

Penerapan Permainan Berbasis Media Hula Hoop untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lokomotor Siswa Usia 7–8 Tahun

Miftah Muyassar^{1*}, Eka Fitri Novita Sari², Novri Asri³

¹⁻³Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Email: miftahmuyassar99@gmail.com¹, efnovita@unj.ac.id², novri.asri@unj.ac.id³

*Penulis Korespondensi: miftahmuyassar99@gmail.com

Abstract. *This study aims to improve students' learning outcomes in basic locomotor movements through hula hoop-based games among second-grade students at SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, and SDN Rawamangun 09 Pagi. The study was motivated by students' suboptimal learning outcomes, particularly in movement variations, balance, and understanding the concepts of basic locomotor movements. This study employed an action research method using the Kemmis and McTaggart model, which consists of planning, action implementation, observation, and reflection. The research subjects were second-grade students from the four elementary schools. Data were collected through observation, learning outcome assessments, and documentation. The data were analyzed descriptively to identify improvements in students' learning outcomes. The results showed that hula hoop-based games improved students' learning outcomes in basic locomotor movements. Classical learning mastery at SDN Cipinang 01 Pagi increased from 37% to 100%, at SDN Jati 07 Pagi from 55% to 100%, at SDN Rawamangun 02 Pagi from 50% to 100%, and at SDN Rawamangun 09 Pagi from 57% to 100%. These improvements covered psychomotor, cognitive, and affective aspects. Therefore, hula hoop-based games can serve as an alternative physical education learning approach to improve second-grade elementary school students' learning outcomes in basic locomotor movements.*

Keywords: Action Research; Basic Locomotor Movements; Elementary School Students; Hula Hoop Games; Learning Outcomes.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor melalui permainan berbasis media hula hoop pada siswa kelas II SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, dan SDN Rawamangun 09 Pagi. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum optimalnya hasil belajar siswa, khususnya dalam variasi gerak, keseimbangan, dan pemahaman konsep gerak dasar lokomotor. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan dengan model Kemmis dan McTaggart, yang meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas II dari empat sekolah dasar tersebut. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, penilaian hasil belajar, dan dokumentasi. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi peningkatan hasil belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan berbasis media hula hoop meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor. Ketuntasan belajar klasikal di SDN Cipinang 01 Pagi meningkat dari 37% menjadi 100%, SDN Jati 07 Pagi dari 55% menjadi 100%, SDN Rawamangun 02 Pagi dari 50% menjadi 100%, dan SDN Rawamangun 09 Pagi dari 57% menjadi 100%. Peningkatan tersebut mencakup aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan demikian, permainan berbasis media hula hoop dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II sekolah dasar.

Kata Kunci: Gerak Dasar Lokomotor; Hasil Belajar; Penelitian Tindakan; Permainan Hula Hoop; Siswa Sekolah Dasar.

1. LATAR BELAKANG

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar masih menghadapi berbagai kendala dalam upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Salah satu kendala yang ditemukan adalah kurangnya variasi metode dan media pembelajaran yang digunakan oleh guru, sehingga proses pembelajaran cenderung berlangsung secara monoton. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswa kurang aktif, merasa bosan, dan memiliki motivasi belajar yang rendah, akhirnya berdampak terhadap pencapaian hasil

belajar yang belum optimal. Selain itu, terdapat perbedaan capaian hasil belajar antar siswa, baik dalam aspek pemahaman konsep gerak, keterampilan mempraktikkan gerak dasar lokomotor, maupun sikap selama mengikuti proses pembelajaran (Sihombing & Thesalonika, 2026).

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa sekolah dasar masih perlu ditingkatkan. Hal ini terlihat dari belum optimalnya pencapaian hasil belajar siswa pada aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap dalam mengikuti aktivitas gerak dasar lokomotor. Sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep gerak, menerapkan pola gerak sesuai dengan indikator, serta menunjukkan keterampilan gerak secara efektif (Sogen et al., 2026).

Keterampilan gerak dasar lokomotor merupakan bagian fundamental dari perkembangan motorik anak. Keterampilan ini melibatkan gerakan tubuh yang berpindah dari satu tempat ke tempat lain dengan pola tertentu. Menguasai keterampilan ini sangat penting karena menjadi dasar bagi berbagai aktivitas fisik dan olahraga yang lebih kompleks di masa depan. Dengan kata lain, gerak dasar lokomotor adalah pondasi utama bagi anak dalam mengembangkan kemampuan gerak yang lebih lanjut (Wati & Rezki, 2025).

Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu kemampuan penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa usia 7-8 tahun yang mencakup berbagai jenis gerakan seperti *walking*, *running*, *jumping*, *hopping*, *slide*, *galloping*, *skipping*, dan *leaping*. Namun, dalam praktik pembelajaran masih terdapat berbagai masalah, seperti kurang optimal dalam melakukan koordinasi gerak, keseimbangan tubuh yang belum baik, serta ketidaktepatan dalam melakukan pola gerakan. Selain itu, gerakan yang tergolong lebih kompleks seperti *slide*, *leaping*, *galloping*, dan *skipping* juga masih sulit dilakukan oleh sebagian siswa. Kondisi tersebut menunjukan kemampuan gerak dasar lokomotor siswa masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan hasil observasi awal pada bulan Juni 2026 yang dilakukan di SDN Rawamangun 02, SDN Rawamangun 09, SDN Cipinang 01, dan SDN Jati 07, diketahui bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II masih belum optimal. Permasalahan utama terlihat pada aspek psikomotor, yaitu kemampuan siswa dalam melakukan variasi gerak dasar lokomotor yang masih terbatas. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang masih cenderung menggunakan pendekatan konvensional, di mana kegiatan pembelajaran lebih banyak berpusat pada guru melalui pemberian contoh gerakan dan latihan secara berulang. Pembelajaran yang dilakukan lebih berfokus pada gerakan dasar seperti berjalan (*walking*), berlari (*running*), meloncat (*jumping*), dan melompat dengan satu kaki (*hopping*), sehingga kesempatan siswa untuk mengeksplorasi dan mengembangkan gerakan lokomotor

yang lebih kompleks seperti melangkah ke samping (*slide*), berderap (*galloping*), langkah jingkrak (*skipping*), dan lompatan jauh (*leaping*) masih terbatas. Selain itu, kurangnya variasi aktivitas pembelajaran menyebabkan pengalaman belajar siswa belum berkembang secara optimal (Majdi et al., 2026).

Selain aspek psikomotor, pada aspek kognitif masih ditemukan beberapa siswa yang belum memahami konsep gerak dasar lokomotor secara optimal, seperti membedakan jenis gerakan, memahami tujuan gerakan, serta mengikuti aturan dalam aktivitas pembelajaran. Hal tersebut terlihat dari masih adanya siswa yang membutuhkan arahan guru dalam menjelaskan kembali konsep maupun langkah-langkah pelaksanaan gerakan. Proses pembelajaran yang masih bersifat konvensional menyebabkan siswa lebih banyak menerima informasi dan contoh gerakan dari guru, sehingga kesempatan siswa untuk memahami konsep melalui pengalaman langsung masih terbatas. Aspek afektif siswa telah menunjukkan keterlibatan dalam proses pembelajaran, seperti mengikuti arahan guru, bekerja sama, dan berpartisipasi dalam kegiatan, tetap perlu dikembangkan melalui pembelajaran yang lebih menarik dan melibatkan aktivitas siswa secara aktif. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa diperlukan suatu upaya perbaikan melalui inovasi pembelajaran yang mampu mengoptimalkan hasil belajar siswa, baik pada aspek keterampilan gerak, pengetahuan, maupun sikap, sehingga proses pembelajaran Pendidikan Jasmani berlangsung lebih efektif dan bermakna.

Salah satu pendekatan yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar adalah melalui permainan. Pembelajaran berbasis permainan dapat menciptakan suasana belajar yang menarik dan tidak membosankan, sehingga siswa terdorong untuk lebih aktif dalam setiap kegiatan. Siswa dapat melakukan berbagai bentuk gerak dasar lokomotor secara alami, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif. Pembelajaran berbasis permainan dalam pendidikan jasmani adalah kunci untuk mengisi kesenjangan instruksional sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan dan kegiatan ini memberikan kebebasan anak untuk mengembangkan keterampilan mereka di masa kini dimana mulai dari karakter, berpikir kritis, kreativitas, kolaborasi dan komunikasi menjadi bagian yang tidak terpisahkan di dalamnya (Sari et al., 2023).

Siswa usia 7-8 tahun, masih memerlukan rasa ingin tahu dan bergerak bebas dalam kegiatan belajarnya, permainan menjadi pilihan untuk anak usia 7-8 tahun tersebut, karena siswa dapat mengenal karakter dirinya serta kemampuan geraknya. Dengan demikian perlu model pembelajaran yang dapat membuat siswa lebih berkembang dengan cara yang menyenangkan. Permainan merupakan suatu kegiatan yang bertujuan mencapai tertentu dengan cara menyenangkan seseorang. Permainan merupakan sarana yang efektif dan efisien

serta penting untuk menghibur, mendidik, memberikan dampak positif, dan membesarkan setiap pribadi (Bateâ et al., 2023). Permainan yang digunakan didalam pembelajaran juga memiliki komponen-komponen mulai dari siswa sebagai pemain, lingkungan sekolah sebagai sarana, adanya aturan-aturan permainan yang ditetapkan oleh guru dan juga menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam setiap permainan itu sendiri.

Pemanfaatan permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih perlu dikembangkan lebih optimal. Permainan yang digunakan perlu dibuat dengan sistematis agar tidak hanya bersifat hiburan saja, tetapi juga memiliki tujuan pembelajaran yang jelas, terutama dalam meningkatkan gerak lokomotor siswa usia 7-8 tahun. Pembelajaran gerak dasar lokomotor, permainan menjadi salah satu pilihan untuk siswa usia 7-8 tahun, banyak permainan yang dapat digunakan untuk mengembangkan komponen gerak dasar lokomotor siswa.

Salah satu bentuk permainan yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah permainan hula hoop. Penggunaan media hula hoop dapat menjadi salah satu model permainan untuk meningkatkan gerak dasar lokomotor siswa. Media hula hoop mudah dibawa kemanapun dan berbagai ukuran lingkarannya bisa dijadikan beragam model permainan gerak dasar lokomotor seperti *walking*, *running*, *jumping*, *hopping*. Bahkan gerakan yang lebih kompleks seperti *slide*, *galopping*, *skipping*, dan *leaping* bisa menggunakan permainan berbasis media hula hoop tersebut.

Permainan hula hoop juga memiliki keunggulan karena dapat dibuat dengan memanfaatkan berbagai bahan sederhana yang mudah ditemukan, seperti selang air, atau bahan fleksibel lainnya yang dibentuk menyerupai lingkaran sesuai dengan kebutuhan pembelajaran dan karakteristik siswa. Guru dapat merancang berbagai bentuk aktivitas yang bervariasi dengan menggunakan media tersebut untuk melatih gerak dasar lokomotor. Memanfaatkan modifikasi media pembelajaran, guru dapat mencerminkan kreativitas dalam merancang pembelajaran yang menarik dan inovatif melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop.

Hasil penelitian Nenggar (2024) di SD Negeri Kayangan 2 Jombang juga menunjukkan bahwa permainan hula hoop berpengaruh positif terhadap kemampuan motorik kasar siswa. Kegiatan seperti melompat dalam lingkaran dapat meningkatkan keaktifan serta keterampilan gerak siswa, serta keseimbangan gerak. Peneliti tertarik untuk menerapkan permainan berbasis media hula hoop sebagai upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa diperlukan suatu upaya dalam pembelajaran yang mampu meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan berbagai jenis

gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat hingga gerakan yang lebih kompleks. Diperlukan pembelajaran yang mampu mengembangkan keterampilan gerak tersebut secara terarah dan berkelanjutan. Permainan berbasis media hula hoop dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena mampu mendorong keterlibatan aktif siswa dalam berbagai aktivitas gerak dasar lokomotor. Selain itu, penggunaan hula hoop juga dapat disesuaikan dengan kondisi sekolah dengan memanfaatkan bahan sederhana yang mudah diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran tetap dapat dilaksanakan secara efektif meskipun dengan keterbatasan sarana. Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian mengenai penerapan permainan berbasis media hula hoop untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa, sehingga dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

2. KAJIAN TEORITIS

Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik atau gerakan tubuh. Definisi ini terdapat tiga kata utama, yaitu pertama "pendidikan" yang menunjukkan kompetensi atau kemampuan yang ingin dicapai oleh siswa. Kedua, "melalui dan tentang" yang menghubungkan secara langsung dan tidak langsung antara pendidikan dengan aktivitas fisik. Ketiga, "gerak" yang menjadi materi atau pokok bahasan dalam kurikulum pendidikan jasmani (Permana, 2020).

Permainan

Permainan merupakan suatu bentuk aktivitas bermain yang dilakukan dalam situasi tertentu dengan melibatkan aturan-aturan yang harus dipatuhi oleh setiap pemain. Dalam permainan, individu berusaha mencapai tujuan yang telah ditentukan melalui interaksi, strategi, serta keterlibatan aktif dalam suatu kondisi yang bersifat imajinatif maupun nyata. Permainan juga dapat mengangandung unsur tantangan atau konflik yang dirancang secara sengaja, sehingga mendorong pemain untuk berfikir, dan mengambil keputusan guna memperoleh hasil tertentu yang dapat diukur (Janata et al., 2022).

Media

Media merupakan segala bentuk sarana atau perantara yang digunakan manusia untuk menyampaikan gagasan, informasi, maupun pesan kepada pihak penerima. Dalam konteks pendidikan, media memiliki peran penting dalam mendukung keberlangsungan proses pembelajaran di sekolah. Istilah media pembelajaran dapat memiliki makna yang luas sesuai

dengan konteks penggunaannya, seperti mencakup individu, objek, maupun berbagai peristiwa nyata yang dapat dimanfaatkan oleh siswa untuk memperdalam pemahaman terhadap suatu materi. Meskipun setiap jenis media memiliki keterbatasan, keduanya memiliki fungsi utama yang sama, yaitu sebagai alat penyampaian informasi yang bertujuan untuk membangun pemahaman, menarik minat, serta mengarahkan perhatian siswa sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung secara lebih efektif (Magna & Wathoni, 2024; Munawir et al., 2026).

Permainan Hula Hoop

Permainan hula hoop merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang menggunakan alat berbentuk lingkaran (hoop) yang biasanya terbuat dari plastik. Dalam konteks Pendidikan jasmani, permainan hula hoop dimanfaatkan sebagai media pembelajaran melatih berbagai keterampilan gerak, khususnya kemampuan motorik dasar siswa. Bermain memakai alat permainan bagi anak merupakan aktivitas yang menyenangkan. Bermain bisa menyalurkan bakat dan potensinya salah satunya bisa mengembangkan motorik anak (Rahmayuni & Hazizah, 2020).

Hasil Belajar

Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki oleh siswa setelah menerima pengalaman pembelajaran. Sejumlah pengalaman yang diperoleh siswa mencakup ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotorik. Hasil belajar mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran karena akan memberikan sebuah informasi kepada guru tentang kemajuan siswa dalam upaya mencapai tujuan-tujuan belajarnya melalui proses kegiatan belajar mengajar selanjutnya (Nabillah & Abadi, 2020).

Gerak Dasar Lokomotor

Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu jenis keterampilan gerak yang ditandai dengan adanya perpindahan posisi tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Gerakan ini melibatkan koordinasi berbagai bagian tubuh sehingga individu dapat bergerak secara efektif dalam ruang. Bentuk-bentuk gerak lokomotor meliputi *walking*, *running*, *jumping*, *hopping*, *slide*, *galloping*, *skipping*, *leaping* (Novita Sari et al., 2022)

Karakteristik Siswa Fase A

Siswa usia 7-8 tahun merupakan siswa usia awal sekolah dasar yang masih berada pada tahap perkembangan kognitif awal. Pada tahap ini, anak belum mampu berfikir abstrak secara maksimal sehingga lebih mudah memahami sesuatu melalui pengalaman konkret. Karakter siswa yang aktif dan suka meniru membuat mereka lebih mudah belajar melalui aktivitas bermain dan interaksi langsung. Oleh karena itu, pembelajaran pada fase ini harus dirancang

secara menyenangkan, interaktif dan berbasis aktivitas agar sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka (Ferrary et al., 2024).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa usia 7–8 tahun SDN Rawamangun 02, SDN Rawamangun 09, SDN Cipinang 01 dan SDN Jati 07 yang menjadi lokasi penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas II sekolah dasar yang berjumlah 108 siswa. Sampel tersebut terdiri dari siswa SDN Cipinang 01 Pagi sebanyak 30 siswa, SDN Jati 07 Pagi sebanyak 22 siswa, SDN Rawamangun 02 Pagi sebanyak 26 siswa, dan SDN Rawamangun 09 Pagi sebanyak 30 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi tes, observasi, dan dokumentasi. Ketiga teknik tersebut digunakan untuk memperoleh data hasil belajar siswa pada aspek kognitif, afektif dan psikomotor serta mendukung pelaksanaan penelitian. Validasi data dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik triangulasi. Triangulasi yang digunakan yaitu triangulasi teknik dengan membandingkan data yang diperoleh melalui beberapa teknik pengumpulan data, yaitu tes, observasi, dan dokumentasi. Selain validasi data yang menggunakan triangulasi teknik, instrumen penilaian gerak dasar lokomotor digunakan untuk mengumpulkan data di lapangan, terlebih dahulu dilakukan uji validasi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

SDN Cipinang 01 Pagi

a. Pra Tindakan

Tabel 1. Hasil Belajar Pra Tindakan SDN Cipinang 01 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	3	10%
75-83	Cukup	8	27%
<75	Kurang	19	63%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat baik. Sebanyak 3 siswa atau 10% berada pada kategori baik, sebanyak 8 siswa atau 27% berada pada kategori cukup, dan sebanyak 19 siswa atau 63% berada pada kategori kurang.

Dengan demikian, hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada tahap pra tindakan masih belum optimal dan belum mencapai indikator keberhasilan penelitian. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam mencapai hasil belajar sesuai dengan indikator pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan tindakan perbaikan pembelajaran melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Hasil tersebut diperkuat oleh tampilan histogram yang menunjukkan bahwa distribusi hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan masih didominasi oleh kategori kurang.

b. Siklus I

Pertemuan pertama diawali pada tahap perencanaan (*planning*), dilanjutkan tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, peneliti melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan selama penerapan permainan berbasis media hula hoop, sehingga dapat menjadi dasar perbaikan pada pertemuan kedua. Aspek yang menjadi perhatian meliputi keterlibatan siswa, ketepatan melakukan gerak dasar lokomotor, pengelolaan waktu, serta efektivitas penggunaan media pembelajaran.

Pertemuan kedua diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Pada tahap tindakan terdapat kegiatan inti, peneliti mengulas kembali materi gerak dasar lokomotor yang telah dipelajari pada pertemuan pertama. Selanjutnya siswa kembali mengikuti permainan Pindah Rumah dan Kartu Kejutan Hoop dengan memberikan penekanan pada ketepatan gerakan, koordinasi, dan kelancaran melakukan setiap gerak dasar lokomotor.

Peneliti memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk mempraktikkan setiap gerakan secara berulang sehingga siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih baik. Selama kegiatan berlangsung peneliti memberikan bimbingan kepada siswa yang masih mengalami kesulitan serta memberikan penguatan kepada siswa yang telah melakukan gerakan dengan benar. Akhir pembelajaran peneliti melaksanakan tes hasil belajar, baik pada aspek psikomotor, kognitif, maupun afektif. Selanjutnya peneliti bersama siswa melakukan pendinginan, menyimpulkan materi pembelajaran, memberikan refleksi, kemudian menutup kegiatan pembelajaran dengan doa.

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian pada pertemuan kedua, peneliti melakukan refleksi terhadap seluruh rangkaian pembelajaran pada Siklus I. Refleksi dilakukan dengan membandingkan hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan dan setelah pelaksanaan tindakan.

Hasil refleksi menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop memberikan peningkatan terhadap hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Selanjutnya hasil refleksi tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan ketercapaian indikator keberhasilan penelitian Siklus I.

Tabel 1. Hasil Belajar Siklus I SDN Cipinang 01 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	1	3%
84-92	Baik	29	97%
75-83	Cukup	0	0%
<75	Kurang	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa sebanyak 1 siswa atau 3% berada pada rentang nilai 93-100 dengan kategori sangat baik. Sebanyak 29 siswa atau 97% berada pada rentang nilai 84-92 dengan kategori baik. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori cukup maupun kurang. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada Siklus I telah mencapai dan melampaui indikator keberhasilan penelitian yang ditetapkan. Hasil tersebut diperkuat oleh tampilan histogram yang memperlihatkan distribusi hasil belajar didominasi oleh kategori sangat baik.

SDN Jati 07 Pagi

a. Pra Tindakan

Tabel 2. Hasil Belajar Pra Tindakan SDN Jati 07 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	3	14%
75-83	Cukup	9	41%
<75	Kurang	10	45%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat baik. Sebanyak 3 siswa atau 14% berada pada kategori baik, sebanyak 9 siswa atau 41% berada pada kategori cukup, dan sebanyak 10 siswa atau 45% berada pada kategori kurang. Dengan demikian, hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada tahap pra tindakan masih belum optimal dan belum mencapai indikator keberhasilan penelitian. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih diperlukan upaya perbaikan melalui penerapan pembelajaran yang lebih variatif dan aktif untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa

b. Siklus I

Pertemuan pertama diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, peneliti melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan selama penerapan permainan berbasis media hula hoop, sehingga dapat menjadi dasar perbaikan pada pertemuan kedua. Aspek yang menjadi perhatian meliputi keterlibatan siswa, ketepatan melakukan gerak dasar lokomotor, pengelolaan waktu, serta efektivitas penggunaan media pembelajaran.

Pertemuan kedua diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Pada tahap tindakan terdapat kegiatan inti, peneliti mengulas kembali materi gerak dasar lokomotor yang telah dipelajari pada pertemuan pertama. Selanjutnya siswa kembali mengikuti permainan Pindah Rumah dan Kartu Kejutan Hoop dengan memberikan penekanan pada ketepatan gerakan, koordinasi, dan kelancaran melakukan setiap gerak dasar lokomotor.

Peneliti memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk mempraktikkan setiap gerakan secara berulang sehingga siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih baik. Selama kegiatan berlangsung peneliti memberikan bimbingan kepada siswa yang masih mengalami kesulitan serta memberikan penguatan kepada siswa yang telah melakukan gerakan dengan benar. Akhir pembelajaran peneliti melaksanakan tes hasil belajar, baik pada aspek psikomotor, kognitif, maupun afektif. Selanjutnya peneliti bersama siswa melakukan pendinginan, menyimpulkan materi pembelajaran, memberikan refleksi, kemudian menutup kegiatan pembelajaran dengan doa.

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian pada pertemuan kedua, peneliti melakukan refleksi terhadap seluruh rangkaian pembelajaran pada Siklus I. Refleksi dilakukan dengan membandingkan hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan dan setelah pelaksanaan tindakan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop memberikan peningkatan terhadap hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Selanjutnya hasil refleksi tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan ketercapaian indikator keberhasilan penelitian Siklus I.

Tabel 4. Hasil Belajar Siklus I SDN Jati 07 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	22	100%
75-83	Cukup	0	0%
<75	Kurang	0	0%
Jumlah		22	100%

Berdasarkan tabel 4 diketahui tidak terdapat siswa pada kategori sangat baik dan sebanyak 22 siswa (100%) berada pada kategori baik, tidak terdapat siswa yang berada pada kategori cukup atau kurang. Dengan demikian hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada siklus I menunjukkan peningkatan yang baik dan telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yang telah ditetapkan.

SDN Rawamangun 02 Pagi

a. Pra Tindakan

Tabel 5. Hasil Belajar Pra Tindakan SDN Rawamangun 02 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	7	27%
75-83	Cukup	6	23%
<75	Kurang	13	50%
Jumlah		26	100%

Berdasarkan Tabel 5., diketahui bahwa tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat baik. Sebanyak 7 siswa atau 27% berada pada kategori baik, sebanyak 6 siswa atau 23% berada pada kategori cukup, dan sebanyak 13 siswa atau 50% berada pada kategori kurang. Dengan demikian, hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada tahap pra tindakan masih belum optimal dan belum mencapai indikator keberhasilan penelitian. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih berada pada kategori kurang sehingga diperlukan tindakan pembelajaran melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Hasil tersebut diperkuat oleh tampilan histogram yang menunjukkan bahwa distribusi hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan didominasi oleh kategori kurang.

b. Siklus I

Pertemuan pertama diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observasion*), dan tahap refleksi (*reflection*). Berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, peneliti melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan

kekurangan selama penerapan permainan berbasis media hula hoop, sehingga dapat menjadi dasar perbaikan pada pertemuan kedua. Aspek yang menjadi perhatian meliputi keterlibatan siswa, ketepatan melakukan gerak dasar lokomotor, pengelolaan waktu, serta efektivitas penggunaan media pembelajaran.

Pertemuan kedua diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Pada tahap tindakan terdapat kegiatan inti, peneliti mengulas kembali materi gerak dasar lokomotor yang telah dipelajari pada pertemuan pertama. Selanjutnya siswa kembali mengikuti permainan Pindah Rumah dan Kartu Kejutan Hoop dengan memberikan penekanan pada ketepatan gerakan, koordinasi, dan kelancaran melakukan setiap gerak dasar lokomotor.

Peneliti memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk mempraktikkan setiap gerakan secara berulang sehingga siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih baik. Selama kegiatan berlangsung peneliti memberikan bimbingan kepada siswa yang masih mengalami kesulitan serta memberikan penguatan kepada siswa yang telah melakukan gerakan dengan benar. Akhir pembelajaran peneliti melaksanakan tes hasil belajar, baik pada aspek psikomotor, kognitif, maupun afektif. Selanjutnya peneliti bersama siswa melakukan pendinginan, menyimpulkan materi pembelajaran, memberikan refleksi, kemudian menutup kegiatan pembelajaran dengan doa.

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian pada pertemuan kedua, peneliti melakukan refleksi terhadap seluruh rangkaian pembelajaran pada Siklus I. Refleksi dilakukan dengan membandingkan hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan dan setelah pelaksanaan tindakan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop memberikan peningkatan terhadap hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Selanjutnya hasil refleksi tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan ketercapaian indikator keberhasilan penelitian Siklus I.

Tabel 3. Hasil Belajar Siklus I SDN Rawamangun 02 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	26	100%
75-83	Cukup	0	0%
<75	Kurang	0	0%
Jumlah		26	100%

Berdasarkan Tabel 6, diketahui bahwa tidak terdapat siswa pada kategori sangat baik. Sebanyak 26 siswa atau 100% berada pada kategori baik dengan rentang nilai 84–92. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori cukup maupun kurang. Dengan demikian, hasil

belajar gerak dasar lokomotor siswa pada Siklus I menunjukkan peningkatan yang baik dan telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yang telah ditetapkan. Hasil tersebut diperkuat oleh tampilan histogram yang menunjukkan bahwa distribusi hasil belajar siswa didominasi oleh kategori baik.

SDN Rawamangun 09 Pagi

a. Pra Tindakan

Tabel 4. Hasil Belajar Pra Tindakan SDN Rawamangun 09 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	7	23%
75-83	Cukup	10	33%
<75	Kurang	13	43%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan Tabel 7, diketahui bahwa tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat baik. Sebanyak 7 siswa atau 23% berada pada kategori baik, sebanyak 10 siswa atau 33% berada pada kategori cukup, dan sebanyak 13 siswa atau 43% berada pada kategori kurang. Dengan demikian, hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada tahap pra tindakan masih belum optimal dan belum mencapai indikator keberhasilan penelitian. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih berada pada kategori kurang, sehingga diperlukan tindakan pembelajaran melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa.

b. Siklus I

Pertemuan pertama diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, peneliti melakukan refleksi terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung. Refleksi dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan selama penerapan permainan berbasis media hula hoop, sehingga dapat menjadi dasar perbaikan pada pertemuan kedua. Aspek yang menjadi perhatian meliputi keterlibatan siswa, ketepatan melakukan gerak dasar lokomotor, pengelolaan waktu, serta efektivitas penggunaan media pembelajaran.

Pertemuan kedua diawali pada tahap perencanaan (*planning*), tahap pelaksanaan tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan tahap refleksi (*reflection*). Pada tahap tindakan terdapat kegiatan inti, peneliti mengulas kembali materi gerak dasar lokomotor yang telah dipelajari pada pertemuan pertama. Selanjutnya siswa kembali mengikuti permainan

Pindah Rumah dan Kartu Kejutan Hoop dengan memberikan penekanan pada ketepatan gerakan, koordinasi, dan kelancaran melakukan setiap gerak dasar lokomotor.

Peneliti memberikan kesempatan kepada seluruh siswa untuk mempraktikkan setiap gerakan secara berulang sehingga siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih baik. Selama kegiatan berlangsung peneliti memberikan bimbingan kepada siswa yang masih mengalami kesulitan serta memberikan penguatan kepada siswa yang telah melakukan gerakan dengan benar. Akhir pembelajaran peneliti melaksanakan tes hasil belajar, baik pada aspek psikomotor, kognitif, maupun afektif. Selanjutnya peneliti bersama siswa melakukan pendinginan, menyimpulkan materi pembelajaran, memberikan refleksi, kemudian menutup kegiatan pembelajaran dengan doa.

Berdasarkan hasil observasi dan penilaian pada pertemuan kedua, peneliti melakukan refleksi terhadap seluruh rangkaian pembelajaran pada Siklus I. Refleksi dilakukan dengan membandingkan hasil belajar siswa pada tahap pra tindakan dan setelah pelaksanaan tindakan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop memberikan peningkatan terhadap hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa. Selanjutnya hasil refleksi tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan ketercapaian indikator keberhasilan penelitian Siklus I.

Tabel 5. Hasil Belajar Siklus I SDN Rawamangun 09 Pagi.

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
93-100	Sangat Baik	0	0%
84-92	Baik	30	100%
75-83	Cukup	0	0%
<75	Kurang	0	0%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan Tabel 8, diketahui bahwa seluruh siswa berada pada kategori baik. Tidak terdapat siswa memperoleh kategori sangat baik. Sebanyak 30 siswa berada pada kategori baik. Tidak terdapat siswa dalam kategori cukup, maupun kurang. Dengan demikian, hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa pada Siklus I telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yang telah ditetapkan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh siswa telah mampu mencapai Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) setelah diterapkannya permainan berbasis media hula hoop dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor. Hasil tersebut diperkuat oleh tampilan histogram yang menunjukkan bahwa distribusi hasil belajar siswa didominasi oleh kategori baik.

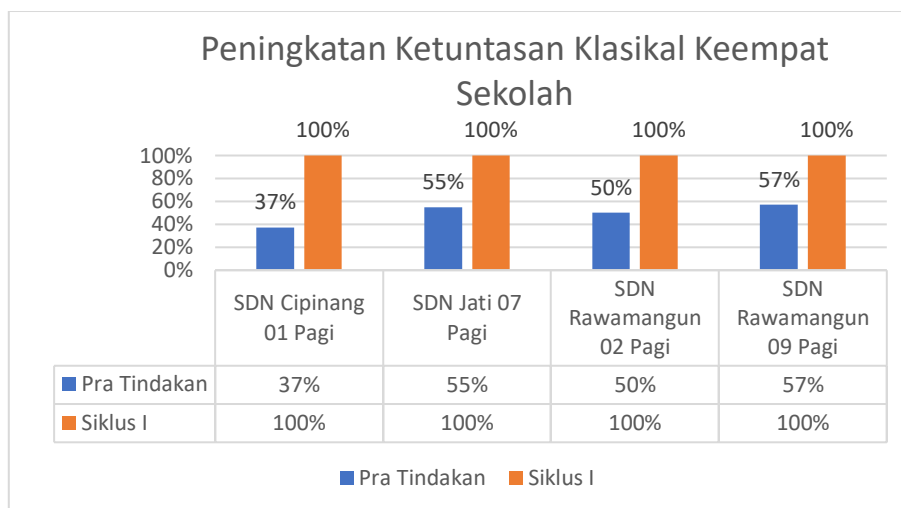
Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, dan SDN Rawamangun 09 Pagi, penerapan permainan berbasis media hula hoop terbukti mampu meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil penilaian pada tahap pra tindakan dan Siklus I yang menunjukkan adanya kenaikan ketuntasan belajar secara klasikal di seluruh sekolah penelitian.

Tahap pra tindakan, hasil belajar siswa masih belum memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Ketuntasan belajar klasikal di SDN Cipinang 01 Pagi sebesar 37%, SDN Jati 07 Pagi sebesar 55%, SDN Rawamangun 02 Pagi sebesar 50%, dan SDN Rawamangun 09 Pagi sebesar 57%. Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat cukup banyak siswa yang belum mencapai Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP), terutama pada ranah kognitif dan psikomotor. Kondisi tersebut disebabkan oleh pembelajaran yang masih berpusat pada peneliti sehingga kesempatan siswa untuk bergerak, bereksplorasi, dan berlatih secara aktif masih terbatas. Akibatnya, kemampuan gerak dasar lokomotor siswa belum berkembang secara optimal.

Mengatasi permasalahan tersebut, peneliti menerapkan permainan berbasis media hula hoop sebagai media pembelajaran pada Siklus I. Permainan ini memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik karena siswa dapat belajar melalui aktivitas bermain yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar. Melalui permainan berbasis media hula hoop, siswa tidak hanya mendengarkan penjelasan peneliti, tetapi secara langsung melakukan berbagai gerakan lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat, serta berpindah tempat melalui berbagai variasi aktivitas yang dirancang dalam pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah tindakan diberikan terjadi peningkatan hasil belajar yang signifikan. Ketuntasan belajar klasikal pada SDN Cipinang 01 Pagi meningkat dari 37% menjadi 100%, SDN Jati 07 Pagi meningkat dari 55% menjadi 100%, SDN Rawamangun 02 Pagi meningkat dari 50% menjadi 100%, sedangkan SDN Rawamangun 09 Pagi meningkat dari 57% menjadi 100%. Dengan demikian seluruh siswa pada keempat sekolah telah mencapai ketuntasan belajar setelah mengikuti pembelajaran menggunakan permainan berbasis media hula hoop.



Gambar 1. Histogram Peningkatan Klasikal Keempat Sekolah.

Peningkatan hasil belajar tersebut tidak hanya ditunjukkan oleh meningkatnya nilai akhir siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh peningkatan pada setiap aspek penilaian, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dalam menentukan keberhasilan hasil belajar siswa.

Aspek psikomotor siswa menunjukkan perkembangan kemampuan gerak yang meningkat setelah mengikuti pembelajaran melalui penerapan permainan berbasis media hula hoop. Siswa telah mampu melakukan beberapa gerak dasar lokomotor sesuai dengan indikator pembelajaran, seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat satu kaki dengan lebih baik. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan dalam aspek keseimbangan, koordinasi gerak, serta kelincahan ketika melakukan aktivitas permainan berbasis media hula hoop. Namun, masih terdapat beberapa gerakan yang memerlukan peningkatan, terutama pada gerakan menyamping, berderap, langkah kuda, dan jingkrak. Beberapa siswa masih membutuhkan bimbingan dalam mengatur koordinasi tubuh, ketepatan langkah, serta menjaga keseimbangan saat melakukan gerakan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop telah membantu meningkatkan kemampuan psikomotor siswa, meskipun beberapa pola gerak lokomotor tertentu masih memerlukan latihan secara berkelanjutan agar siswa mampu melakukan seluruh gerakan dengan lebih optimal.

Selain aspek psikomotor, peningkatan juga terjadi pada aspek kognitif. Selama proses pembelajaran, siswa memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep gerak dasar lokomotor melalui LKPD yang diberikan. Pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan membuat siswa lebih mudah memahami materi karena konsep yang diberikan langsung dipraktikkan dalam kegiatan belajar. Kondisi ini menyebabkan siswa lebih mudah

mengingat materi sehingga hasil penilaian aspek kognitif mengalami peningkatan dibandingkan pada tahap pra tindakan.

Aspek afektif, perubahan positif juga terlihat selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa menunjukkan sikap disiplin dalam mengikuti aturan permainan, bekerja sama dengan teman satu kelompok, memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan, serta menunjukkan keberanian dan kepercayaan diri ketika melakukan berbagai gerakan menggunakan hula hoop. Selain itu, siswa terlihat lebih antusias mengikuti pembelajaran dari awal hingga akhir kegiatan. Suasana belajar yang menyenangkan membuat siswa lebih aktif berpartisipasi sehingga interaksi antara peneliti dan siswa berlangsung dengan lebih baik. Peningkatan aspek afektif tersebut turut memberikan kontribusi terhadap peningkatan hasil belajar secara keseluruhan.

Peningkatan pada ketiga aspek tersebut menunjukkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan gerak siswa, tetapi juga membantu meningkatkan pemahaman materi serta memperkuat sikap positif selama proses pembelajaran. Dengan demikian, peningkatan nilai akhir hasil belajar siswa merupakan hasil dari perkembangan pada aspek psikomotor, kognitif, dan afektif yang saling mendukung dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Keberhasilan penerapan permainan berbasis media hula hoop juga dipengaruhi oleh karakteristik media pembelajaran yang digunakan, yaitu hula hoop yang dibuat secara kreatif menggunakan selang air berwarna-warni. Penggunaan media tersebut menjadi nilai tambah dalam pembelajaran karena memiliki bentuk yang menarik, warna yang bervariasi, ringan, mudah digunakan, serta aman bagi siswa sekolah dasar. Bahan selang air yang fleksibel menjadikan media ini tidak kaku dan memiliki risiko cedera yang lebih rendah ketika digunakan dalam berbagai aktivitas gerak. Selain itu, ukuran dan karakteristik media yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa membuat mereka lebih nyaman dan percaya diri dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Tampilan media yang menarik mampu meningkatkan perhatian, motivasi, dan rasa ingin tahu siswa, sehingga menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan menantang. Melalui aktivitas bermain menggunakan hula hoop, siswa memperoleh pengalaman belajar secara langsung sambil melakukan berbagai aktivitas gerak dasar lokomotor. Hal ini sesuai dengan karakteristik siswa kelas II sekolah dasar yang masih berada pada tahap operasional konkret, di mana mereka lebih mudah memahami konsep pembelajaran melalui pengalaman nyata, aktivitas fisik, serta penggunaan media yang menarik secara visual. Dengan demikian, penggunaan hula hoop berbahan selang air berwarna-warni tidak hanya berfungsi sebagai alat permainan, tetapi juga menjadi media pembelajaran

inovatif yang aman, menarik, dan efektif dalam mendukung peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa.

Dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil belajar gerak dasar lokomotor pada penelitian ini merupakan hasil dari meningkatnya kemampuan siswa pada aspek psikomotor, kognitif, dan afektif secara bersamaan. Penerapan permainan berbasis media hula hoop berhasil menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif sehingga ketuntasan belajar klasikal pada SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, dan SDN Rawamangun 09 Pagi meningkat hingga mencapai 100% pada Siklus I. Hasil tersebut menunjukkan bahwa permainan berbasis media hula hoop layak digunakan sebagai alternatif media pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II sekolah dasar.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang telah dilaksanakan di SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, dan SDN Rawamangun 09 Pagi, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan berbasis media hula hoop efektif dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II. Peningkatan hasil belajar ditunjukkan oleh meningkatnya ketuntasan belajar klasikal pada setiap sekolah. di SDN Cipinang 01 Pagi ketuntasan belajar meningkat dari 37% pada pra tindakan menjadi 100% pada Siklus I. di SDN Jati 07 Pagi terjadi peningkatan dari 55% menjadi 100%, di SDN Rawamangun 02 Pagi meningkat dari 50% menjadi 100%, sedangkan di SDN Rawamangun 09 Pagi meningkat dari 57% menjadi 100%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh siswa telah mencapai Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran (KKTP) setelah diterapkan permainan berbasis media hula hoop dalam proses pembelajaran.

Peningkatan hasil belajar tersebut dipengaruhi oleh meningkatnya kemampuan siswa pada aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Pada aspek psikomotor, siswa menunjukkan peningkatan dalam melakukan gerak dasar lokomotor, seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat sesuai indikator pembelajaran. Pada aspek kognitif, siswa memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai konsep gerak dasar lokomotor, aturan permainan, dan manfaat aktivitas fisik. Sementara itu, pada aspek afektif terjadi peningkatan sikap disiplin, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, serta kepercayaan diri siswa selama mengikuti proses pembelajaran. Dengan demikian, penerapan permainan berbasis media hula hoop dapat menciptakan proses

pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan bermakna sehingga mampu meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II sekolah dasar.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai penerapan permainan berbasis media hula hoop dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas II di SDN Cipinang 01 Pagi, SDN Jati 07 Pagi, SDN Rawamangun 02 Pagi, dan SDN Rawamangun 09 Pagi, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut.

Guru diharapkan terus mengembangkan kreativitas dalam merancang variasi pembelajaran sehingga tidak hanya berpusat pada metode konvensional, tetapi juga mengintegrasikan berbagai bentuk permainan edukatif yang mampu meningkatkan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif siswa secara seimbang.

Sekolah diharapkan memberikan dukungan terhadap pelaksanaan pembelajaran berbasis permainan dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai sehingga proses pembelajaran PJOK dapat berlangsung secara efektif, menarik, dan menyenangkan.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian sejenis dengan menggunakan media permainan lain atau menerapkan permainan berbasis media hula hoop pada materi maupun jenjang pendidikan yang berbeda, sehingga diperoleh inovasi pembelajaran yang lebih beragam.

DAFTAR REFERENSI

- Bateâ, A. K., Laoli, J. D., Dohona, S., & Lase, I. W. (2023). Penerapan metode permainan untuk meningkatkan minat belajar siswa sekolah dasar. *Proceeding Umsurabaya*.
- Ferrary, C. H., Kurniawan, A., Safitri, R. Y., Hikmah, U. N., Krismawati, B. M., Rahmawati, K., & Darmawan, I. (2024). Urgensi memahami karakteristik peserta didik dalam pembelajaran pada Kurikulum Merdeka. *Jurnal Basicedu*, 8(5), 3994–4012. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i5.8708>
- Janata, R., Priandika, A. T., & Gunawan, R. D. (2022). Pengembangan game petualangan edukasi pengenalan satwa dilindungi di Indonesia menggunakan Construct 2. *Jurnal Informatika dan Rekayasa Perangkat Lunak*, 3(3), 1–9. <https://doi.org/10.33365/jatika.v3i3.2035>
- Magneta, A. K. S., & Wathoni, M. (2024). Penggunaan media papan pintar untuk meningkatkan motivasi pembelajaran teori pendidikan jasmani pada siswa kelas X SMK Muhammadiyah Ponjong. *SEMNASFIP*.
- Majdi, A., et al. (2026). Implementasi program pengajaran UKPI teaching dalam pengabdian masyarakat berbasis pendidikan. *Komunitas: Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(2). <https://doi.org/10.62951/komunitas.v3i2.354>

- Munawir, M., et al. (2026). Efektivitas penerapan media pembelajaran sejarah Islam terhadap minat siswa dalam proses pembelajaran. *ENGGANG: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, dan Budaya*, 6(2). <https://doi.org/10.37304/enggang.v6i2.26626>
- Nabillah, T., & Abadi, A. P. (2020). Faktor penyebab rendahnya hasil belajar siswa. *Prosiding Sesiomadika*, 2(1c).
- Nenggar, A. H., Hidayat, Z. W., & Hamid, F. (2024). Pengaruh permainan hulahoop pada motorik kasar anak di SDN Kayangan 2 Jombang. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 348–353. <https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.535>
- Novita Sari, E., Asmawi, M., & Dlis, F. (2022). Gerak dasar lokomotor anak.
- Permana, R. (2020). *Teori dan praktik: Pendidikan jasmani di perguruan tinggi*. Edu Publisher.
- Rahmayuni, N., & Hazizah, N. (2020). Penggunaan permainan hulahoop dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(1), 535–541. <https://doi.org/10.35719/preschool.v1i1.3>
- Sari, E. F. N., Siregar, N. M., Aini, I. N., & Mitsalina, D. (2023). Permainan bilangan untuk peningkatan 8 gerak dasar lokomotor siswa kelas 3 sekolah dasar. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3437–3448. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4553>
- Sihombing, L. N., & Thesalonika, E. (2026). Sosialisasi model pembelajaran kontekstual untuk meningkatkan kemampuan berpikir kreatif siswa SD. *Komunitas: Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1). <https://doi.org/10.62951/komunitas.v3i1.348>
- Sogen, K. E., et al. (2026). Pengaruh penerapan Kurikulum Merdeka Belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi kelas XI SMA Negeri 1 Larantuka tahun pelajaran 2025/2026. *Jurnal Riset dan Publikasi Ilmu Ekonomi*, 4(4). <https://doi.org/10.61132/menawan.v4i4.2465>
- Wati, R., & Rezki, R. (2025). Analisis keterampilan gerak dasar lokomotor siswa kelas V di SD Negeri 011 Simalinyang Kabupaten Kampar. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 5(3), 214–227.