

# Pengantar belajar gerak

## Apa itu belajar ?

Menurut Oxendine belajar sebagai :

- Akumulasi pengetahuan
- Penyempurnaan dalam suatu kegiatan
- Pemecahan suatu masalah
- Penyesuaian dengan situasi yang berubah

Belajar pada intinya :

- Menjadi terampil
- Hasil langsung dari praktek
- Belajar tidak bisa diukur secara langsung
- Belajar sebagai suatu proses

# Belajar merupakan yg Komplek

Belajar merupakan sesuatu yang kompleks, karena itu pengertiannya bisa menjadi bermacam-macam.

Belajar bisa dipandang suatu hasil, bisa dipandang suatu proses, dan bisa juga dipandang suatu fungsi. (Sugiyanto, 1994: 25).

Belajar bisa dipandang sebagai suatu hasil, apabila yang dilihat adalah bentuk terakhir / hasil akhir dari berbagai pengalaman interaksi edukatif. Yang diperhatikan adalah nampaknya sifat-sifat dan tanda-tanda tingkah laku yang dipelajari.

# Lanjutan

Belajar Dipandang sebagai suatu Proses

Belajar di pandang sebagai fungsi

Apabila yang dilihat adalah aspek-aspek ygmenentukan atau yang memungkinkan terjadinya perubahan tingkah laku dalam pengalaman pendidikan.

Pengertian tentang belajar dalam bentuk definisi ada bermacam-macam

- Menurut S. Nasution (1982) ada tiga macam antara lain: a. Belajar adalah perubahan-perubahan urat syaraf, b. Belajar adalah perubahan pengetahuan, c. Belajar adalah perubahan kelakuan berkat pengalaman dan latihan.
- Belajar adalah perubahan kapasitas seseorang yang relatif permanen untuk menampilkan suatu keterampilan yg di hasilkan dari pengalaman/praktek.

Belajar merupakan fenomena internal yang sukar di amati hanya dapat disimpulkan dari kinerja.

Inti belajar :

1. Adanya perubahan, adanya perbaikan, keterampilan yang meningkat.
2. Penyesuaian, Adaptasi.

# Jenis-jenis Belajar

- Menurut Robert Gagne(1977) mengemukakan lima domain mengenai belajar :
- Keterampilan gerak, yaitu gerakan berorientasi yang diwakili oleh koordinasi respons terhadap tanda-tanda tertentu.
- Informasi verbal, yaitu dicontohkan melalui fakta-fakta, prinsip-prinsip dan generalisasi, yang dianggap sebagai pengetahuan.
- Keterampilan intelektual, yaitu diwakili oleh diskriminasi, peraturan, dan konsep-konsep
- Strategi kognitif, yaitu keterampilan yang terorganisir secara internal yang menentukan pembelajaran seseorang, pengingatan dan pemikiran.
- Sikap, yaitu perilaku afektif seperti perasaan

- Menurut Benyamin Bloom proses pembelajaran yang dialami manusia menempuh tiga jalur utama yaitu : domain kognitif, domain afektif, dan domain psikomotor.
- **Apa itu belajar gerak ?**
- Adalah Suatu rangkaian proses yang berhubungan dengan latihan/ pengalaman yang mengarahkan pada terjadinya perubahan -perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil.(Schmids, 1991).

- Adalah : upaya meningkatkan keterampilan gerak tubuh secara keseluruhan dan upaya penguasaan pola-pola gerak keterampilan dalam kaitannya dengan konsep ruang,waktu dan gaya.
- Menurut Sugiyanto (1994: 27) Belajar gerak adalah mempelajari pola-pola gerak keterampilan tubuh. Proses belajarnya melalui pengamatan dan mempraktekkan pola-pola gerak yang dipelajari. Hasil ahkir dari belajar gerak adalah kemampuan melakukan pola-pola gerak keterampilan tubuh.

## Lanjutan

Dalam belajar gerak semua unsur kemampuan individu terlibat, hanya saja intensitas keterlibatannya berbeda-beda. Domain kognitif dan domain afektif relatif lebih kecil dibandingkan keterlibatan domain psikomotor. Keterlibatan domain psikomotor tercermin dalam respon-respon muskular yang diekspresikan dalam gerakan-gerakan dalam tubuh secara keseluruhan atau bagian-bagian tubuh.

- Proses belajarnya

Melalui pengamatan, Mempraktekkan pola-pola gerak yang dipelajari

# Lanjutan

- Hasil akhir belajar gerak adalah kemampuan melakukan pola-pola gerak keterampilan tubuh, setiap tujuan pembelajaran gerak pada umumnya memiliki harapan dengan munculnya hasil tertentu, hasil tersebut biasanya adalah berupa penguasaan keterampilan. Penampilan yang terampil merupakan tujuan akhir dari pembelajaran gerak.
- Mengapa perlu mempelajari belajar ?
- Meningkatkan produktivitas
- Proses belajar merupakan masalah yang sangat kompleks
- Keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif.