, seperti menonton televisi secara berlebihan atau bermain gawai, yang membuat otot dan koordinasi saraf mereka jarang dilatih untuk merespons tantangan lingkungan fisik.

Faktor ketiga melibatkan lingkungan fisik dan sosial yang kurang mendukung, di mana keterbatasan sarana dan prasarana olahraga di sekolah, seperti halaman bermain yang sempit atau tidak

adanya peralatan modifikasi yang aman, secara drastis mengurangi kesempatan anak untuk mengeksplorasi dan berlatih keterampilan lokomotor mereka secara bebas di lingkungan sekolah.

Jika dikomparasikan dengan studi berskala internasional, hasil penelitian ini memiliki benang merah yang sama dengan temuan Hardy dkk. dalam Yudanto (2020) yang mengkaji keterampilan motorik anak sekolah dasar di Australia. Studi mereka menemukan bahwa sebagian besar anak di sana juga berada pada kategori sedang dengan hanya sebagian kecil yang mencapai performa terbaik, yang memberikan perspektif baru bahwa krisis keterampilan lokomotor bukan hanya menjadi problem lokal di Kabupaten Padang Pariaman saja, melainkan telah menjelma menjadi isu global yang menuntut perhatian serius dari dunia pendidikan internasional.

Lebih lanjut, penelitian longitudinal oleh Goodway & Branta dalam Goodway dkk (2019) menegaskan dampak fatal dari pengabaian ini, di mana anak-anak yang tidak mendapatkan kesempatan atau bimbingan yang tepat untuk berlatih keterampilan motorik dasar sejak usia

dini akan mengalami keterlambatan perkembangan motorik yang menetap. Keterlambatan ini mengakibatkan mereka mengalami kesulitan kronis dalam menguasai keterampilan olahraga yang lebih kompetitif di masa remaja (Putri dkk., 2024). Relevansi temuan ini terhadap kondisi siswa SDN 23 Lubuk Alung sangat kuat, karena jika mayoritas siswa yang berada di kategori sedang dan kurang ini dibiarkan tanpa penanganan, maka generasi ini berisiko mengalami penurunan tingkat kebugaran dan partisipasi olahraga yang masif saat mereka beranjak dewasa.

Dari perspektif praktis di lapangan, hasil penelitian ini memberikan implikasi kebijakan dan instruksional yang sangat penting bagi guru PJOK, khususnya di SDN 23 Lubuk Alung. Guru tidak bisa lagi menggunakan metode konvensional yang berorientasi pada cabang olahraga prestasi secara langsung, melainkan harus mampu merancang dan memodifikasi program pembelajaran yang menitikberatkan pada stimulasi keterampilan lokomotor melalui aktivitas sirkuit gerak, permainan tradisional yang bervariasi, menyenangkan, serta ramah terhadap

tahap perkembangan psikofisik anak.

Menurut Graham dkk. dalam Permana (2020), pembelajaran jasmani yang efektif dan inklusif harus berfokus pada penguatan landasan keterampilan motorik dasar secara matang sebelum melangkah pada pengajaran taktik dan keterampilan cabang olahraga yang rumit. Guru PJOK dituntut menciptakan lingkungan belajar yang kaya akan gerak, memberikan remedi gerak, serta menyediakan porsi waktu yang lebih banyak bagi siswa untuk berlari, melompat, merangkak, dan meloncat lewat metode bermain yang kompetitif namun tetap aman bagi anak.

Di sisi lain, penyelesaian masalah ini tidak bisa dibebankan kepada pihak sekolah semata, karena keterlibatan aktif orang tua di rumah memegang peranan yang sama besarnya dalam menunjang perkembangan anak. Stodden dkk. dalam Praxedes dkk. (2024) menekankan bahwa dukungan emosional dan fasilitasi keluarga dalam menyediakan waktu serta ruang bermain aktif di lingkungan rumah akan mempercepat akselerasi perkembangan keterampilan motorik anak.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini

direkomendasikan untuk dijadikan pijakan bagi sekolah dalam mengedukasi orang tua siswa agar kerja sama sinergis antara sekolah dan rumah mampu membatasi waktu penggunaan gawai dan menggantinya dengan aktivitas fisik luar ruangan yang produktif di sore hari. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa profil keterampilan lokomotor siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman masih berada pada level yang mengkhawatirkan karena didominasi secara masif oleh kategori Sedang dan Kurang.

Kondisi empiris ini merupakan sinyal nyata akan perlunya tindakan intervensi yang cepat dan sistematis melalui restrukturisasi pembelajaran jasmani yang lebih intensif oleh guru PJOK, pemenuhan serta modifikasi sarana olahraga oleh pihak manajemen sekolah, serta dukungan penuh dari orang tua dalam memfasilitasi aktivitas fisik di lingkungan rumah agar siswa memiliki fondasi motorik yang kuat, adaptif, dan siap untuk menguasai berbagai keterampilan olahraga yang lebih kompleks di masa depan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keterampilan lokomotor siswa SDN 23 Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman, diperoleh rata-rata skor 30 poin dengan standar deviasi 5,02, yang menempatkan mayoritas siswa pada klasifikasi *Sedang*. Nilai tertinggi mencapai 40 poin (*Baik Sekali*), sedangkan nilai terendah 20 poin (*Kurang Sekali*). Distribusi menunjukkan 3 siswa (8,11%) berada pada kategori *Baik Sekali*, 8 siswa (21,62%) pada kategori *Baik*, 13 siswa (35,14%) pada kategori *Sedang*, serta 11 siswa (29,73%) masing-masing pada kategori *Kurang* dan *Kurang Sekali*. Temuan ini menegaskan perlunya peningkatan pembelajaran jasmani terstruktur.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A. (2026). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Karate Kumite Junior Putra Dojo FORKI Kota Sungai Penuh. *Jurnal JPDO*, 9(1), 313-322.
- Bakhtiar, S. *Merancang pembelajaran gerak dasar anak*. Padang, UNP PRESS, 2018.
- Goodway, J. D., Famelia, R., Brian, A., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2019). Promoting motor development and early years physical literacy in young children. In *Handbook of research on the Education of Young Children* (pp. 65-82). Routledge.
- Harahap, M. F. (2025). Softball Olahraga Menyenangkan. *Normalisasi Olahraga Dan Aktivitas Fisik Di Era Digital: Tantangan Menuju Indonesia Emas, 2045*, 91.
- Ilham, M., Atradinal, A., Bakhtiar, S., & Marta, I. A. (2026). Profil Kondisi Fisik Atlit Dayung Bukit Sepakat Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 9(3), 1105-1114.
- Marta, I. A., & Oktarifaldi, O. (2020). Koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan dribbling sepakbola. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 1-14.
- Marta, I. A., & Syahputra, R. (2025). Studi Deskriptif Fundamental Motor Skills: Analisis Keterampilan Locomotor Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Baringin Kabupaten Tanah Datar. *Borneo Physical Education Journal*, 6(2).
- Permana, R. (2020). *Teori dan praktik: Pendidikan jasmani di perguruan tinggi*. Edu Publisher.
- Prakasa, R., Hidayat, T., & Saputra, Y. M. (2025). Pembelajaran PJOK dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan perkembangan motorik peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 21(1), 33-44.
- Praxedes, P., Maia, J., Santos, C., Garbeloto, F., Hedeker, D., Barreira, T. V., ... & Pereira, S. (2024). Associations of obesity, movement behaviors, and socioeconomic status with fundamental movement skills in children: Results from the REACT project. *American*

- Journal of Human Biology*, 36(7), e24108.
- Putri, L. P., Syahputra, R., Afrian, H., Naldi, J., & Bakhtiar, S. (2026). Assessing Fundamental Motor Skills And Sex Across Different Age Groups Of Elementary School-Aged Children. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(1), 27-38.
- Putri, M., Bakhtiar, S., Bafirman, B., Ihsan, N., & Putri, L. P. (2024). The role of learning strategies on object control skills is reviewed from coordination in children. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 10(1), 139-156.
- Rahmawati, I. (2023). *Pengaruh Media Sepatu Pintar Terhadap Kemampuan Motorik Halus Pada Anak Kelompok B Di TK ABA Weru* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Saraiva Flôres, F., Paschoal Soares, D., Willig, R. M., Reyes, A. C., & Silva, A. F. (2024). Mastering movement: A Cross-sectional investigation of motor competence in children and adolescents engaged in sports. *Plos one*, 19(5), e0304524.
- Syahputra, R., Afrian, H., Naldi, J., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2025). Profil dan Perbandingan Profil FMS Berdasarkan Usia Siswi SD di Kota Padang. *Borneo Physical Education Journal*, 6(2).
- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Marta, I. A., & Putri, L. P. (2021). The Profile of Students' Locomotor Skills Level in Elementary School. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 138-150.
- Syarifudin, B. (2019). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi
- Yudanto, Y. (2020). Pengaruh model aktivitas jasmani berbasis perseptual motorik terhadap gerak dasar manipulatif anak taman kanak-kanak. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 92-104.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe penelitian deskripsi dalam ilmu komunikasi. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83-90.