

**PENGARUH PERMAINAN HALANG RINTANG DENGAN METODE
TEAM GAMES TOURNAMENT (TGT) TERHADAP KETERAMPILAN
MOTORIK KASAR SISWA KELAS 5 MI ALMA`ARIF 3 LANGLANG
SINGOSARI**

SKRIPSI

Oleh

Nadia Luthfiyah Ambarsari

NIM. 210103110118



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

**PENGARUH PERMAINAN HALANG RINTANG DENGAN METODE
TEAM GAMES TOURNAMENT (TGT) TERHADAP KETERAMPILAN
MOTORIK KASAR SISWA KELAS 5 MI ALMA`ARIF 3 LANGLANG
SINGOSARI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri
Malang untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Strata
Satu Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Oleh

Nadia Luthfiyah Ambarsari

NIM. 210103110118



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang Singosari.” oleh Nadia Luthfiyah Ambarsari telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan ke sidang ujian.

Pembimbing



Dr. Bintoro Widodo, M.Kes

NIP. 197604052008011018

Mengetahui,



Ahmad Abtokhi, M.Pd

NIP. 197610032003121004

HALAMAN PENGESAHAN

**Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode Team Games Tournament (TGT)
Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang
Singosari**

SKRIPSI

Dipersembahkan dan disusun oleh

Nadia Luthfiah Ambarsari


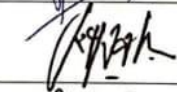
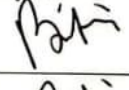

(210103110118)

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 11 Maret 2026 dan dinyatakan

LULUS

Serta diterima sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar strata satu

Sarjana Pendidikan (S, Pd)

Dosen Penguji	Tanda Tangan
Ketua Sidang Dr. Dwi Masdi Widada, S.S, M.Pd NIP. 198205142015031003	
Anggota Penguji Ratna Nulinnaja, M.Pd.I NIP. 198912102023212048	
Sekretaris Sidang Dr. Bintoro Widodo, M.Kes NIP. 197604052008011018	
Pembimbing Dr. Bintoro Widodo, M.Kes NIP. 197604052008011018	

Mengesahkan,
 Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. H. Muhammad Walid, MA.
 NIP. 19730823200003100

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Luthfiah Ambarsari
NIM : 210103110118
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri, bukan plagiasi dari karya yang telah ditulis atau diterbitkan orang lain. Adapun pendapat atau temuan orang lain dalam tugas akhir skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai kode etik penulisan karya ilmiah dan dicantumkan dalam daftar rujukan. Apabila di kemudian hari ternyata skripsi ini terdapat unsur-unsur plagiasi, maka saya bersedia untuk diproses sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Malang, 11 Desember 2025

Peneliti



Nadia Luthfiah Ambarsari

NIM 210103110118

NOTA DINAS PEMBIMBING

Malang, 11 Desember 2025

PEMBIMBING

Dr. Bintoro Widodo, M.Kes

Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK)

Nota Dinas Pembimbing

Hal : Skripsi Nadia Luthfiah Ambarsari

Lamp :

Yang Terhormat,

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK)

UIN Maliki Malang

Di Malang

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa bimbingan baik dari segi isi, bahasa dan teknik penulisan, maka skripsi dari mahasiswa:

Nama : Nadia Luthfiah Ambarsari

NIM : 210103110118

Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

Maka selaku pembimbing, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut layak diajukan untuk diujikan. Demikian kami sampaikan terima kasih

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing,

**Dr. Bintoro Widodo, M.Kes**

NIP. 197604052008011018

LEMBAR MOTTO

“Sebenarnya tidak ada yang perlu dikhawatirkan, Allah memang tidak menjanjikan hidupmu selalu mudah. Tapi, dua kali Allah berjanji bahwa: *Fa inna*

ma`al `usri yusroo. Inna ma`al `usri yusroo”

(Q.S. Al Insyirah: 5-6)

“Everything is going to be alright maybe not today, but eventually”

(Frank Ocean)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil`alamin. Puji syukur tiada hentinya saya ucapkan kepada Allah SWT dan Rasulullah SAW atas kehadiran dan rahmat Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, karya tulis ini penulis persembahkan kepada :

1. Kepada cinta pertamaku, Almarhum Bapak Ariyono sosok yang selalu hidup dalam ingatan dan hati penulis. Meski kini telah tiada, cinta, doa, dan segala pengorbanannya akan selalu menjadi pijakan terkuat dalam hidup. Terima kasih telah menjadi bagian dari ziarah batinku.
2. Pintu surgaku, Ibu Samnatun sosok perempuan hebat yang menjadi tulang punggung keluarga sekaligus menjalankan dua peran orang tua bagi anaknya. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan cinta yang tak pernah putus serta doa yang selalu dilangitkan di setiap sholatnya sehingga putrinya dapat menyelesaikan program studinya sampai selesai dan lancar.
3. Kakakku Candra Dwi dan Rina Oktaviani. Terima kasih atas semangat yang diberikan dan menjadi teman dalam senyap dan harapan.
4. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Amalia Nur Laila. Terima kasih telah menjadi rekan yang menemani penulis dari awal perkuliahan sampai selesai skripsi. Tiada hentinya memberikan motivasi, semangat, baik tenaga maupun waktu yang diberikan kepada penulis agar skripsi dapat selesai dan berjuang agar siap menghadapi ujian sidang skripsi bersama.

5. Teman-teman seperjuangan, Sivi Mariska, Fira Afrian Dani, Indriati Alia, Lola Laula Lutfia, Ananadya Lailatul Hidayah, Vahra Devinta, Alvin Luthfiana, Maulidia Putri yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, dalam tawa, tangis, serta perjuangan panjang kita bersama. Terima kasih atas kebersamaan yang luarbiasa.
6. Sahabat saya, Elienai Berta. Terima kasih atas kebaikan hati yang diberikan selama ini, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi sampai akhir.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT. yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma’arif 3 Langlang Singosari”. Shalawat serta salam kami haturkan kepada Rasulullah SAW. yang menjadi teladan bagi mat manusia. Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada pihak yang terlibat khususnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nurdiana, M.Si., CAHRM., CRMP selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. H. Muhammad Walid, M.A selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ahmad Abtokhi, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Hj. Fitratul Uyun, M.Pd selaku dosen wali yang telah sabar dalam membimbing saya dari awal perkuliahan hingga saat ini.
5. Dr. Bintoro Widodo, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan ikhlas dalam membimbing, memberi arahan, dan masukan dari awal hingga akhir penelitian.
6. Semua dosen Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah atas segala ilmu dan nasehat yang diberikan kepada peneliti dan Sekretaris Jurusan PGMI atas arahan untuk memenuhi syarat kelulusan.

7. Kepada Bapak/Ibu guru di MI Alma'arif 3 Langlang Singosari yang telah memberikan bimbingan arahan yang baik dalam memberikan ilmunya.
8. Seluruh keluarga besar PGMI UIN Maliki Malang khususnya mahasiswa PGMI D 2021 atas segala kebersamaan dan kenangan yang tidak akan terlupakan. Yang secara tidak langsung telah memberikan motivasi, ilmu, dan pengalaman kepada peneliti.

Jauh dari kesempurnaan, peneliti menyadari bahwa banyak kekurangan pada skripsi ini, sehingga saran dan kritik yang membangun akan sangat membantu agar skripsi ini dapat menjadi lebih baik, terimakasih dan mohon maaf atas segala kekurangan dalam pembuatan skripsi ini dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca.

Malang, 11 Desember 2025
Peneliti

Nadia Luthfiyah Ambarsari
210103110118

ABSTRAK

Ambarsari, Nadia Luthfiah. 2025. *Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode Team Games Tournament (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari*, Skripsi, Program Studi Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Pembimbing Skripsi: Dr. Bintoro Widodo, M.Kes.

Kata Kunci: Permainan Halang Rintang, TGT, Keterampilan Motorik Kasar

Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan dasar yang perlu dikembangkan pada siswa sekolah dasar melalui pembelajaran jasmani yang menyenangkan dan bermakna. Salah satu bentuk model pembelajaran yang dapat diterapkan oleh guru adalah dengan menggunakan permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT). Model TGT menekankan keterlibatan aktif siswa melalui tahap permainan dan berkelompok yang dapat melatih perkembangan kekuatan, kelincahan, keseimbangan, kerjasama siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* terhadap keterampilan motorik kasar siswa pada pembelajaran jasmani kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen dengan desain *Posttest Only Control Group Design*. Sampel terdiri dari dua kelas, yaitu kelas eksperimen (5B) yang menerima perlakuan menggunakan metode TGT dan kelas kontrol (5A) yang mendapat pembelajaran konvensional. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan tes atau uji praktik, observasi dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode TGT secara signifikan meningkatkan keterampilan motorik kasar, dibuktikan dengan hasil uji *t-test* yang dilakukan oleh penulis menunjukkan hasil yaitu sebesar 0.001 yang nilainya kurang dari 0,05, nilai rata-rata hasil belajar siswa pada kelas eksperimen sebesar 10,16 sedangkan kelas kontrol sebesar 8,12 dengan selisih 2,04.

ABSTRACT

Ambarsari, Nadia Luthfiah. 2025. *The Effect of Obstacle Course Games with the Team Games Tournament (TGT) Method on the Gross Motor Skills of Fifth Grade Students at MI Alma`arif 3 Langlang Singosari*, Thesis, Study Program of Madrasah Ibtidaiyah Teacher Education, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang, Thesis Advisor: Dr. Bintoro Widodo, M.Kes.

Kata Kunci: Obstacle Course, TGT, Gross Motor Skills

Gross motor skills are basic abilities that need to be developed in elementary school students through enjoyable and meaningful physical education learning. One form of learning model that can be applied by teachers is by using obstacle course games with the Team Games Tournament (TGT) method. The TGT model emphasizes the active involvement of students through the stages of games and group activities that can train the development of students' strength, agility, balance, and cooperation.

This study aims to examine the effect of obstacle course games with the Team Games Tournament method on the gross motor skills of fifth-grade students in physical education learning at MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

The study uses a quantitative approach with a quasi-experimental design using the *Posttest Only Control Group Design*. The sample consists of two classes, namely the experimental class (5B), which received treatment using the TGT method, and the control class (5A), which received conventional learning. The data collection techniques used were tests or practice tests, observation, and documentation.

The results of the study show that the TGT method significantly improves gross motor skills, as evidenced by the results of the t-test conducted by the author, which showed a result of 0.001, a value less than 0.05. The average learning outcome score of students in the experimental class was 10.16, while the control class was 8.12, with a difference of 2.04.

البحث مستخلص

الألعاب بطولة طريقة باستخدام الحواجز مسار ألعاب تأثير. 2025. لطفيّة نادية، أمبارساري MI Alma`arif في الخامس الصف لطلاب الإجمالية الحركية المهارات على (TGT) الجماعية التربية كلية، الابتدائية المدارس معلمي إعداد برنامج، أطروحة، 3 Langlang Singosari: الأطروحة مشرف، مالانج في الحكومية الإسلامية إبراهيم مالك مولانا جامعة، المعلمين وتدريب M.Kes، ويدودو بينتورو الدكتور

الكلية الحركية المهارات، TGT، الحواجز مسار: المفتاحية الكلمات

الجماعية الألعاب بطولة طريقة باستخدام العقبات مسار ألعاب تأثير فحص إلى الدراسة هذه تهدف MI في الخامس الصف في البدنية التربية فصول في للطلاب الإجمالية الحركية المهارات على Alma'arif 3 Langlang Singosari.

الاختبار بعد التحكم مجموعة تصميم باستخدام تجريبي شبيه بتصميم كمياً نهجاً الدراسة استخدمت TGT طريقة باستخدام العلاج تلقى الذي (5B) التجريبي الفصل هما، فصلين من العينة تألفت فقط أو الاختبارات البيانات جمع تقنيات شملت. التقليدي التعلم تلقى الذي (5A) الضابط والفصل والتوثيق والملاحظة العملية الاختبارات.

من يتضح كما، الإجمالية الحركية المهارات ملحوظ بشكل حسنت TGT طريقة أن النتائج أظهرت كان 0.05 من أقل قيمة وهي، 0.001 نتيجة أظهر والذي، المؤلف أجراه الذي t اختبار نتائج في للطلاب التعلم نتائج متوسط كان بينما، 10.16 التجريبي الفصل في للطلاب التعلم نتائج متوسط 2.04. بفارق، 8.12 الضابط الفصل

PEDOMAN LITERASI ARAB-LATIN

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam skripsi ini menggunakan pedoman transliterasi berdasarkan keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 Tahun 1987 dan No. 0543b/U/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut :

A. Huruf

ا = A	ز = Z	ق = Q
ب = B	س = S	ك = K
ت = T	ش = Sy	ل = L
ث = Ts	ص = Sh	م = M
ج = J	ض = Dl	ن = N
ح = H	ط = Th	و = W
خ = Kh	ظ = Zh	ه = H
د = D	ع = ‘	ء = ,
ذ = Dz	غ = Gh	ي = Y
ر = R	ف = F	

B. Vokal Panjang

Vokal (a) panjang = â

Vokal (i) panjang = î

Vokal (u) panjang = û

C. Vokal Diftong

أو = aw

أي = ay

أو = û

اي = î

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
LEMBAR MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
البحث مستخلص	xiii
PEDOMAN LITERASI ARAB-LATIN	xiv
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Hipotesis Penelitian	8
F. Ruang Lingkup Penelitian	8
G. Orisinalitas Penelitian.....	9
H. Definisi Operasional	14
I. Sistematika Pembahasan.....	16
BAB II	18
KAJIAN PUSTAKA	18
A. Kajian Teori	18
B. Kerangka Berpikir	31

C. Hipotesis Penelitian	32
D. Perspektif dalam Islam	33
BAB III.....	37
METODE PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	37
B. Lokasi Penelitian	38
C. Variabel Penelitian	38
D. Populasi dan Sampel.....	39
E. Data dan Sumber Data.....	40
F. Instrumen Pengumpulan Data.....	41
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	42
H. Analisis Data	48
I. Prosedur Penelitian.....	49
BAB IV	51
PAPARAN DATA DAN HASIL PENELITIAN.....	51
A. Paparan Data	51
B. Data Hasil Penelitian	58
BAB V.....	62
PEMBAHASAN	62
PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	70
DAFTAR RUJUKAN.....	72
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Orisinalitas Penelitian.....	12
Tabel 2. 1Teori-Teori Bermain Klasik	18
Tabel 2. 2 Teori-Teori Bermain Modern.....	19
Tabel 2. 3 Langkah-langkah Permainan Halang Rintang dengan Team Games Tournament (TGT).....	25
Tabel 2. 4 Kerangka Berpikir.....	32
Tabel 3.1 Posttest Only Control Group Design.....	37
Tabel 3. 2 Instrumen Keterampilan Motorik Kasar	41
Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian	43
Tabel 3. 4 Kriteria Uji Validitas	44
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validasi Isi Modul Ajar.....	45
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validasi Instrumen Post-test.....	45
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Konstruk	46
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas	47
Tabel 4. 1 Nilai Post-Test Kelas Kontrol dan Kelas Eksperimen.....	57
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas	59
Tabel 4. 4 Hasil Uji Independent Sampel T-Test	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Modul Ajar	77
Lampiran 2 : Instrumen Post-Test.....	88
Lampiran 3 : Lembar Validasi Modul Ajar dan Instrumen Post-Test.....	92
Lampiran 4 : Instrumen Post-Test.....	96
Lampiran 5 : Hasil Validitas Modul Ajar	99
Lampiran 6 : Hasil Validasi Instrumen Post-Test	100
Lampiran 7 : Hasil Uji Validitas Konstruk dan Realibilitas.....	101
Lampiran 8 : Petunjuk Pelaksanaan Lari Halang Rintang	102
Lampiran 9 : Data Nilai Posttest Kelas 5A	105
Lampiran 10 : Data Nilai Posttest Kelas 5B	106
Lampiran 11 : Hasil Uji Normalitas.....	107
Lampiran 12 : Hasil Uji Homogenitas	111
Lampiran 13 : Hasil Uji Hipotesis Independent Sample T-Test	112
Lampiran 14 : Dokumentasi Penelitian	113
Lampiran 15 : Lembar Observasi Keterlaksanaan Pembelajaran	114

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah mata pelajaran wajib pada kurikulum pendidikan dasar dan menengah yang tertuang pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menerangkan “kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga, dan kesehatan pada semua jenjang SD-SMA atau bentuk lain yang sederajat dilaksanakan melalui kegiatan pendidikan jasmani, olahraga, pendidikan kesehatan, ilmu pengetahuan alam serta muatan lokal yang relevan.” Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan yang menekankan aktivitas fisik serta pembinaan gaya hidup sehat guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar memiliki peran yang penting dalam pengembangan fisik anak ¹.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada sampai saat ini terdapat materi yang relatif kompleks atau

¹ Divaliya Nafisa dkk., “Pentingnya Pengembangan Keterampilan Fisik pada Anak-Anak Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga , dan,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8 (2024): 23450–59.

lengkap diantaranya yaitu penguasaan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, serta pendidikan kesehatan. Hal ini sejalan dengan tujuan dan fungsi pendidikan jasmani yang termasuk aspek kognitif, afektif, psikomotor, emosi, dan sosial². Pembelajaran PJOK di sekolah dasar memiliki peranan penting dalam mengembangkan keterampilan fisik dan motorik siswa. Salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan keterampilan fisik adalah melalui pembelajaran halang rintang atau permainan halang rintang.³ Aktivitas ini tidak hanya melibatkan gerakan fisik, tetapi juga melatih kerjasama, kedisiplinan, dan strategi siswa dalam menyelesaikan tantangan. Pembelajaran PJOK yang aktif dan inovatif dapat meningkatkan keterlibatan siswa serta hasil belajar mereka.⁴

Permainan halang rintang merupakan salah satu alternatif pembelajaran yang menyenangkan dan dapat dilakukan di luar kelas dengan memanfaatkan benda-benda sebagai rintangan. Permainan ini dilakukan dari titik awal (*start*) hingga titik akhir (*finish*) dengan cara berlari melewati berbagai rintangan. Permainan halang rintang tidak hanya menjadi aktivitas yang menyenangkan, tetapi juga dapat meningkatkan kemampuan motorik

² Sri Winarni dan Lismadiana, "Kompetensi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ditinjau dari usia dan jenis sekolah Physical Education Teacher Competencies Base On Age and Type of School," *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 16, no. 1 (2020): 101–14.

³ Elly van Hyfte dkk., "A Physical Education Program Based Upon an Obstacle Course Positively Affects Motor Competence in 6- to 7-Year-Old Children: A Pilot Study," *Journal of Teaching in Physical Education* 41, no. 4 (2022): 610–21, <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0065>.

⁴ Muhammad Muhyi dkk., "Penerapan Strategi Pembelajaran PJOK AKTIF (Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif dan Fit) di Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada Fase B Kurikulum Merdeka Di Tingkat Sekolah Dasar," *Jendela Olahraga* 8, no. 1 (2023): 212–21, <https://doi.org/10.26877/jo.v8i1.14382>.

kasar anak, seperti berlari dan melompat. Selain itu, permainan ini juga mampu melatih rasa percaya diri pada anak.

Motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang melibatkan otot-otot besar serta sebagian besar anggota tubuh. Kemampuan ini sangat penting dalam berbagai aktivitas fisik. Motorik kasar mencakup aktivitas yang melibatkan keterampilan otot besar dan menuntut keseimbangan serta kekuatan fisik.⁵ Contoh gerakan motorik kasar, seperti berlari, melompat, atau memanjat, melibatkan koordinasi antara otot kaki, tangan, dan seluruh tubuh. Gerakan ini memerlukan kematangan dalam koordinasi serta kekuatan fisik. Berbagai keterampilan motorik kasar yang dikuasai anak sangat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.⁶ Oleh karena itu, pengembangan keterampilan motorik kasar menjadi hal yang penting untuk membantu anak dalam mengendalikan tubuhnya secara optimal.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan pada tanggal 14 November 2024 di MI Alma'arif 03 Langlang, menjelaskan bahwa kurangnya antusiasme siswa terhadap pembelajaran PJOK. Hal ini dikarenakan pembelajaran yang dilakukan saat ini masih bentuk ceramah selama kegiatan pembelajaran, sebagian besar siswa terlihat kurang bersemangat dan cenderung pasif. Beberapa siswa bahkan terlihat bosan dan lebih memilih untuk beraktivitas sendiri terutama pada siswa perempuan.

⁵ Gusti Ngurah Arya Yudaparmita dkk., "Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permasinan Tradisional Pada Peserta Didik," *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 2, no. 2 (2021): 183–90.

⁶ Pinton Setya Mustafa dan Sugiharto Sugiharto, "Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup," *Sporta Sainitika* 5, no. 2 (2020): 199–218, <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>.

Faktor-faktor yang mungkin menjadi penyebab kurangnya antusiasme antara lain adalah kurangnya variasi dalam metode pembelajaran. Guru cenderung memberikan instruksi yang kurang jelas, sehingga siswa salah mengartikan instruksi yang diberikan. Selain itu, fasilitas olahraga yang kurang memadai juga menjadi kendala dalam pelaksanaan kegiatan halang rintang. Beberapa siswa juga mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang percaya diri dengan kemampuan fisik mereka.

Hal ini berkaitan erat dengan rendahnya keterampilan motorik kasar pada siswa. Keterampilan motorik kasar yang belum berkembang secara optimal dapat menghambat partisipasi aktif siswa dalam kegiatan fisik.⁷ Kemampuan dasar seperti keseimbangan, kekuatan otot, koordinasi, dan fleksibilitas yang belum optimal menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam mengikuti aktivitas yang diberikan.⁸ Akibatnya, siswa cenderung merasa kurang percaya diri, kurang termotivasi, dan pada akhirnya kehilangan minat untuk berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran. Rendahnya keterampilan motorik kasar ini membutuhkan perhatian khusus melalui penerapan metode pembelajaran yang lebih menarik, penyediaan fasilitas yang memadai, serta pendekatan yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan fisik mereka.

⁷ Novi Eka Kustari dan Agus Mahendra Mahendra, "Studi Deskriptif Mengenai Keterampilan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Se Kecamatan Cileunyi," *Jurnal Penelitian Pendidikan* 20, no. 3 (2020): 382–91, <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i3.27089>.

⁸ Rima Erihani Safitri dkk., "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Lari Melalui Permainan Tradisional Kucing Jongkok Improving Gross Motor Ability Run Through Traditional Cat Squating Game," *Jambura Health and Sport Journal* 5, no. 1 (2023): 74–84.

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh informasi bahwa siswa memiliki minat yang rendah terhadap materi halang rintang yang berpengaruh terhadap rendahnya kemampuan motorik kasar mereka. Rendahnya keterampilan motorik kasar bisa diselesaikan atau bisa dipecahkan dengan menggunakan metode turnamen atau *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran PJOK pada materi halang rintang. Oleh karena itu peneliti meyakini untuk menumbuhkan minat dalam materi halang rintang menggunakan metode yang sesuai dengan karakteristik siswa atau dianggap cocok untuk siswa.

Adapun permainan halang rintang ini digunakan karena permainan ini bisa dimodifikasi dengan mudah, dan tidak memerlukan media yang sulit ditemukan salah satunya yaitu permainan halang rintang yang digabungkan dengan menggunakan metode turnamen atau *Team Games Tournament* (TGT). Mengintegrasikan metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam permainan halang rintang, guru dapat memberikan dukungan atau petunjuk secara bertahap, sehingga siswa dapat berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran serta mampu meningkatkan semangat siswa, karena sesuai dengan karakteristik siswa yang gemar permainan. Melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan berbasis kompetisi, siswa tidak hanya memperoleh manfaat fisik berupa peningkatan kekuatan, kelincahan, dan koordinasi, tetapi juga pengembangan aspek sosial seperti kerja tim.⁹ Penelitian yang

⁹ Siti Rohmi Yuliati Lestari, Citra Ayu, Rosinar Siregar, "PENERAPAN PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE TEAM GAMES TOURNAMENT DALAM PENINGKATKAN GERAK DASAR MEMUKUL BOLA Citra Ayu Lestari 1 , Rosinar Siregar 2 , Siti Rohmi Yuliati 3," *BRAVO'S Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani da Kesehatan*, no. 1 (2021).

dilakukan Yu Jy Luo menunjukkan bahwa dengan adanya metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran PJOK dapat meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran, hal ini dikarenakan metode *Team Games Tournament* (TGT) sangat menarik bagi siswa sehingga juga dapat meningkatkan keterampilan motorik kasarnya.¹⁰

Terdapat penelitian terkait dengan metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran, tetapi selama ini berdiri sendiri-sendiri antara Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT), sedangkan penelitian ini menggabungkan keduanya menjadi satu keterbaruan. Oleh karena itu diperlukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari”**

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah :

Bagaimana pengaruh *Permainan Halang Rintang* dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari ?

¹⁰ Yu Jy Luo dkk., “The effects of team-game-tournaments application towards learning motivation and motor skills in college physical education,” *Sustainability (Switzerland)* 12, no. 15 (2020): 1–12, <https://doi.org/10.3390/su12156147>.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mencapai beberapa hal yang didasarkan pada rumusan masalah yang sudah dikemukakan oleh peneliti. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis sejauh mana pengaruh permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT) terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini antara lain yaitu :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian yang di lakukan di harapkan bisa memberi kontribusi pengetahuan, wawasan pada penelitian selanjutnya

2. Manfaat praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini di harapkan mampu memberikan wawasan pengetahuan yang berkaitan baru dengan adanya *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games Tournament* (TGT) yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran yang inovatif di MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

b. Bagi guru

Memperluas pengetahuan dan wawasan yang berkaitan dengan pengaruh *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games*

Tournament (TGT) kedepannya dapat membantu guru dalam proses pembelajaran.

c. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan memapu memberikan kontribusi terhadap siswa agar lebih mudah dalam proses pembelajaran olahraga, terutama pada praktik *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games Tournament* (TGT).

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian yang dilakukan ini di harapkan bisa digunakan sebagai rujukan atau referensi pada penelitian lebih lanjut dan bisa di kembangkan lebih lanjut.

E. Hipotesis Penelitian

Adapun Hipotesis Ha dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

Terdapat pengaruh *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games Tournament* (TGT) terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari ?

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ketika penelitian dilaksanakan maka akan ada kendala-kendala yang disebabkan oleh keterbatasan dalam melakukan penelitian, maka untuk meminimalisir terjadinya kendala peneliti membuat ruang lingkup yang mana bertujuan untuk menjadi fokus penelitian yang dilaksanakan.

Ruang lingkup dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas 5 di Sekolah MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.
2. Penelitian ini hanya dilakukan pada siswa kelas 5.
3. Dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games Tournament (TGT)* terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

G. Orisinalitas Penelitian

Penelitian yang mencakup *Permainan Halang Rintang* dengan *Metode Team Games Tournament (TGT)* bukan menjadi sebuah penelitian yang pertama kali dilakukan. Penelitian yang dilakukan kali ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya karena menggunakan metode turnamen yang belum pernah digunakan pada penelitian sebelumnya. Sehingga nantinya dapat diketahui efektivitas penggunaan metode *Team Games Tournament (TGT)* dalam olahraga halang rintang. Berikut merupakan beberapa peneliti yang mana didalamnya meneliti Variabel yang sama, maka untuk mengetahui perbedaan antara peneliti terdahulu dengan penelitian yang dilakukan ini, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurchasanah pada tahun 2022 memiliki kesamaan dalam variabel independen, yaitu permainan halang rintang, serta variabel dependen, yaitu keterampilan motorik kasar. Namun, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian, di mana

penelitian sebelumnya berfokus pada jenjang pendidikan anak usia dini, sementara penelitian ini akan berfokus pada siswa kelas 5 MI. Dengan memadukan permainan halang rintang dan metode *Team Games Tournament* (TGT), penelitian ini diharapkan dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa, sekaligus mendorong partisipasi aktif dan kerja sama antar siswa dalam proses pembelajaran.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Amri Biskhah Satria Pradana dan Imam Hariadi pada tahun 2023 memiliki kesamaan dalam penggunaan variabel independen, yaitu model pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT), yang diterapkan sebagai metode untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran PJOK. Namun, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian dan variabel dependen yang dikaji. Dalam penelitian sebelumnya, subjek penelitian mencakup berbagai jenjang pendidikan, mulai dari SD, SMP, hingga SMA, dengan variabel dependen berupa peningkatan hasil belajar dalam aspek kognitif dan keterampilan olahraga tertentu. Sementara itu, penelitian ini lebih spesifik, dengan subjek penelitian yang berfokus pada siswa kelas 5 MI dan variabel dependen berupa keterampilan motorik kasar.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Nera Avissena dan Taufiq Hidayat pada tahun 2020 memiliki kesamaan dalam penggunaan variabel independen, yaitu model pembelajaran *Team Games Tournament*

(TGT), yang diterapkan sebagai strategi untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Namun, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian dan variabel dependen yang dikaji. Dalam penelitian sebelumnya, subjek penelitian berfokus pada siswa pada jenjang SMA, dengan variabel dependen berupa hasil belajar dalam aspek keterampilan teknik olahraga. Sementara itu, penelitian ini lebih spesifik, dengan subjek penelitian yang berfokus pada siswa kelas 5 MI dan variabel dependen berupa keterampilan motorik kasar. Dengan demikian, meskipun kedua penelitian menggunakan metode pembelajaran yang sama, fokus penelitian ini lebih diarahkan pada peningkatan aspek motorik kasar, seperti keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan siswa dalam aktivitas fisik yang menantang.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Didik Purwanto, Hendriana Sri Rejeki, dan Hendrik Mentara pada tahun 2024 memiliki kesamaan dalam penggunaan variabel dependen, yaitu keterampilan motorik kasar siswa. Namun, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian dan metode pembelajaran yang digunakan. Penelitian ini berfokus pada siswa kelas bawah dengan pendekatan pembelajaran yang unik, yaitu kombinasi permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT), yang berbasis kompetisi kelompok dalam pembelajaran kooperatif. Pendekatan ini diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, interaktif,

dan efektif, sehingga mampu mengoptimalkan perkembangan keterampilan motorik kasar siswa.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Mallevi Agustin Ningrum, Lischa Dwi Chritin Niya Ningrum, dan Maziyatul Hamidah pada tahun 2023 memiliki kesamaan dalam variabel independen, yaitu permainan halang rintang, serta variabel dependen, yaitu keterampilan motorik kasar. Namun, terdapat perbedaan dalam subjek penelitian, di mana penelitian sebelumnya berfokus pada jenjang pendidikan anak usia dini, sedangkan penelitian ini akan berfokus pada siswa kelas 5 MI. Kombinasi permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT) diharapkan tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa, tetapi juga mendorong kerja sama, semangat kompetitif yang sehat, serta keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran.

Tabel 1.1 Orisinalitas Penelitian

No	Nama peneliti, judul, bentuk (skripsi, jurnal, tesis atau dll), tahun terbit	Persamaan	Perbedaan	Orisinalitas penelitian
1.	Nurchasanah, “ <i>Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Permainan Halang Rintang pada Anak Usia Dini di RA Diponegoro Limbasari Kecamatan Bobotsari</i> ”	1. Variabel independen (Permainan Halang Rintang) 2. Variabel dependen (Motorik Kasar)	Subjek penelitian	Fokus penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana permainan halang rintang yang dikombinasikan dengan metode <i>Team Games</i>

	<i>Kabupaten Purbalingga</i>			<i>Tournament (TGT)</i> dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar siswa, terutama dalam aspek kelincahan dan kecepatan.
2.	Amri Biskhah Satria Pradana dan Imam Hariadi, <i>"Pengimplementasian Model Pembelajaran Team Games Tournament Sebagai Trigger Peningkatan Hasil Belajar PJOK"</i> Jurnal MensSana: Jurnal ilmiah Bidang Pendidikan Olahraga, 2023.	1. Variabel independen (Team Games Tournament (TGT))	1. Subjek penelitian 2. Variabel dependen	
3.	Nera Avissena dan Taufiq Hidayat, <i>"Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament terhadap Hasil Belajar pada Materi Passing Bawah Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan"</i> Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 2020.	1. Variabel independen (Team Games Tournament (TGT))	1. Subjek penelitian 2. Variabel dependen	
4.	Didik Purwanto, Hendriana Sri Rejeki, Hendrik Mentara, <i>"Game-Based Physical Learning Model to</i>	1. Variabel dependen (Keterampilan Motorik	1. Subjek penelitian 2. Variabel Independen	

	<i>Enhance Gross Motor Skills in Young Student</i> ". Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 2024.	Kasar Siswa)		
5.	Mallevi Agustin Ningrum, Lischa Dwi Chritin Niya Ningrum, Maziyatul Hamidah, "Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Halang Rintang pada Anak Usia Dini". Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini	1. Variabel independen (Permainan Halang Rintang) 2. Variabel dependen (Motorik Kasar)	Subjek penelitian	

H. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Permainan Halang Rintang

Permainan halang rintang adalah aktivitas fisik yang dirancang untuk meningkatkan kelincahan, kekuatan otot, dan keterampilan motorik lainnya. Permainan ini melibatkan gerakan berlari melalui berbagai rintangan. Sebagai pengalaman langsung, permainan halang rintang dapat dilakukan dengan atau tanpa alat bantu dan bertujuan untuk memberikan pemahaman, kesenangan, serta merangsang imajinasi anak. Melalui permainan ini, siswa dapat menstimulasi

kemampuan biomotorik mereka, menjadikan proses pembelajaran lebih bermakna dan efektif.

2. Metode *Team Games Tournament* (TGT)

Metode *Team Games Tournament* (TGT) adalah suatu pendekatan pembelajaran kooperatif yang melibatkan siswa dalam kelompok kecil yang terdiri dari 5 hingga 6 orang. Dalam metode ini, siswa berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran melalui permainan yang dirancang untuk menguji pemahaman terhadap materi yang telah disampaikan. Tahapan metode ini dimulai dengan penyampaian materi oleh guru, dilanjutkan dengan pembentukan kelompok. Selanjutnya, siswa mengikuti turnamen untuk menunjukkan pemahaman yang telah mereka peroleh, di mana kelompok dengan kinerja terbaik akan mendapatkan penghargaan. Metode ini menekankan nilai-nilai seperti tanggung jawab, kerja sama, dan persaingan yang sehat, serta mendorong keterlibatan aktif semua siswa tanpa memandang perbedaan kemampuan.

3. Keterampilan Motorik Kasar

Motorik kasar merupakan salah satu aspek aktivitas motorik yang melibatkan keterampilan menggunakan otot-otot besar. Gerakan ini membutuhkan keseimbangan dan kekuatan fisik, serta melibatkan otot kaki, tangan, dan seluruh tubuh dan gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi. Berbagai gerakan motorik kasar yang

dicapai anak sangat berguna, karena melibatkan bagian-bagian besar dari tubuh seperti berjalan, berlari dan melompat.

I. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian yang dilakukan ini memiliki sistematika pembahasan yang dibagi menjadi lima bab, masing-masing bab mempunyai beberapa sub bab, antara lain :

1. Bagian awal, terdapat: sampul, judul, lembar logo, lembar persetujuan, persyaratan keaslian tulisan, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar table, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran.
2. Bagian Inti

a. Bab I Pendahuluan

Dalam bab ini di sajikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, hipotesis penelitian, ruang lingkup penelitian, originalitas penelitian, definisi operasional dan sistematika pembahasan.

b. Bab II Kajian Teori

Dalam bab ini di sajikan kajian pustaka, yang mana akan menjelaskan tentang adanya landasan teori berdasarkan penelitian terdahulu.

c. Bab III Metode Penelitian

Dalam bab ini di sajikan lokasi penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, variabel penelitian, populasi dan sample, data dan

sumber data, teknik pengumpulan data, uji validitas dan realibilitas, dan analisis data, serta prosedur penelitian.

d. **Bab IV Hasil Analisis dan Pembahasan**

Pada bab ini terdiri dari paparan data dan hasil penelitian

e. **Bab V Pembahasan**

Pada bab ini mengenai tentang, menjawab masalah penelitian dan menafsirkan temuan penelitian.

f. **Bab VI Penutup**

Bab ini merupakan bagian akhir dalam penulisan skripsi yang terdiri dari : kesimpulan dan saran.

3. Bagian Akhir, terdiri dari: daftar rujukan, lampiran-lampiran, surat pernyataan keaslian tulisan, dan daftar riwayat hidup.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

Terdapat 2 kategori teori dalam bermain, yaitu teori klasik dan teori modern. Teori klasik ialah teori yang muncul dari abad ke-19 sampai Perang Dunia I. Teori klasik menerangkan ada empat alasan mengapa anak suka bermain dengan dasar sebagai berikut ¹¹ :

Tabel 2.1 Teori-Teori Bermain Klasik

Teori	Tokoh	Tujuan Bermain
Surplus/Kelebihan Energi	Friedrich Schiller/Herbert Spencer	Mengeluarkan energi berlebihan
Relaksasi/Rekreasi	Schaller dan Lazarus	Memulihkan tenaga
Insting	Karl Groos	Memunculkan insting
Rekapitulasi	G.Stanley Hall	Mengulangi aktivitas leluhurnya, nenek moyang menyempurnakan insting

Teori bermain modern ialah teori yang muncul sesudah Perang Dunia I. Teori modern memberikan tekanan pada konsekuensi bermain pada anak serta mengkaji tentang bermain tidak hanya menjelaskan mengapa muncul perilaku bermain, tetapi juga berusaha menjelaskan manfaat bermain bagi

¹¹ Ester Ester dan Daniel Setiawan Giamulia, "Metode Bermain Salah satu Metode Pembelajaran Untuk Anak," *Veritas Lux Mea (Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen)* 3, no. 1 (2021): 35–45, <https://doi.org/10.59177/veritas.v3i1.103>.

perkembangan anak.¹² Teori modern memandang bermain sebagai bagian dari perkembangan anak, baik kognitif, emosional, maupun sosial anak.¹³

Tabel 2.2 Teori-Teori Bermain Modern

Teori	Peran Bermain dalam Perkembangan Anak
Psikoanalitik	Mengatasi pengalaman traumatic, coping terhadap frustrasi
Kognitif-Piaget	Mempraktekkan dan melakukan konsolidasi konsep-konsep serta keterampilan yang telah dipelajari
Kognitif-Vygotsky	Memajukan berpikir abstrak; belajar dalam kaitan ZPD (<i>Zone of proximal Development</i>); pengaturan diri.
Kognitif-Bruner/Sutton-Smith	Memunculkan fleksibilitas perilaku dalam berpikir; imajinasi dan narasi
Singer	Mengatur kecepatan stimulasi dari dalam dan dari luar
<u>Teori-teori lain:</u> <i>Arousal Modulation</i>	Tetap membuat anak terjaga pada tingkat optimal dengan menambah stimulasi
Bateson	Memajukan kemampuan untuk memahami berbagai tingkatan makna.

Penelitian ini menggunakan teori Kognitif-Piaget penggunaan teori tersebut sesuai dengan pemahaman dari halang rintang yang melibatkan pengalaman motorik yang menstimulasi perkembangan kognitif dan fisik siswa. Melalui permainan halang rintang, siswa tidak hanya mengasah keterampilan motorik kasar seperti keseimbangan, kelincahan, kecepatan, dan koordinasi

¹² Mutiah, Diana. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. (Jakarta: Prenada Media Group. 2010), hal:99.

¹³ Ratih Permata Sari, "Kreativitas Bermain Anak Usia Dini," *ncrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 1 (2019): 10–23.

gerak, tetapi juga melatih kemampuan berpikir kritis dan adaptasi strategi dalam menghadapi tantangan yang diberikan dalam permainan.

1. Permainan Halang Rintang

Menurut Myke, bermain adalah aktivitas yang menyenangkan dan dapat dilakukan oleh siapa saja, dengan aturan yang fleksibel sesuai dengan kesepakatan bersama.¹⁴ Pendapat ini sejalan dengan pandangan Dyah Miyura Sari, dkk yang menyatakan bahwa bermain merupakan salah satu bentuk okupasi anak yang bermanfaat untuk mengembangkan koordinasi fisik, kematangan sosial, serta keterampilan sosial yang penting sebagai dasar interaksi dengan teman sebaya. Selain itu, bermain juga dapat melatih rasa percaya diri anak saat mereka menghadapi lingkungan baru.¹⁵

Oleh karena itu, bermain dapat menjadi sarana yang efektif untuk memberikan beragam pengalaman gerak kepada anak, karena permainan merupakan salah satu metode yang paling disukai oleh siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas atas. Melalui aktivitas bermain, siswa belajar mengekspresikan pemikiran mereka dengan berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar, sehingga memperoleh berbagai pengalaman, termasuk pengalaman gerak. Secara umum, aktivitas yang dilakukan oleh anak-anak dapat dikategorikan sebagai permainan. Salah satu jenis permainan yang

¹⁴ Mayke. S. Tedjasaputra. (2001). *Bermain dan Permainan*. Jakarta: Grasindo

¹⁵ Dyah Sari Miyura dkk., "Pengaruh permainan halang rintang terhadap perkembangan motorik kasar dan engagement anak neurodevelopmental disorder pada layanan terapi Okupasi," *Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa* 11, no. 1 (2022): 179–87.

dapat meningkatkan kelincahan, kekuatan otot, dan kemampuan fisik lainnya adalah permainan halang rintang.

Menurut Moch Djumidar, halang rintang merupakan kegiatan jasmani yang berbentuk gerak lari atau berlari melalui rintangan.¹⁶ Evan Ikhsan, dkk menyatakan bahwa permainan halang rintang adalah metode pembelajaran yang dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain yang menarik perhatian siswa. Pendapat ini sejalan dengan pandangan Audina Syafura yang menjelaskan bahwa permainan halang rintang memberikan pengalaman belajar langsung yang efektif, baik dengan menggunakan alat permainan maupun tanpa alat. Selain itu, permainan ini dapat menyampaikan informasi, memberikan kesenangan, serta mendorong pengembangan imajinasi siswa.¹⁷

Permainan ini dilakukan dari titik awal (start) hingga titik akhir (finish) dengan cara berlari melewati berbagai rintangan. Permainan halang rintang dapat menggunakan berbagai jenis media yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak. Permainan semacam ini menjadikan pembelajaran yang diberikan oleh pendidik lebih bermakna dan menyenangkan bagi siswa.

¹⁶ Moch. Djumidar, *Gerak-Gerak Dasar Atletik dalam Bermain*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), hlm. 38

¹⁷ Audina Syafura dan Sutapa Panggung, "Permainan Halang Rintang untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini yang Mengalami Obesitas," *Jurnal Pendidikan Anak* 6, no. 1 (2020): 29–37.

Permainan halang rintang merupakan bentuk stimulasi berupa permainan yang melibatkan gerak lari dengan melalui suatu rintangan. Jenis rintangan yang digunakan dapat dimodifikasi dan disesuaikan dengan kebutuhan, seperti memanfaatkan benda-benda yang tersedia di sekitar. Salah satunya lari rintangan melalui kotak atau boxes atau bisa menggunakan kardus bekas atau botol bekas.¹⁸ Permainan halang rintang melalui kotak memiliki konsep yang hampir sama dengan permainan halang rintang menggunakan balok-balok yang dilakukan dengan berlari pada jarak tertentu sambil melewati rintangan berupa kotak atau box yang telah disusun oleh guru.

2. Metode *Team Games Tournament* (TGT)

Metode Turnamen, atau yang biasa disebut *Team Games Tournament* (TGT) adalah salah satu tipe pembelajaran kooperatif yang menempatkan siswa dalam kelompok belajar beranggotakan 5 sampai 6 orang.¹⁹ TGT awalnya dikembangkan oleh David DeVries dan Keith Edwards yang dimana model ini siswa akan memainkan permainan dengan anggota-anggota tim lainnya.²⁰ Senada dengan pandangan Hendri Rizal Mahendra, dkk bahwa metode Teams Games Tournament (TGT) adalah model pembelajaran kooperatif yang mudah diterapkan, melibatkan

¹⁸ Samsudin. "Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan". Edisi pertama. Jakarta: Litera, 2008

¹⁹ Febri Wasono Aji dan Abdul Rachman Syam Tuasikal, "Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament pada Siswa," *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 8, no. 3 (2020): 17–28.

²⁰ Hendri Rizal Mahendra dkk., "Model Pembelajaran TGT (Teams Games Tournament) Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Pada Saat Pembelajaran PJOK," *Jurnal Seminar Nasional 1* (2024): 324–30.

aktivitas seluruh siswa tanpa memandang perbedaan status, gender, ras, suku dan kemampuan, melibatkan peran siswa sebagai tutor sebaya, dan mengandung unsur permainan dan reinforcement.²¹ TGT juga menekankan nilai demokratis dengan menerapkan model pembelajaran berdasarkan kesepakatan anggota dalam kelompok.

Berdasarkan penjelasan diatas model pembelajaran TGT berfokus pada peran aktif siswa, mendorong mereka untuk bertanggung jawab dan bersaing secara sehat dalam proses belajar. Dalam metode ini, siswa akan mengikuti turnamen atau kompetisi setelah sesi pembelajaran, yang membuat setiap kelompok berusaha keras untuk terlibat dalam kegiatan yang diadakan. Selain itu, kelompok yang memenuhi kriteria pemenang akan mendapatkan penghargaan atau reward. Aktivitas belajar yang disertai permainan dalam metode ini memungkinkan siswa belajar dengan lebih santai, sekaligus menumbuhkan sikap tanggung jawab, kejujuran, kerja sama persaingan yang sehat, dan keterlibatan dalam pembelajaran. Adapun beberapa langkah tahapan atau 5 sintaks dalam penggunaan model pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT) dapat dijabarkan sebagai berikut²² :

²¹ Amri Biskhah Satria Pradana dan Imam Hariadi, "Pengimplementasian Model Pembelajaran Team Games Tournament Sebagai Trigger Peningkatan Hasil Belajar PJOK," *Jurnal Menssana* 8, no. 2 (2023): 111–17.

²² Almira Rachma Thalita dkk., "Penerapan Model Pembelajaran Tgt Untuk Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Kelas Iv," *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 4, no. 2 (2019): 147–56.

1. Penyajian kelas

Pada awal pembelajaran digunakan guru untuk menyampaikan materi dalam kelas, biasanya dilakukan melalui pengajaran langsung atau ceramah, serta diskusi yang dipimpin oleh guru. Pada saat presentasi dalam kelas dimanfaatkan guru untuk menyampaikan teknik pembelajaran yang akan digunakan, sehingga siswa harus benar-benar memperhatikan dan memahami materi yang disampaikan. Hal ini penting agar siswa dapat melaksanakan kegiatan dengan baik dan efektif.

2. Kelompok (*team*)

Kelompok biasanya terdiri dari 4 sampai 5 orang siswa yang anggotanya heterogen dilihat dari jenis kelamin. Fungsi kelompok adalah untuk lebih mendalami materi bersama teman kelompoknya dan lebih khusus untuk mempersiapkan anggota kelompok agar bekerja dengan baik dan optimal.²³

3. *Games*

Games terdiri dari pertanyaan-pertanyaan yang dirancang untuk menguji pengetahuan yang diperoleh siswa yang berkaitan dengan materi yang telah dipresentasikan di kelas atau dalam latihan lainnya.

²³ Tuty B. Hasan dkk., "PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE TEAMS GAMES TOURNAMENT (TGT) TERHADAP HASIL BELAJAR BAHASA INGGRIS SISWA KELAS 1 SDN 08 KOTO BARU," *HUBUNGAN PENGETAHUAN MAHASISWI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TENTANG FIBROADENOMA MAMAE (FAM) TERHADAP PERILAKU SADARI DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TANJUNGPURA PONTIANAK Tuty* 64, no. 3 (2023): 3–7.

4. Turnamen

Turnamen dilakukan setiap satu satuan materi pelajaran telah selesai dilaksanakan. Siswa melakukan permainan yaitu dengan cara berkompetensi dengan anggota tim. Kompetisi yang seimbangan memungkinkan siswa dari semua tingkat kinerja sebelumnya untuk berkontribusi secara maksimal terhadap skor tim mereka jika mereka melakukan yang terbaik. Setelah turnamen selesai, dilakukan penilaian.

5. Team recognize (penghargaan kelompok)

Guru kemudian mengumumkan kelompok yang terbaik, tim yang menunjukkan kinerja paling baik akan mendapatkan penghargaan atau hadiah.

Mengintegrasikan Permainan Halang Rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT) melibatkan langkah-langkah berikut untuk memastikan siswa mendapatkan dukungan yang dibutuhkan selama proses pembelajaran.²⁴

Tabel 2.3 Langkah-langkah Permainan Halang Rintang dengan Team Games Tournament (TGT)

No	Tahap	Deskripsi Kegiatan
1.	Penyajian Kelas	a. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran dan manfaat permainan halang rintang. b. Guru memberikan demonstrasi atau video contoh mengenai teknik dan aturan dalam permainan halang rintang.

²⁴ Aji dan Tuasikal, "Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament pada Siswa."

		c. Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya dan memahami aturan permainan.
2.	Kelompok (<i>Team</i>)	d. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang terdiri dari 4–5 orang dengan kemampuan yang beragam. e. Kelompok berlatih bersama sebelum memasuki tahap turnamen.
3.	Games	f. Setiap kelompok secara bergantian melakukan permainan halang rintang yang telah disiapkan oleh guru. g. Siswa melewati beberapa rintangan seperti berlari, melompat, atau melewati rintangan sesuai jalur yang telah ditentukan. h. Anggota kelompok lain memberikan dukungan dan mengamati teknik gerakan yang dilakukan oleh temannya. i. Guru memberikan arahan dan koreksi apabila terdapat kesalahan teknik dalam melewati rintangan. j. Kegiatan permainan dilakukan sebagai latihan sebelum memasuki tahap turnamen agar siswa lebih memahami teknik dan aturan permainan.
4.	Turnament (<i>Tournament</i>)	k. Kelompok yang berhasil melewati rintangan dengan teknik terbaik, kecepatan, dan koordinasi yang baik mendapatkan poin. l. Turnamen dapat dilakukan dalam beberapa ronde untuk memberikan kesempatan yang adil bagi semua siswa.
5.	Penghargaan Kelompok	m. Guru mengumumkan kelompok sebagai pemenang. n. Kelompok pemenang diberikan penghargaan dalam bentuk pujian, atau hadiah simbolis untuk meningkatkan motivasi. o. Guru memberikan refleksi dan umpan balik terkait kerja sama tim serta keterampilan motorik yang sudah dikuasai oleh siswa.

3. Keterampilan Motorik Kasar

Menurut I Wayan Redhana, keterampilan abad ke-21 merupakan keterampilan penting yang harus dikuasai oleh setiap orang agar berhasil dalam menghadapi tantangan, permasalahan, kehidupan dan karir di abad-21.²⁵ Hal ini sejalan dengan pendapat Nasihudin dan Hariyadin, tentang pengertian keterampilan adalah kelebihan kecakapan atau kecakapan yang dimiliki oleh seseorang untuk mampu menggunakan akal, ide, pikiran, dan kreativitasnya dalam mengerjakan, mengubah, menyelesaikan, ataupun membuat suatu menjadi lebih bermakna sehingga menghasilkan sebuah nilai dari hasil pekerjaan tersebut.²⁶ Istilah ini mencakup berbagai aktivitas seperti berpikir, berbicara, mendengar, hingga menciptakan sesuatu yang bersifat material atau non-material. Dengan demikian, dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan juga mencerminkan keahlian individu dalam menggunakan akal, ide, dan kreativitas untuk menghasilkan karya atau hasil yang bermakna serta keterampilan tidak hanya diukur dari hasil, tetapi juga dari proses yang menunjukkan kecakapan seseorang dalam mengolah dan menyelesaikan permasalahan dengan baik.

Yanuar Kiram berpendapat bahwa motorik adalah suatu peristiwa yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang

²⁵ I. Wayan Redhana, "Mengembangkan Keterampilan Abad Ke-21 Dalam Pembelajaran Kimia," *Jurnal Inovasi Pendidikan Kimia* 13, no. 1 (2019).

²⁶ Nasihudin Nasihudin dan Hariyadin Hariyadin, "Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran," *Jurnal Pendidikan Indonesia* 2, no. 04 (2021): 733–43, <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i04.150>.

menyebabkan terjadinya suatu gerak.²⁷ Dalam hal ini Indri Ariani juga berpendapat motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu kemampuan motorik, yang menunjukkan kemampuan untuk bergerak. Karena manusia dapat mencapai atau mewujudkan harapan mereka melalui gerakan, sistem motorik juga merupakan bagian yang sangat mendasar dari keberadaan mereka. Kata motor juga dapat diterjemahkan sebagai motorik yang merujuk pada permulaan suatu gerakan.²⁸ Berdasarkan beberapa pengertian di atas disimpulkan bahwa motorik merupakan seluruh gerakan yang mungkin bisa dilakukan oleh semua tubuh dengan proses di mana seseorang belajar menggerakkan anggota tubuhnya dengan terampil.

Motorik kasar merupakan kaidah “*Cephalocaudal*” (dari kepala ke kaki), atau berkembang mulai dari bagian atas yaitu kepala yang dibuktikan dengan kenyataan bahwa pada awal perkembangan terdapat gerakan yang besar di bagian kepala dibandingkan dengan bagian lainnya.²⁹ Motorik kasar mengacu pada keterampilan gerak yang melibatkan aktivitas otot-otot besar, gerakan tersebut diantaranya seperti tengkurap, merangkak, duduk, berdiri serta berjalan. Kemampuan ini diperlukan untuk mengendalikan tubuh dengan baik. Kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang dalam melakukan tugas-tugas gerak secara optimal

²⁷ Kiram, Yanuar. *Belajar Keterampilan Motorik* (Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP, 2019), hlm. 11

²⁸ Indri Ariani dkk., “Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini Indri,” *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4 (2022): 1349–58.

²⁹ Kustari dan Mahendra, “Studi Deskriptif Mengenai Keterampilan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Se Kecamatan Cileunyi.”

sesuai dengan kemampuannya. Secara umum, kemampuan motorik terbagi menjadi dua jenis, yaitu keterampilan koordinasi motorik kasar dan keterampilan koordinasi motorik halus. Kemampuan motorik kasar (*gross motor skills*) melibatkan aktivitas otot-otot besar, seperti berjalan dan menggerakkan lengan. Sementara itu, kemampuan motorik halus (*fine motor skills*) berkaitan dengan gerakan yang lebih halus dan terkontrol, seperti ketangkasan jari.³⁰ Tetapi disini penulis fokus pada motorik kasar anak.

Motorik kasar adalah serangkaian gerak tubuh yang dilakukan oleh manusia yang melibatkan otot-otot kasar (*gross muscle*), atau gerak anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Gerak kasar adalah suatu keterampilan yang ditampilkan individu dalam beraktivitas dominan dengan menggunakan otot-otot besarnya. Keterampilan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak tergolong pada keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori, yaitu: lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif.³¹ Diantarnya sebagai berikut:

a. Gerak lokomotor

Gerak lokomotor adalah gerak yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Gerak

³⁰ Syafura dan Panggung, "Permainan Halang Rintang untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini yang Mengalami Obesitas."

³¹ Muhammad Salman dkk., *Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar melalui Permainan Halang Rintang pada Siswa SD Labschool FIP UMJ*, 2024, 2641–44.

lokomotor terdiri dari berjalan, berlari, meluncur, melompat dan lari seperti kuda berlari.

b. Gerak non lokomotor

Gerak non lokomotor adalah gerakan yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat seperti meregang dan menekuk, menarik dan mendorong, menurunkan dan mengangkat, memutar dan melipat, melingkar, dan lain-lain.

c. Gerak manipulative

Gerak manipulatif biasanya dilukiskan sebagai gerakan yang mempermainkan objek tertentu sebagai medianya. Gerak manipulatif merupakan keterampilan yang perlu melibatkan koordinasi antara mata, tangan dan koordinasi kaki. Bentuk-bentuk gerak manipulatif terdiri atas; gerak mendorong (melempar, menendang, memukul dengan pemukul seperti raket dan tongkat), gerakan menerima (menangkap).

Sejalan dengan pendapat diatas, motorik kasar mengacu pada gerakan tubuh yang dilakukan dengan intensitas keras atau kuat. Seiring bertambahnya usia anak dan perkembangan fisiknya yang menjadi lebih besar dan kuat, pola gerakannya juga mengalami perubahan. Perkembangan ini turut mendukung pertumbuhan otot yang semakin kuat dan besar.

Kondisi tersebut memungkinkan anak untuk terus mengembangkan keterampilan baru yang menjadi semakin kompleks seiring waktu.³²

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan motorik kasar melibatkan gerakan seluruh atau sebagian tubuh yang di perintahkan oleh otak, serta berperan dalam mengatur respons tubuh terhadap berbagai pengaruh internal maupun eksternal karena motorik kasar memiliki peran penting dan memberikan pengaruh signifikan bagi individu. Keterampilan motorik kasar siswa tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik, kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh, kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik.³³ Dalam penelitian ini, motorik kasar didefinisikan sebagai kemampuan yang memerlukan koordinasi antara bagian tubuh, seperti tangan dan otot kaki, untuk kemampuan bergerak dengan cepat melewati rintangan (kecepatan).

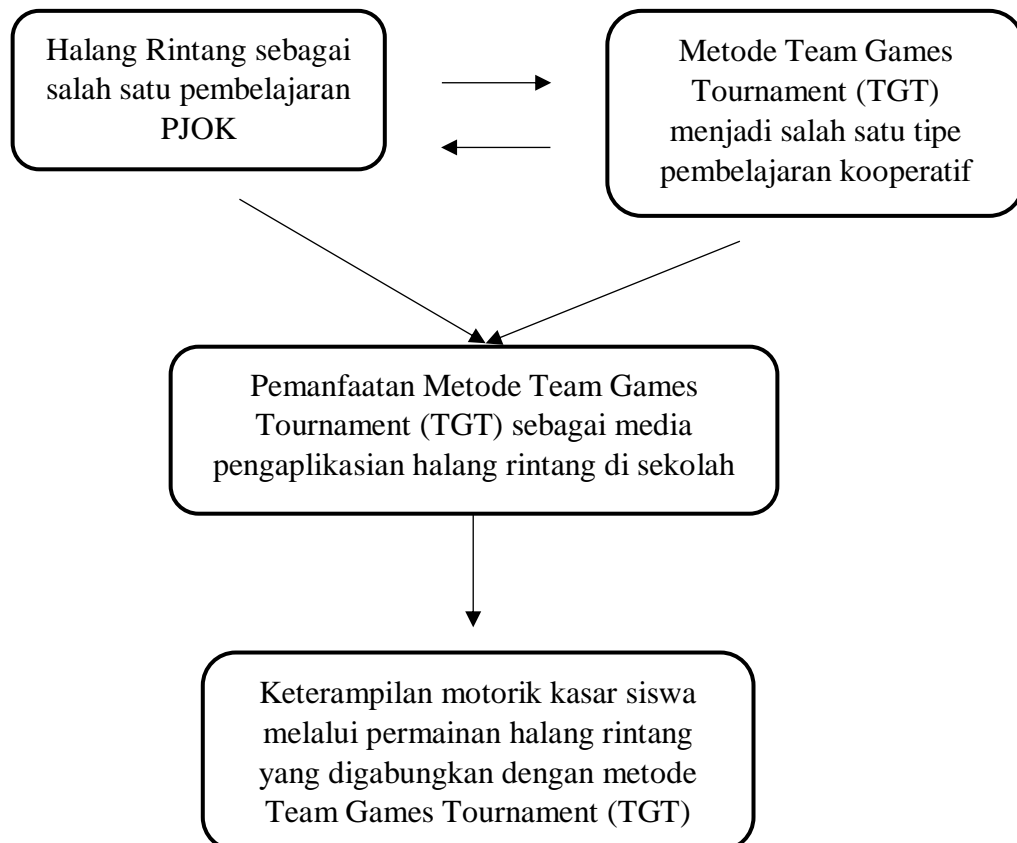
B. Kerangka Berpikir

Dalam penelitian ini, peneliti berupaya menyusun dan menjelaskan kerangka berpikir yang digunakan sebagai dasar dalam pelaksanaan penelitian:

³² Hurlock, Elizabeth B. 1999. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga

³³ Netti Hasibuan Nurhayati Siregar, Irma Sari Daulay, "Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Siswa Melalui Senam Irama Di Kelas 1 SD 1501 Hurunng Jilok," *Educatioanl Journal: General and Specific Research* 3, no. 3 (2023): 601–9.

Tabel 2.4 Kerangka Berpikir



C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah perkiraan awal yang diajukan oleh peneliti sebagai solusi sementara terhadap permasalahan penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_a : Terdapat Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode Turnamen terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari

H_o : Tidak terdapat Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode Turnamen terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari

D. Perspektif dalam Islam

Sensori motorik kasar merujuk pada kemampuan anak untuk melakukan gerakan besar yang melibatkan otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, dan berayun. Dalam konteks pendidikan Islam, pengembangan motorik kasar sangat penting, karena ia tidak hanya berkontribusi pada kesehatan fisik, tetapi juga pada perkembangan sosial dan emosional anak. Dalam Al-Qur'an dijelaskan pentingnya menjaga kesehatan yang disebut *As Syifa`* (Penyembuh)³⁴, sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Allah melalui firmanNya pada surat Al Isra (17/82):

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَرْزُقُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya:

“Kami turunkan dari Al-Quran sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Quran itu) hanya akan menambah kerugian.”

³⁴ Nur Shofiatul Nur, “Kesehatan Jasmani dan Rohani Menurut Al-Qur’an dan Hadist,” *Ta`wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur’an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 4, no. 2 (2023): 265–80, <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v4i2.977>.

Dalam ayat diatas dijelaskan bahwa Al Qur'an sebagai *As Syifa* yaitu penyembuh dari sakit atau bisa diartikan juga bahwa Al Qur'an merupakan obat baik secara rohani maupun jasmani. Selain dengan menjadikan Al Qur'an sebagai obat, kita juga harus menjaga kesehatan dengan malakukan olahraga atau aktivitas fisik. Dalam Islam, aktivitas fisik dianggap sebagai bagian dari ibadah.³⁵ Anak-anak diajarkan untuk aktif bergerak sebagai bentuk syukur atas nikmat kesehatan yang diberikan. Melalui permainan yang melibatkan gerakan motorik kasar, anak-anak dapat belajar tentang kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab. Hal ini sejalan dengan prinsip pendidikan Islam yang mendorong pengembangan karakter dan moral, di mana anak tidak hanya tumbuh secara fisik tetapi juga secara spiritual.³⁶

Selain dalam Al Qur'an yang menjelaskan tentang menjaga kesehatan jasmani dan rohani juga dijelaskan pada hadist Nabi Muhammad SAW, yang diriwayatkan oleh Al Bukhari dari Abdullah bin 'Amr bin Al 'Ash, Nabi Muhammad SAW bersabda³⁷ :

وَمُؤَاَصِ أَنْتَ أَخْبِرْ أَمَلٌ، اللَّهُ عَبْدَ أَي: وَسَلَّمْ عَلَيْهِ اللَّهُ صَلَّى اللَّهُ الرَّسُولُ يَلِ قَالَ
 وَقَمْ، وَأَفْطِرُ نَمْ تَفْعَلُ قَل: قَالَ، اللَّهُ الرَّسُولُ أَي بَلَى: قُلْتُ، اللَّيْلَ وَتَقَوْمٌ، النَّهَارَ
 عَلَيْكَ لِزَوْجِكَ وَإِنَّ، حَقًّا عَلَيْكَ لِعَيْنِكَ وَإِنَّ، حَقًّا عَلَيْكَ لِسَدَاكَ فَإِنَّكَ، وَمِنْ
 حَقًّا

³⁵ Eka Restiani Fatimah, "Konsep Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini (Studi Komparatif Jean Piaget dan Al-Ghozali)," *Jurnal Alayya* 1, no. 1 (2021): 1–31.

³⁶ Difa Zalsabella P dkk., "Pentingnya Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Nilai Karakter dan Moral Anak di Masa Pandemi," *Journal of Islamic Education* 9, no. 1 (2023): 43–63, <https://doi.org/10.18860/jie.v9i1.22808>.

³⁷ Nur, "Kesehatan Jasmani dan Rohani Menurut Al-Qur'an dan Hadist."

Artinya:

“Dari ‘Abdullah bin ‘Amr bin al-‘Ash dia berkata bahwa Rasulullah saw. telah bertanya (kepadaku, “Benarkah kamu selalu berpuasa di siang hari dan selalu berjaga di malam hari” Aku pun menjawab, “Ya (benar), ya, Rasulullah.” Rasulullah saw. pun lalu bersabda, “Jangan kau lakukan semua itu. Berpuasalah dan berbukalah, berjagalah dan tidurlah! Sesungguhnya badanmu mempunyai ha katas dirimu, matamu mempunyai ha katas dirimu, dan isterimu pun mempunyai ha katas dirimu.”” (Hadis Riwayat al-Bukhari dari ‘Abdullah bin ‘Amr bin al-‘Ash)

Dari hadist diatas dijelaskan bahwa Nabi Muhammad pernah menegur seorang sahabat yang melakukan ibadah tanpa memerdulikan kesehatannya. Dalam hal tersebut sudah sangat jelas bahwa Nabi Muhammad SAW sangat memperhatikan kesehatan tanpa melalaikan kewajiban beribadah kepada Allah. Karena kesehatan juga merupakan salah satu unsur kesejahteraan yang semua orang berhak mendapatkannya.

Pengembangan motorik kasar juga dapat dilakukan melalui kegiatan yang melibatkan unsur-unsur permainan tradisional yang kaya akan nilai-nilai Islam. Misalnya, permainan yang mendorong interaksi sosial dan kerjasama antar teman sebaya dapat membantu anak-anak memahami pentingnya persaudaraan dan saling mendukung. Kegiatan ini tidak hanya melatih kemampuan fisik, tetapi juga membangun hubungan sosial yang sehat, yang merupakan bagian dari ajaran Islam.

Pentingnya lingkungan yang mendukung juga tidak dapat diabaikan. Dalam konteks ini, keluarga dan masyarakat memiliki peran besar dalam menyediakan ruang dan kesempatan bagi anak-anak untuk bergerak dan bermain. Dengan memberikan akses kepada fasilitas olahraga dan permainan yang aman, orang tua dan pendidik dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan motorik kasar mereka, sekaligus menerapkan nilai-nilai Islam yang menekankan pada pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran fisik. Dengan demikian, sensori motorik kasar dalam perspektif Islam menunjukkan bahwa pengembangan fisik tidak hanya berfungsi untuk kesehatan tubuh, tetapi juga sebagai sarana untuk membentuk karakter dan nilai-nilai moral yang kuat pada anak-anak.

BAB III

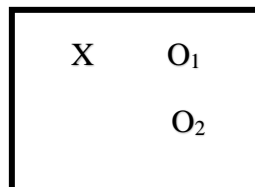
METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Creswell penelitian kuantitatif yaitu sebuah penelitian mengenai permasalahan social yang berdasar pada uji coba terhadap sesuatu melalui berbagai variabel yang diukur dengan angka, setelah itu dianalisis menggunakan prosedur statistik yang digunakan untuk menentukan apakah kesimpulan atau hasil atas prediktif teori tersebut benar.³⁸

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Quasy Experimental*. Peneliti menggunakan penelitian *experimental* ini dikarenakan peneliti ingin menguji seberapa besar pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) terhadap keterampilan motorik kasar siswa. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Posttest Only Control Group Design*. Penelitian ini melibatkan dua kelas sebagai kelompok perlakuan.

Tabel 3.1 Posttest Only Control Group Design



³⁸ Andi Ibrahim, Asrul Alang Haq, dan Madi, "BUKU METODOLOGI," *Makasar: Gunadarma Ilmu*, 2018.

Keterangan :

X : Perlakuan yang diberikan melalui permainan halang rintang

O₁ : Hasil pengukuran kelompok eksperimen yang diberi perlakuan

O₂ : Hasil pengukuran kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MI Almaarif 3 Langlang Singosari yang berlokasi di Jalan Masjid No. 39 Langlang, Desa Langlang, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Lokasi penelitian ini akan membantu peneliti untuk mendapatkan data-data yang di butuhkan dalam penelitian yang dilakukan.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan sebuah komponen yang telah ditentukan peneliti untuk diteliti supaya mendapat jawaban yang dirumuskan yakni dalam bentuk kesimpulan dari penelitian. Variabel merupakan komponen yang utama dalam sebuah penelitian. Maka sebab itu, sebuah penelitian tidak bisa berjalan tanpa adanya variabel yang akan diteliti.³⁹

Variabel bebas (X) merupakan variabel independen atau bisa disebut variabel yang memberi pengaruh terhadap variabel lain. Atau dapat

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Rnd*, ed. oleh Sugiyono (Bandung: Alfabeta, 2019).

dikatakan bahwa variabel bebas merupakan penyebab utama dari perubahan variabel lainnya. Sedangkan variabel terikat (Y) merupakan variabel dependen atau biasa disebut variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Atau dapat dikatakan bahwa variabel terikat sebagai bentuk akibat dari variabel bebas.⁴⁰ Penelitian yang dilakukan ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel peneliti yang di dapat adalah sebagai berikut:

1. Variabel bebas atau independen (X) pada penelitian ini adalah Permainan Halang Rintang dengan Metode Team Games Tournament (TGT).
2. Variabel terikat atau dependen (Y) pada penelitian ini adalah Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5

D. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa MI Alma`arif 3 Langlang Singosari. Dengan mengambil sampel siswa kelas 5 yang terdiri dari dua kelas 5 A dan kelas 5 B yang mana kelas 5 A terdiri dari 26 siswa dan kelas 5 B terdiri dari 25 siswa, sehingga keseluruhan populasi adalah 51 siswa dari kelas 5.

Teknik pengambilan sampel menggunakan Cluster R Sampling, yang mana sampel terdiri dari seluruh siswa kelas 5 yang berjumlah 56

⁴⁰ Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian*.

siswa. Semua sampel tersebut kemudian di bagi menjadi dua kelompok. Kelompok kelas eksperimen 28 anak dan kelas kontrol 28 anak.

E. Data dan Sumber Data

1. Observasi

Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini melalui pengamatan proses, perkembangan dan kondisi lapangan di MI Alma`arif 3 Langlang Singosari. Observasi yang dilakukan lebih ditekankan pada kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang dengan tujuan mengetahui secara langsung proses, perkembangan pada kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari.

2. Tes/Uji Praktik

Tes dilakukan setelah mendapatkan perlakuan. Hal ini dilakukan guna mengetahui hasil pembelajaran dari kedua kelas yaitu kelas kontrol dan kelas eksperimen setelah mendapat perlakuan.

3. Dokumentasi

Pada penelitian yang dilakukan ini menggunakan teknik dokumentasi yang diambil dari surat-surat yang mendukung penelitian serta dokumentasi observasi yang di dapat selama proses penelitain yang berlangsung.

F. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian dengan tujuan mendapatkan hasil yang akurat. Variabel yang diukur mencakup Permainan Halang Rintang dengan Metode Turnamen serta keterampilan motorik kasar siswa. Instrumen yang dipakai dalam penelitian terdiri dari:

1. Instrumen Perlakuan

Instrumen perlakuan dalam penelitian ini meliputi Modul Ajar tentang Permainan Halang Rintang dengan Metode Turnamen, serta lembar observasi keterlaksanaan pembelajaran.

2. Instrumen Pengukuran

Instrumen pengukuran dalam penelitian ini menggunakan tes/uji praktik tentang keterampilan motorik kasar yang melibatkan keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan kekuatan fisik. Tes ini diberikan kepada kelas eksperimen yang diberi perlakuan.

Tabel 3. 2 Instrumen Keterampilan Motorik Kasar

No.	Aspek Kerampilan Motorik Kasar	Indikator	Deskripsi Kriteria	Skor
1.	Keseimbangan	Berlari dan mendarat dengan stabil	Sering tidak stabil/gagal, sering kehilangan kontrol tubuh setelah mendarat.	1
		Mendarat tanpa kehilangan keseimbangan.	Cukup stabil/tepat, kadang sedikit goyah setelah mendarat.	2

			Selalu stabil/tepat saat berlari dan mendarat.	3
2.	Kekuatan	Melompat tinggi dan melewati rintangan	Tolakan kaki lemah, tubuh tidak terangkat tinggi dan jauh melewati rintangan.	1
			Tolakan cukup kuat, cukup tinggi melewati rintangan (kadang jaraknya terlalu dekat).	2
			Tolakan selalu kuat, mengangkat tubuh sangat tinggi melewati rintangan.	3
3.	Kelincahan	Kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dan terkontrol	Tidak mampu mengubah arah dengan cepat (terhambat)	1
			Mengubah arah dengan baik tetapi kurang stabil	2
			Selalu lincah, langkah kaki cepat dan tepat saat melakukan zig-zag dan membelok.	3
4.	Kecepatan	Kemampuan menyelesaikan lintasan halang rintang dengan waktu tercepat dan tetap aman	Sering tidak tepat/gagal mempertahankan kecepatan; lari terlalu lambat.	1
			Cukup stabil, kecepatan sedikit menurun setelah melewati rintangan.	2
			Selalu stabil dan cepat dari start hingga finish.	3

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memenuhi standar keabsahan. Instrumen yang diuji mencakup instrumen perlakuan, seperti Modul Ajar, dan instrumen pengukuran berupa uji praktik. Penelitian ini menerapkan dua jenis uji validitas, yaitu validitas isi dan validitas

konstruk. Validitas isi diuji dengan melibatkan dua dosen ahli dan satu guru kelas MI Alma`arif 3 Langlang. Aspek yang dinilai meliputi instrumen perlakuan, termasuk kelayakan Modul Ajar. Sementara itu, validitas konstruk dilakukan untuk menguji instrumen motorik kasar berupa pertanyaan seputar indikator yang telah dibuat, dengan menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dan bantuan Microsoft Excel ataupun *SPSS ver 30*.

Lembar uji validitas isi kepada dosen dan guru MI Alma`arif 3 Langlang memiliki kriteria penilaian yang terdapat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian

Point	Keterangan
0	Tidak baik
1	Kurang baik
2	Cukup baik
3	Baik
4	Sangat baik

Hasil Validitas isi yang diperoleh dari dua dosen ahli dianalisis menggunakan Microsoft excel dengan menerapkan rumus indeks *Aiken*. Rumus ini digunakan untuk menghitung tingkat validitas isi instrumen yang digunakan. Berikut adalah rumus indeks Aiken yang digunakan dalam validitas isi:

$$V = \frac{\sum s}{n(c-1)}$$

Keterangan:

- V : indeks kesepakatan rater
 s : skor yang diberikan setiap rater dikurangi skor terendah tiap kategori
 n : jumlah rater yang terlibat dalam penilaian
 c : jumlah kategori pilihan yang tersedia bagi rater

Uji validitas dilakukan berdasarkan kriteria tertentu yang diberikan kepada dosen ahli dan guru kelas. Kriteria ini bertujuan untuk menentukan apakah data yang diperoleh valid dan untuk mengukur tingkat kevalidan data tersebut. Kriteria validitas isi disajikan dalam tabel berikut

Tabel 3. 4 Kriteria Uji Validitas

Interval Skor	Kategori Kevalidan
$0,76 < V < 1$	Sangat valid
$0,51 < V < 0,76$	Valid
$0,26 < V < 0,51$	Kurang valid
$0 < V < 0,26$	Tidak valid

Peneliti telah melakukan uji validitas isi kepada dosen ahli dan satu guru dalam kurun waktu 2 minggu. Setelah itu peneliti mengelola data yang telah didapatkan dari dua dosen ahli dan satu guru melalui *Microsoft excel* dengan rumus *indeks aiken*. Dalam pengelolaan hasilnya peneliti tidak mengalami kendala. Deskripsi data hasil validasi isi dapat dilihat pada Tabel 3.4 – Tabel 3.5.

a) Uji Validitas Isi

1) Modul Ajar

Modul ajar yang telah di uji validitas kepada dosen ahli dan guru menghasilkan nilai V yaitu 0,773438. Maka dari itu

Modul Ajar yang akan digunakan dinyatakan Valid. Untuk lebih lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 3. 5 Hasil Uji Validasi Isi Modul Ajar

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
Butir 1-16	70	61	54	45	99	128	0,773438	Valid

2) Instrumen Post-test

Instrumen posttest yang telah di uji validitas kepada dosen ahli dan guru menghasilkan V yaitu 0,738636 yang berarti bahwa instrumen posttest tersebut telah dinyatakan valid. Untuk lebih lengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 3. 6 Hasil Uji Validasi Instrumen Post-test

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
Butir 1-11	39	48	28	37	65	88	0,738636	Valid

Setelah melakukan uji validitas isi kepada dosen ahli dan guru, peneliti melakukan uji validitas instrumen dengan uji praktik yang diujikan kepada siswa kelas 6 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari. Setelah mendapatkan datanya, peneliti langsung mengelola data validitas tersebut dengan bantuan *Microsoft excel* menggunakan rumus *Product Moment*.

Deskripsi data hasil uji validitas konstruk dapat dilihat pada Tabel 3.6

Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Konstruk

Butir Instrumen	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0.929385731	0,367	Valid
2	0.50552503	0,367	Valid
3	0.771039739	0,367	Valid
4	0.8714221	0,367	Valid
5	0.916150245	0,367	Valid

2. Uji Reliabilitas

Reabilitas merupakan seberapa konsisten hasil ukuran sebuah alat ukur ketika alat tersebut digunakan secara berulang-ulang. Alat ukur yang dinyatakan reliabel akan menghasilkan data yang sama ketika digunakan lagi dalam kondisi yang sama. Bila ada kesamaan data dalam waktu yang berbeda maka dikatakan reliable. Dalam penelitian ini, peneliti menguji reliabilitas dengan *internal consistency* yaitu peneliti hanya mencobakan instrumen satu kali saja.⁴¹ Pengujian tersebut kemudian dilakukan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Rnd.*

menggunakan bantuan *SPSS ver 30* karena instrumen berbentuk kuisioner. Berikut adalah rumus koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach*:

$$r_i = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

- r_i : koefisien reliabilitas yang dicari
- k : jumlah butir instrumen
- σ_b^2 : varians butir-butir instrumen
- σ_t^2 : varian total

Menurut Duli, rumus tersebut mempunyai syarat⁴²:

- a. Jika angka nilainya $> 0,70$ maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel.
- b. Jika angka nilainya $< 0,70$ maka instrumen tersebut dinyatakan tidak reliabel.

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas

Aspek	Nilai
Jumlah Varian	2.362433862
Varian Total	7.666666667
<i>Alpha Cronbach</i>	0.864820566
Kesimpulan	Reliabel

⁴² Ilham Rofi Alrosyid, "HUBUNGAN LITERASI DIGITAL DAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS RENDAH," 2022.

H. Analisis Data

Ketika melakukan penelitian, perlu adanya analisis data supaya data tersebut mudah dipahami serta bisa menjadi solusi atas penelitian yang akan diteliti sehingga nantinya akan mendapatkan suatu kesimpulan yang akurat. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua uji, sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Peneliti pada penelitian ini akan menggunakan normalitas data. Uji tersebut digunakan untuk menguji apakah populasi yang akan diteliti bersifat normal ataukah tidak. Oleh karena itu langkah awal harus melakukan uji normalitas data sebelum uji hipotesis. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov* dengan bantuan *SPSS Windows Versi 30*. Kriteria dari penelitian ini jika signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal dan jika signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua kelompok distribusi data memiliki varians yang homogen. Dengan ketentuan jika $F_h \leq F_t$ pada taraf signifikan 0,05 maka varians homogen menggunakan program *SPSS ver 30*.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan yaitu *Independent Sample T-Test*, berfungsi untuk mengetahui perbedaan rata-rata antar 2

kelompok yang tidak berhubungan. Ketentuan dari pengujian apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak. T hitung dapat diketahui melalui perhitungan derajat bebas atau $df = n - k$ atau jumlah responden-jumlah variabel. Berdasarkan pebandinga nilai probabilitas (sig), jika $\text{sig} > 0,05$ maka H_o diterima atau $\text{sig} < 0,05$ maka H_o ditolak dan H_a diterima. Rumus *Independent Sample T-Test* sebagai berikut:

$$t = \frac{X^1 - X^2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n^1} + \frac{S_2^2}{n^2}}}$$

Keterangan:

- X^1 = rata-rata kelompok a
- X^2 = rata-rata kelompok b
- S^1 = standar deviasi kelompok a
- S^2 = standar deviasi kelompok b
- n^1 = banyaknya sampel di kelompok a
- n^2 = banyaknya sampel di kelompok b

I. Prosedur Penelitian

Tahapan-tahapan yang perlu dilaksanak dalam penelitian ini yaitu:

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan atau tahapan awal yang harus dilakukan dalam penelitian yang dilakukan ini yaitu dengan menemukan sebuah masalah yang ada di lapangan atau lokasi penelitian. Peneliti memberikan solusi terhadap permasalahan yang ditemukan di lokasi penelitian dan di dukung dengan teori. Tahap ini mencakup penentuan

tema dan menentukan judul penelitian, mencari penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang dilakukan sebagai sumber rujukan atau pacuan, menentukan populasi dan sampel yang akan digunakan, serta penyusunan instrumen penelitian. Selanjutnya menguji data yang didapat agar mendapatkan data yang valid dan reliabel. Peneliti juga merancang rencana kegiatan penelitian.

2. Tahap pelaksanaan penelitian

Tahap pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dalam empat pertemuan, masing-masing dengan durasi dua jam pembelajaran (2 x 35 menit), menggunakan Permainan Halang Rintang yang dikombinasikan dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT). Proses pembelajaran dilaksanakan berdasarkan modul ajar yang telah dirancang. Peneliti juga melakukan observasi langsung selama pembelajaran berlangsung. Setelah proses perlakuan selesai, posttest diberikan untuk menilai keterampilan motorik kasar siswa setelah perlakuan dilakukan.

3. Tahapan akhir

Pada tahap akhir ini yaitu mengolah data yang telah diperoleh atau menganalisis data yang telah diperoleh untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian yang dilakukan ini.

BAB IV

PAPARAN DATA DAN HASIL PENELITIAN

A. Paparan Data

Paparan data hasil yang menjadi temuan yang dijelaskan berdasarkan observasi dan dokumentasi yang telah dilakukan peneliti di MI Alma`arif 3 Langlang Singosari yang beralamat di Jalan Masjid No. 9 Langlang, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Sekolah ini memiliki area lapangan kecil yang dapat digunakan sebagai sarana pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

1. Deskripsi Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament (TGT)*

Proses pembelajaran PJOK di MI Alma`arif 3 Langlang Singosari pada umumnya serupa dengan sekolah-sekolah lain, baik dari segi pembelajaran yang digunakan. Secara umum, pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran tergolong sederhana dan biasa digunakan di sekolah-sekolah, seperti papan tulis dan buku LKS. Namun, pembelajaran PJOK yang biasanya sering dilakukan diluar ruangan sangat jarang diterapkan karena keterbatasan media yang digunakan. Oleh karena itu, peneliti memanfaatkan metode pembelajaran *Team Games Tournament* sebagai metode pembelajaran yang menyenangkan dan efektif.

Permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* diterapkan pada kelas 5A sebagai kelas kontrol dan 5B sebagai kelas eksperimen. Jam pembelajaran untuk kedua kelas adalah dua jam pembelajaran di hari yang sama yaitu hari jumat pukul 9.30-10.40 dan kedua kelas tersebut sama-sama mempelajari materi tentang permainan halang rintang pada bab lari.

Tahap berikutnya adalah peneliti mempersiapkan seluruh perangkat pembelajaran yang dibutuhkan, meliputi modul ajar, media pembelajaran berupa ritangan sederhana yang dimodifikasi, lembar penilaian keterampilan motorik kasar, dan instrumen pendukung berupa dokumentasi.

a. Kelas Kontrol

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 7 November 2025, di kelas 5A dengan jumlah siswa kelas kontrol sebanyak 26 siswa. Penelitian ini berlangsung selama 1 jam pembelajaran (2 x 35 menit), dimulai pada pukul 9.30 – 10.40 WIB. Pada 10 menit awal guru menyampaikan tujuan serta gambaran umum pembelajaran mengenai materi “permainan halang rintang dalam lari”. Guru menjelaskan prosedur dasar gerakan dan teknik berlari melewati rintangan secara sederhana yang dimodifikasi. Setelah penjelasan, siswa diberikan kesempatan melakukan latihan awal secara mandiri untuk mengenali bentuk rintangan dan memahami teknik gerak yang benar.

Selanjutnya, kegiatan inti difokuskan pada praktik lari halang rintang secara individual. Guru memberikan instruksi dan contoh gerakan, kemudian setiap siswa melewati rintangan sesuai giliran. Pada tahap ini pembelajaran berlangsung secara konvensional, dengan model demonstrasi dan latihan berulang tanpa dukungan metode permainan kompetitif. Guru memberikan umpan balik secara langsung terkait keseimbangan tubuh, kecepatan lari, dan koordinasi gerak ketika melompat ataupun menghindari rintangan. Siswa tampak mengikuti arahan guru dengan tertib dan menunjukkan keterlibatan mereka yang tinggi selama proses kegiatan pembelajaran.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 14 November 2025 dengan alokasi waktu yang sama, yaitu pukul 9.30 – 10.40 WIB. Pada pertemuan ini guru mengarahkan siswa untuk melakukan latihan halang rintang dengan rute yang sama seperti pertemuan sebelumnya. Model pembelajaran tetap menggunakan pendekatan ceramah singkat dan latihan teknik dasar secara langsung. Siswa diminta melakukan gerakan lari, melompat, dan melewati rintangan dalam lintasan yang telah disiapkan di lapangan sekolah. Guru mengawasi dan memberi koreksi terkait kelincahan, koordinasi antara gerak kaki dan tangan, serta keseimbangan tubuh saat menyelesaikan lintasan. Meskipun pembelajaran berjalan lancar dan tertib, ada beberapa siswa mulai

menunjukkan tanda kebosanan karena rangkaian kegiatan yang bersifat rutin tanpa ada strategi pembelajaran yang lebih interaktif.

Selanjutnya, siswa diberikan tes keterampilan berupa uji praktik post-test untuk mengukur kemampuan motorik kasar setelah pembelajaran konvensional dilakukan. Tes berlangsung selama 50 menit dan setiap siswa menyelesaikan lintasan secara individu. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami peningkatan penguasaan teknik dasar seperti menjaga keseimbangan saat melompat dan meningkatkan waktu tempuh lari. Namun peningkatan tersebut belum merata karena kurangnya stimulus kompetitif dan interaksi kelompok yang dapat mendorong siswa lebih aktif. Kegiatan diakhiri dengan pendinginan dan doa bersama sebagai penutup pembelajaran. Secara keseluruhan, proses pembelajaran di kelas kontrol berlangsung tertib dan sistematis, namun keterlibatan siswa cenderung lebih rendah dibandingkan model pembelajaran berbasis turnamen.

b. Kelas Eksperimen

Pada pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 21 November 2025, di kelas 5B dengan jumlah siswa kelas eksperimen sebanyak 25 siswa. Penelitian ini berlangsung selama 1 jam pembelajaran (2 x 35 menit), dimulai pada pukul 9.30 – 10.40 WIB, dengan waktu 10 menit pertama digunakan untuk menyampaikan maksud dan tujuan pembelajaran yang akan

dilakukan. Dalam fase ini, guru memberikan pengantar yang jelas tentang apa yang diharapkan dari kegiatan tersebut dan tujuan akhir yang ingin dicapai dalam penerapan metode pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT). Selanjutnya, siswa diberikan latihan awal dulu berupa latihan dasar halang rintang yang harus dilakukan secara bergantian selama rentang waktu 50 menit. Latihan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman awal kepada siswa mengenai teknik dasar berlari, melompat, serta menjaga keseimbangan saat melewati rintangan. Kemudian dilanjutkan untuk berdoa bersama sebagai bentuk penutup, memberikan kesan mendalam bagi siswa tentang pentingnya nilai-nilai spiritual dalam pendidikan. Selama seluruh proses, siswa terlibat dengan lancar dan tertib, menunjukkan keterlibatan mereka yang tinggi dan semangat dalam mengikuti setiap instruksi yang diberikan.

Pertemuan kedua, dilakukan pemberian perlakuan (treatment) menggunakan metode pembelajaran *Team Games Tournament* (TGT) di kelas eksperimen pada tanggal 28 November 2025 dengan alokasi waktu yang sama, yaitu pukul 9.30 – 10.40 WIB. Pada pertemuan kedua ini guru memulai sesi dengan menjelaskan kembali alur permainan, aturan turnamen, sistem penilaian, serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai melalui kegiatan tersebut. Guru kemudian membagi siswa ke dalam beberapa kelompok kecil sebagai bentuk tim dalam pelaksanaan

turnamen. Siswa mulai mengikuti kegiatan dengan antusias, karena setiap tim berusaha menyelesaikan lintasan halang rintang secepat dan sebaik mungkin untuk mendapatkan poin bagi kelompoknya.

Selanjutnya, siswa diberikan post-test berupa uji praktik yang harus diselesaikan dalam rentang waktu 50 menit. Adanya kedisiplinan waktu dan fokus siswa yang sungguh-sungguh membantu kelancaran jalannya kegiatan penelitian ini. Mereka menunjukkan konsentrasi tinggi dan dedikasi dalam menyelesaikan lintasan halang rintang yang diberikan. Hal ini menandakan bahwa kemampuan motorik kasar siswa mengalami peningkatan setelah mendapatkan treatment serta penerapan metode *Team Games Tournament* dalam pembelajaran. Kegiatan ditutup dengan doa bersama sebagai penutup proses pembelajaran, sekaligus memberikan pemahaman kepada siswa bahwa setiap aktivitas belajar juga mengandung nilai-nilai spiritual yang penting untuk diterapkan.

Proses ini memungkinkan siswa untuk melatih kemampuan mereka dalam bekerja sama, mengambil keputusan cepat, serta meningkatkan keterampilan motorik melalui kegiatan yang menarik dan kompetitif. Namun, meskipun seluruh siswa mengikuti permainan dengan sangat bersemangat, terdapat beberapa siswa yang masih membutuhkan bimbingan guru dalam menyelesaikan bagian tertentu dari lintasan halang rintang,

terutama pada saat melompati rintangan. Hal ini disebabkan oleh perbedaan kemampuan motorik kasar pada setiap siswa, sehingga guru memberikan perhatian lebih melalui penguatan teknik gerak.

2. Pengaruh Metode Teams Games Tournament (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa

Hasil tes berguna untuk memenuhi jawaban atas pertanyaan dalam rumusan penelitian. Peneliti mempresentasikan dalam penelitian ini hasil post-test kelas kontrol dan kelas eksperimen, kemudian menganalisisnya menggunakan kode statistik.

a. Hasil Post-test Kelas Kontrol dan Kelas Eksperimen

Hal ini diperoleh dari melakukan post-test pada dua kelompok, yaitu kelas kontrol dan kelas eksperimen. Hasil post-test kelas kontrol dan kelas eksperimen sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Nilai Post-Test Keterampilan Motorik Kasar Siswa

Kelas	Jumlah Siswa	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	Rata-Rata	Std.Deviation
5A	26	80	33	8.12	2.179
5B	25	100	40	10.16	1.993

Dari Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa pada kelas 5A yang berjumlah 26 siswa dengan nilai rata-rata 8,12, sedangkan pada kelas 5B terdapat 25 siswa dengan nilai rata-rata 10,16. Secara keseluruhan, data tersebut menunjukkan bahwa rata-rata nilai post-test kelas 5B lebih tinggi daripada kelas 5A.

B. Data Hasil Penelitian

Data yang diperoleh diolah menggunakan program *SPSS Windows Versi 30* dan mendapatkan hasil pengujian data yang valid sesuai syarat uji yang berlaku. Berikut disajikan data hasil pengujian deskriptif statistik, uji normalitas, uji homogenitas dan uji Independent T-Test dari kedua kelas tersebut.

1) Uji Normalitas

Kaidah yang digunakan untuk menguji normalitas adalah jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka distribusi data tersebut normal, dan jika signifikansi $< 0,05$ maka distribusi tersebut tidak normal. Berikut ini adalah tabel hasil perhitungannya.

Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas

Post-Test	Nilai Signifikansi		Kriteria	Kesimpulan
	α	Sig.		
	0.05	0.200	$\text{Sig} \geq \alpha$	Normal

Berdasarkan hasil uji Kolmogorov–Smirnov, diketahui bahwa jumlah data (N) adalah 25. Nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* diperoleh sebesar 0,200, yang berada di atas batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, sesuai dengan kriteria pengambilan keputusan, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data residual dinyatakan berdistribusi normal. Selain itu, nilai *Most Extreme Differences* pada sisi absolut adalah 0,114, yang menunjukkan bahwa penyimpangan data terhadap distribusi normal relatif

kecil. Nilai rata-rata residual sebesar 0,000000 dan standar deviasi 1,865 menunjukkan bahwa data telah terstandarisasi dengan baik.

2) Uji Homogenitas

Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
hasil belajar siswa	Based on Mean	.019	1	49	.892
	Based on Median	.056	1	49	.814
	Based on Median and with adjusted df	.056	1	46.153	.814
	Based on trimmed mean	.039	1	49	.843

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah varians data pada kedua kelompok memiliki keragaman yang sama. Pengujian dilakukan menggunakan Levene's Test dengan taraf signifikansi 0,05. Berdasarkan hasil uji homogenitas, diketahui bahwa nilai signifikansi *based on mean* sebesar 0.892, yang menunjukkan bahwa nilai Sig. lebih besar dari 0,05 (Sig. = 0.892 > 0,05). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa varians data pada kedua kelompok adalah homogen. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa syarat homogenitas terpenuhi sehingga data layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan uji statistik parametrik.

3) Uji Hipotesis

Tabel 4. 4 Hasil Uji Independent Sampel T-Test

		t-test for Equality of Means							
		t	df	Significance		Mean Difference	Std. Error Difference	95 % Confidence Interval of the Difference	
				One-Sided p	Two-Sided p			Lower	Upper
hasil belajar siswa	Equal variances assumed	-3.493	49	<,001	.001	-2.045	.585	-3.221	-.868
	Equal variances not assumed	-3.499	48.884	<,001	.001	-2.045	.584	-3.219	-.870

Berdasarkan analisis statistik menggunakan *Independent Samples T-Test*, hasil belajar siswa menunjukkan perbedaan yang signifikan antara Kelas A dan Kelas B. Secara deskriptif, Kelas B memiliki rata-rata hasil belajar yang lebih tinggi (10.16) dibandingkan dengan Kelas A (8.12). Uji signifikansi menghasilkan nilai p (*Sig. (2-tailed)*) sebesar 0.001. Karena nilai p ini jauh lebih kecil dari batas signifikansi $\alpha = 0.05$, Hipotesis Nol (H_0) ditolak, dan disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil belajar yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok. Perbedaan ini konsisten, sebagaimana ditunjukkan oleh Interval Kepercayaan 95%

yang tidak mencakup nol. Oleh karena itu, rata-rata hasil belajar Kelas B secara statistik signifikan lebih baik daripada Kelas A.

BAB V

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan yang tercantum pada rumusan masalah yaitu mengenai sejauh mana Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Al`marif 3 Langlang Singosari. Berdasarkan hasil post-test dengan uji praktik yang dilakukan terhadap siswa, diperoleh temuan bahwa terjadi peningkatan keterampilan motorik kasar pada kelas eksperimen setelah mereka mengikuti pembelajaran dengan model tersebut dari pada kelas kontrol. Permainan halang rintang dengan *Team Games Tournament* memberikan kesempatan pada siswa untuk mengembangkan motorik kasar mereka melalui kegiatan permainan berkelompok dengan melewati rintangan yang di modifikasi oleh guru.

Dalam pelaksanaan pembelajaran di kelas eksperimen, siswa dilibatkan secara aktif dalam setiap tahap kegiatan pembelajaran melalui penerapan metode *Team Games Tournament (TGT)* yang dikombinasikan dengan permainan halang rintang. Kegiatan diawali dengan penjelasan guru mengenai tujuan pembelajaran dan tata cara pelaksanaan permainan, dilanjutkan dengan pembentukan kelompok kecil sebagai tim turnamen. Setiap kelompok bekerja sama untuk menyelesaikan lintasan halang rintang yang telah dimodifikasi secara kreatif oleh guru, seperti rintangan melompat, berlari zig-zag, dan menyeimbangkan tubuh. Siswa

berpartisipasi dengan antusias karena setiap keberhasilan anggota tim akan memberikan poin bagi kelompok mereka.

Selama proses pembelajaran, guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan arahan, bimbingan, serta umpan balik terhadap teknik gerak yang dilakukan siswa. Pembelajaran tidak hanya menekankan aspek fisik, tetapi juga membangun kerja sama, kedisiplinan, dan sportivitas antaranggota kelompok. Siswa saling memberi dukungan, menyemangati tim, dan berstrategi agar dapat menyelesaikan rintangan dengan waktu tercepat. Suasana kompetitif yang sehat tercipta di lapangan, membuat siswa lebih bersemangat untuk berpartisipasi aktif. Selain melatih kekuatan dan kelincahan, kegiatan ini juga memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan karena siswa dapat belajar melalui praktik langsung. Pembelajaran tidak lagi bersifat satu arah seperti ceramah, melainkan berbasis aktivitas dan kolaborasi. Melalui metode *Team Games Tournament (TGT)*, setiap siswa mendapat kesempatan untuk bergerak, berinteraksi, dan mengaplikasikan keterampilan motorik secara langsung dalam konteks permainan. Proses ini mencerminkan ciri khas pembelajaran PJOK yang menekankan aktivitas fisik, kebersamaan, serta pengembangan keterampilan motorik kasar melalui pengalaman belajar yang kontekstual dan bermakna bagi siswa.⁴³

⁴³ Manami Aprianto Samosir dkk., "MENINGKATKAN MINAT BELAJAR SISWA SD-UMMI AIDA ISLAM TERPADU DALAM PEMBELAJARAN PJOK MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL: KAJIAN LITERATUR," *Jurnal Pendidikan Olahraga* 03, no. 02 (2024).

Penggunaan media dalam permainan halang rintang di kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari bersifat sederhana namun efektif dengan memanfaatkan alat bantu cone/kerucut, kardus dan tongkat besi. Media ini dipilih karena mudah ditemukan dan tidak memerlukan biaya besar, namun tetap mendukung pembelajaran motorik kasar secara optimal. Penggunaan media tersebut mampu menumbuhkan kreativitas siswa dalam berlatih serta memberikan pengalaman praktik langsung yang menyenangkan. Selain itu, alat-alat tersebut dapat dimodifikasi sesuai kebutuhan kegiatan. Maka dari itu penggunaan media pembelajaran yang sesuai sangat mendukung pemahaman siswa terhadap teknik dasar melompat, berlari dan melatih keterampilan motorik kasar secara bertahap. Hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan sumber daya tidak menjadi penghambat bagi pembelajaran yang aktif.⁴⁴

Menurut Putri Nova Liani, dkk., bola dapat digunakan untuk latihan melempar, menangkap, dan menendang. Kardus bisa dijadikan rintangan untuk melompat atau merangkak. Cone dan kardus dapat digunakan untuk latihan lari zig-zag, menjaga keseimbangan, dan koordinasi tubuh (meningkatkan aktivitas fisik dan keterampilan gerak). Media sederhana yang mudah ditemukan sangat efektif untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak yang membuat pembelajaran lebih variatif dan

⁴⁴ Putri Liani, Hafisa Ambarwati, dan Intan Tristya, "Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus dan Motorik Kasar Anak Usia Dini," *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* 1 (2 Desember 2023): hal 78-82, <https://media.neliti.com/media/publications/583421-media-pembelajaran-dalam-meningkatkan-pe-02934075.pdf>.

menyenangkan. Anak-anak lebih tertarik mengikuti aktivitas fisik karena alat yang digunakan tidak monoton dan bisa berubah-ubah sesuai kreativitas guru (menumbuhkan kreativitas dan antusiasme anak). Dengan latihan yang berulang dan bervariasi menggunakan media sederhana, anak-anak akan lebih cepat menguasai gerakan dasar motorik kasar. Mereka juga belajar memecahkan masalah, bekerja sama, dan berkompetisi secara sehat (mempercepat keterampilan motorik kasar).

Guru menggunakan penilaian dalam proses pembelajaran berlangsung yang tidak hanya menitikberatkan pada hasil akhir perlombaan, tetapi juga memperhatikan aspek proses seperti teknik, kerja sama tim. Temuan ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya, yang dilakukan Joseph Mintah, menjelaskan bahwa penilaian autentik dalam Pendidikan jasmani sangat efektif untuk mengukur keterampilan motorik kasar secara langsung dan berkelanjutan. Penilaian ini mencakup pengukuran waktu tempuh yang diukur menggunakan stopwatch untuk memperoleh data objektif mengenai kecepatan siswa melewati rintangan sampai mencapai garis finish. Penilaian ini juga mempertimbangkan sikap dan kerja sama yang mencakup kepatuhan terhadap aturan, kerja sama tim, dan sikap sportif siswa, sebagaimana yang juga diterapkan dalam penelitian ini.⁴⁵

⁴⁵ Joseph K. Mintah, "Authentic Assessment in Physical Education: Prevalence of Use and Perceived Impact on Students' Self-Concept, Motivation, and Skill Achievement," *Measurement in Physical Education and Exercise Science* 7, no.3 (September 2020): hal 161-174, https://doi.org/10.1207/S15327841MPEE0703_03.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament (TGT)* terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas V MI Alma'arif 3 Langlang Singosari. Berdasarkan hasil uji *Independent Sample T-Test*, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $0.001 < 0.05$, yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode *Team Games Tournament (TGT)* yang diintegrasikan dalam permainan halang rintang berpengaruh secara nyata terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa. Rata-rata nilai hasil belajar kelas eksperimen (10,16) lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol (8,12), dengan selisih sebesar 2,04 poin. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan metode TGT dalam pembelajaran PJOK memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kemampuan gerak dasar seperti keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh siswa.

Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran kooperatif yang menyatakan bahwa model *Team Games Tournament (TGT)* menekankan adanya kerja sama tim dan kompetisi sehat antarkelompok sebagai sarana untuk meningkatkan motivasi dan memberikan antusiasme tinggi belajar siswa khususnya pada jenjang sekolah dasar.⁴⁶ Selain itu, penelitian oleh Nailul Fauziyah, dkk., melakukan survei dengan menggunakan metode *Team Games Tournament (TGT)* pada mata pelajaran IPS, hasilnya

⁴⁶ Rini Mulyani dkk., *PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TEAMGAMESTOURNAMENT (TGT) UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN KERJA SAMA SISWA SEKOLAH DASAR*, III (2018).

menunjukkan siswa tertarik dengan model pembelajaran yang digunakan serta memberikan kesan belajar dan bermain membuat mereka semangat untuk mengikuti pembelajaran.⁴⁷ Dalam konteks pembelajaran PJOK, TGT bukan sekadar metode kompetitif, tetapi juga membentuk lingkungan belajar yang mendorong keterlibatan aktif, tanggung jawab sosial, dan partisipasi fisik siswa secara langsung. Kegiatan seperti turnamen permainan mendorong anak untuk menggunakan berbagai keterampilan gerak dasar dalam situasi yang menyenangkan dan penuh interaksi, sehingga hasil belajar menjadi lebih bermakna.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Nurchasanah (2022) berjudul *“Pengembangan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Permainan Halang Rintang pada Anak Usia Dini di RA Diponegoro Limbasari”* menunjukkan bahwa permainan halang rintang efektif untuk meningkatkan kelincahan dan keseimbangan anak, meskipun penelitian tersebut belum mengintegrasikan aspek kompetitif seperti metode TGT. Selanjutnya, penelitian oleh Amri Biskhah Satria Pradana dan Imam Hariadi (2023) dalam *Jurnal MensSana* dengan judul *“Pengimplementasian Model Pembelajaran Team Games Tournament Sebagai Trigger Peningkatan Hasil Belajar PJOK”* membuktikan bahwa penerapan TGT mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK.

⁴⁷ Nailul Fauziyah dkk., “MODEL TEAM GAMES TOURNAMENTS (TGT) DALAM MENINGKATKAN PARTISIPASI BELAJAR IPS SISWA,” *Jurnal Socius* 9, no. 2 (2020): 144–54, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527>.

Walaupun penelitian tersebut lebih berfokus pada aspek hasil belajar kognitif, temuan mereka mendukung hasil penelitian ini dalam hal peningkatan keterlibatan dan motivasi belajar siswa. Kemudian, penelitian Nera Avissena dan Taufiq Hidayat (2020) dalam *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament terhadap Hasil Belajar Passing Bawah” juga menemukan bahwa TGT efektif dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak olahraga melalui kompetisi yang sehat antarkelompok.

Berdasarkan ketiga penelitian terdahulu tersebut, hasil penelitian ini semakin memperkuat bukti empiris bahwa penerapan metode *Team Games Tournament* (TGT) yang terdiri dari lima tahapan pembelajaran, yaitu penyajian kelas, pembentukan kelompok, games, turnamen, dan penghargaan kelompok, efektif dalam meningkatkan performa belajar siswa pada mata pelajaran PJOK. Model pembelajaran ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran melalui kegiatan permainan yang bersifat kompetitif namun tetap menekankan pada kerja sama tim, sehingga siswa tidak hanya memahami materi yang dipelajari tetapi juga mengembangkan sikap sportivitas, tanggung jawab, serta kemampuan bekerja sama dalam kelompok.

Keterbaruan dalam penelitian ini terletak pada pengintegrasian metode TGT dengan permainan halang rintang yang melibatkan berbagai aktivitas gerak seperti berlari, melompat, dan merayap dalam proses pembelajaran. Penggabungan metode pembelajaran kooperatif dengan aktivitas permainan fisik tersebut menjadikan proses pembelajaran lebih menarik, interaktif, dan menantang bagi siswa. Selain itu, aktivitas halang rintang juga berfungsi sebagai stimulus dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar siswa, karena melalui rangkaian gerakan tersebut siswa dilatih untuk meningkatkan kekuatan otot kaki, kecepatan gerak, keseimbangan, dan kelenturan tubuh. Dengan demikian, penerapan metode TGT yang dipadukan dengan permainan halang rintang tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar siswa, tetapi juga mendukung perkembangan aspek fisik dan keterampilan motorik siswa secara lebih optimal dalam pembelajaran PJOK.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *Team Games Tournament (TGT)* dalam permainan halang rintang memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang Singosari, karena berhasil mengintegrasikan unsur fisik, sosial, dan emosional dalam satu kegiatan pembelajaran yang holistik.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, uji hipotesis, dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* (TGT) terhadap keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari. Penerapan metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran PJOK memberikan peningkatan keterampilan motorik kasar pada siswa serta mampu menciptakan pembelajaran yang tidak hanya menekankan aspek fisik, tetapi juga menumbuhkan sikap sportivitas, disiplin, serta rasa tanggung jawab siswa melalui pengalaman belajar yang kontekstual dan bermakna.

B. Saran

Berdasarkan pengalaman peneliti saat menerapkan permainan halang rintang dengan metode *Team Games Tournament* terhadap keterampilan motorik kasar siswa, peneliti menyarankan hal-hal berikut:

1. Bagi guru

Disarankan agar guru mempertimbangkan penerapan metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi yang berhubungan dengan aktivitas fisik seperti permainan halang rintang. Model pembelajaran ini dapat meningkatkan partisipasi aktif siswa, semangat berkompetisi yang

sehat, serta keterampilan motorik kasar melalui kegiatan yang menarik dan menantang.

2. Bagi sekolah

Pihak sekolah sebaiknya mendukung implementasi model-model pembelajaran inovatif seperti TGT dengan menyediakan sarana dan prasarana sederhana namun fungsional, seperti cone, kardus, dan tongkat besi. Dukungan fasilitas dan lingkungan belajar yang memadai akan mendorong efektivitas kegiatan PJOK serta meningkatkan motivasi belajar siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada ruang lingkup subjek dan materi yang diteliti. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian serupa pada jenjang sekolah dasar. Peneliti juga dapat memperluas cakupan subjek pada jenjang pendidikan berbeda atau menggunakan desain eksperimen lain agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan generalisasi yang lebih luas.

DAFTAR RUJUKAN

- Aji, Febri Wasono, and Abdul Rachman Syam Tuasikal. "Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola Dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament Pada Siswa." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 8, no. 3 (2020): 17–28.
- Alrosyid, Ilham Rofi, "HUBUNGAN LITERASI DIGITAL DAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS RENDAH," 2022.
- Andi Ibrahim, Asrul Alang Haq, dan Madi, "BUKU METODOLOGI," *Makasar: Gunadarma Ilmu*, 2018.
- Ariani, Indri, Raisya Nafilah Lubis, Salsabila Henrita Sari, Yohana Fransisca, and Fauziah Nasution. "Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini Indri." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 4 (2022): 1349–58.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/10444/8008>.
- Ester, Ester, and Daniel Setiawan Giamulia. "Metode Bermain Salah Satu Metode Pembelajaran Untuk Anak." *Veritas Lux Mea (Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen)* 3, no. 1 (2021): 35–45.
<https://doi.org/10.59177/veritas.v3i1.103>.
- Fatimah, Eka Restiani. "Konsep Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini (Studi Komparatif Jean Piaget Dan Al-Ghozali)." *Jurnal Alayya* 1, no. 1 (2021): 1–31.
- Hasan, Tuty B, Arina Nurfianti, and Fitri Fujiana. "PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE TEAMS GAMES TOURNAMENT (TGT) TERHADAP HASIL BELAJAR BAHASA INGGRIS SISWA KELAS 1 SDN 08 KOTO BARU." *HUBUNGAN PENGETAHUAN MAHASISWI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TENTANG FIBROADENOMA MAMAE (FAM) TERHADAP PERILAKU SADARI DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TANJUNGPURA PONTIANAK Tuty* 64, no. 3 (2023): 3–7.
- Hurlock, Elizabeth B. 1999. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga

- Hyfte, Elly van, Sien Vercruyssen, Griet Warlop, and Matthieu Lenoir. "A Physical Education Program Based Upon an Obstacle Course Positively Affects Motor Competence in 6- to 7-Year-Old Children: A Pilot Study." *Journal of Teaching in Physical Education* 41, no. 4 (2022): 610–21. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0065>.
- Kustari, Novi Eka, and Agus Mahendra Mahendra. "Studi Deskriptif Mengenai Keterampilan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Se Kecamatan Cileunyi." *Jurnal Penelitian Pendidikan* 20, no. 3 (2020): 382–91. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i3.27089>.
- Lestari, Citra Ayu, Rosinar Siregar, Siti Rohmi Yuliati. "PENERAPAN PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE TEAM GAMES TOURNAMENT DALAM PENINGKATKAN GERAK DASAR MEMUKUL BOLA Citra Ayu Lestari 1 , Rosinar Siregar 2 , Siti Rohmi Yuliati 3." *BRAVO'S Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Da Kesehatan*, no. 1 (2021). <https://ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/penjas/article/view/1976>.
- Luo, Yu Jy, Mei Ling Lin, Chien Huei Hsu, Chun Chin Liao, and Chun Chieh Kao. "The Effects of Team-Game-Tournaments Application towards Learning Motivation and Motor Skills in College Physical Education." *Sustainability (Switzerland)* 12, no. 15 (2020): 1–12. <https://doi.org/10.3390/su12156147>.
- Mahendra, Hendri Rizal, Diky Komarudin, and Diky Hadyansah. "Model Pembelajaran TGT (Teams Games Tournament) Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa Pada Saat Pembelajaran PJOK." *Jurnal Seminar Nasional* 1 (2024): 324–30.
- Mayke. S. Tedjasaputra. (2001). *Bermain dan Permainan*. Jakarta: Grasindo 30
- Miyura, Dyah Sari, Erayanti Saloko, and Roh Prasetyaningsih Hastuti. "Pengaruh Permainan Halang Rintang Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Dan Engagement Anak Neurodevelopmental Disorder Pada Layanan Terapi Okupasi." *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa* 11, no. 1 (2022): 179–87.
- Muhyi, Muhammad, Gatot Margisal Utomo, I Gede Darma Utama Yasa, Giri Verianti, Luqmanul Hakim, Bramana Rangga Prastyana, and Moh Hanafi. "Penerapan Strategi Pembelajaran PJOK AKTIF (Asyik, Karakter, Terukur, Inovatif Dan Fit) Di Pembelajaran Pendidikan

- Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Pada Fase B Kurikulum Merdeka Di Tingkat Sekolah Dasar.” *Jendela Olahraga* 8, no. 1 (2023): 212–21. <https://doi.org/10.26877/jo.v8i1.14382>.
- Mustafa, Pinton Setya, and Sugiharto Sugiharto. “Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup.” *Sporta Sainika* 5, no. 2 (2020): 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>.
- Nafisa, Divaliya, Haifa Hafsa Tsalisa, Iis Siti Nurbaiti, and Zahra Aulia Yusuf. “Pentingnya Pengembangan Keterampilan Fisik Pada Anak-Anak Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga , Dan.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8 (2024): 23450–59. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/15446%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/15446/11675>.
- Nasihudin, Nasihudin, and Hariyadin Hariyadin. “Pengembangan Keterampilan Dalam Pembelajaran.” *Jurnal Pendidikan Indonesia* 2, no. 04 (2021): 733–43. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i04.150>.
- Ngurah Arya Yudaparmita, Gusti, Komang Surya Adnyana, and Sekolah Tinggi Agama Hindu Negeri Mpu Kuturan Singaraja. “Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permasinan Tradisional Pada Peserta Didik.” *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 2, no. 2 (2021): 183–90. <http://jurnal.stahnmpukuturan.ac.id/index.php/edukasi>.
- Nur, Nur Shofiatul. “Kesehatan Jasmani Dan Rohani Menurut Al-Qur’an Dan Hadist.” *Ta’wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur’an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 4, no. 2 (2023): 265–80. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v4i2.977>.
- Nurhayati Siregar, Irma Sari Daulay, Netti Hasibuan. “Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Siswa Melalui Senam Irama Di Kelas 1 SD 1501 Hurung Jilok.” *Educatioanl Journal: General and Specific Research* 3, no. 3 (2023): 601–9. <https://adisampublisher.org/index.php/edu/article/view/515>.
- Pradana, Amri Biskhah Satria, and Imam Hariadi. “Pengimplementasian Model Pembelajaran Team Games Tournament Sebagai Trigger Peningkatan Hasil Belajar PJOK.” *Jurnal Menssana* 8, no. 2 (2023): 111–17.

- Rachma Thalita, Almira, Andin Dyas Fitriyani, and Pupun Nuryani. "Penerapan Model Pembelajaran Tgt Untuk Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Kelas Iv." *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 4, no. 2 (2019): 147–56.
- Redhana, I Wayan. "Mengembangkan Keterampilan Abad Ke-21 Dalam Pembelajaran Kimia." *Jurnal Inovasi Pendidikan Kimia* 13, no. 1 (2019).
- Sahir, Hafni, *Metodologi Penelitian*.
- Safitri, Rima Erihani, Indra Safari, and Tedi Supriyadi. "Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Lari Melalui Permainan Tradisional Kucing Jongkok Improving Gross Motor Ability Run Through Traditional Cat Squating Game." *Jambura Health and Sport Journal* 5, no. 1 (2023): 74–84.
- Salman, Muhammad, Al Farid, and Fitria Rosmi. "Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Halang Rintang Pada Siswa SD Labschool FIP UMJ," 2024, 2641–44.
- Sari, Ratih Permata. "Kreativitas Bermain Anak Usia Dini." *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1, no. 1 (2019): 10–23.
<https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/incrementapedia/article/view/1870>.
- Samsudin. "Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan". Edisi pertama. Jakarta: Litera, 2008
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Rnd*, ed. oleh Sugiyono (Bandung: Alfabeta, 2019).
- Syafura, Audina, and Sutapa Panggung. "Permainan Halang Rintang Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini Yang Mengalami Obesitas." *Jurnal Pendidikan Anak* 6, no. 1 (2020): 29–37.
<https://core.ac.uk/download/pdf/324180002.pdf>.
- Winarni, Sri, and Lismadiana. "Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Ditinjau Dari Usia Dan Jenis Sekolah Physical Education Teacher Competencies Base On Age and Type of School." *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 16, no. 1 (2020): 101–14. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji>.

Zalsabella P, Difa, Eka Ulfatul C, and Moh Kamal. "Pentingnya Pendidikan Agama Islam Dalam Meningkatkan Nilai Karakter Dan Moral Anak Di Masa Pandemi." *Journal of Islamic Education* 9, no. 1 (2023): 43–63. <https://doi.org/10.18860/jie.v9i1.22808>.

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Modul Ajar

MODUL AJAR

INFORMASI UMUM	
A. IDENTITAS MODUL	
Penyusun	: Nadia Luthfiyah Ambasari
Intansi	: MI Alma`arif 3 Langlang Singosari
Tahun Penyusunan	: 2025
Jenjang Sekolah	: MI/SD
Mata Pelajaran	: PJOK
Fase/Kelas	: FASE C KELAS 5
Bab	: Lari
Alokasi Waktu	: 4 x 35 (2 pertemuan)
B. KOMPETENSI AWAL	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu melakukan berbagai pola gerak dasar lokomotor (seperti berjalan dan berlari) dengan irama dan koordinasi yang baik 2. Peserta didik mampu melakukan gerak dasar melompat (misalnya melompat dengan dua kaki dan mendarat dengan aman) dan melangkah (melangkah melewati benda rendah) 3. Peserta didik memiliki daya tahan dan kelincahan dasar yang cukup untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik intensitas sedang 	
C. PROFIL PELAJAR PANCASILA	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia, hal ini tercermin ketika peserta didik berdoa sebelum kegiatan pembelajaran berlangsung. 2. Berkebinekaan global, hal ni tercermin ketika peserta didik mampu bekerja sama dengan teman sekelasnya tanpa memandang perbedaan yang mereka miliki masing-masing. 3. Gotong royong, hal ini tercermin ketika peserta didik mampu bekerja sama dengan teman dalam menyiapkan alat dan melakukan aktivitas. 4. Mandiri, hal ini tercermin ketika peserta didik percaya diri dan bertanggung jawab dalam melakukan gerakan. 	

<p>D. PROFIL PELAJAR RAHMATAN LIL ALAMIN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berkeadaban (Ta`addub) menjunjung tinggi akhlak mulia. Hal ini tercermi ketika peserta didik berdo`a dan menjawab salam untuk memulai pembelajaran. 2. Kesetaraan (Musawah) tidak membeda-bedakan atau tidak diskriminatif kepada yang lainnya yang disebabkan oleh perbedaan keyakinan, tradisi, asal-usul. 3. Musyawarah (Syura) menyelesaikan permasalahan dengan bermusyawarah. 4. Toleransi (Tasamuh) mengakui dan menghormati pendapat orang lain.
<p>E. SARANA DAN PRASARANA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lapangan atau halaman sekolah yang aman 2. Cone (kerucut) atau penanda, kardus 3. Stopwatch/timer 4. Sumber Belajar : Modul Ajar PJOK Kurikulum Merdeka, Buku Pendamping PJOK
<p>F. TARGET PESERTA DIDIK Peserta didik reguler (bukan berkebutuhan khusus) dengan jumlah 30 siswa</p>
<p>G. MODEL, PENDEKATAN DAN METODE PEMBELAJARAN Model pembelajaran : Tatap muka, Kooperatif Pendekatan : Berpusat pada peserta didik, Permainan Metode : TGT (Team Games Tournament)</p>
<p>KOMPONEN INTI</p>
<p>A. TUJUAN PEMBELAJARAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Capaian Pembelajaran : Pada akhir Fase C, peserta didik menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar (lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif) dalam berbagai aktivitas dan situasi. Peserta didik mampu menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih 2. Tujuan Pembelajaran: <ol style="list-style-type: none"> a. Melalui pengamatan dan diskusi peserta didik mampu menjelaskan prosedur variasi gerak lari dan lompat saat melewati rintangan sederhana (halang rintang) dengan benar. b. Melalui kegiatan praktik peserta didik mampu mempraktikkan variasi gerak lari dan lompat secara berurutan dan terkoordinasi untuk melewati rintangan yang dimodifikasi c. Melalui kerja kelompok dalam aktivitas pembelajaran peserta didik mampu menunjukkan sikap disiplin dan gotong royong selama mengikuti kegiatan lari dengan halang rintang.

<p>3. Indikator Pencapaian Tujuan Pembelajaran:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa dapat menjelaskan prosedur variasi gerak lari dan lompat saat melewati rintangan sederhana (halang rintang) dengan tepat. b. Siswa dapat mempraktikkan rangkaian gerak lari dan lompat secara berurutan dan terkoordinasi untuk melewati rintangan yang dimodifikasi. c. Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin dan gotong royong selama mengikuti aktivitas pembelajaran lari dengan halang rintang.
<p>B. PEMAHAMAN BERMAKNA</p> <p>Peserta didik dapat memahami prosedur variasi gerak lari dan lompat dalam melewati rintangan sederhana (halang rintang) yang tidak hanya mengembangkan keterampilan motorik untuk bergerak secara terkoordinasi dan berurutan, tetapi juga dapat memahami cara menjaga keseimbangan, mengatur kecepatan, bergerak dengan aman yang dimana merupakan teknik untuk menyelesaikan berbagai rintangan secara lebih percaya diri, tepat, dan efisien.</p>
<p>C. PERTANYAAN PEMANTIK</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Bayangkan lintasan memiliki dua pilihan: rintangan lebih tinggi tapi jaraknya lebih pendek, atau rintangan rendah tapi jumlahnya lebih banyak. Jalur mana yang kamu pilih untuk mendapatkan waktu terbaik? Jelaskan alasan strategimu. b. Bagaimana hubungan antara posisi badan condong ke depan dan kemampuanmu mendarat lebih stabil? Mengapa kedua hal itu saling memengaruhi?
<p>D. PERSIAPAN PEMBELAJARAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyiapkan area lapangan atau halaman sekolah yang aman dan bebas dari benda berbahaya. 2. Guru menyiapkan menyusun lintasan halang rintang sesuai skenario pembelajaran (kartus, cone/kerucut, pipa kartus, kotak kartus tipis). 3. Guru mengatur jarak antarrintangan sehingga sesuai dengan kemampuan siswa kelas 5 dan tetap menantang. 4. Guru menyiapkan stopwatch untuk mengukur waktu tempuh siswa. 5. Guru memastikan semua alat berada pada posisi stabil dan tidak mudah bergeser saat digunakan siswa. 6. Guru menyiapkan rubrik penilaian, lembar observasi, serta alat tulis untuk pencatatan hasil kegiatan siswa. 7. Siswa mengenakan pakaian olahraga, sepatu yang nyaman, dan membawa air minum. 8. Siswa diingatkan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum praktik. 9. Siswa diberi gambaran awal bahwa hari ini mereka akan belajar teknik lari dan lompat dengan rintangan sehingga mereka perlu fokus dan bergerak aman. 10. Siswa diberi pengarahan untuk menjaga sportivitas, kerja sama, dan disiplin selama kegiatan berlangsung.

E. KEGIATAN PEMBELAJARAN		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepukan, atau bernyanyi. 2) Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran kali ini dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dinilai dari peserta didik selama proses pembelajaran. 3) Guru memberikan pertanyaan pemantik untuk menguasai materi 	10 menit
Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan video pembelajaran yang telah disiapkan 2. Siswa mencoba gerakan lari, lompat, dan melangkah tinggi tanpa rintangan 3. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik melewati rintangan yang dimodifikasi: <ol style="list-style-type: none"> a. Pendekatan: Lari dengan langkah cepat menuju rintangan b. Melompati/Melangkahi Rintangan: Mengayunkan kaki dengan cepat dan tinggi, diikuti kaki belakang, menjaga keseimbangan badan tetap condong ke depan. c. Pendaratan dan Lanjutan: Mendarat dengan satu kaki atau dua kaki, lalu segera melanjutkan lari. 4. Aktivitas halang rintang modifikasi: Guru membuat lintasan sederhana dengan rintangan yang bervariasi: Permainan "Lintasan Juara" <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok (4-5 orang) secara merata berdasarkan kemampuan agar kegiatan berjalan seimbang. b. Setiap kelompok bergantian menyelesaikan lintasan lari yang berisi 4 jenis rintangan modifikasi c. Fokus: Melakukan gerakan lari dan lompat secara berurutan, cepat, dan aman. 5. Aplikasi dan perlombaan: Melakukan perlombaan estafet halang rintang antar kelompok. Kelompok yang menyelesaikan lintasan dengan waktu tercepat dan 	50 menit

		<p>rintangan yang tidak jatuh dianggap “Juara” (mengedepankan sportivitas).</p> <p>6. Petunjuk pelaksanaan kegiatan lari dengan halang rintang:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi awal (Siap di garis start): <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri tegak di belakang garis start. • Satu kaki di depan, pandangan ke depan. • Kedua tangan siap mengayun saat mulai berlari. 2. Sinyal mulai: <ul style="list-style-type: none"> • Guru meniup peluit : siswa mulai berlari cepat menuju rintangan pertama. 3. Melewati rintangan: <ul style="list-style-type: none"> • Rintangan pertama (kardus) : Siswa melakukan lompatan dengan sedikit lebih tinggi, mengayunkan kaki depan terlebih dahulu, kemudian diikuti oleh kaki belakang secara seimbang. • Rintangan kedua (cone/kerucut) : Siswa melakukan gerakan lari zigzag melewati deretan cone yang telah disusun di lintasan. • Rintangan ketiga (rintangan pipa paralon yang terbuat dari kardus) : Siswa melakukan gerakan merangkak atau membungkuk untuk melewati pipa tanpa menyentuh rintangan, sambil menjaga posisi tubuh tetap seimbang dan pandangan ke depan. • Rintangan keempat (kardus yang dibentuk menjadi kotak tipis untuk pijakan) : Siswa melakukan lompatan beruntun di atas kotak kardus tipis yang disusun berurutan, dengan menjaga keseimbangan dan ketepatan pijakan pada setiap lompatan. • Setelah melewati seluruh rintangan, siswa melanjutkan dengan lari sprint menuju garis finish tanpa berhenti, menjaga kecepatan dan konsentrasi hingga akhir lintasan. 4. Garis Finish : <ul style="list-style-type: none"> • Waktu dihitung saat bagian tubuh pertama melewati garis finish 	
--	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> Siswa yang menjatuhkan rintangan akan mendapat pengurangan skor (misalnya -1 poin per rintangan) <p>7. Guru memberikan penghargaan atau hadiah kepada kelompok yang menyelesaikan lintasan dengan waktu tercepat dan rintangan yang tidak jatuh.</p>	
Penutup	<p>1. Guru dan siswa melakukan pendinginan (gerak statis dan dinamis) untuk merilekskan otot</p> <p>2. Guru memberikan refleksi tentang pembelajaran hari ini</p> <p>3. Guru memberikan kesimpulan pada pembelajaran hari ini</p> <p>4. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan salam</p>	10 menit

F. ASESMEN PENILAIAN

1. Asessmen Sikap

Penilaian sikap : Observasi

No.	Nama Peserta Didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.				
2.				
3.				

2. Asessmen Pengetahuan

Tabel Rubrik Penilaian Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Soal	Kriteria Penilaian
Tes Tulis	Pilihan ganda dengan 4 opsi	<p>1. Ketika seorang siswa mendekati rintangan kardus, ia terlihat kehilangan keseimbangan karena posisi badannya terlalu tegak. Jika kamu berada di situasi yang sama, langkah perbaikan apa yang paling efektif dilakukan agar dapat melompati rintangan dengan aman?</p> <p>a. Menundukkan badan secara tiba-tiba</p> <p>b. Mengangkat kaki belakang lebih tinggi</p> <p>c. Mengubah posisi badan menjadi sedikit condong ke depan.</p> <p>d. Melompat lebih awal sebelum mencapai rintangan</p> <p>2. Selama latihan, dua siswa memiliki kecepatan lari yang hampir sama, tetapi salah satu lebih stabil saat mendekati</p>	Jawaban benar mendapat skor 1 dan salah 0

		<p>rintangan. Setelah diamati, siswa yang stabil menggunakan ayunan tangan penuh. Apa alasan paling logis yang menjelaskan pengaruh ayunan tangan terhadap kestabilan gerak?</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Ayunan tangan membuat lompatan terlihat lebih tinggi b. Ayunan tangan membantu menjaga ritme dan keseimbangan tubuh. c. Ayunan tangan membuat tubuh lebih cepat berhenti sebelum rintangan d. Ayunan tangan hanya berfungsi mempercantik gerakan <p>3. Dua siswa melakukan lompatan dengan teknik yang sama, tetapi salah satu sering tersandung rintangan. Setelah diamati, siswa tersebut sering menatap ke bawah sebelum melompat. Apa alasan paling logis mengapa pandangan yang tidak fokus ke depan memengaruhi keberhasilan gerakan?</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Karena menatap kaki sendiri membuat langkah terasa lebih cepat b. Menoleh ke samping lebih aman daripada menatap ke depan c. Fokus ke depan membantu mengukur jarak dan waktu lompatan dengan lebih baik. d. Melihat ke bawah memungkinkan lompatan lebih tinggi 	
	Uraian	<p>4. Seorang siswa berlari menuju rintangan, tetapi ketika jaraknya tinggal satu langkah, ia terlihat kehilangan ritme sehingga lompatan menjadi kurang tinggi. Berdasarkan situasi tersebut, jelaskan langkah-langkah apa yang seharusnya dilakukan siswa sejak awal berlari hingga siap melompat agar hal itu tidak terjadi!</p>	

		<p>Kunci Jawaban: Badan condong ke depan, langkah cepat dan ritmis, ayunan tangan aktif, pandangan fokus pada rintangan, sehingga irama gerak tetap stabil dan lompatan tepat pada waktunya.</p>	
--	--	---	--

3. Asessmen Keterampilan

Tabel Rubrik Penilaian Keterampilan

Aspek	Aspek yang dinilai	Indikator	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan(1)
Keseimbangan	Pendaratan dan Lanjut Lari	<p>Berlari dan mendarat dengan stabil</p> <p>Mendarat dengan satu atau dua kaki, segera melanjutkan lari tanpa kehilangan keseimbangan.</p>	Cukup stabil / cukup tepat	Kadang tidak tepat	Sering tidak tepat / gagal
Kekuatan	<p>Teknik Melompat/Melangkahi Rintangan</p> <p>Sikap Tubuh (Tangan & Kaki)</p>	<p>Melompat tinggi dan melewati rintangan tanpa menyentuh</p> <p>Mengayunkan kaki depan tinggi, diikuti kaki belakang dengan koordinasi baik.</p> <p>Posisi tangan mengayun seirama, langkah kaki konsisten, badan tegap dan condong.</p>	Cukup stabil / cukup tepat	Kadang tidak tepat	Sering tidak tepat / gagal

Kelincahan	Teknik Lari Pendekatan	Zig-zag dan belok cepat Posisi badan condong ke depan, langkah lebar dan ritmis, pandangan fokus ke depan.	Cukup stabil / cukup tepat	Kadang tidak tepat	Sering tidak tepat / gagal
Kecepatan	Waktu Tempuh/ Kecepatan	Ketepatan waktu penyelesaian lintasan Kemampuan menyelesaikan lintasan halang rintang dengan waktu tercepat dan tetap aman	Cukup stabil / cukup tepat	Kadang tidak tepat	Sering tidak tepat / gagal

Keterangan :

- Skor 3 : Baik
- Skor 2 : Cukup
- Skor 1 : Kurang

Penskoran : Nilai : $\frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 100$

Lembar Penilaian Keterampilan

No.	Nama Siswa	Waktu	Baik	Cukup	Perlu Pendampingan	Nilai Akhir
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
Dst						

G. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMIDIAL

Kegiatan remedial:

- Peserta didik yang hasil belajarnya belum mencapai target, guru melakukan pengulangan materi dengan pendekatan yang lebih individual dan memberikan tugas individual tambahan untuk memperbaiki hasil belajar peserta didik yang bersangkutan

Kegiatan pengayaan:

- Peserta didik yang daya tangkap dan daya kerjanya lebih dari peserta didik lain, guru memberikan kegiatan pengayaan yang lebih menantang dan memperkuat daya serapnya terhadap materi atau kegiatan yang telah dipelajari.

H. REFLEKSI PESERTA DIDIK DAN GURU

Refleksi Guru

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah tujuan pembelajaran telah tercapai?	
2.	Apakah semua anak memahami materi yang dipelajari?	
3.	Peserta didik mana yang perlu mendapatkan perhatian khusus? (baik yang kurang maupun yang istimewa)	
4.	Hal apa yang menjadi catatan keberhasilan dari pembelajaran kali ini?	
5.	Hal apa yang harus diperbaiki dari pembelajaran kali ini?	

Refleksi Peserta Didik

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Bagaimana dari materi yang kalian rasa paling sulit?	
2.	Apa yang kalian lakukan untuk dapat lebih memahami materi ini?	
3.	Apakah kalian menyukai kegiatan pembelajaran hari ini?	
4.	Bagian mana yang paling kalian suka?	
5.	Apa yang tidak kalian suka selama kegiatan pembelajaran hari ini?	

I. BAHAN BACAAN PENDIDIK DAN PESERTA DIDIK

1. Buku LKS PJOK
2. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan V SD

3. Muhajir. 2020. Modul Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs kelas VII. Jakarta: Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus Dirjen Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kemendikbud.

J. GLOSARIUM

- Halang Rintang adalah keadaan alam atau buatan manusia yang menghambat untuk mencapai suatu tujuan
- Tata letak adalah pengaturan fisik yang terstruktur dan terencana untuk mengoordinasikan orang atau material I sepanjang jalur yang telah ditentukan.

Lampiran 2 : Instrumen Post-Test

INSTRUMEN POSTTEST

Capaian Pembelajaran (CP)	Pada akhir Fase C, peserta didik menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak dasar (lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif) dalam berbagai aktivitas dan situasi. Peserta didik mampu menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih
Tujuan Pembelajaran (TP)	Melalui diskusi peserta didik mampu menjelaskan prosedur variasi gerak lari dan lompat saat melewati rintangan sederhana (halang rintang).
	Melalui pengamatan peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak lari dan lompat secara berurutan dan terkoordinasi untuk melewati rintangan yang dimodifikasi. (C3)
	Peserta didik menunjukkan sikap disiplin dan gotong royong saat melakukan aktivitas pembelajaran
Indikator Pencapaian Kompetensi	Siswa dapat menjelaskan prosedur variasi gerak lari dan lompat saat melewati rintangan sederhana (halang rintang).
	Siswa dapat mempraktikkan variasi gerak lari dan lompat secara berurutan dan terkoordinasi untuk melewati rintangan yang dimodifikasi.
	Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin dan gotong royong saat melakukan aktivitas pembelajaran.

No	Aspek Keterampilan Motorik Kasar	Aspek yang Dinilai	Indikator	Keterangan Skor		
				Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
1.	Keseimbangan	Pendaratan dan Lanjut Lari	<p>Berlari dan mendarat dengan stabil</p> <p>Mendarat dengan satu atau dua kaki, segera melanjutkan lari tanpa kehilangan keseimbangan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Keseimbangan Tubuh: Selalu stabil/tepat saat berlari dan mendarat. • Posisi Mendarat: Kedua kaki mendarat secara berurutan dan siap melanjutkan lari. 	<ul style="list-style-type: none"> • Keseimbangan Tubuh: Cukup stabil/tepat, kadang sedikit goyah setelah mendarat. • Posisi Mendarat: Mendarat dengan kedua kaki, tetapi posisi tubuh kurang tegak/sempurna. 	<ul style="list-style-type: none"> • Keseimbangan Tubuh: Sering tidak stabil/gagal, sering kehilangan kontrol tubuh setelah mendarat. • Posisi Mendarat: Mendarat tidak teratur, sering jatuh atau harus berhenti sejenak.
2.	Kekuatan	<p>Teknik Melompat/Melangkah Rintangan</p> <p>Sikap Tubuh (Tangan & Kaki)</p>	<p>Melompat tinggi dan melewati rintangan</p> <p>Mengayunkan kaki depan tinggi, diikuti kaki belakang dengan koordinasi baik.</p> <p>Posisi tangan mengayun seirama, langkah kaki konsisten, badan tegap dan condong.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tolakan Kaki: Tolakan selalu kuat, mengangkat tubuh sangat tinggi melewati rintangan. • Sikap Tubuh: Tubuh diayunkan melampaui rintangan dengan tepat tanpa menyentuh. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tolakan Kaki: Tolakan cukup kuat, cukup tinggi melewati rintangan (kadang jaraknya terlalu dekat). • Sikap Tubuh: Sedikit menyentuh rintangan 1 kali atau sikap tubuh kurang maksimal saat melayang. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tolakan Kaki: Tolakan kaki lemah, tubuh tidak terangkat tinggi dan jauh melewati rintangan. • Sikap Tubuh: Sering menyentuh atau menjatuhkan rintangan, melompat dengan ragu-ragu/gagal.

3.	Kelincahan	Teknik Lari Pendekatan	Zig-zag dan belok cepat Posisi badan condong ke depan, langkah lebar dan ritmis, pandangan fokus ke depan.	<ul style="list-style-type: none"> • Perubahan Arah: Selalu lincah, langkah kaki cepat dan tepat saat melakukan zig-zag dan membelok. • Keseimbangan: Tubuh stabil, tanpa mengurangi kecepatan saat berganti arah. 	<ul style="list-style-type: none"> • Perubahan Arah: Selalu lincah, langkah kaki cepat dan tepat saat melakukan zig-zag dan membelok. • Keseimbangan: Tubuh stabil, tanpa mengurangi kecepatan saat berganti arah. 	<ul style="list-style-type: none"> • Perubahan Arah: Selalu lincah, langkah kaki cepat dan tepat saat melakukan zig-zag dan membelok. • Keseimbangan: Tubuh stabil, tanpa mengurangi kecepatan saat berganti arah.
4.	Kecepatan	Waktu Tempuh/Kecepatan	Ketepatan waktu penyelesaian lintasan Kemampuan menyelesaikan lintasan halang rintang dengan waktu tercepat dan tetap aman	<ul style="list-style-type: none"> • Kecepatan Lari: Selalu stabil dan cepat dari start hingga finish. • Penyelesaian Rintangan: Melakukan lompatan dan zig-zag dengan ritme dan waktu yang tepat tanpa terhambat. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kecepatan Lari: Cukup stabil, kecepatan sedikit menurun setelah melewati rintangan. • Penyelesaian Rintangan: Melakukan lompatan/zig-zag cukup cepat, tetapi waktu penyelesaian keseluruhan sedikit lebih lama. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kecepatan Lari: Sering tidak tepat/gagal mempertahankan kecepatan; lari terlalu lambat. • Penyelesaian Rintangan: Melakukan lompatan/zig-zag dengan jeda yang lama, sehingga waktu penyelesaian sangat lambat.

5.		Sportivitas dan Kerja Sama	Menunjukkan sikap sportif, disiplin, dan menghargai teman selama kegiatan.	Sangat sportif dan kooperatif	Cukup sportif	Kurang disiplin / Tidak sportif
----	--	----------------------------	--	-------------------------------	---------------	---------------------------------

Catatan Observasi Teknis

- **Posisi tangan:** mengayun sejajar pinggang, ritmis, dan membantu keseimbangan.
- **Posisi kaki:** menapak dengan ujung kaki, langkah lebar saat mendekati rintangan.
- **Keseimbangan:** badan condong ke depan, pandangan ke depan, tidak menoleh.
- **Pendaratan:** dilakukan dengan lutut sedikit menekuk agar tidak cedera.

Keterangan Penilaian (Skor)

- **Skor 3 / Baik:** Peserta didik **selalu** atau **hampir selalu** melakukan indikator sesuai deskripsi dengan teknik yang stabil dan tepat.
- **Skor 2 / Cukup:** Peserta didik **cukup** melakukan indikator sesuai deskripsi, tetapi kadang terdapat kesalahan kecil, sedikit goyah, atau kecepatan kurang maksimal.
- **Skor 1 / Perlu Pendampingan:** Peserta didik **sering** tidak melakukan indikator sesuai deskripsi, teknik yang digunakan salah/gagal, atau sering kehilangan keseimbangan.

Lampiran 3 : Lembar Validasi Modul Ajar dan Instrumen Post-Test Modul Ajar

LEMBAR VALIDASI MODUL AJAR

A. IDENTITAS PENELITI

Nama : Nadia Luthfiyah Ambarsari
 NIM : 210103110118
 Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang Singosari

B. TUJUAN

Pelaksanaan metode *Team Games Tournament* (TGT) dalam pembelajaran lari halang rintang untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang Singosari.

C. PETUNJUK

1. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan memberikan tanda (√) pada kolom yang tersedia.
2. Makna point validitas adalah 1 (tidak baik), 2 (kurang baik), 3 (cukup baik), 4 (baik), 5 (sangat baik).

D. PENILAIAN

No	Komponen modul	Aspek yang dinilai	Skor				
			1	2	3	4	5
Informasi umum							
1.	Identitas penulis modul	Terdiri dari; nama penyusun, tahun, institusi, jenjang sekolah, tingkat kelas dan alokasi waktu					✓

2.	Kompetensi awal	Kesesuaian dengan kemampuan dasar peserta didik					✓
3.	Profil pelajar pancasila	Mencakup enam elemen profil belajar dan nilai karakter islami					✓
4.	Sarana dan prasarana	Kesesuaian alat dan fasilitas dengan kegiatan pembelajaran halang rintang					✓
5.	Target peserta didik	Peserta didik regular (bukan berkebutuhan khusus)				✓	
6.	Model pembelajaran yang digunakan	Terdapat komponen model pembelajaran atau rangkaian pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran					✓
Komponen inti							
7.	Tujuan pembelajaran	Kesesuaian dengan proses dan hasil belajar yang diharapkan untuk dicapai					✓
8.	Pemahaman bermakna	Kesesuaian informasi tentang manfaat yang akan peserta didik peroleh			✓		
9.	Pertanyaan pemantik	Kesesuaian pertanyaan dengan tujuan pembelajaran dan menumbuhkan rasa ingin tahu pada peserta didik			✓		
10.	Kegiatan pembelajaran	Langkah kegiatan pembelajaran secara berurutan sesuai dengan durasi waktu yang					✓

		direncanakan					
11.	Langkah kegiatan	Tahapan kegiatan pembelajaran/permainan dijelaskan dengan jelas					✓
12.	Refleksi peserta didik dan pendidik	Kesesuaian pemberian umpan balik hingga mencapai tujuan belajar			✓		
Lampiran							
13.	Bahan bacaan guru dan peserta didik	Memiliki bahan bacaan yang digunakan oleh guru	✓			✓	
14.	Assesmen	Pencapaian pembelajaran sesuai dengan tujuan pembelajaran. Terdiri dari penilaian formatif melalui observasi selama kegiatan berlangsung dan penilaian sumatif berupa tes pengetahuan serta penilaian keterampilan pada akhir pembelajaran.				✓	
15.	Glosarium	Istilah istilah dalam bidang secara alfabetikal dan di lengkapi dengan definisi dan artinya					✓
16.	Daftar pustaka	Sumber-sumber relevan dengan penggunaan proses belajar	✓				
Jumlah							
Rata-rata							

A. KOMENTAR DAN SARAN

- Daftar pustaka belum dicantumkan
 - pertanyaan refleksi bisa disesuaikan dengan materi
-
-

B. KESIMPULAN

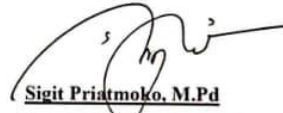
Berdasarkan penilaian yang dilakukan, maka modul ajar pembelajaran model PBL dinyatakan:

<input checked="" type="checkbox"/>	Layak diujikan
<input type="checkbox"/>	Layak diujikan dengan revisi
<input type="checkbox"/>	Tidak layak diujikan

(mohon Bapak/Ibu memberikan penilaian dengan memberikan tanda (√) pada kolom yang tersedia dan sesuai dengan kesimpulan)

Malang, November 2025

Validator Ahli Pembelajaran


Sigit Priatmoko, M.Pd
 NIP. 199102412019031008

Lampiran 4 : Instrumen Post-Test

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN POSTTEST

A. IDENTITAS PENELITI

Nama : Nadia Luthfiyah Ambarsari
 NIM : 210103110118
 Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode *Team Games Tournament* (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma'arif 3 Langlang Singosari

B. TUJUAN

Lembar validasi ini digunakan untuk menilai kelayakan dan kevalidan instrument posttest non-tes (praktik langsung) yang akan digunakan dalam penelitian kelas eksperimen. Instrumen ini bertujuan untuk mengukur kemampuan motorik kasar siswa (kecepatan, keseimbangan, kelincahan, kekuatan, dan sportivitas) dengan metode *Team Games Tournament* (TGT).

C. PETUNJUK

1. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan memberikan tanda (√) pada kolom yang tersedia.
2. Makna point validitas adalah 1 (tidak baik), 2 (kurang baik), 3 (cukup baik), 4 (baik), 5 (sangat baik).

D. PENILAIAN

No	Aspek yang dinilai	Skor				
		1	2	3	4	5
	ASPEK MATERI & TUJUAN					
	Materi posttest sesuai dengan tujuan pembelajaran dan capaian kompetensi			✓		
	Petunjuk pelaksanaan menggambarkan langkah-langkah kegiatan secara jelas				✓	

dan logis.					
Materi dan aktivitas sesuai dengan karakteristik perkembangan fisik siswa kelas V SD.				✓	
Instrumen posttest mampu mengukur keterampilan motorik kasar secara menyeluruh (lari, lompat, keseimbangan, sportivitas).			✓		
Petunjuk pelaksanaan mencerminkan prinsip keselamatan dan sportivitas dalam aktivitas jasmani.				✓	
Kalimat dalam petunjuk pelaksanaan jelas, mudah dipahami, dan sesuai kaidah bahasa Indonesia.				✓	
Struktur kalimat menunjukkan urutan langkah yang sistematis dan mudah diikuti siswa.				✓	
Petunjuk pelaksanaan mudah diterapkan dengan fasilitas sederhana (cone, kardus, stopwatch).				✓	
Setiap aspek keterampilan memiliki indikator penilaian yang jelas dan terukur.			✓		
Rubrik penilaian memiliki deskripsi kinerja yang sesuai dengan tingkatan kemampuan siswa.			✓		
Skala penilaian (1-3) pada instrumen posttest mencerminkan tingkat penguasaan yang proporsional.			✓		

A. KOMENTAR DAN SARAN

Produk masih sederhana dapat di eksplorasi
 lebih baik

B. KESIMPULAN

Berdasarkan penilaian yang dilakukan, maka kisi-kisi dan butir soal dinyatakan:

	Layak diujikan
✓	Layak diujikan dengan revisi
	Tidak layak diujikan

(mohon Bapak/Ibu memberikan penilaian dengan memberikan tanda (√) pada kolom yang tersedia dan sesuai dengan kesimpulan)

Malang, November 2025

Validator Ahli Instrumen



Wiku Aji Sugiri, M.Pd

NIP. 199404292019031007

Lampiran 5 : Hasil Validitas Modul Ajar

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
Butir 1	5	3	4	2	6	8	0.75	Valid
Butir 2	5	4	4	3	7	8	0.875	Sangat valid
Butir 3	5	4	4	3	7	8	0.875	Sangat valid
Butir 4	5	3	4	2	6	8	0.75	Valid
Butir 5	4	4	3	3	6	8	0.75	Valid
Butir 6	5	4	4	3	7	8	0.875	Sangat valid
Butir 7	4	4	3	3	6	8	0.75	Valid
Butir 8	3	4	2	3	5	8	0.625	Valid
Butir 9	3	3	2	2	4	8	0.5	Cukup
Butir 10	5	3	4	2	6	8	0.75	Valid
Butir 11	5	3	4	2	6	8	0.75	Valid
Butir 12	3	4	2	3	5	8	0.625	Valid
Butir 13	4	4	3	3	6	8	0.75	Valid
Butir 14	4	5	3	4	7	8	0.875	Sangat valid
Butir 15	5	5	4	4	8	8	1	Sangat valid
Butir 16	5	4	4	3	7	8	0.875	Sangat valid

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
Butir 1-16	70	61	54	45	99	128	0,773438	Valid

Lampiran 6 : Hasil Validasi Instrumen Post-Test

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
butir 1	3	5	2	4	6	8	0.75	valid
butir 2	4	4	3	3	6	8	0.75	valid
butir 3	4	5	3	4	7	8	0.875	sangat valid
butir 4	3	4	2	3	5	8	0.625	valid
butir 5	4	3	3	2	5	8	0.625	valid
butir 6	4	5	3	4	7	8	0.875	sangat valid
butir 7	4	4	3	3	6	8	0.75	valid
butir 8	4	4	3	3	6	8	0.75	valid
butir 9	3	4	2	3	5	8	0.625	valid
butir 10	3	5	2	4	6	8	0.75	valid
butir 11	3	5	2	4	6	8	0.75	valid

Butir	Penilai		S1	S2	$\sum s$	n(c-1)	V	Ket
	I	II						
Butir 1-11	39	48	28	37	65	88	0,738636	Valid

Lampiran 7 : Hasil Uji Validitas Konstruk dan Realibilitas

Nama	Keseimbangan	Kekuatan	Kelincahan	Kecepatan	Sportivitas	Nilai Akhir
AFIQA AZZAHRA FITRI ARIYANTI	2	2	2	2	2	10
AHMAD KHALIF ARKHAN WAHYUDI	2	1	2	1	2	8
AN NADIRAH KHOIRUN NISA'	3	2	3	2	3	13
AQILLA FARIZA MUFIA	2	2	2	3	2	11
ARFATHAN ATHAZAKY PUTRA WIBISONO	1	2	1	1	2	7
ARGANI PRADIPTA AMZARI	3	3	2	3	3	14
AULIA ROSA ACHWANI	2	2	2	2	2	10
AZIZAH REVALINA PUTRI	2	1	2	2	1	8
CHANTIKA BETRIS ASH SIDIQ	3	2	3	3	3	14
DEVISTA VERLI ANANTA	2	2	1	2	2	9
FANDY GOLDA RAFANSYA	1	2	2	1	1	7
FRISKA KHAIRANI IRAWAN	3	3	3	2	3	14
GIBRAN JABBAR AN NAFII	2	1	2	2	2	9
HANA AN NAURA	3	2	3	3	3	14
ILYAS JUNDA YULIANDANI	2	2	1	2	2	9
KEYLA AZALEA SIDQIA LATIEF	1	2	2	1	2	8
KHARIDA NOMARA ABRORI	2	3	2	2	3	12
MELINA AISYAH HUMAIRA	3	2	3	3	3	14
MUHAMMAD FAZIL SYIFALLAH	2	1	2	2	2	9
MUHAMMAD NUR AZIZAR WICAKSONO	1	2	1	1	1	6
MUHAMMAD YUSUF MAULANA	3	3	2	3	3	14
NADYA SAFFA UMMU ZAHRA	2	2	3	2	2	11
NAVELA MILCA AL NAIRA	2	2	2	2	2	10
PRAMUDITA AZZAHRA	3	2	3	3	3	14
PUTRI ADIFA ZAHABIYA	2	1	2	1	2	8
RADINKA ARSYA FARDANA	1	2	1	1	1	6
VERREL ABRIELLIO ADITYA HARTONO	2	3	2	2	2	11
YAFIQ ANADIN RAFIF	3	2	3	3	3	14
r hitung	0,9293857312	0,5055250296	0,7710397392	0,8714221005	0,9161502446	

r tabel	0,367	0,367	0,367	0,367	0,367	0,367
kesimpulan	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	
Realibilitas						
Varians	0,4973544974	0,3703703704	0,4695767196	0,5542328042	0,4708994709	7,666666667
Jumlah varian	2,362433862					
Varian Total	7,666666667					
Kesimpulan	0,8648205659	Reliabel				

Lampiran 8 : Petunjuk Pelaksanaan Lari Halang Rintang

PETUNJUK PELAKSANAAN LARI HALANG RINTANG

Materi	:	Lari dengan Halang Rintang
Kelas	:	V SD
Bentuk Penilaian	:	Tes Kinerja (Performance Test)
Tujuan Kegiatan	:	Melatih keterampilan motorik kasar (kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan kekuatan) melalui kegiatan lari halang rintang yang menyenangkan dan aman.

A. Alat dan Bahan

1. 5 buah cone/kerucut kecil sebagai rintangan
2. 2 atau 3 buah kardus bekas (ukuran sedang) sebagai variasi rintangan tambahan
3. Garis start dan garis finish (dapat dibuat dengan tali rafia atau kapur).
4. Peluit atau timer/stopwatch.
5. Peluit kecil atau peluit tangan untuk guru.

B. Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan

1. Posisi awal (Siap di garis start):
 - Berdiri tegak di belakang garis start.
 - Satu kaki di depan, pandangan ke depan.
 - Kedua tangan siap mengayun saat mulai berlari.
2. Sinyal mulai:
 - Guru meniup peluit : siswa mulai berlari cepat menuju rintangan pertama.
3. Melewati Rintangan:

1.	Rintangan Pertama (kardus)	Siswa melakukan lompatan dengan sedikit lebih tinggi, mengayunkan kaki depan terlebih dahulu, kemudian diikuti oleh
----	----------------------------	---

		<p>kaki belakang secara seimbang.</p>
2.	<p>Rintangan Kedua (cone/kerucut)</p> 	<p>Siswa melakukan gerakan lari zigzag melewati deretan cone yang telah disusun di lintasan.</p>
3.	<p>Rintangan Ketiga (pipa paralon yang terbuat dari kardus)</p> 	<p>Siswa melakukan gerakan merangkak atau membungkuk untuk melewati pipa tanpa menyentuh rintangan, sambil menjaga posisi tubuh tetap seimbang dan pandangan ke depan.</p>
4.	<p>Rintangan Keempat (kardus yang dibentuk menjadi kotak)</p>	<p>Siswa melakukan lompatan beruntun di atas kotak kardus tipis yang disusun berurutan,</p>

		<p>dengan menjaga keseimbangan dan ketepatan pijakan pada setiap lompatan.</p>
5.	<p>Setelah melewati seluruh rintangan, siswa melanjutkan dengan lari sprint menuju garis finish tanpa berhenti, menjaga kecepatan dan konsentrasi hingga akhir lintasan.</p>	

4. Garis Finish:

- Waktu dihitung saat bagian tubuh pertama melewati garis finish.
- Siswa yang menjatuhkan rintangan akan mendapat pengurangan skor (misalnya -1 poin per rintangan).

C. Aturan Permainan dan Keselamatan

1. Pastikan lintasan bebas dari benda berbahaya (batu, air, dll)
2. Lakukan pemanasan terlebih dahulu (lari kecil, peregangan).
3. Jika rintangan jatuh, lanjutkan tetap sampai garis finish dengan tenang.

D. Variasi atau Mode Permainan

1. Perorangan : Siswa berlari satu per satu, dicatat waktunya.
2. Kelompok (Estafet) : Setiap siswa menyelesaikan lintasan, lalu menyentuh tangan teman berikutnya untuk melanjutkan.
3. Turnamen (TGT) : Tim yang memiliki rata-rata waktu tercepat dan rintangan paling sedikit jatuh menjadi pemenang.

Lampiran 9 : Data Nilai Posttest Kelas 5A

No	Nama	Skor	Kategori	Nilai Akhir
1	A.U.	7	Kurang	47
2	A.B.A.	9	Cukup	60
3	A.S.	8	Cukup	53
4	A.Q.S.	6	Kurang	40
5	A.R.A.	12	Baik	80
6	D.A.Z.	11	Cukup	73
7	F.A.F.	8	Cukup	53
8	I.A.	5	Kurang	33
9	I.R.M.	8	Cukup	53
10	K.S.M.	8	Cukup	53
11	L.C.A.A.	8	Cukup	53
12	M.R.	5	Kurang	33
13	M.A.B.H.	12	Baik	80
14	M.A.A.	8	Cukup	53
15	N.T.T.	12	Baik	80
16	N.A.A.	8	Cukup	53
17	N.A.S.	8	Cukup	53
18	P.S.N.L.	5	Kurang	33
19	R.A.S.	8	Cukup	53
20	R.T.	6	Kurang	40
21	R.S.	8	Cukup	53
22	S.F.U.	8	Cukup	53
23	S.A.P.	12	Baik	80
24	U.S.	8	Cukup	53
25	Y.D.W.	5	Kurang	33
26	Z.N.A.	8	Cukup	53

Lampiran 10 : Data Nilai Posttest Kelas 5B

No	Nama	Skor	Kategori	Nilai Akhir
1	A.F.E.I.	10	Cukup	67
2	A.A.U.	9	Cukup	60
3	A.J.A.	12	Baik	80
4	A.H.	11	Cukup	73
5	A.N.C.P.S.	12	Baik	80
6	A.S.	14	Baik	93
7	A.S.A.	9	Cukup	60
8	B.A.	11	Cukup	73
9	D.B.R.	10	Cukup	67
10	D.P.	11	Cukup	73
11	D.A.O.	7	Kurang	47
12	D.T.Z.	11	Cukup	73
13	F.A.Z.	12	Baik	80
14	H.V.	10	Cukup	67
15	H.A.S.	15	Baik	100
16	H.Z.A.	13	Baik	87
17	M.A.A.A.	9	Cukup	60
18	M.B.U.M.	11	Cukup	73
19	M.B.L.P.	15	Baik	100
20	M.B.K.	6	Kurang	40
21	M.D.I.H.	7	Kurang	47
22	M.V.R.	11	Cukup	73
23	P.A.	10	Cukup	67
24	T.A.S.A.	10	Cukup	67
25	V.A.S.P.	6	Kurang	40

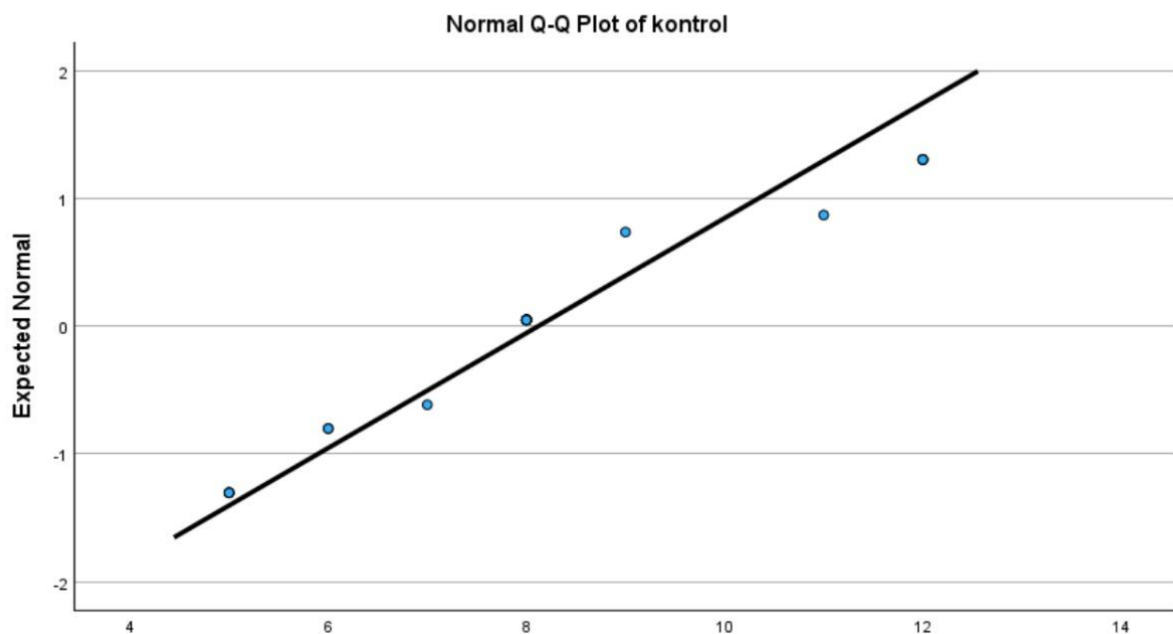
Lampiran 11 : Hasil Uji Normalitas

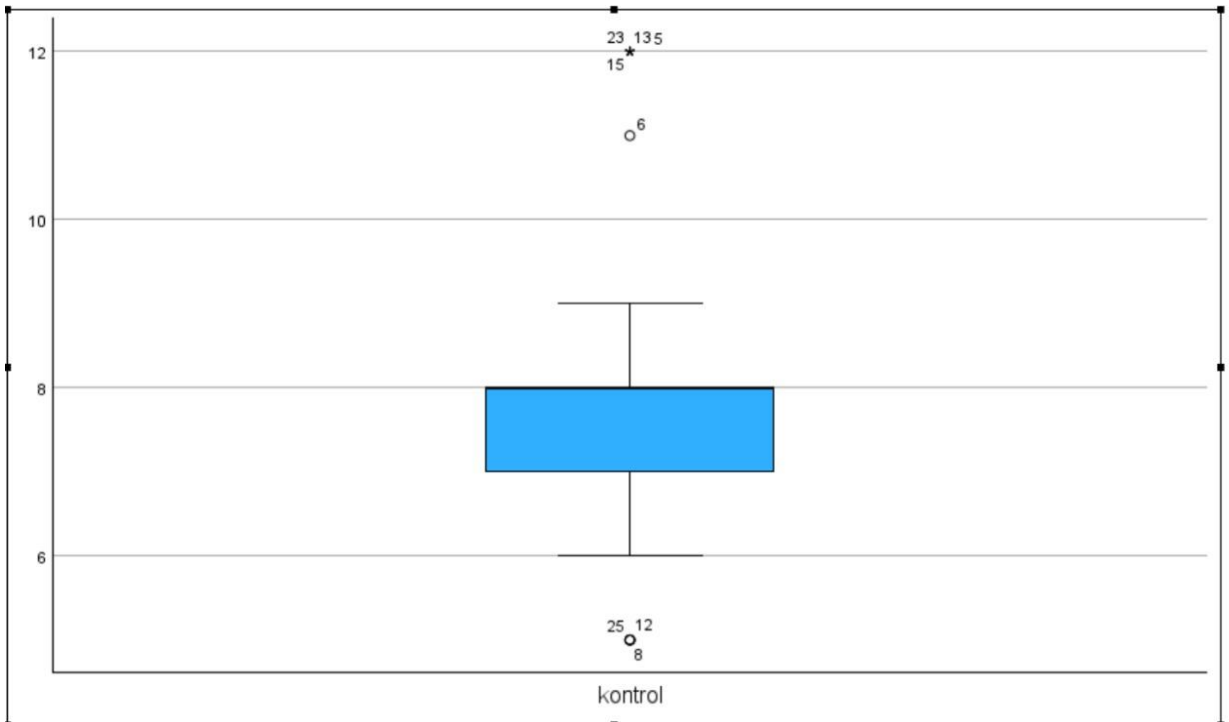
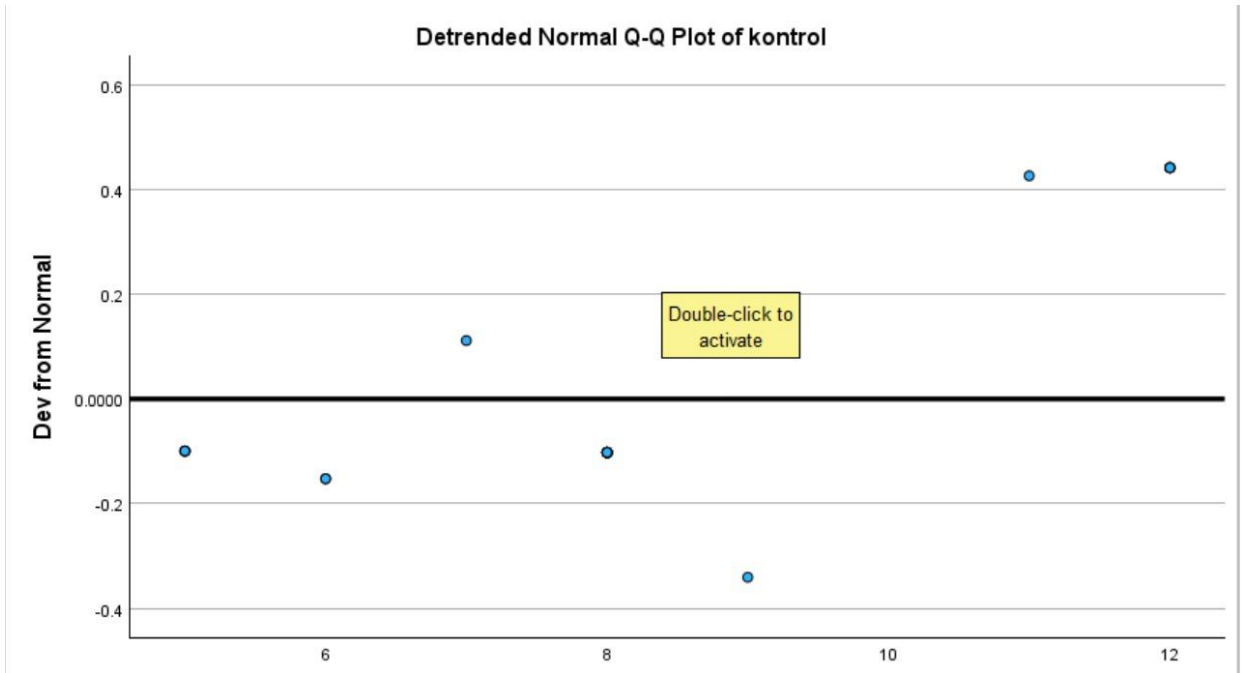
➔ NPar Tests

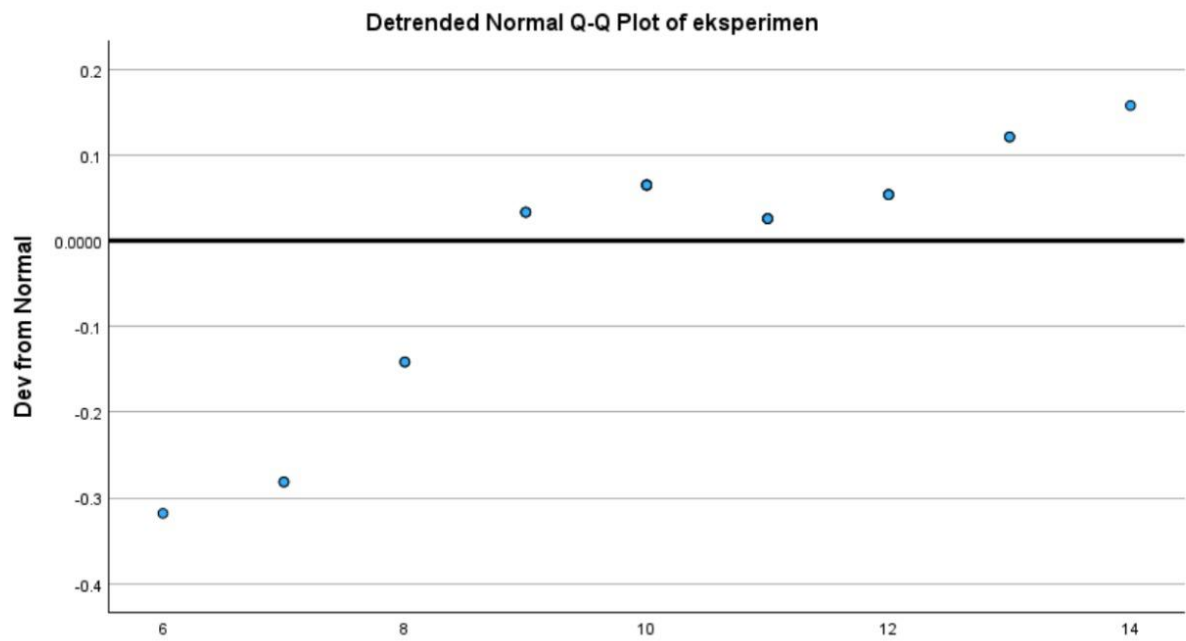
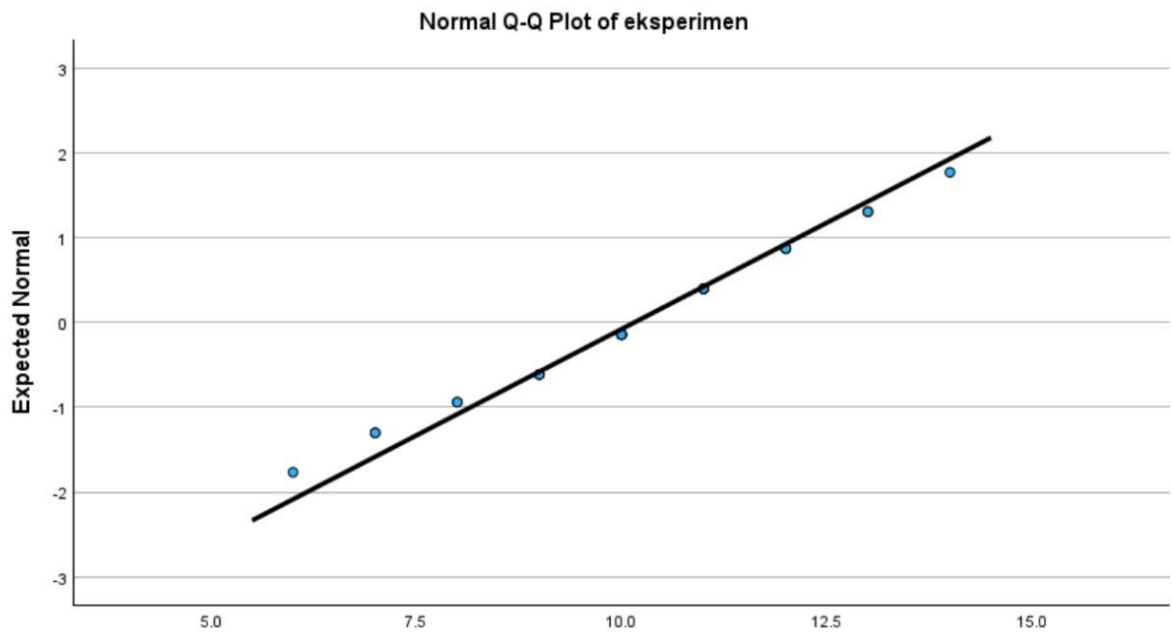
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

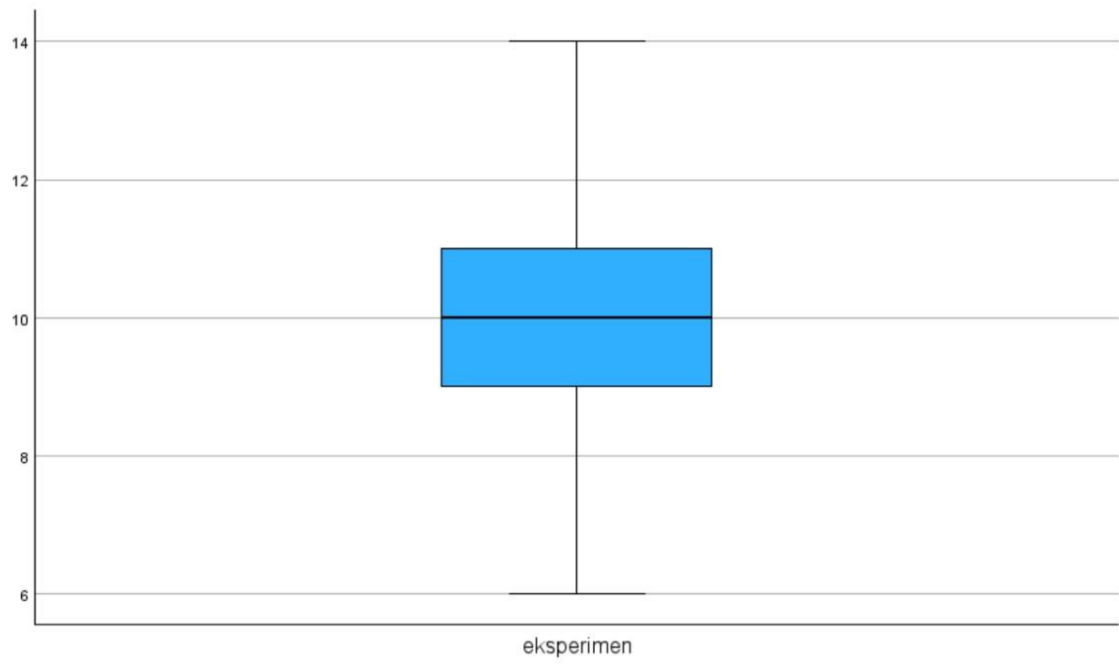
		Unstandardize d Residual
N		25
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.86518842
Most Extreme Differences	Absolute	.114
	Positive	.112
	Negative	-.114
Test Statistic		.114
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.









Lampiran 12 : Hasil Uji Homogenitas

→ Oneway

[DataSet1]

Tests of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
hasil	Based on Mean	.019	1	49	.892
	Based on Median	.056	1	49	.814
	Based on Median and with adjusted df	.056	1	46.153	.814
	Based on trimmed mean	.039	1	49	.843

ANOVA

hasil

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	53.280	1	53.280	12.199	.001
Within Groups	214.014	49	4.368		
Total	267.294	50			

ANOVA Effect Sizes^a

		Point Estimate	95% Confidence Interval	
			Lower	Upper
hasil	Eta-squared	.199	.037	.377
	Epsilon-squared	.183	.017	.364
	Omega-squared Fixed- effect	.180	.017	.360
	Omega-squared Random- effect	.180	.017	.360

a. Eta-squared and Epsilon-squared are estimated based on the fixed-effect model.

Lampiran 13 : Hasil Uji Hipotesis *Independent Sample T-Test*

→ T-Test

[DataSet1]

Group Statistics

	kelas 5a dan 5b	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
hasil belajar siswa	kelas a	26	8.12	2.179	.427
	kelas b	25	10.16	1.993	.399

Independent Samples Test

t-test for Equality of Means

		t	df	Significance		Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
				One-Sided p	Two-Sided p			Lower	Upper
hasil belajar siswa	Equal variances assumed	-3.493	49	<.001	.001	-2.045	.585	-3.221	-.868
	Equal variances not assumed	-3.499	48.884	<.001	.001	-2.045	.584	-3.219	-.870

Independent Samples Effect Sizes

		Standardizer ^a	Point Estimate	95% Confidence Interval	
				Lower	Upper
hasil belajar siswa	Cohen's d	2.090	-.978	-1.556	-.392
	Hedges' correction	2.123	-.963	-1.532	-.386
	Glass's delta	1.993	-1.026	-1.638	-.397

a. The denominator used in estimating the effect sizes.

Cohen's d uses the pooled standard deviation.

Hedges' correction uses the pooled standard deviation, plus a correction factor.

Glass's delta uses the sample standard deviation of the control (i.e., the second) group.

Lampiran 14 : Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi pembelajaran di kelas control pertemuan 1



Dokumentasi pembelajaran di kelas control pertemuan 2



Dokumentasi pembelajaran di kelas eksperimen pertemuan 1



Dokumentasi pembelajaran di kelas eksperimen pertemuan 2

Lampiran 15 : Lembar Observasi Keterlaksanaan Pembelajaran

LEMBAR OBSERVASI KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Guru : Mirza Ghulam

Kelas : 5A

A. PETUNJUK

1. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan memberikan tanda (✓) pada kolom yang tersedia.
2. Makna point validitas adalah 1 (tidak baik), 2 (kurang baik), 3 (cukup baik), 4 (baik), 5 (sangat baik).

Kegiatan Pembelajaran Pertemuan

Aktivitas	Skor Penilaian				
	1	2	3	4	5
Kegiatan Pendahuluan					
Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepuk tangan atau bernyanyi.					✓
Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran kali ini dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dimulai dari peserta didik selama proses pembelajaran			✓		
Guru memberi pertanyaan seputar materi yang sudah dipelajari pada minggu lalu			✓		
Kegiatan Inti					
Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan tentang teknik dasar permainan halang rintang (berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan).				✓	

Guru membuat lintasan halang rintang sederhana menggunakan alat yang telah disiapkan					✓
Guru meminta siswa mencoba gerakan dasar lari, lompat, dan langkah tinggi tanpa rintangan					✓
Guru membagi siswa ke dalam beberapa kelompok secara merata					✓
Guru memberikan instruksi cara melakukan aktivitas lintasan halang rintang serta membimbing dan mengamati siswa melakukan latihan melewati rintangan secara bergantian					✓
Guru memberikan koreksi dan umpan balik terhadap gerakan siswa					✓
Kegiatan Penutup					
Guru dan siswa melakukan pendinginan untuk merilekskan otot					✓
Guru memberikan refleksi terhadap kegiatan pembelajaran					✓
Guru menyimpulkan materi yang telah dipelajari dan menutup pembelajaran dengan salam					✓

Malang, 19 Nov 2025



LEMBAR OBSERVASI KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Guru : Mirza Ghulam

Kelas : 5B

A. PETUNJUK

1. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan memberikan tanda (✓) pada kolom yang tersedia.
2. Makna point validitas adalah 1 (tidak baik), 2 (kurang baik), 3 (cukup baik), 4 (baik), 5 (sangat baik).

Kegiatan Pembelajaran Pertemuan

Aktivitas	Skor Penilaian				
	1	2	3	4	5
Kegiatan Pendahuluan					
Guru memberi salam, menyapa peserta didik (menanyakan kabar, mengecek kehadiran dan kesiapan peserta didik, dan lain-lain), serta menyemangati peserta didik dengan tepuk tangan atau bernyanyi.					✓
Guru menyampaikan tujuan kegiatan pembelajaran kali ini dan menjelaskan kegiatan apa saja yang akan dilakukan serta hal-hal apa saja yang akan dimulai dari peserta didik selama proses pembelajaran					✓
Guru memberi pertanyaan seputar materi yang sudah dipelajari pada minggu lalu				✓	
Kegiatan Inti					
Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan tentang teknik dasar permainan halang rintang (berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan).				✓	

Guru membuat lintasan halang rintang sederhana menggunakan alat yang telah disiapkan					✓
Guru meminta siswa mencoba gerakan dasar lari, lompat, dan langkah tinggi tanpa rintangan					✓
Guru membagi siswa ke dalam beberapa kelompok secara merata					✓
Guru memberikan instruksi cara melakukan aktivitas lintasan halang rintang serta membimbing dan mengamati siswa melakukan latihan melewati rintangan secara bergantian					✓
Guru memberikan koreksi dan umpan balik terhadap gerakan siswa					✓
Kegiatan Penutup					
Guru dan siswa melakukan pendinginan untuk merilekskan otot					✓
Guru memberikan refleksi terhadap kegiatan pembelajaran					✓
Guru menyimpulkan materi yang telah dipelajari dan menutup pembelajaran dengan salam					✓

Malang, 29 Nov 2025





**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIT PENGEMBANGAN PUBLIKASI ILMIAH**

SERTIFIKAT BEBAS PLAGIASI

NOMOR: 1002/UN.03.1/PP.00.9/02/2026

diberikan kepada:

Nama : Nadia Luthfiyah Ambarsari

NIM : 210103110118

Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Judul Karya Tulis : Pengaruh Permainan Halang Rintang dengan Metode Team Games Tournament (TGT) Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Siswa Kelas 5 MI Alma`arif 3 Langlang Singosari

Naskah Skripsi/ Tesis sudah memenuhi kriteria anti plagiasi yang ditetapkan oleh Pusat Penelitian dan Academic Writing, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.



Malang, 18 Februari 2026
a.n. Dekan
Ketua,

Malya Indah Mala Rohmana, M.Pd



BIODATA MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Nadia Luthfiyah Ambarsari
NIM : 210103110118
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 8 Mei 2002
Fakultas : Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Tahun Masuk : 2021
Alamat : Jalan Pramuka RT.02 RW.09 Kalirejo, Lawang
Email : luthfiyah.ambarsari@gmail.com
No. HP : 082132179522
Riwayat Pendidikan :

1. TK Islam Al-Husna
2. SD Ummu Aiman
3. SMP Negeri 2 Lawang
4. SMA Negeri 1 Lawang
5. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang