

## PROFIL GERAK DASAR MANIPULATIF MELEMPAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Desri<sup>1</sup>, Nuryadi<sup>2</sup>, Carsiwan<sup>3</sup>  
Universitas Pendidikan Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
desri20@upi.edu<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis *throwing* pada gerak dasar manipulatif siswa siswi Sekolah Menengah Pertama lingkungan kota Bandung. Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini merupakan siswa kelas IX yang berusia 15-16 tahun yang berjumlah 23 orang. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yakni dengan menggunakan instrumen penelitian berupa lembar observasi yang bersumber pada buku, yang di tulis oleh David L Gallahue yang berjudul *Developmental Physical Education for Today's Children*. Dimana siswa ini lebih cenderung melakukan semua keterampilan gerak dasar yang telah diberikan berada pada tahap awal dan tahap transisi. Diperoleh hasil dari gerak dasar manipulatif dengan bentuk keterampilan gerak *throwing* dengan terbagi menjadi 3 golongan diantaranya: tahap awal (10,62%), tahap transisi (5,31%), dan tahap matang (0%). Simpulan, hasil penelitian menggambarkan berbagai macam kemampuan yang dimiliki siswa dalam melakukan berbagai gerak dasar manipulatif dengan keterampilan gerak *throwing*.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Gerak Dasar Manipulatif, dan Pandemi COVID-19.

### ABSTRACT

*This study analyzes throwing in the basic manipulatif movements of junior high school students in the Bandung city environment. The research method used by researchers uses descriptive research methods with a quantitative approach. The sample in this study was 23 class IX students aged 15-16 years. The data collection used in this study was using a research instrument in the form of observation sheets based on a book by David L Gallahue entitled Developmental Physical Education for Today's Children. These students are likelier to do all the fundamental movement skills given in the early and transitional stages. The results obtained from basic manipulatif movements in the form of throwing motion skills are divided into three groups, including the initial stage (10.62%), transitional stage (5.31%), and mature stage (0%). In conclusion, the results of the study obtained an overview of the various kinds of abilities possessed by students in carrying out various basic manipulatif movements with throwing motion skills.*

*Keywords : Basic manipulatif movements, physical activity, and the COVID-19 pandemic*

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah bagian dari salah satu faktor yang sangat penting didalam kehidupan setiap individu karena melalui pendidikan individu dapat meningkatkan

kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri serta dapat membentuk kepribadian yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif (Dhedhy, 2018). Pendidikan jasmani adalah bagian dari bidang kajian yang sangat luas serta sangat menarik untuk di kaji dengan menitik beratkan pada peningkatannya mengenai pergerakan manusia (Human Movement) (Devtio et al., 2023; Melyza & Aguss, 2021).

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian dari proses pendidikan yang berguna untuk mengembangkan kemampuan seseorang melalui aktivitas gerak yang dapat mencapai kesehatan serta mencapai tujuan pendidikan sesuai dengan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Mustafa & Dwiyoogo, 2020). Pendidikan jasmani dapat memberikan intervensi yang besar untuk mendukung keberlangsungan aktivitas fisik seseorang di sekolah (D'Agostino et al., 2021).

Didalam ruang lingkup pendidikan itu sendiri terutama dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani terjadi dua proses, yaitu kegiatan belajar mengajar dan pembelajaran, yang di dalamnya terjadi interaksi secara langsung antara guru dan siswa (Daulay & Priono, 2020; Muhammad, 2017). Didalam pendidikan jasmani terdapat bahwa dalam setiap gerakan tidak dapat mengimbangi antara kerugian baik secara sosial maupun dalam dirinya sendiri sehingga dalam kegiatan proses pembelajaran jasmani ini berkaitan dengan aktivitas seperti olahraga dan aktivitas kesehatan lainnya (Evans, 2004).

*Coronavirus Disease 2019* atau (COVID-19) pertama kali dilaporkan pada akhir tahun 2019 di Wuhan, Tiongkok China dan pertama kalinya kasus positif di Indonesia pada bulan Maret 2020 (Wicaksono, 2020). Ada berbagai jenis ratusan virus yang termasuk kedalam keluarga coronavirus namun, hanya ada enam viruas dari ratusan jenis virus yang dilaporkan dapat menyebabkan infeksi saluran pernapasan ringan sampai pada infeksi pernapasan berat pada manusia, yaitu diantaranya sebagai berikut ini (229E, NL63, OC43, HKU1, SARS-CoV, dan MERS-CoV) (Lone & Ahmad, 2020).

COVID-19 merupakan pandemi dengan jumlah proporsi yang sangat tinggi dimana hal ini belum pernah terjadi sebelumnya dalam sejarah manusia baru-baru ini, karena kurang dari 18 bulan setelah pandemi, hampir dua ratus juta kasus dan empat juta kematian telah dikonfirmasi di seluruh dunia (Ndwandwe & Wiysonge, 2021). Kini pandemi COVID-19 sudah menjadi wabah global karena telah menyebar ke seluruh berbagai belahan dunia, serta mempengaruhi hampir seluruh negara dan bagian dari wilayah negara yang terdampak tersebut (Pokhrel & Chhetri, 2021).

Pandemi COVID-19 yang menjamah keranah global serta memiliki skala besar dalam kasus penyebarannya kini telah menyebabkan "efek kejut" keranah institusional di berbagai bidang aktivitas manusia, termasuk pendidikan (Teräs et al., 2020). COVID-19 merupakan sebuah tantangan terbesar yang pernah dihadapi dalam sistem pendidikan nasional yang meluas menjadi permasalahan dunia (Daniel, 2020).

Dengan adanya COVID-19 tersebut mengakibatkan berkurangnya aktifitas fisik serta terdapat perilaku yang pasif untuk jangka waktu yang berkepanjangan sehingga dapat berdampak negatif bagi kesehatan baik secara fisik maupun mental seseorang terutama kalangan pelajar dan pada gilirannya, kondisi kesehatan yang kini semakin memburuk akan dapat mengurangi tingkat aktifitas fisik serta memperpanjang perilaku pasif (Arief et al., 2020.) Akibat dari adanya COVID-19 ini tidak hanya dirasakan oleh personal saja tetapi dapat dirasakan hingga keseluruhan orang di berbagai kalangan sehingga dapat dikatakan ini menjadi bencana nasional bahkan internasional, sehingga pemerintah diseluruh negara mengeluarkan kebijakan salah alah satu kebijakan yang diambil oleh negara dari 177 negara yang teridentifikasi COVID-19 ialah kebijakan *lockdown*, yaitu dimana adanya larangan atau adanya batasan untuk keluar masuk suatu

tempat atau sarana prasarana umum untuk mencegah penularan COVID-19 (Markuat, 2022).

Selama diberlakukannya masa *lockdown* ini dengan adanya penutupan di lembaga pendidikan memberi pengaruh yang dapat menghambat sebuah sistem pendidikan serta kegiatannya dalam proses belajar mengajar (Kapasia et al., 2020) Akibatnya berdampak pada aktivitas fisik yang kini dilaporkan mengalami menurun secara substansial setelah adanya pembatasan kegiatan yang berkaitan dengan kehidupan publik atau semenjak diberlakukannya *lockdown* terkait dengan pandemi COVID-19 dengan mengingat adanya konsekuensi dalam jangka pendek sampai kepada jangka panjang dari ketidakaktifan aktivitas fisik, maka dapat menyebabkan beberapa hal seperti gangguan yang berkaitan dengan kesejahteraan mental dan fisik pada setiap individu (Wilke et al., 2021). Maka dengan adanya kejadian ini membuat tenaga pendidik profesional harus memikirkan mengenai beberapa metode pengajaran yang dinilai sebagai alternatif pembelajaran selama diberlakukannya masa *lockdown* ini (Radha et al., 2020).

Dengan adanya penutupan sekolah dan perguruan tinggi pada saat ini, telah terbukti sudah saatnya untuk menggunakan sebuah metode belajar yang dilakukan secara online oleh para guru sebagai alternatif untuk memutus mata rantai penyebaran COVID-19 (Ravi, 2020). Dengan adanya peralihan pembelajaran ini, dari pembelajaran offline ke online yang disebabkan oleh adanya virus COVID-19 memiliki kemungkinan akan berdampak negatif pada siswa baik itu di sekolah dasar ataupun di Sekolah menengah Pertama (SMP), dimana pada tingkatan jenjang sekolah tersebut ini siswa masih memiliki kesulitan yang lebih tinggi dalam beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru (Di Pietro et al., 2020).

Maka, pada kondisi saat ini mau tidak mau pembelajaran harus dilakukan secara daring untuk mengurangi penurunan yang terjadi pada aktivitas gerak. Sementara kegiatan pembelajaran yang dilakukan disekolah seperti pembelajaran mata pelajaran penjasorkes hanya dapat dilakukan dengan sistem online untuk menyeimbangkan aktivitas agar tidak mengalami penurunan yang begitu drastis, hal ini membuat perubahan yang radikal terhadap sistem penjasorkes yang ada saat ini (Syofian & Gazali, 2021).

Tentunya untuk mencapai semua hal yang berkaitan dengan itu, tidak bisa terlepas dari apa yang harus tenaga pendidik berikan kepada siswa, dimana harus pembelajaran yang diberikan harus menyesuaikan dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik secara mental maupun fisik, sehingga tenaga pendidik dapat membimbing siswa untuk mencapai perkembangan secara intelektualnya dan kematangan emosi, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan sebaik mungkin. Bisa juga dicapai melalui pemberian berbagai aktivitas fisik karena aktivitas fisik merupakan suatu faktor yang tidak terlepas dari gaya hidup penting yang memiliki keterkaitan dengan berbagai efek kesehatan yang bisa di dapatkan melalui aktivitas jasmani (Lengkana & Sofa, 2017). Karena maksud dari aktivitas fisik itu sendiri yakni setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka akan dapat menyebabkan bertambahnya energi dalam tubuh (Henriksen et al., 2021).

Banyak yang hal terjadi untuk menambah pengetahuan serta keterampilan tentang berbagai perubahan yang terjadi mengenai performa motorik pada anak-anak serta remaja. Serta disisi lain juga integrasi mengenai pengetahuan yang dilakukan melalui tindakan motorik ini menjadi hal yang semakin penting untuk menunjang proses pembelajaran (Aguirre-Loaiza et al., 2021). Diantaranya yaitu bisa dengan melakukan berbagai penguasaan keterampilan gerak dasar (*Fundamental Motor Skill*) dimana

keterampilan gerak dasar tersebut itu telah diakui sebagai suatu hal yang telah berkontribusi untuk mengembangkan perkembangan fisik, kognitif dan sosial anak dan dianggap sebagai fondasi dalam berbagai perubahan aktivitas fisik yang baik (Lubans et al., 2010).

Dalam kompetensi FMS ini memiliki keterhubungan yang positif dengan aktivitas fisik dan berbagai hasil kesehatan yang lainnya (Bolger et al., 2021). Dalam kemampuannya gerak dasar ini terbagi menjadi tiga jenis gerak dasar diantaranya lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif (Arif, 2022). Gerak manipulatif disini dimaksudkan ialah berbagai bentuk permainan yang dilakukan melalui media yang menggunakan objek yaitu bola serta berbagai ukuran bola (Sumantri & Endrawati, 2016) tersebut. Perkembangan yang terjadi pada keterampilan gerak manipulatif ini dapat memberikan serta meningkatkan kepercayaan diri bahkan memudahkan anak dalam menjalani atau melakukan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari (Ardanari et al., 2020).

Gerak manipulatif ini termasuk kedalam jenis gerak motorik kasar dimana dalam gerakannya ini melibatkan berbagai aktivitas otot baik itu otot besar seperti otot tangan, otot kaki, serta seluruh bagian tubuh dari anak tersebut (Rahma & Kastrena, 2020). Siswa yang tidak dapat melaksanakan berbagai tugas keterampilan gerak dasar yang telah diberikan akan cenderung mengalami kekurangan pada ranah yang berkaitan dengan kompetensi motorik dasarnya dengan demikian, mereka berkemungkinan memiliki masalah pada saat mereka melanjutkan sekolah, dan partisipasi mereka dalam olahraga itu kurang, baik pada saat mereka melakukan sebuah permainan, serta budaya gerak di masyarakat mungkin sedang dalam fase yang dapat dikatakan bahaya (Scheuer et al., 2017). Para pendidik juga memiliki peran penting untuk mengatur jalannya praktik yang berkaitan dengan keterampilan secara khusus dan untuk memastikan bahwa pilihan tugas yang telah diberikan serta, peralatan, dan lingkungan berinteraksi untuk mendorong berbagai kegiatan yang ada kaitannya dengan perkembangan motorik (Iivonen et al., 2011).

Direkomendasi untuk setiap individu agar selalu sehat selama pandemi COVID-19 dan setelah pandemi COVID-19 ialah tetap selalu aktif secara fisik serta berolahraga tetapi harus tetap untuk selalu menjaga jarak secara sosial saat melakukan aktivitas fisik maupun aktivitas olahraga serta berbagai aktivitas lainnya walaupun dalam keadaan sehat, serta berhenti berolahraga pada saat mengalami gejala atau tanda infeksi dari COVID-19 tersebut, dan kembali ke aktivitas fisik dan berolahraga secara perlahan setelah itu untuk melakukan sebuah pemulihan (Woods et al., 2020).

Aktivitas fisik yang dilakukan ini mungkin dapat berperan dalam menyelesaikan segala hal apa yang dianggap sebagai solusi akhir untuk masalah pandemi virus COVID-19 ini (Sallis & Pratt, 2020). Karena perkembangan pada masa kanak-kanak yang sehat dapat dipupuk melalui berbagai aktivitas fisik yang cukup (Aktivitas fisik yang dimaksud yaitu termasuk waktu kegiatan yang dilakukan diluar ruangan), membatasi perilaku *sedentary* (menetap) atau lebih dikenal dengan perilaku pasif, dan jam tidur yang cukup serta secara kolektif dikenal sebagai suatu perilaku gerakan (Moore et al., 2020).

Akibatnya, langkah-langkah yang diambil ini telah memicu lebih banyak orang dalam melakukan aktivitas fisik di jalan umum dan olahraga kelompok yang spontan di beberapa komunitas, kemungkinan akan didorong oleh adanya penciptaan yang dilakukan diruang publik yang dapat menimbulkan rasa aman untuk melakukan berbagai aktivitas fisik, dimana setelah dalam semalaman yang ditimbulkan oleh penguncian atau dikenal dengan isolasi (Lawanson et al., 2021). Serta pelaksanaan mengenai program aktivitas fisik ini dapat memainkan peran kunci dalam mencegah ketidak seimbangan mengenai

kekebalan antivirus serta dapat melindungi individu dari hal-hal yang disebabkan oleh COVID-19 (Maugeri & Musumeci, 2021).

Peneliti memiliki ketertarikan mengangkat judul artikel tersebut yaitu untuk meneliti mengenai *fundamental movement skill* atau keterampilan gerak dasar yang berkaitan dengan perkembangan motorik siswa terutama siswa kelas IX di Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan sekolah yang tertuju yakni SMP Lab School UPI yang akan dikerucut kedalam bentuk keterampilan pada gerak dasar manipulatif yaitu *throwing*. Dimana dalam penelitian sebelumnya itu banyak membahas mengenai hal-hal secara menyeluruh mengenai keterampilan gerak dasar yaitu lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif, serta didalam gerak dasar tersebut peneliti juga banyak yang memfokuskan gerak dasar pada anak usia dini.

Sehingga ketertarikan meneliti ini karena kurangnya peneliti yang meneliti mengenai keterampilan gerak dasar yang memfokuskan pada gerak *throwing* pada keterampilan gerak dasar manipulatif siswa terutama pada siswa kelas IX ini, dimana disemua sekolah bahwasannya kelas IX ini sedang mengalami banyaknya kegiatan yang berkaitan dengan ujian untuk menempuh ke jenjang berikutnya. Sehingga dari situ akan tergambar mengenai *throwing* dari gerak manipulatif ini apakah mengalami sebuah perubahan terkait gerak *throwing* pada gerak dasar manipulatif antara siswa yang telah dianjurkan dalam tes tersebut pasca pandemi COVID-19.

## KAJIAN TEORI

Pada masa peralihan dari pandemi COVID-19 ke pasca pandemi COVID-19 terdapat penurunan mengenai kualitas dari keterampilan gerak manipulatif tersebut pada siswa, hal ini dapat terjadi karena proses pembelajaran yang hanya berisi mengenai hal-hal yang menjadi penugasan dan tanpa adanya pengawasan dari guru maupun orang tua siswa tersebut (Firmana et al., 2022).

Diantaranya terdapat data mengenai keterampilan gerak dasar manipulatif pada masa pandemi COVID-19, yakni siswa memiliki keterampilan gerak dasar manipulatif yang baik dengan berada pada angka mencapai 52% dilihat dari total keseluruhan jumlah sampel yang telah digolongkan menjadi kategori pertama. Di kategori golongan kedua merupakan dimana siswa dengan memperoleh nilai cukup baik yaitu 40%. Kecuali untuk kategori yang berada di golongan ketiga termasuk dalam kategori yang lebih kecil kelasnya hanya 8%. Dalam pengukuran gerak dasar manipulatif tersebut, siswa tidak tergolong kedalam sangat baik ataupun tergolong kedalam kelas yang sangat buruk (Safruddin et al., 2021)

## METODE PENELITIAN

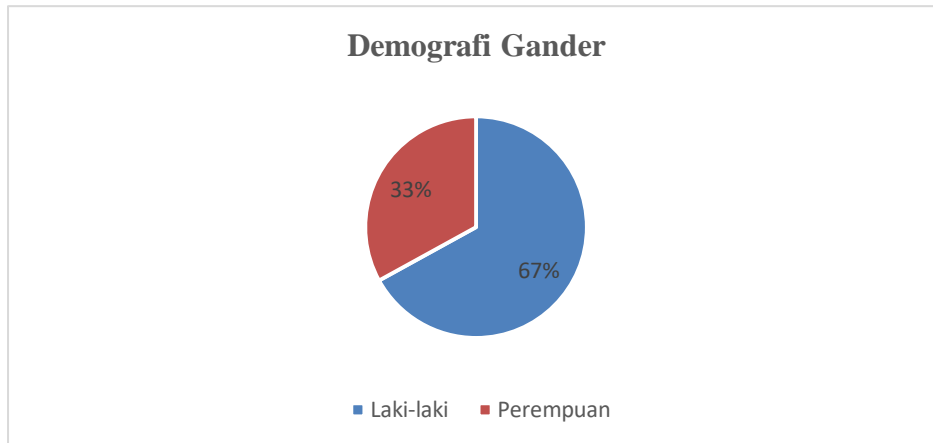
Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Untuk dapat menggambarkan suatu gambaran yang berupa suatu analisis gerak *throwing* dari gerak dasar manipulatif secara objektif dengan menggunakan angka yang diperkuat dengan studi kepustakaan serta indikator-indikatornya agar mendapatkan sebuah gambar dan hasil yang valid mengenai analisis gerak *throwing* dari keterampilan gerak dasar manipulatif pada siswa kelas IX di *Lab School UPI* pasca pandemi COVID-19.

Teknik pengambilan data dengan menggunakan tes lembar observasi. Dari penelitian yang dilakukan mengenai subyek yang digunakan 23 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sumber buku, yang di tulis oleh David L Gallahue yang berjudul *Developmental Physical Education for Today's*

*Children*. Lembar observasi yang dibuat tes yang berbentuk keterampilan gerak, yakni *throwing*.

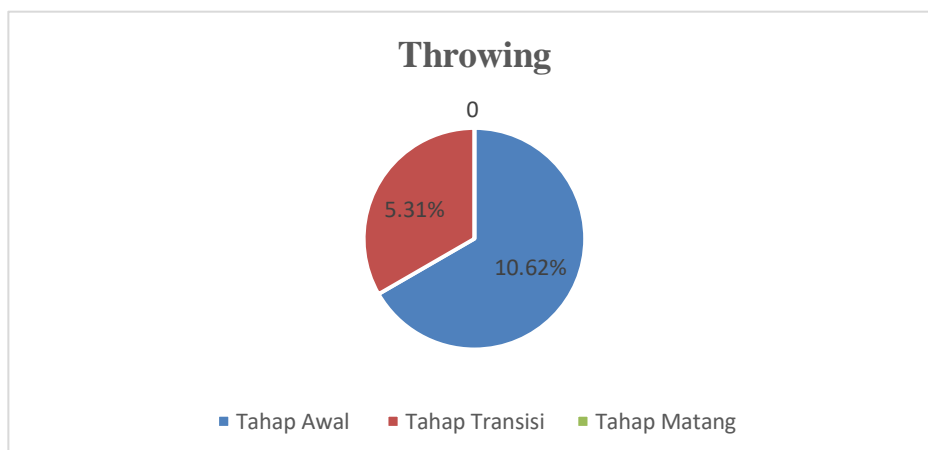
### HASIL PENELITIAN

Siswa putri 8 (33%) dan siswa putra 15 (67%) yang dapat digambarkan berdasarkan diagram berikut ini:



Gambar 1 Demografi Gender

Hasil penelitian yang telah didapatkan di hitung dengan menggunakan analisis data secara deskriptif dengan mengubah skor baku yang telah diperoleh menjadi skor *standard* dan *percentile*. Sehingga diperoleh hasil dengan tes yang dilakukan diantaranya *throwing*. Pada siswa Sekolah Menengah Pertama Lab School UPI melalui yang telah digambarkan pada diagram berikut ini.



Gambar 2 *Throwing*

Berdasarkan hasil survei serta pengamatan yang dilakukan menggunakan test pada jenis test keterampilan gerak dasar manipulatif *throwing* diperoleh hasil dengan terbagi menjadi 3 golongan diantaranya: tahap awal (10,62%), tahap transisi (5,31%), dan tahap matang (0%).

Maka, tergambar dan dapat dijelaskan bahwa pada masa peralihan dari pasca pandemi COVID-19 ini memberikan gambaran siswa lebih mendominasi pada keterampilan dasar *throwing* pada tahap awal dan hanya ada beberapa siswa dalam melakukan geraknya itu berada pada tahap transisi. Dimana pada tahap awal

ini siswa masih mengalami gerak yang kaku dan cenderung pasif dalam melakukan gerak yang telah di arahkan dan pada tahap awal ini dimana dalam melakukan geraknya itu melibatkan hanya sedikitnya otot-otot dari bagian tubuh yang terlibat dalam melakukan gerak tersebut.

Tahap transisi dapat dikatakan siswa sudah dapat melakukan melempar dengan cukup baik. Dan pada tahap matang ini siswa banyak melibatkan bagian tubuh secara terkoordinir dalam satu gerakan yang utuh dimana keutuhan itu baik disikap awalnya hingga sikap berakhirnya ketika melakukan gerakan tersebut. Pada umumnya siswa mampu melakukan gerak yang telah diberikan. Agar dapat diperoleh data yang valid maka, dalam melakukan keterampilan gerak *throwing* ini siswa melakukan lemparan dengan satu tangan secara bergantian dimulai dari tangan kanan dan dilanjut dengan tangan kiri dengan diberi jarak yang telah ditentukan oleh peneliti, lalu siswa mencoba melakukan lemparan dengan dua tangan dengan cara melambungkan bola kertas.

Banyak siswa yang melakukan gerak *throwing* ini melakukannya tidak bersungguh-sungguh. Karena dipengaruhi oleh berbagai factor diantaranya, kondisi fisik seorang siswa sendiri memberikan pengaruh terhadap gerak yang dilakukannya tersebut dimana, ada hal yang tidak bisa dipungkiri lagi mengenai hal yang berkaitan dengan aktivitas fisik terutama pada keterampilan gerak dasar manipulatif yang akan terus mengalami perubahan.

Karena cenderung pada masa pandemi COVID-19 kurangnya aktivitas gerak yang diakibatkan oleh berbagai banyak factor yang terjadi. Factor usia yang menginjak remaja juga dapat mempengaruhi aktivitas gerak mereka, dimana siswa kelas IX yang berada pada usia yang berkisar 15-16 dengan karakteristiknya yang menjadi ciri khas bahwa mereka merupakan remaja yang masih mudah terpengaruh akan berbagai hal dalam melakukan berbagai kegiatan terutama aktivitas fisik yang berkenaan dengan keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar ini dapat dikatakan atau dipandang sebagai pondasi utama dalam melakukan berbagai gerak dasar baik secara lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis gerak manipulatif dengan tes gerak keterampilan *throwing* maka, dapat dikatakan bahwa siswa lebih mendominasi pada keterampilan dasar *throwing* pada tahap awal dan hanya ada beberapa siswa dalam melakukan geraknya itu berada pada tahap transisi. Dimana dampak dari adanya pandemi COVID-19 ini memiliki pengaruh terhadap aktivitas gerak siswa. Aktivitas gerak sendiri memiliki pengaruh terhadap gerak siswa yang terus mengalami perubahan. Sehingga siswa mengalami keberagaman gerak yang beragam dimana dimulai dari tahap awal, tahap transisi, hingga tahap matang. Tetapi, pada gerak manipulatif terutama keterampilan gerak *throwing* diperoleh tahap awal (10,62%), tahap transisi (5,31%), dan tahap matang (0%).

Ukuran tubuh yang dimiliki seorang siswa memiliki efek positif yang kuat pada performa siswa ketika melakukan sebuah lemparan dan kekuatan isometric (Sudadik & Raharjo, 2021; van den Tillaar & Ettema, 2004), Serta kecepatan pada saat melempar ini dipengaruhi oleh sebuah instruksi dengan cara yang telah diharapkan ketika adanya penekanan ditempatkan pada akurasi, kecepatan berkurang (Van den Tillaar & Ettema, 2003). Perubahan kecepatan yang terjadi pada saat melakukan lemparan yang relatif kecil disebabkan oleh adanya fakta bahwa gaya yang dapat diterapkan pada suatu benda yang dilempar akan meningkat seiring dengan bertambahnya massa suatu benda (Cross, 2004)

Selama pada saat melempar, skapula ini harus bertindak sebagai alas yang stabil untuk tumpuan antara humerus dan trunk pada saat diam serta memungkinkan untuk tingkat tinggi suatu gerakan yang dibutuhkan dari ekstremitas atas (Myers et al., 2005). Bahwa sering terjadi adanya perubahan dalam mekanika lemparan, akibat dari kelelahan otot, kelemahan atau ketidakseimbangan otot, serta berlebihan akibat adanya kelemahan kapsular yang dapat menyebabkan kerusakan jaringan dan cedera yang pernah dialaminya (Wilk et al., 2002) Generasi demi generasi akan terjadinya sebuah seleksi alam yang dimana akan meningkatkan dasar dari anatomi dalam kecakapan pada saat melempar

Secara menyeluruh hasil dari keterampilan gerak manipulatif *throwing* ini bahwasannya banyak penelitian-penelitian mengenai gerak manipulatif ini banyak peneliti yang menggunakan hasilnya itu untuk menjelaskan mengenai keberagaman gerak pada gerak manipulatif. Bisa terjadi karena adanya perbedaan gender maupun kondisi fisik yang dialami oleh subyek tersebut dilihat dari berbagai penelitian yang meneliti keterampilan gerak manipulatif tersebut terdapat berbagai perbedaan dalam penguasaan gerak yang diberikan serta dilakukan oleh subyek yang akan diteliti tersebut.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pada masa peralihan ke pasca pandemi COVID-19 ini telah tergambar bahwa telah terjadinya keberagaman gerak pada gerak dasar siswa terutama pada gerak dasar manipulatif dengan keterampilan gerak yang diberikan yakni *throwing*. Siswa ini lebih cenderung melakukan semua keterampilan gerak dasar yang telah diberikan dengan mendominasi pada tahap awal dengan diperoleh 10,62%, sedangkan tahap transisi hanya diperoleh 5,31%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aguirre-Loaiza, H., Mejía-Bolaño, A., Cualdrón, J., & Ospina, S. (2021). Psychology, Physical Activity, and Post-pandemic Health: An Embodied Perspective. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.588931>
- Arief, N. A., Kuntjoro, B. F. T., & Suroto, S. (2020). Gambaran Aktifitas Fisik Dan Perilaku Pasif Mahasiswa Pendidikan Olahraga Selama Pandemi Covid-19. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 175. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9564>
- Arif, H. (2022). *Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar*. <http://eprints.binadarma.ac.id/12912/>
- Bolger, L. E., Bolger, L. A., O'Neill, C., Coughlan, E., O'Brien, W., Lacey, S., Burns, C., & Bardid, F. (2021). Global levels of fundamental motor skills in children: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 39(7), 717–753. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02640414.2020.1841405>
- Cross, R. (2004). Physics of overarm throwing. *American Journal of Physics*, 72(3), 305–312. <https://doi.org/10.1119/1.1634964>
- D'Agostino, E. M., Urtel, M., Webster, C. A., McMullen, J., & Culp, B. (2021). Virtual Physical Education During COVID-19: Exploring Future Directions for Equitable Online Learning Tools. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 1–6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.716566>
- Daniel, S. J. (2020). Education and the COVID-19 pandemic. *Prospects*, 49(1), 91–96. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11125-020-09464-3?>
- Daulay, D. E., & Priono, J. (2020). Manfaat Penggunaan Media Visual Dalam Menunjang



- Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada Materi Lompat Jauh. *JURNAL PRESTASI*, 4(1), 29. <https://doi.org/10.24114/jp.v4i1.18621>
- Devtio, D. D., Nuryadi, & Tri Martini. (2023). Analisis Keterampilan Melempar Siswa Menengah Atas Di SMA Laboratorium UPI Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 3(2), 86–100. <https://doi.org/10.55081/jumper.v3i2.955>
- Dhedhy, Y. (2018). Pembentukan Karakter Anak Dengan Jiwa Sportif Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Sportif*, 2(1), 101–112. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/article/view/661/469>
- Di Pietro, G., Biagi, F., Costa, P., Karpiński, Z., & Mazza, J. (2020). The likely impact of COVID-19 on education: Reflections based on the existing literature and recent international datasets. In *Publications Office of the European Union, Luxembourg*.
- Evans, J. (2004). Making a Difference? Education and Ability in Physical Education. *European Physical Education Review*, 10(1), 95–108. <https://doi.org/10.1177/1356336X04042158>
- Firmana, I. I. F., Subarjah, H., Mahendra, A., & Nuryadi, N. (2022). Survei Kualitas Gerak Manipulatif Siswa Pada Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 4(1), 53–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.paju.2022.4.1.6709>
- Henriksen, A., Johannessen, E., Hartvigsen, G., Grimsgaard, S., & Hopstock, L. A. (2021). Consumer-Based Activity Trackers as a Tool for Physical Activity Monitoring in Epidemiological Studies During the COVID-19 Pandemic: Development and Usability Study. *JMIR Public Health and Surveillance*, 7(4), e23806. <https://doi.org/10.2196/23806>
- Iivonen, S., Sääkslahti, A., & Nissinen, K. (2011). The development of fundamental motor skills of four-to five-year-old preschool children and the effects of a preschool physical education curriculum. *Early Child Development and Care*, 181(3), 335–343. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03004430903387461>
- Kapasiasa, N., Paul, P., Roy, A., Saha, J., Zaveri, A., Mallick, R., Barman, B., Das, P., & Chouhan, P. (2020). Impact of lockdown on learning status of undergraduate and postgraduate students during COVID-19 pandemic in West Bengal, India. *Children and Youth Services Review*, 116, 105194. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105194>
- Lawanson, T., Foley, L., Assah, F., Mogo, E., Mapa-Tassou, C., Ogunro, T., Onifade, V., & Oni, T. (2021). The urban environment and leisure physical activity during the COVID-19 pandemic: a view from Lagos. *Cities & Health*, 5(sup1), S204–S207. <https://doi.org/10.1080/23748834.2020.1806459>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Lone, S. A., & Ahmad, A. (2020). COVID-19 pandemic – an African perspective. *Emerging Microbes & Infections*, 9(1), 1300–1308. <https://doi.org/10.1080/22221751.2020.1775132>
- Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental Movement Skills in Children and Adolescents. *Sports Medicine*, 40(12), 1019–1035. <https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000>
- Markuat, M. (2022). Dampak Penetapan Lockdown Bagi Sebuah Negara Dalam

- Pemenuhan Kebutuhan Berdasarkan Asas Keadilan. *JPeHI (Jurnal Penelitian Hukum Indonesia)*, 1(6), 1268–1280. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v1i6.1836>
- Maugeri, G., & Musumeci, G. (2021). Adapted Physical Activity to Ensure the Physical and Psychological Well-Being of COVID-19 Patients. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.3390/jfmk6010013>
- Melyza, A., & Aguss, R. M. (2021). Persepsi Siswa Terhadap Proses Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Pandemi Covid-19. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 8–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.950>
- Moore, S. A., Faulkner, G., Rhodes, R. E., Brussoni, M., Chulak-Bozzer, T., Ferguson, L. J., Mitra, R., O'Reilly, N., Spence, J. C., Vanderloo, L. M., & Tremblay, M. S. (2020). Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 85. <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00987-8>
- Muhammad, F. (2017). Penggunaan Media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar Se-Kecamatan Imogiri Kabupaten Bantul. *Pendidikan Jasmani Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan*. <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/pgsd-penjaskes/article/viewFile/7741/7364>
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Myers, J. B., Laudner, K. G., Pasquale, M. R., Bradley, J. P., & Lephart, S. M. (2005). Scapular Position and Orientation in Throwing Athletes. *The American Journal of Sports Medicine*, 33(2), 263–271. <https://doi.org/10.1177/0363546504268138>
- Ndwanwe, D., & Wiysonge, C. S. (2021). COVID-19 vaccines. *Current Opinion in Immunology*, 71, 111–116. <https://doi.org/10.1016/j.coi.2021.07.003>
- Pokhrel, S., & Chhetri, R. (2021). A Literature Review on Impact of COVID-19 Pandemic on Teaching and Learning. *Higher Education for the Future*, 8(1), 133–141. <https://doi.org/10.1177/2347631120983481>
- Radha, R., Mahalakshmi, K., Kumar, V. S., & Saravanakumar, A. R. (2020). E-Learning during Lockdown of Covid-19 Pandemic: A Global Perspective. *International Journal of Control and Automation*, 13(4), 1088–1099. <http://sersc.org/journals/index.php/IJCA/article/view/26035>
- Rahma, A., & Kastrena, E. (2020). Peningkatan Kemampuan Gerak Manipulatif Melalui Permainan Bowling Botol. *MAENPO*, 9(2), 48. <https://doi.org/10.35194/jm.v9i2.908>
- Safuruddin, S., Nasaruddin, N., Widodo, A., Sobri, M., & Radiusman, R. (2021). Students' Basic Movement Skills in Physical Education during the Online Learning. *Proceedings of the 2nd Annual Conference on Education and Social Science (ACCESS 2020)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210525.097>
- Sallis, J. F., & Pratt, M. (2020). Multiple benefits of physical activity during the Coronavirus pandemic. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1–5. <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0112>
- Scheuer, C., Bund, A., Becker, W., & Herrmann, C. (2017). Development and validation of a survey instrument for detecting basic motor competencies in elementary

- school children. *Cogent Education*, 4(1), 1337544. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2017.1337544>
- Sudadik, S., & Raharjo, H. P. (2021). Survai Tingkat Perkembangan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 17–25. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes/article/view/40956/18660>
- Sumantri, M. S., & Endrawati, T. (2016). Kemampuan sosialisasi dan gerak manipulatif anak usia dini. *Fip Unj*. Sumantri, M. S., & Endrawati, T. (2016). *Kemampuan Sosialisasi Dan Gerak Manipulatif Anak Usia Dini. Fip Unj*.
- Syofian, M., & Gazali, N. (2021). Kajian literatur: Dampak covid-19 terhadap pendidikan jasmani. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 93. <https://doi.org/10.31258/jope.3.2.93-102>
- van den Tillaar, R., & Ettema, G. (2004). Effect of body size and gender in overarm throwing performance. *European Journal of Applied Physiology*, 91(4), 413–418. <https://doi.org/10.1007/s00421-003-1019-8>
- Van den Tillaar, R., & Ettema, G. (2003). Influence of instruction on velocity and accuracy of overarm throwing. *Perceptual and Motor Skills*, 96(2), 423–434. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2466/pms.2003.96.2.423?journalCode=pmsb>
- Wicaksono, A. (2020). Aktivitas Fisik Yang Aman Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(1), 10–15. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJIK/article/view/28446>
- Wilk, K. E., Meister, K., & Andrews, J. R. (2002). Current Concepts in the Rehabilitation of the Overhead Throwing Athlete. *The American Journal of Sports Medicine*, 30(1), 136–151. <https://doi.org/10.1177/03635465020300011201>
- Wilke, J., Mohr, L., Tenforde, A. S., Edouard, P., Fossati, C., González-Gross, M., Sánchez Ramírez, C., Laiño, F., Tan, B., Pillay, J. D., Pigozzi, F., Jimenez-Pavon, D., Novak, B., Jaunig, J., Zhang, M., van Poppel, M., Heidt, C., Willwacher, S., Yuki, G., ... Hollander, K. (2021). A Pandemic within the Pandemic? Physical Activity Levels Substantially Decreased in Countries Affected by COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2235. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052235>
- Woods, J. A., Hutchinson, N. T., Powers, S. K., Roberts, W. O., Gomez-Cabrera, M. C., Radak, Z., Berkes, I., Boros, A., Boldogh, I., Leeuwenburgh, C., Coelho-Júnior, H. J., Marzetti, E., Cheng, Y., Liu, J., Durstine, J. L., Sun, J., & Ji, L. L. (2020). The COVID-19 pandemic and physical activity. *Sports Medicine and Health Science*, 2(2), 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2020.05.006>