

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pendidikan Jasmani di Madrasah Ibtidaiyah

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki peran strategis dalam pembentukan karakter, pengembangan fisik, serta penanaman nilai-nilai sportivitas bagi peserta didik (Tifal, 2023). Di jenjang Madrasah Ibtidaiyah (MI), PJOK tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa, tetapi juga untuk melatih keterampilan motorik dasar, menumbuhkan kerja sama, dan membentuk kedisiplinan melalui aktivitas fisik yang menyenangkan dan edukatif (Suparman, 2025).

Kegiatan PJOK di MI mencakup aktivitas permainan, olahraga tradisional, senam dasar, dan kebugaran jasmani yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak usia sekolah dasar. Sebagaimana diatur dalam Kurikulum 2013 dan diperkuat oleh Permendikbud No. 22 Tahun 2016, pembelajaran PJOK harus dilaksanakan secara holistik dan aktif melalui kegiatan praktik langsung. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran yang digunakan dalam PJOK perlu mempertimbangkan karakteristik anak serta media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran (Pratiwi et al., 2024).

2. Pembelajaran Praktik dalam PJOK

Pembelajaran praktik dalam PJOK merupakan bentuk pembelajaran yang menekankan pada keterlibatan aktif siswa dalam melakukan aktivitas fisik sesuai dengan materi yang diajarkan (Fauziah & Aulia Mardiana, 2025). Dalam konteks PJOK, praktik memiliki fungsi utama untuk mengembangkan keterampilan psikomotorik siswa seperti kecepatan, kekuatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi (Ilyas & Anwar, 2025).

Menurut teori pembelajaran konstruktivisme, siswa akan lebih mudah memahami materi jika terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Dalam pembelajaran PJOK, kegiatan praktik juga memberikan peluang kepada siswa untuk belajar melalui eksplorasi, pemecahan masalah gerak, dan refleksi pengalaman (Mudrikah et al., 2021). Oleh karena itu, praktik menjadi elemen penting dalam memastikan ketercapaian tujuan pembelajaran PJOK di tingkat dasar.

3. Media dan Alat Peraga dalam Pembelajaran PJOK

Media pembelajaran adalah segala bentuk alat bantu yang digunakan untuk memperjelas pesan, memperkaya pengalaman belajar, serta memfasilitasi interaksi antara guru dan siswa (Yusnaldi et al., 2025). Guru wajib memiliki kualifikasi akademik, kompetensi, sertifikat pendidik, sehat jasmani, dan

rohani, serta memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional (Laelatul Fajriyah & Wida Nurul Azizah: 2024). Dalam pembelajaran PJOK, media dan alat peraga berperan penting dalam menyederhanakan konsep-konsep gerak yang abstrak menjadi lebih konkret dan mudah dipahami oleh siswa (Pradina et al., 2023).

Alat peraga merupakan media pembelajaran konkret yang digunakan untuk memperagakan, menunjukkan, atau menggambarkan gerakan tertentu agar siswa dapat memahami teknik atau prosedur secara visual dan kinestetik (Retnaningsih, 2023). Fungsi alat peraga dalam PJOK tidak hanya sebagai sarana demonstrasi, tetapi juga untuk meningkatkan motivasi belajar, memperbaiki partisipasi aktif siswa, dan menumbuhkan pemahaman konseptual melalui pengalaman langsung. Alat peraga dapat berupa benda nyata (real object), replika, atau alat modifikasi yang sesuai dengan materi pembelajaran (Wulandari et al., 2024).

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat, termasuk alat peraga, terbukti dapat meningkatkan hasil belajar dan partisipasi siswa dalam pembelajaran PJOK. Pemilihan media hendaknya mempertimbangkan tingkat perkembangan anak, kemudahan

penggunaan, serta relevansi terhadap materi yang diajarkan (Efendy et al., 2025)

4. Alat Peraga Tongkat Estafet

Tongkat estafet adalah alat bantu utama dalam aktivitas lari estafet yang biasa digunakan dalam pelajaran PJOK maupun perlombaan atletik. Dalam konteks pembelajaran, tongkat estafet dapat digunakan sebagai alat peraga untuk mengenalkan teknik dasar lari beranting, seperti cara memegang tongkat, teknik start, dan cara menyerahkan tongkat antar pelari. Tongkat estafet adalah alat bantu utama dalam aktivitas lari estafet yang biasa digunakan dalam pelajaran PJOK maupun perlombaan atletik (Handayani et al., 2021). Dalam konteks pembelajaran, tongkat estafet dapat digunakan sebagai alat peraga untuk mengenalkan teknik dasar lari beranting, seperti cara memegang tongkat, teknik start, dan cara menyerahkan tongkat antar pelari (Atmoko, 2022).

Penggunaan tongkat estafet dalam pembelajaran PJOK di madrasah ibtidaiyah dapat memberikan pengalaman belajar yang nyata kepada siswa. Melalui alat ini, siswa dapat memahami konsep koordinasi gerak, kerja sama tim, dan konsentrasi dalam pelaksanaan praktik. Selain itu, media ini juga relatif sederhana, murah, dan mudah dibuat oleh guru dengan

bahan-bahan yang tersedia di lingkungan sekitar sekolah (Raharjo & Husain, 2022).

Dalam penerapannya, tongkat estafet tidak hanya digunakan untuk latihan lari, tetapi juga dapat dimodifikasi dalam berbagai bentuk permainan edukatif yang melibatkan aspek motorik dan kognitif siswa. Hal ini menjadikan tongkat estafet sebagai media pembelajaran yang fleksibel dan menarik bagi siswa sekolah dasar (Saniyyah, 2023).

5. Keterampilan Praktik Siswa dalam PJOK

Keterampilan praktik mengacu pada kemampuan siswa untuk melakukan gerakan atau aktivitas fisik secara tepat, terkontrol, dan sesuai dengan prosedur yang diajarkan (Abadi et al., 2024). Dalam domain taksonomi Bloom, keterampilan ini berada pada ranah psikomotorik yang mencakup persepsi gerakan, kesiapan motorik, respons terpandu, mekanisme, adaptasi, dan orisinalitas gerakan (Huseng et al., 2025).

Pada usia sekolah dasar, pengembangan keterampilan praktik sangat penting karena menjadi fondasi bagi penguasaan keterampilan gerak yang lebih kompleks di jenjang berikutnya (Zulfikar et al., 2021). Untuk itu, kegiatan praktik harus dirancang secara sistematis dan menyenangkan, serta didukung dengan media pembelajaran yang sesuai, termasuk alat peraga tongkat estafet.

Keterampilan praktik yang baik ditandai dengan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan dengan percaya diri, koordinasi yang baik, serta menunjukkan peningkatan dari waktu ke waktu (Oyok, 2024). Oleh karena itu, guru PJOK perlu mengevaluasi keterampilan siswa secara berkala dan memberikan umpan balik agar keterampilan tersebut terus berkembang. (Turi et al., 2024).

B. Kajian Penelitian Terdahulu

Untuk mendukung dan memperkuat landasan konseptual dalam penelitian ini, peneliti telah mengkaji sejumlah literatur dan hasil penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan topik yang dikaji. Meskipun beberapa penelitian memberikan kontribusi terhadap pengembangan pembelajaran PJOK, namun terdapat keterbatasan dalam hal pendekatan, media yang digunakan, jenjang pendidikan, serta fokus keterampilan yang ditelaah. Penelitian ini memiliki kebaruan karena memusatkan perhatian pada proses penerapan alat peraga tongkat estafet melalui pendekatan kualitatif deskriptif di tingkat Madrasah Ibtidaiyah (MI). Adapun ringkasan dari beberapa penelitian terdahulu yang relevan dapat dilihat pada Tabel 2.1 berikut:

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Metode & Subjek	Hasil Utama	Relevansi & Perbedaan
ZalzaBilla et al. (2025)	Peningkatan Motivasi Belajar melalui Permainan Kecil dalam Pemanasan pada Pembelajaran PJOK Kelas VI SDN Bawang 1	PTK, 27 siswa SD kelas VI	Motivasi meningkat dari 2,33 ke 2,59 pada siklus kedua	Tidak menggunakan alat peraga, tidak menggali respon siswa secara kualitatif
Prayogi et al. (2024)	Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Tradisional pada Mata Pelajaran PJOK	PTK, 32 siswa SMP kelas VII	Kebugaran “baik” naik dari 12,5% ke 18,75%, “rendah” turun dari 53,125% ke 25%	Tidak memakai alat peraga fisik dan dilakukan di jenjang SMP
Irwan & Supto (2020)	Keterlaksanaan Permainan Sederhana dan Tradisional dalam Pembelajaran Penjasorkes	Kualitatif survei, SD di Andong	Implementasi permainan tradisional cukup baik (jawaban “Ya” 68,89%)	Tidak fokus pada penggunaan alat bantu, tidak eksplorasi pengalaman siswa/guru

Sahabuddin et al. (2020)	Kontribusi Motor Educability terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai pada SD di Makassar	Deskriptif korelatif, siswa SD	Kontribusi 4,9% motor educability terhadap keterampilan senam	Fokus pada senam dan alat berbeda, bukan pembelajaran estafet
Mardiyana et al. (2023)	Pengaruh Media Video Senam Irama terhadap Kerjasama dan Ketepatan Gerak Senam PGRI di SMPN 1 Labang	Kuantitatif, siswa SMP kelas VII	Peningkatan signifikan pada kerja sama dan ketepatan gerak siswa	Menggunakan media video, bukan alat peraga fisik, dan dilakukan di SMP
Penelitian ini	Penerapan Alat Peraga Tongkat Estafet untuk Meningkatkan Keterampilan Praktik di Madrasah Ibtidaiyah	Kualitatif deskriptif, siswa kelas IV MI	Peningkatan keterampilan praktik, siswa aktif, guru terbantu menyampaikan materi PJOK	Menjawab celah riset terdahulu, eksplorasi proses belajar, dan penggunaan alat peraga spesifik di MI

Penelitian oleh ZalzaBilla et al. (2025) yang berjudul *"Peningkatan Motivasi Belajar melalui Permainan Kecil dalam Pemanasan pada Pembelajaran PJOK Kelas iv SDN Bawang 1 Kota Kediri"* merupakan jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan meningkatkan motivasi belajar siswa melalui

aktivitas permainan kecil saat kegiatan pemanasan. Metode yang digunakan mengacu pada model Kemmis & McTaggart dengan subjek 27 siswa kelas iv SD. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata motivasi dari 2,33 pada siklus pertama menjadi 2,59 pada siklus kedua. Penelitian ini menunjukkan efektivitas pendekatan permainan dalam meningkatkan keterlibatan siswa. Namun demikian, penelitian tersebut tidak mengkaji penggunaan alat bantu khusus seperti tongkat estafet dan tidak mengeksplorasi secara kualitatif respon siswa terhadap proses pembelajaran.

Selanjutnya, Prayogi et al. (2024) dalam penelitiannya berjudul *"Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Tradisional pada Mata Pelajaran PJOK"* melaksanakan studi PTK di SMP Negeri 2 Ponorogo dengan subjek 32 siswa kelas VII. Penelitian ini menggunakan permainan tradisional sebagai strategi pembelajaran untuk meningkatkan daya tahan siswa, yang diukur melalui tes PACER. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan kategori kebugaran jasmani “baik” dari 12,5% menjadi 18,75%, serta penurunan kategori “rendah” dari 53,125% menjadi 25%. Meski relevan dalam hal peningkatan aktivitas fisik siswa melalui permainan, penelitian ini tidak membahas penggunaan alat peraga fisik secara spesifik dan dilaksanakan di jenjang SMP, sehingga

kurang kontekstual jika dibandingkan dengan karakteristik pembelajaran di MI.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Irwan dan Suripto (2020) yang berjudul *"Keterlaksanaan Permainan Sederhana dan Tradisional dalam Pembelajaran Penjasorkes"*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode survei dan dilakukan pada sejumlah sekolah dasar di Kecamatan Andong. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi sejauh mana permainan tradisional diterapkan dalam proses pembelajaran PJOK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan berada pada kategori cukup baik, dengan persentase jawaban “Ya” sebesar 68,89%. Kendati demikian, penelitian ini tidak membahas alat peraga secara khusus dan tidak menelusuri lebih dalam mengenai pengalaman belajar siswa maupun guru dalam proses pembelajaran yang berlangsung di kelas.

Sementara itu, Sahabuddin et al. (2020) dalam artikelnya *"Kontribusi Motor Educability terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai pada SD di Makassar"*, meneliti hubungan antara kemampuan dasar motorik dengan keterampilan senam ritmik menggunakan alat simpai. Metode yang digunakan bersifat deskriptif korelatif, dan menunjukkan kontribusi motor educability sebesar 4,9% terhadap kemampuan siswa. Fokus penelitian ini adalah pada cabang senam dengan media yang berbeda dan tidak

menyentuh konteks pembelajaran estafet maupun respons proses pembelajaran secara menyeluruh di kelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Mardiyana et al. (2023) berjudul *"Pengaruh Media Pembelajaran Video Senam Irama terhadap Kerjasama dan Ketepatan Gerak Senam PGRI Siswa Kelas ivII di SMPN 1 Labang"* menitikberatkan pada penggunaan media digital (video) untuk meningkatkan ketepatan gerak dan kerja sama siswa dalam kegiatan senam. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif, dengan hasil yang menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek kerja sama dan keterampilan gerakan. Namun, media yang digunakan bukanlah alat peraga fisik dan implementasinya dilakukan di jenjang pendidikan menengah, bukan sekolah dasar atau madrasah.

Dari keseluruhan kajian penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penelitian yang dilakukan masih berfokus pada hasil belajar secara kuantitatif dan belum menyentuh aspek proses pembelajaran secara kualitatif. Penelitian ini hadir untuk menjawab celah tersebut, yakni dengan mendeskripsikan bagaimana penerapan alat peraga tongkat estafet dilakukan dalam pembelajaran PJOK di Madrasah Ibtidaiyah, serta menggali secara mendalam respon siswa, strategi guru, dan faktor-faktor pendukung serta penghambat selama proses berlangsung.

C. Kerangka Berpikir

Penelitian ini bertolak dari permasalahan rendahnya keterampilan siswa dalam mengikuti kegiatan praktik PJOK, khususnya dalam pembelajaran lari estafet di Madrasah Ibtidaiyah. Kegiatan praktik yang seharusnya menjadi wahana pembentukan keterampilan gerak dasar seringkali belum terlaksana secara optimal. Hal ini disebabkan oleh minimnya penggunaan alat bantu atau media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan peserta didik usia sekolah dasar.

Dalam proses pembelajaran PJOK, guru memegang peran penting sebagai fasilitator yang menentukan strategi, metode, dan media yang akan digunakan. Namun, berdasarkan hasil observasi awal, strategi pembelajaran yang digunakan cenderung monoton dan tidak memanfaatkan alat peraga yang mendukung keterampilan gerak siswa secara maksimal. Keadaan ini berdampak pada rendahnya partisipasi aktif siswa, serta minimnya antusiasme dalam mengikuti kegiatan praktik.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti mengembangkan pendekatan pembelajaran PJOK dengan menerapkan alat peraga tongkat estafet. Alat ini tidak hanya berfungsi sebagai media pembelajaran, tetapi juga sebagai stimulus visual dan kinestetik yang memfasilitasi proses belajar siswa agar lebih terarah, menyenangkan, dan bermakna. Dalam prosesnya,

guru berperan merancang kegiatan praktik yang menggunakan tongkat estafet secara terstruktur, mulai dari tahapan pengenalan alat, demonstrasi, latihan kelompok, hingga evaluasi.

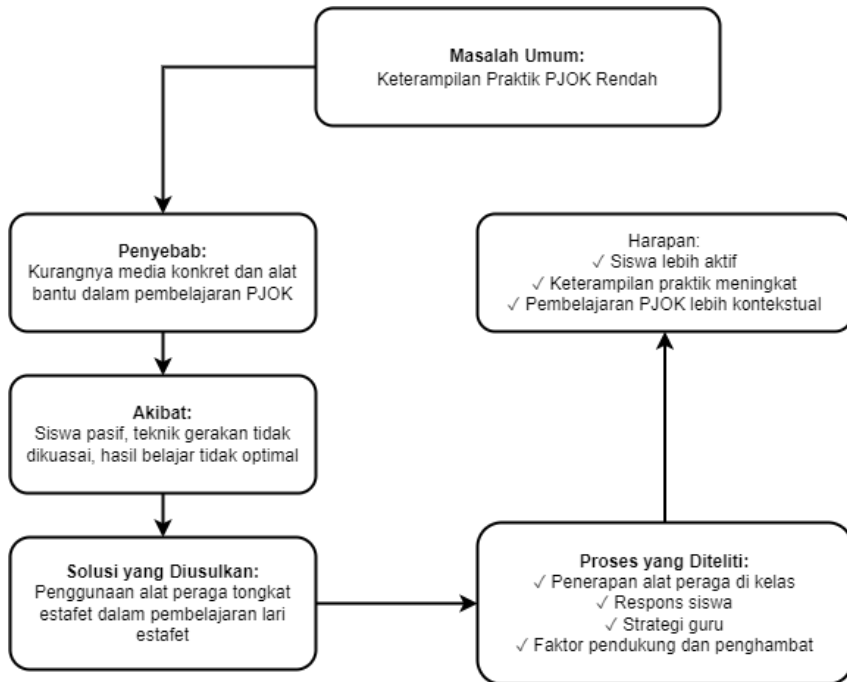
Melalui pendekatan ini, siswa diharapkan tidak hanya memahami teknik dasar estafet, tetapi juga terlibat aktif secara fisik dan sosial. Proses pembelajaran menjadi lebih partisipatif, dan siswa menunjukkan respon yang positif terhadap penggunaan alat bantu. Selain itu, penggunaan alat peraga juga memungkinkan guru mengamati perkembangan keterampilan secara lebih objektif.

Selanjutnya, peneliti melakukan pengumpulan data melalui observasi langsung terhadap aktivitas siswa selama proses pembelajaran dengan alat peraga tongkat estafet. Wawancara mendalam juga dilakukan kepada guru dan beberapa siswa untuk menggali pandangan, pengalaman, serta tantangan yang dihadapi dalam proses implementasi. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif-kualitatif untuk menghasilkan pemahaman yang utuh mengenai efektivitas penggunaan alat peraga tersebut dalam meningkatkan keterampilan praktik PJOK.

Dengan demikian, alur berpikir dalam penelitian ini secara sistematis dimulai dari identifikasi masalah di lapangan, perancangan solusi melalui alat peraga, pelaksanaan pembelajaran, hingga proses evaluasi melalui observasi dan wawancara.

Kerangka berpikir ini menjadi dasar logis dan empiris untuk menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa proses berpikir dalam penelitian ini diawali dengan identifikasi rendahnya keterampilan praktik PJOK pada siswa Madrasah Ibtidaiyah. Upaya peningkatan dilakukan melalui penerapan alat peraga tongkat estafet sebagai strategi pembelajaran yang diharapkan mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dan bermakna. Penerapan ini tidak hanya memfasilitasi aktivitas fisik, tetapi juga mendorong keterlibatan siswa secara aktif dalam proses pembelajaran. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini menggali lebih dalam mengenai efektivitas penerapan alat peraga tersebut melalui observasi langsung, wawancara, dan dokumentasi. Untuk memberikan gambaran yang lebih sistematis dan komprehensif terkait alur logika penelitian, kerangka berpikir ini dituangkan dalam bentuk bagan sebagaimana ditampilkan pada Gambar 2.1 berikut ini.



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

D. Pertanyaan Peneliti

Penelitian kualitatif tidak berangkat dari hipotesis yang harus dibuktikan, melainkan dari pertanyaan-pertanyaan yang diarahkan untuk menggali makna, proses, serta pengalaman subjek penelitian secara mendalam. Berdasarkan latar belakang masalah, fokus penelitian, dan kerangka berpikir yang telah disusun, maka pertanyaan-pertanyaan peneliti dalam studi ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana penerapan alat peraga tongkat estafet dalam pembelajaran PJOK di Madrasah Ibtidaiyah?
2. Bagaimana respons siswa terhadap pembelajaran PJOK menggunakan alat peraga tongkat estafet?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam penggunaan alat peraga tongkat estafet di MI?
4. Bagaimana strategi guru dalam memfasilitasi pembelajaran PJOK berbasis alat peraga tongkat estafet?
5. Bagaimana persepsi guru terhadap efektivitas penggunaan alat peraga tongkat estafet dalam meningkatkan keterampilan siswa?