

**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI 2  
SIDOBUNDER KECAMATAN PURING KABUPATEN KEBUMEN  
TAHUN AJARAN 2012/2013**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**Wahyudi**

**NIM. 11601247315**

**PROGRAM STUDI S1 PGSD PENJASKES  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2013**




## **PERSETUJUAN**

Skripsi yang berjudul "Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 2 Sidobunder Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013" ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juli 2013

Pembimbing,

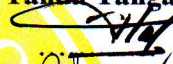





**Sudardiyono, M.Pd**  
NIP. 19560815 198701 1 001



## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 2 Sidobunder Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013" yang disusun oleh Wahyudi, NIM 11601247315 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 11 November 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sudardiyono, M. Pd.	Ketua Penguji		4/12/13
Fathan Nurcahyo, M.Or.	Sekretaris Penguji		2/12/13
Yudanto, M.Pd.	Penguji I		21/11/13
Farida Mulyaningsih, M.Kes.	Penguji II		15/11-13

Yogyakarta, Desember 2013

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



**Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S**  
NIP. 19600824 198601 1 001



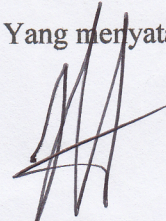
## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juli 2013

Yang menyatakan,



**Wahyudi**

NIM. 11601247315



## MOTTO

- Perjuangan itu harus ada, tetapi menang itu tidak harus. ( Sri Murwani )
- Belajar di hari tua bagaikan air di daun talas. ( Slamet Hidayat )
- Bunga yang tidak akan layu sepanjang jaman adalah kebajikan. ( Rizky Juninda )
- Menunggu kesuksesan adalah tindakan sia-sia yang bodoh. (Yudi dika )
- Hanya orang takut yang bisa berani, karena keberanian adalah melakukan sesuatu yang ditakutinya. Maka, bila merasa takut, anda akan punya kesempatan untuk bersikap berani. (Mario Teguh)



## **PERSEMBAHAN**

Karya yang sederhana ini saya persembahkan kepada orang-orang yang punya makna istimewa bagi penulis, antara lain :

- Bapak Moh.Usman dan Ibu Wasirah, kedua orang tua aku yang selalu mendoakan yang terbaik bagi anak-anaknya, memberikan dukungan serta kasih sayang yang tak terhingga.
- Saudaraku Faozan dan Faozin yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
- Rizky Juninda Puspitasari Cahyaningrum, yang selalu ada untuk memberikan dukungan dan doanya di saat suka dan duka.



**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V DI SD NEGERI 2  
SIDOBUNDER KECAMATAN PURING KABUPATEN KEBUMEN  
TAHUN AJARAN 2012/2013**

Oleh  
Wahyudi  
NIM 11601247315

**Abstrak**

Kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 belum diketahui. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, metode yang digunakan adalah metode survei dengan instrumen tes dan pengukuran. Subjek dalam penelitian ini siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder yang berjumlah 35 siswa. Instrumen tes kemampuan motorik yang digunakan adalah lari 40m untuk kecepatan, lari zig-zag untuk kelincahan, lompat jauh tanpa awalan untuk power, lempar tangkap bola tenis untuk koordinasi, berdiri dengan satu kaki untuk keseimbangan. Untuk menganalisis data digunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara rinci sebanyak 1 siswa (2,86%) masuk dalam baik sekali, sebanyak 9 siswa (25,71%) masuk dalam baik, sebanyak 14 siswa (40,00%) masuk dalam kategori sedang, 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori kurang, dan sebanyak 2 siswa (5,71%) masuk dalam kategori baik sekali. Dengan demikian, kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 adalah tergolong sedang.

Kata kunci: *kemampuan motorik, Siswa SD Negeri 2 Sidobunder*



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 2 Sidobunder Kematan Puring Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013” ini dengan lancar.

Dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini, sepenuhnya berkat bantuan dari berbagai pihak yang dengan ikhlas dan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Rochmad Wahab, M.Pd MA., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kuliah di program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Drs. Amat Komari, M.S., selaku Ketua Jurusan POR, Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan arahan, dan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Sriawan, M. Kes, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penulisan skripsi.



5. Sudardiyono, M. Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar memberikan bimbingan, dan motivasi, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.
  6. Ahmad Rithahudin, M.Or., selaku penasehat akademik yang telah memberikan nasihat dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
  7. Seluruh Bapak, Ibu dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya yang berguna dan bermanfaat bagi penulis.
  8. Slamet Hidayat, S. Pd., selaku Kepala SDN 2 Sidobunder yang telah memberikan izin penelitian di SDN 2 Sidobunder .
  9. Keluarga besar SDN 2 Sidobunder ,yang telah memberikan contoh sebagai guru yang teladan.
  10. Teman-teman seperjuangan S1 PGSD Penjas angkatan tahun 2011.
  11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, atas bantuan yang telah diberikan, penulis berdoa semoga dibalas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa.
- Besar harapan penulis, semoga karya yang sederhana ini dapat menambah kepustakaan dan bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Juli 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	I
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Hakikat Kemampuan Motorik .....	8
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik .....	9
3. Fungsi Kemampuan Motorik .....	14
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik..	14
5. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar .....	17
6. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar .....	20
7. Karakteristik Anak SD Negeri 2 Sidobunder .....	21
B. Penelitian yang Relevan .....	21
C. Kerangka Berpikir .....	23
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	25
C. Subjek Penelitian .....	26
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	26



E. Teknik Analisis Data .....	28
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian .....	31
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	31
2. Deskripsi Subjek Penelitian .....	31
3. Deskripsi Waktu Penelitian.....	31
B. Deskripsi Data.....	31
C. Pembahasan .....	39
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	43
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	43
C. Keterbatasan Hasil Penelitian .....	44
D. Saran-saran.....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>48</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.....	32
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.....	33
Tabel 3. Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen .....	35
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.....	35
Tabel 5. Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen .....	37
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.....	38



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV,V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen .....	34
Gambar 2. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV, V di SD Negeri2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen...	36
Gambar 3. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV, V di SD Negeri2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen...	38

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	49
Lampiran 2. Surat Keterangan.....	50
Lampiran 3. Surat Keterangan dari Balai Metrologi .....	51
Lampiran 4. Data Penelitian .....	55
Lampiran 5. Statistik Penelitian.....	57
Lampiran 6. Foto-foto Kegiatan Penelitian .....	60
Lampiran 7. Formulir Hasil Pengukuran .....	66



## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu media untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang mengarah pada pembangunan seutuhnya, yaitu adanya keselarasan, keseimbangan, dan keserasian lahir dan batin, serta memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosi, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani. pendidikan jasmani adalah memberikan sumbangan terhadap pendidikan menyeluruh. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara afektif, kognitif maupun psikomotor.

Tahapan proses pembelajaran pendidikan, jasmani guru harus mempertimbangkan keseluruhan kepribadian siswa, sehingga pengukuran proses dan produk memiliki kedudukan yang sama penting. Melalui aktivitas pendidikan jasmani siswa dapat meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan motorik, serta nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif, dan sosial. Kemampuan mempelajari tugas gerak merupakan salah satu faktor mempengaruhi keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran gerak,

terutama bila gerakan-gerakan yang akan dipelajari memiliki kompleksitas yang cukup tinggi. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya secara harmoni. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga atau kematangan penampilan keterampilan gerak.

Penentuan bahan ajar dan metode pembelajaran akan tercapai bila para pendidik mengetahui kemampuan motorik siswanya. Tanpa mengetahui hal tersebut, maka para guru mengalami kerancuan dalam melakukan proses belajar mengajar. Akibatnya tujuan pendidikan sulit dicapai dan menimbulkan kerja yang tidak efektif dan efisien. Untuk itu, proses pendidikan jasmani akan berhasil baik, bila penentuan bahan dan metodenya sesuai dengan kemampuan motorik siswa.

Mengetahui kemampuan motorik siswa secara akurat merupakan salah satu kunci sukses usaha pendidikan. Artinya guru akan mengetahui kemampuan, kesenangan, dan kebutuhan siswa, sehingga guru dapat menentukan bahan dan metode penyampain yang sesuai dengan keadaan anak didik. Oleh karena itu pendidikan jasmani diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik anak.

Masa anak-anak adalah masa dimana anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain. Hal ini sering kita jumpai sehabis pulang sekolah anak lebih banyak menghabiskan waktunya dengan bermain ke ladang, ke persawahan dengan berjalan kaki, bermain sepak bola atau berlarian ke lapangan dan bermain permainan tradisional. Secara tidak sadar aktivitas



tersebut akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik. Dengan asumsi tersebut diharapkan anak-anak sudah memiliki kemampuan yang sangat berguna untuk penyesuaian diri bagi kehidupan terutama yang menyangkut gerakan-gerakan yang berguna dalam kehidupannya sehari-hari.

Seiring dengan Perkembangan Ilmu Pengetahuan Teknologi (IPTEK) yang demikian pesat membawa banyak efek positif. Dengan perkembangan ilmu teknologi yang semakin pesat makin mempermudah guru dalam melakukan pembelajaran penjas itu sendiri, selain itu guru lebih dapat melakukan variasi pengajaran dan tentunya secara psikologis siswa sendiri akan merasa lebih nyaman dan senang saat menerima materi yang diajarkan oleh guru tersebut. Adanya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang lebih maju seorang guru dituntut agar bisa lebih dapat mengarahkan siswa dalam memanfaatkan teknologi dan lebih bijak dalam memanfaatkan teknologi tersebut. Karena apabila tidak justru dampak negatif yang didapatkan oleh siswa. Dengan kata lain siswa benar-benar dimanjakan oleh perkembangan IPTEK. Anak-anak lebih suka bermain *game* dan menonton televisi daripada bermain di luar yang menggunakan unsur gerak. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak, sehingga kesegaran jasmani atau kemampuan motorik anak itu sendiri menurun.

Siswa yang mempunyai tingkat kemampuan motoriknya baik akan cenderung lebih mudah dalam melakukan ketrampilan olahraga, daripada siswa yang kemampuan motoriknya jelek. Karena kebanyakan ketrampilan dalam olahraga maupun ketrampilan yang lain dimasukkan sebagai ketrampilan

motorik. Ketrampilan motorik bukan hanya untuk meningkatkan ketrampilan dalam cabang olahraga saja, tetapi akan membantu pula memudahkan siswa dalam melakukan tugas geraknya dalam proses Pendidikan Jasmani. Yang diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik siswa. Untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan motorik anak diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak yaitu melalui kegiatan bermain.

Anak terbiasa melakukan aktivitas gerak yang tidak disengaja akan memacu kemampuan motoriknya. Namun seiring perkembangan IPTEK, anak yang dulu suka bermain permainan tradisional, bermain di ladang maupun di lapangan kini lebih suka menghabiskan waktunya dengan bermain *game* atau menonton televisi. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah yang biasa aktif bergerak kini menjadi malas bergerak. Hal ini juga di alami siswa SD Negeri 2 Sidobunder, berdasarkan pengamatan aktivitas siswa di sekolah saat jam istirahat kebanyakan siswa duduk dan bermain di halaman sekolah yang berukuran 14 X 6 meter dengan alat seadanya. SD Negeri 2 Sidobunder merupakan SD yang berada di desa Sidobunder Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen Sidobunder. Keberhasilan SD Negeri 2 Sidobunder dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu : guru, siswa, sarana prasarana dan kurikulum. Bila ditinjau dari sarana dan prasarana penjas sangat terbatas serta tidak adanya lapangan yang luas di desa Sidobunder. Sarana dan prasarana penjas yang ada di SD Negeri 2 Sidobunder hanya ada 2 buah bola voli mini, 10 bola tenis, 1 matras dan bak pasir, hal ini menjadi kendala bagi guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran penjas. Terlihat saat guru penjas melakukan

pembelajaran penjas tampak siswa bermalas-malasan, mengobrol dengan temannya dan terlihat ada kesenjangan penguasaan gerak pada masing-masing. Pengamatan saat pembelajaran guru kurang menambah variasi permainan pada pembelajaran olahraga dan tidak menggunakan sarana prasarana yang dimodifikasi, sehingga siswa kurang terpacu dan kurang tertarik untuk melaksanakan aktivitas olahraga. Untuk mengembangkan aktifitas olahraga di sekolah dasar diperlukan suatu proses yang sesuai dengan karakteristik anak yaitu melalui kegiatan bermain.

Berdasarkan kondisi tersebut, serta belum adanya penelitian yang dilakukan di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen, maka diperlukan penelitian. Sesuai dengan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Ajaran Tahun 2012/2013”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang, dapat diidentifikasi permasalahan berikut :

1. Keterbatasan sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani, sehingga proses pembelajaran Penjaskes kurang maksimal di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.
2. Peran guru pendidikan jasmani kurang kreatif dalam pembelajaran penjas di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen .
3. Perkembangan IPTEK berdampak negatif terhadap kemampuan motorik siswa SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen .

4. Belum diketahuinya kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang disebutkan di atas serta keterbatasan waktu, tenaga, biaya dan kemampuan peneliti maka perlu kiranya diberikan batasan-batasan agar ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas. Penelitian ini dibatasi pada kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan Rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

#### **1. Manfaat teoritis**

- a. Penelitian ini dapat dijadikan referensi umumnya pada orang yang menekuni dunia olahraga dan khususnya bagi guru pendidikan jasmani.



- b. Penelitian ini dapat dijadikan kajian bagi para guru pendidikan jasmani untuk lebih mengetahui perkembangan motorik anak.
- c. Penelitian ini dapat menjadi khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada.

## **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi pihak sekolah, diharapkan penelitian ini memberikan gambaran dan masukan tentang kemampuan motorik siswa, sehingga dapat menentukan kebijakan berhubungan dengan aktivitas jasmani di sekolah.
- b. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan kemampuan motorik anak.
- c. Bagi siswa, penelitian ini memberikan motivasi untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa.
- d. Bagi lembaga atau instansi, yaitu untuk khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.
- e. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat menjadi informasi agar tidak membatasi anak-anak untuk bergerak.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Kemampuan Motorik**

Menurut Sukintaka (2001: 47), bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan ketrampilan motorik. Kirim Yanuar (1992 : 48), menyatakan motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi seluruh proses-proses pengendalian dan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun psikis yang menyebabkan terjadinya gerakan. Menurut Sukadiyanto (1997: 70), kemampuan motorik merupakan suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan ketrampilan gerak yang lebih kompleks.

Menurut Elizabeth B Hurlock (1978; 150) motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui pusat kegiatan syaraf, urat, dan otot yang berkoordinasi untuk melakukan gerak. Menurut Sukintaka (1992: 150) gerak motorik merupakan hasil individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan ketrampilan motorik. Menurut Rusli Lutan (2001) bahwa kemampuan motorik adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang dipelajari, sehingga akan memberi dampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Motorik merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar, mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan

menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh dimasa remaja dan dewasa.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang dipelajari sehingga nantinya akan memberikan dampak dan perkembangan tersebut.

## **2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik**

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasainya. Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik menurut Toho Cholik Mutohir dan Gusril (2004 : 50), yaitu : kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan.

Menurut Barrow (1976) yang dikutip Toho Cholik Mutohir dan Gusril (2004 : 51), unsur-unsur kemampuan motorik terdiri atas :

### **a. Kekuatan**

Menurut Toho Cholik Muthohir dan Gusril (2004: 50) bahwa kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak usia sejak dini. Apabila tidak mempunyai kekuatan otot tentu dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong.

Pendapat senada dikemukakan Bompa yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) bahwa kekuatan adalah otot atau sekelompok otot untuk

mengatasi tahanan. Ditegaskan oleh Sukadiyanto (2005: 81) bahwa pengertian kekuatan secara fisiologis adalah kemampuan neuromuscular untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam.

b. Kecepatan

Menurut Barrow (1976: 120) mengatakan secara umum kecepatan didefinisikan sebagai kapasitas individu untuk berhasil melakukan gerakan atas beberapa pola dalam waktu yang cepat. Kecepatan dapat diukur dengan lari jarak pendek 40-60 yard. Kecepatan gerakan dipengaruhi oleh berat badan, kapasitas badan, kekenyalan otot, dan penampilan mekanis dari strukturalis seperti panjang tungkai dan fleksibilitas tulang sendi. Pernyataan yang senada dinyatakan pompa yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat. Menurut Sukadiyanto (2002: 108) Dengan kata lain kecepatan merupakan kecepatan seseorang untuk menjawab rangsang dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak dengan waktu secepat mungkin.

c. *Power*

Menurut Setyo Nugroho (2005:14) komponen *power* adalah kemampuan yang berisi kombinasi komponen kekuatan dan kecepatan. Pernyataan Sajoto (1990: 17) *power* adalah kesanggupan atau kemampuan dari tubuh manusia untuk melakukan penyesuaian untuk melakukan penyesuaian atau adaptasi terhadap beban fisik yang dihadapi tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, dan memiliki



kapasitas cadangan untuk melakukan aktifitas berikutnya. *Power* sering dihitung dengan jenis lompat, mengangkat badan atau melempar.

d. Kelincahan

Menurut Kirkendall, Gruber dan Johnson yang dikutip Ismaryati (2009: 41) menyatakan kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara tepat dan cepat. Ditegaskan Muthohir dan Gusril (2004: 50) kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang ditempuh maka semakin tinggi kelincahannya.

e. Keseimbangan

Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 50) mengartikan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan kan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merujuk pada suatu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain. Senada dengan pernyataan Ismaryati (2009: 48) bahwa keseimbangan dibedakan menjadi dua yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbanga dalam keadaan

diam. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak.

f. Fleksibilitas

Menurut Johnson dan Nelson (1969) fleksibilitas adalah kemampuan seseorang untuk meningkatkan tubuh bagian-bagian tubuh dalam suatu ruang gerak yang seluas mungkin, tanpa mengalami cedera pada persendian dan otot di sekitar persendian. Pada fleksibilitas statis ditentukan pada ukuran luas gerak satu persendian atau beberapa persendian, posisi badan diam tidak melakukan gerak, sedangkan menurut Sukadiyanto (2002: 119) fleksibilitas adalah ukuran luas gerak pada satu persendian atau beberapa persendian pada saat badan melakukan aktivitas gerak dengan kecepatan yang tinggi.

g. Koordinasi

Mengutip pernyataan Barrow (1979: 115) koordinasi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggabungkan beberapa bentuk gerakan menjadi bentuk yang lebih spesifik. Bempa yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) mengemukakan bahwa koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien. Pendapat yang sejalan dikatakan Toho Cholik Muthohir dan Gusril (2004: 50) bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan system syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh

anggota tubuh yang terlihat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancer dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. Pernyataan Sajoto (1990: 17) bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda dengan pola gerakan tunggal yang efektif.

Menurut Bompas yang dikutip oleh Djoko Pekik Irianto (2002: 66) ada lima biomotorik dasar yakni:

- a. Kekuatan, adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- b. Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- c. Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.
- d. Kelenturan adalah kemampuan persendian untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- e. Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Berdasarkan komponen-komponen kemampuan motorik di atas, tidaklah berarti bahwa semua orang harus dapat mengembangkan secara keseluruhan komponen kemampuan motorik. Tiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan dalam mendapat komponen-komponen kemampuan motorik. Bagaimanapun juga, faktor yang berasal dari dalam dan luar selalu mempunyai pengaruh.

### **3. Fungsi Kemampuan Motorik**

Tujuan dan fungsi kemampuan motorik sering tergambar dalam kemampuan anak menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dan seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan dalam melakukan tugas motorik yang dilakukannya efektif dan efisien (Depdiknas 2000: 7).

Fungsi kemampuan motorik menurut Cureton dalam Toho Cholik Mutohir dan Gusril (2004: 51), :

Fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas ketrampilan motorik yang khusus. Semua unsur-unsur motorik pada setiap anak dapat berkembang melalui kegiatan olahraga dan aktivitas bermain yang melibatkan otot. Semakin banyak anak mengalami gerak tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangannya dalam melakukan aktivitas motorik.

Sampai saat ini, belum terdapat ketepatan yang bersifat universal terhadap komponen dasar yang menjadi dasar kinerja jasmani, demikian guru, maupun pelatih olahraga kerap kali menggunakan tes-tes kemampuan motorik sebagai alat untuk melakukan identifikasi.

### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik**

Pada umumnya pembawaan merupakan faktor internal yang akan mempengaruhi kemampuan motorik. Namun di sisi lain, kemampuan motorik juga dapat ditingkatkan melalui latihan yang baik dan teratur. Dalam hal ini Sukintaka (2004: 79) berpendapat, “Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor yakni pertumbuhan



dan perkembangan”. Dari kedua faktor penentu ini masih harus didukung dengan latihan sesuai dengan kematangan anak dan gizi yang baik.

Pendapat lain dikemukakan Waharsono (1999: 17) bahwa,

Dalam kehidupan manusia selamanya dipengaruhi oleh sifat-sifat internal dan eksternal, sehingga pertumbuhan dan perkembangan fisiknya terpengaruh juga. Pertumbuhan dan perkembangan fisik anak yang telah dimiliki sejak lahir akan tumbuh dan berkembang secara wajar, bilamana mendapat rangsangan secara tepat waktu dan lingkungan yang memungkinkan serta tidak ada unsur paksaan.

Berdasarkan dua pendapat tersebut menunjukkan bahwa, faktor internal dan eksternal merupakan faktor yang selalu mempengaruhi kondisi seseorang. Faktor internal adalah faktor bawaan pada individu tersebut diantaranya :

a. Perkembangan

Menurut Arthathi (2009 : 87) perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi jaringan tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur, sebagai proses dari hasil diferensiasi sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ dan system organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya.

b. Pertumbuhan

Menurut Arthathi (2009 : 87) pertumbuhan adalah perubahan besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu yang bias dikur dengan ukuran berat (*gram, pound, kilogram*), ukuran panjang (*cm, meter*) umur tulang dan keseimbangan metabolic (reterensi kalsium dan nitrogen tubuh).

c. Jenis kelamin

Menurut Sugiyanto (2008 : 519) Pada umumnya anak laki- laki lebih baik dalam melakukan aktifitas yang memerlukan kekuatan dan

gerakan yang melibatkan otot besar atau gerakan kasar, sedangkan anak perempuan lebih baik dalam melakukan aktifitas fisik yang memerlukan kecermatan.

d. Intelegensi

Menurut Trisnowati (2006 : 134) intelegensi / kecerdasan adalah faktor yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerakan. Pada umumnya anak yang cerdas akan lebih memahami konsep untuk melakukan gerakan akan lebih cepat menguasainya, jika dibandingkan dengan orang yang bodoh.

e. Usia

Menurut Sugiyanto (2008 : 521) masa anak – anak merupakan masa yang tepat dalam usaha peningkatan ketrampilan, sebagai langkah awal pembentukan pola gerak yang baik dan pengembangan kesegaran jasmani.

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu diantaranya :

a. Latihan

Faktor latihan fisik sangat berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani. Menurut Sugiyanto (2008 : 521) latihan peningkatan daya tahan *cardiovascular* lebih baik dimulai sejak awal, dan peningkatan pada masa pertumbuhan lebih cepat di bandingkan masa dewasa.

b. Status Gizi

Menurut Trisnowati (2006 : 134) pada anak yang mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang agak lama, akan mengalami kelambatan pertumbuhan dan perkembangan. Anak yang memiliki status

gizi yang baik tentu perkembangan dan pertumbuhan akan seimbang dan baik.

## **5. Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Menurut Hasuki (2003: 47) Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional. Menurut Tri Ani Hastuti (2008: 62) Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Seperti pendapat Tri Ani Hastuti (2008: 62) Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Sedangkan menurut Rusli Lutan (2001: 15), artinya selain belajar anak dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, maka dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak.

Menurut Slameto (2005 : 2) mengemukakan secara psikologis belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari

interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku. Dengan demikian, belajar merupakan suatu perubahan tingkat laku yang relatif menetap dan terjadi sebagai akibat dari hasil latihan dan pengalaman. Latihan adalah kejadian yang sengaja dilakukan secara berulang-ulang, sedang pengalaman merupakan semua kejadian yang secara sengaja maupun tidak sengaja dialami oleh seseorang. Dengan demikian belajar motorik merupakan suatu proses perolehan kemampuan keterampilan gerak sebagai akibat latihan dan pengalaman, yang prosesnya tidak dapat diamati secara langsung, serta diduga perubahannya relatif permanen pada kemampuan perilaku keterampilan gerak.

Proses belajar gerak yang bertujuan untuk menguasai gerak berlangsung dalam tiga tahap (Depdiknas, 2004: 9) yaitu:

- a. Tahap kognitif  
Diawali dengan penerimaan informasi dan pembentukan gerak. Pada tahap ini gerakan masih kaku. Kurang terkoordinasi, kurang efisien. Pada tahap ini anak mencari bentuk gerak yang sesuai dengan dirinya.
- b. Tahap Asosiatif  
Pada tahap ini anak mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan dan akan tampak kinerja yang dilakukan mulai terkoordinasi. Gerakan sudah mulai terlihat adanya suatu bentuk gerakan yang dilakukan dengan baik oleh anak.
- c. Tahap otomatisasi  
Tahap otomatisasi merupakan tahap akhir dalam belajar gerak keterampilan. Pada tahap ini anak telah memasuki tahap otomatisasi karena ketrampilan gerak yang dilakukan secara otomatis.

Menurut Husdarta, J.S dan Yudha M. Saputra (2000 : 73), ruang lingkup pendidikan jasmani dapat dibagi menjadi empat kelompok, yaitu sebagai berikut:

- a. Pembentukan Gerak
  - 1) Memenuhi keinginan untuk bergerak

- 2) Menghayati ruang, waktu dan bentuk, termasuk perasaan irama
  - 3) Mengenal kemungkinan gerak diri sendiri
  - 4) Memiliki keyakinan gerak dan sikap (kinestik)
  - 5) Memperkaya kemampuan gerak
- b. Pembentukan Prestasi
- 1) Mengembangkan kemampuan kerja optimal melalui pengajaran ketangkasan
  - 2) Belajar mengarahkan diri untuk mencapai prestasi. Misalnya, dengan pembinaan kemauan, konsentrasi, keuletan.
  - 3) Menguasai emosi
  - 4) Belajar mengenal keterbatasan dan kemampuan diri
  - 5) Membentuk sikap yang tepat terhadap nilai yang terdapat dalam sehari-hari dan olahraga
- c. Pembentukan Sosial
- 1) Mengakui dan menerima peraturan dan norma bersama
  - 2) Belajar bekerjasama menerima pimpinan dan memimpin
  - 3) Belajar bertanggung jawab, berkorban, dan memberi pertolongan
  - 4) Mengembangkan pengakuan terhadap orang lain, sebagai diri pribadi dan rasa hidup bermasyarakat
  - 5) Belajar mengenal dan menguasai bentuk kegiatan pengisi waktu luang secara aktif
- d. Pertumbuhan
- 1) Meningkatkan syaraf untuk mampu melakukan gerak dengan baik dan berprestasi optimal
  - 2) Meningkatkan kesehatan atau kesegaran jasmani termasuk kemampuan bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan kebiasaan hidup sehat.

Dalam kurikulum pendidikan dasar telah dijelaskan fungsi pendidikan jasmani untuk siswa sekolah dasar (Depdiknas, 2004: 9), sebagai berikut :

- a. Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan.
- b. Meningkatkan kekuatan otot, yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.
- c. Meningkatkan daya tahan otot, yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
- d. Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas secara terus menerus dalam waktu relatif lama.
- e. Meningkatkan fleksibilitas, yaitu; rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.



## **6. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar**

Masa usia sekolah dasar kelas IV dan V antara usia 10-12 tahun merupakan individu yang sangat aktif dalam melakukan aktifitas fisik dan mengisi waktu luangnya. Mereka tidak bisa tinggal diam dan selalu bergerak hampir setiap stimulus atas rangsang yang datang dari sekelilingnya selalu dijawab dengan gerakan, mereka selalu ingin mengetahui dan mencoba suatu yang dilihatnya.

Perkembangan dari berbagai aspek sudah semakin baik. Walau demikian proses perkembangan anak masih terus berlanjut. Anak melakukan proses belajar dengan cara yang semakin komplek. Anak akan menggunakan panca inderanya untuk menangkap berbagai informasi dari luar. Anak mulai mampu membaca dan berkomunikasi secara luas. Masa usia sekolah dasar juga masa intelektual, karena keterburukan dan keinginan anak mendapatkan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman serta memiliki sifat yang sangat khas.

Menurut Abu Ahmadi dan Munawar (2005: 25) sifat khas anak kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar, kira-kira umur 9 sampai 13 tahun sebagai berikut:

- a. Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecendrungan untuk membandingkan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
- b. Amat realistik, ingin mengetahui, ingin belajar.
- c. Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori tafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor (bakat-bakat khusus)
- d. Sampai kira-kira umur 11 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Setelah kira-kira umur 11 tahun pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha menyelesaikannya sendiri.

- e. Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
- f. Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi tertarik kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri.

## **7. Karakteristik Anak SD Negeri 2 Sidobunder**

SD Negeri 2 Sidobunder memiliki letak geografis yang kurang strategis. Letak sekolah yang jauh dari lapangan desa Sidobunder menimbulkan beberapa permasalahan dalam pengajaran pendidikan jasmani. Salah satu permasalahan yang timbul adalah sarana prasarana. Karena lapangan adalah bagian penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Karakteristik siswa-siswi SD Negeri 2 Sidobunder, juga beragam. Saat jam istirahat kebanyakan siswa hanya bermain di depan kelas dengan alat seadanya karena tidak adanya lapangan sebagai tempat bermain saat jam istirahat berlangsung, atau ke warung dekat sekolah untuk membeli makanan. Hal ini berlangsung secara terus menerus. Sedangkan pada siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder saat menerima materi pendidikan jasmani di lapangan kebanyakan terlihat kurang begitu antusias. Selain itu saat menerima materi di lapangan siswa kebanyakan cepat mengalami kelelahan, cepat mengeluh apabila kondisi cuaca sedang kurang baik, terutama saat kondisi panas terik.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian yang penulis lakukan adalah :

1. Diyas Rifai yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Karangrejek Wonosari Gunungkitul Tahun Ajaran 2011/2012”.

Penelitian tersebut adalah penelitian deskriptif dengan metode survei dan menggunakan teknik tes dan pengukuran. Penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV, V dan VI Sekolah Dasar Negeri 1 Karangrejek, Wonosari, Gunungkidul dengan jumlah 55 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas atas SD N 1 Karangrejek, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul berkategori baik. Secara rinci kemampuan motorik siswa kelas atas SD N 1 Karangrejek Kecamatan Wonosari Kabupaten Gunungkidul tersebut adalah sebagai berikut : berkategori baik sebanyak 22 siswa (40%), berkategori sedang sebanyak 16 siswa (29,09%), berkategori kurang sebanyak 13 siswa (23,64%), berkategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (7,27%), dan tidak ada siswa yang berkategori baik sekali.

2. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini juga dilakukan oleh Windu Agung Prasetyo (2010) yang berjudul “ Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV, V, VI Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta”. Populasi penelitian ini adalah semua siswa kelas IV, V dan VI SD Wonokromo Pleret, Kabupaten Bantul yang berjumlah 37 siswa yang terdiri dari 20 siswa putra dan 17 siswa putri. Data dikumpulkan dengan menggunakan penelitian kuantitatif dengan disain penelitian deskriptif. Dapat didapat hasil penelitian (1) secara rinci terdapat 2 siswa (5,41%) dalam kategori kurang sekali, 10 siswa (27,03%) dalam kategori kurang, 15 siswa (40,54%) dalam kategori sedang, 9 siswa (24,32%) dalam kategori baik dan 1 siswa (2,70%) dalam keadaan baik sekali.

### C. Kerangka Berpikir

Konsep dasar pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak yang seluas-luasnya kepada siswa. Usia sekolah merupakan usia pada saat siswa sangat membutuhkan berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam. Rangsangan-rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar lebih semakin ditingkatkan secara optimal. Program pendidikan jasmani seharusnya memberikan kebebasan memilih bagi siswa dalam melakukan tugas gerakanya. Kegiatan-kegiatan dalam pendidikan jasmani semestinya dilakukan dengan bervariasi agar dapat memberikan kepuasan kepada anak bergerak sesuai minatnya, dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak.

Keterampilan gerak fisik yang diperoleh melalui pendidikan jasmani bukan saja berguna untuk menguasai cabang olahraga tertentu atau menjadi atlet berpretasi, tetapi berguna juga dalam kehidupan sehari-hari. Gerakan keterampilan merupakan salah satu kategori gerakan yang ketika melakukannya diperlukan koordinasi dan kontrol tubuh secara keseluruhan atau sebagian. Koordinasi dan kontrol tubuh yang baik akan meningkatkan keterampilan gerak. Oleh sebab itu, seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi akan lebih mudah melakukan tugas gerakanya, baik secara kualitas maupun kuantitas, serta mampu bertahan lebih lama dalam aktivitas yang intensif dan efektif jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan motoriknya rendah.

Keterampilan psikomotor, berhubungan dengan gerak yang benar, kecepatan gerakan sesuai tujuan yang akan dicapai, serta penggunaan tenaga yang minimal dengan pencapaian hasil yang maksimal. Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa kemampuan motorik mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Penelitian ini dilakukan pada kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

#### **B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian**

Untuk mencapai tujuan penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu variabel penelitian. Yang dimaksud variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2011 : 38). Variabel penelitian ini adalah kemampuan motorik kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013. Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan seseorang yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang dipelajari sehingga nantinya akan memberikan dampak dan perkembangan tersebut. Kemampuan motorik siswa SD N 2 Sidobunder diukur dengan pengukuran komponen fisik yaitu tes kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan dan kelincahan (Temu Hartana, 2008:33).

### **C. Subjek Penelitian**

Menurut (Sugiyono, 2011: 102) subjek penelitian adalah pihak-pihak yang dijadikan sampel dalam penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah semua siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen sebanyak 35 siswa. Subjek penelitian adalah keseluruhan populasi, dengan rincian kelas IV sebanyak 20 anak terdiri dari 12 anak laki – laki dan 8 anak perempuan, kelas V sebanyak 14 anak terdiri dari 4 anak perempuan dan 11 anak laki – laki.

### **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2011: 102). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik untuk anak sekolah dasar kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013. Tes kemampuan motorik digunakan untuk mengetahui kemampuan motorik masing-masing subjek. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur kemampuan motorik siswa SD usia 9 sampai 13 tahun menggunakan instrumen dari Temu Hartana (2008: 33) dalam skripsi yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Sanguwatang UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Karangjambu Kabupaten Purbalingga” , yang meliputi :

- a. Kecepatan diukur dengan lari cepat 40 meter dengan validitas sebesar 0,9890 dan Reliabilitas sebesar 0,9601.

- b. Kelincahan diukur dengan lari zig-zag dengan validitas sebesar 0,9810 dan Reliabilitas sebesar 0,9569.
- c. *Power* kaki diukur dengan lompat jauh tanpa awalan dengan validitas sebesar 0,9790 dan Reliabilitas sebesar 0,9477.
- d. Keseimbangan diukur dengan berdiri satu kaki dengan validitas sebesar 0,9330 dan Reliabilitas sebesar 0,8680.
- e. Koordinasi diukur dengan lempar tangkap bola kasti di dinding dengan validitas sebesar 0,9730 dan Reliabilitas sebesar 0,6117.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2011: 224)

Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan penyiapan alat-alat, penyiapan bahan, penyiapan siswa yang akan diambil datanya.

### b. Pelaksanaan Tes

Dalam tahap pelaksanaan tes dalam penelitian ini siswa terlebih dahulu siswa dibariskan, berdoa, pemanasan dan dilanjutkan dengan



pemberian penjelasan pelaksanaan tes. Semua siswa kelas IV, V yang berjumlah 35 siswa, kemudian siswa diinstruksikan untuk melakukan tes kemampuan motorik dimulai dari : 1. Lari 40 meter, 2. Lari zig-zag, 3. *standing broad jump*/lompat jauh tanpa awalan, 4. *stork stand*/berdiri satu kaki, 5. Lempar tangkap bola kasti pada dinding. Pada masing-masing pos secara bergantian, data yang diperoleh kemudian dicatat secara sistematis.

Pembantu pelaksanaan tes :

- 1) Sugiono, S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri 1 Sidobunder)
- 2) Sumarti, S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri 1 Bumirejo)
- 3) Restu Prihatiningsih, S.Pd (Guru Penjaskes SD Negeri 2 Krandegan)
- 4) Adib Mashuri, A.Ma (Guru Penjaskes SD Negeri 1 Madurejo)

c. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, dimana data dalam pengukuran dicatat sistematis.

## **E. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan presentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2011 : 147). Adapun langkah-langkah untuk mengklasifikasikan data penelitian adalah sebagai berikut:

## 1. Hasil Kasar

Hasil setiap butir tes yang dicapai oleh setiap siswa yang telah mengikuti tes tersebut hasil kasar. Tingkat kemampuan motorik kasar anak tidak dapat dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes yang telah dicapai, karena satuan ukuran yang digunakan masing-masing butir tidak sama, yaitu :

- a. Untuk butir tes lari jarak pendek 40 meter, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik).
- b. Untuk butir tes lari Zig-zag, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik).
- c. Untuk butir tes berdiri satu kaki, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik).
- d. Untuk butir tes Lompat jauh tanpa awalan, menggunakan satuan ukuran jarak (meter dan centimeter).
- e. Untuk butir tes lempar tangkap bola tenis pada dinding menggunakan satuan ukuran (frekuensi).

## 2. Nilai Tes

Hasil kasar yang masih merupakan satuan ukuran yang berbeda tersebut, perlu diganti dengan ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini dengan menggunakan *T-skor*. Menurut Rusli Rutan dan Adang Suherman (2000: 42) rumus *T-skor* sebagai berikut:

- a. Rumus *T-Skor* untuk tes lari jarak pendek dan lari zig-zag perhitungan waktu dengan satuan waktu semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang diperoleh.

$$T\text{-}Skor = 50 + \left( \frac{\bar{X} - X}{SD} \right) \cdot 10$$

- b. Rumus T-Skor untuk tes berdiri satu kaki, lompat jauh tanpa awalan dan lempar tangkap bola tenis ke dinding.

$$T\text{-}Skor = 50 + \left( \frac{x - \bar{x}}{SD} \right) \cdot 10$$

Kemudian dari nilai t-skor dari kelima item dijumlahkan dan dibagi lima sehingga didapatkan total *T-skor*. Hasil *T-skor* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik siswa. Untuk mengetahui batas nilai *T-skor* tiap masing-masing kategori yaitu menggunakan skor baku (*T-skor*). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (*T-skor*) dengan penilaian 5 kategori.

Menurut Syarifudin (2010: 113), penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Skor Kemampuan Motorik

No.	Rentangan Norma	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik Sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Keterangan :

X : Skor yang diperoleh  
SD : Standar Deviasi  
M : *Mean*

Sumber : (Syarifudin, 2010 :113).

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Deskripsi Tempat, Waktu dan Subjek Penelitian**

#### **1. Deskripsi Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di halaman SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen, yang beralamatkan di desa Sidobunder Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen.

#### **2. Deskripsi Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada pukul 07.00 sampai 10.30, hari Senin sampai Selasa, tanggal 3 Juni sampai 4 Juni 2013 di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013.

#### **3. Deskripsi Tempat penelitian**

Subjek penelitian yang digunakan adalah seluruh siswa/siswi kelas IV, V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen yang berjumlah 35 responden. Dengan rincian kelas IV sebanyak 20 anak terdiri dari 12 anak laki-laki dan 8 anak perempuan, kelas V sebanyak 14 anak terdiri dari 4 anak perempuan dan 11 anak laki-laki.

### **B. Deskripsi Data**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan obyek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Data kemampuan motorik siswa kelas IV/V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan tes kemampuan motorik sebagai berikut : kecepatan (lari 40 m), kelincahan (lari zig-zag), *power* (lompat jauh tanpa awalan), koordinasi (lempar tangkap bola), dan keseimbangan (berdiri dengan satu kaki. Data yang diperoleh dari penelitian ini kemudian dimasukkan dalam

norma kategori menjadi 5 kategori yaitu kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali. Berikut adalah hasil deskripsi data kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara keseluruhan dan diperinci berdasarkan jenis kelamin.

Secara keseluruhan, diperoleh nilai maksimum sebesar = 347,03; nilai minimum = 171,76; rerata = 250,11; standar deviasi = 39,95. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu kategori kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali berdasarkan nilai mean dan standar deviasi. Tabel 1 merupakan penghitungan norma kategori kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

**Tabel 1.** Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Formula	Kelas interval	Kategori
$X > M + 1,5 \text{ SD}$	$X > 310$	Baik Sekali
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	271 – 310	Baik
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	231 – 270	Sedang
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	190 – 230	Kurang
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	$X \leq 190$	Kurang Sekali

Keterangan: X = jumlah skor subjek,  
M = *mean*  
SD = simpangan baku

Mengacu pada kategorisasi kecenderungan yang telah dihitung tersebut, maka distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek

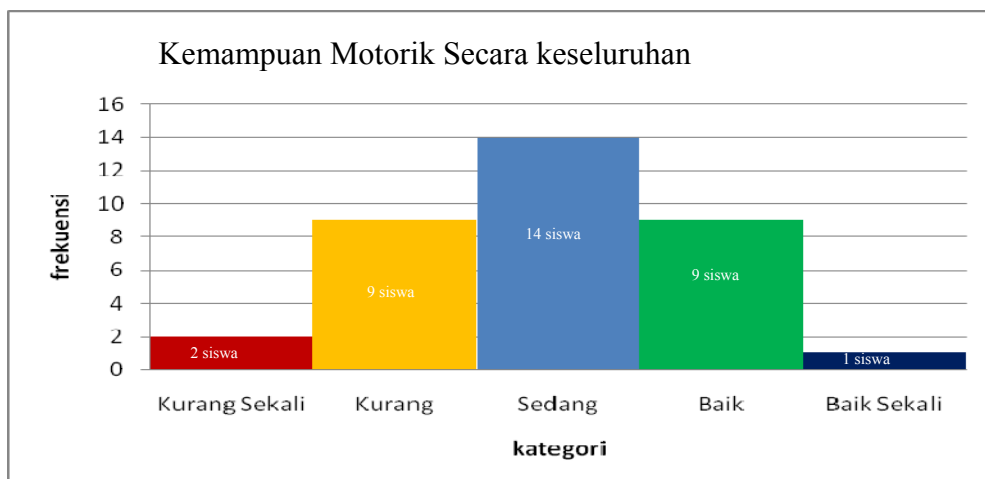
penelitian dapat diketahui. Tabel. 2 berikut merupakan distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara keseluruhan berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek penelitian.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 310	Baik Sekali	1	2,86%
2	271 – 310	Baik	9	25,71%
3	231 – 270	Sedang	14	40,00%
4	191 – 230	Kurang	9	25,71%
5	≤ 190	Kurang Sekali	2	5,71%
Jumlah			35	100,00%

Berdasarkan tabel di atas diperoleh kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder yaitu sebanyak 2 siswa (5,71%) masuk dalam kategori kurang sekali, 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori kurang, 14 siswa (40,00%) masuk dalam kategori sedang, 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (2,86%) masuk dalam kategori baik sekali.

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar histogram yang diperoleh:



**Gambar 1.** Histogram Kemampuan Motorik secara keseluruhan Siswa Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Apabila diperinci berdasarkan jenis kelamin maka diperoleh data sebagai berikut:

1. Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Berdasarkan jenis kelamin yaitu pada siswa putra, diperoleh nilai maksimum sebesar = 332,15; nilai minimum = 189,17; rerata = 249,79; standar deviasi = 39,07. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu kategori kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali berdasarkan nilai mean dan standar deviasi. Tabel 3 merupakan penghitungan norma kategori kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

**Tabel 3.** Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013

Formula	Kelas interval	Kategori
$X > M + 1,5 \text{ SD}$	$X > 308$	Baik Sekali
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	270 – 308	Baik
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	231 – 269	Sedang
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	192 – 230	Kurang
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	$X \leq 191$	Kurang Sekali

Keterangan: X = jumlah skor subjek

M = *mean*

SD = simpangan baku

Mengacu pada kategorisasi kecenderungan yang telah dihitung tersebut, maka distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek penelitian dapat diketahui. Tabel. 4 berikut merupakan distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara keseluruhan berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek penelitian.

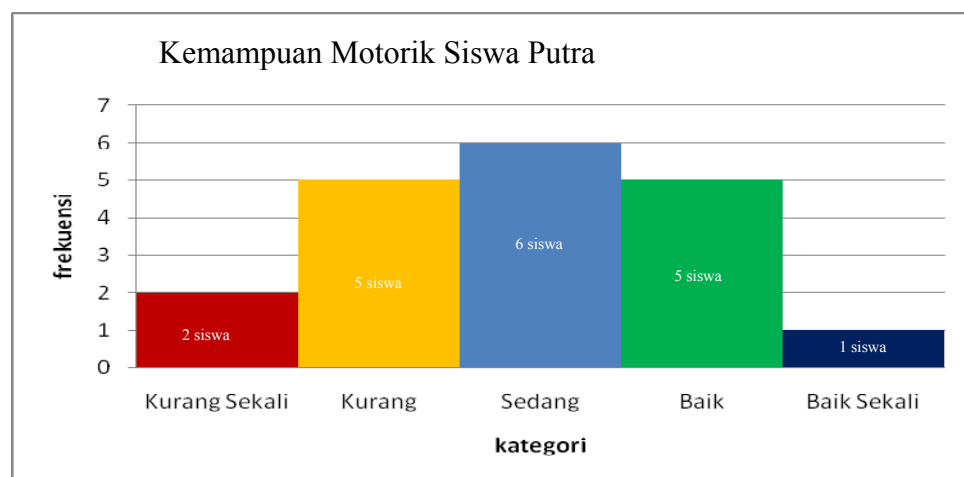
**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 308	Baik Sekali	1	5,26%
2	270 – 308	Baik	5	26,32%
3	231 – 269	Sedang	6	31,58%
4	192 – 230	Kurang	5	26,32%
5	≤ 191	Kurang Sekali	2	10,53%
Jumlah			19	100,00%



Berdasarkan tabel tersebut diperoleh kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 yaitu sebanyak 2 siswa (10,53%) masuk dalam kategori kurang sekali, 5 siswa (26,32%) masuk dalam kategori kurang, 6 siswa (31,58%) masuk dalam kategori sedang, 5 siswa (26,32%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (5,26%) masuk dalam kategori baik sekali.

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar histogram yang diperoleh:



**Gambar 2.** Histogram Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

2. Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Berdasarkan jenis kelamin yaitu pada siswa putri, diperoleh nilai maksimum sebesar = 317,36; nilai minimum = 183,39; rerata = 250,03; standar deviasi = 35,92. Selanjutnya data dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu kategori kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali berdasarkan nilai mean dan standar deviasi. Tabel 5 merupakan

penghitungan norma kategori kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

**Tabel 5.** Penghitungan Normatif Kategorisasi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013

Formula	Kelas interval	Kategori
$X > M + 1,5 \text{ SD}$	$X > 304$	Baik Sekali
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	269 – 304	Baik
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	233- 268	Sedang
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	197 – 232	Kurang
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	$X \leq 196$	Kurang Sekali

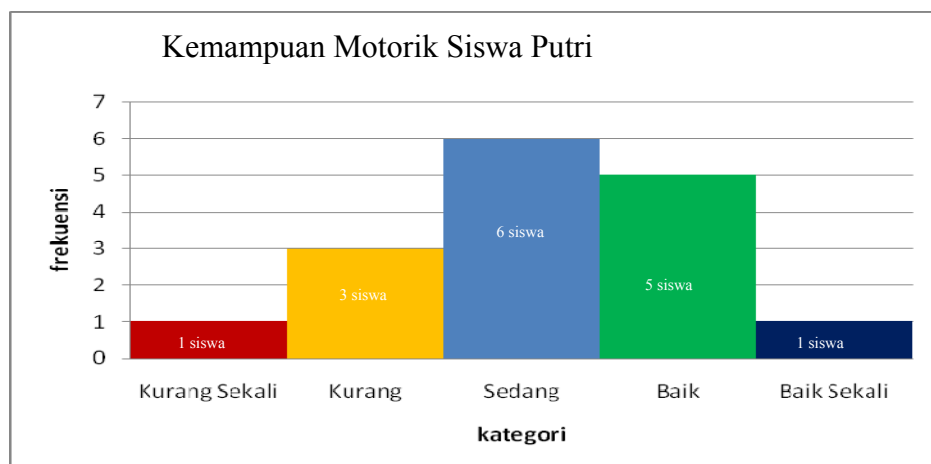
Keterangan: X = jumlah skor subjek,  
M = *mean*  
SD = simpangan baku

Mengacu pada kategorisasi kecenderungan yang telah dihitung tersebut, maka distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek penelitian dapat diketahui. Tabel 6 berikut merupakan distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara keseluruhan berdasarkan hasil tes kemampuan motorik pada subjek penelitian.

**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V Di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 304	Baik Sekali	1	6,25%
2	269 – 304	Baik	5	31,25%
3	233 – 268	Sedang	6	37,50%
4	197 – 232	Kurang	3	18,75%
5	≤ 196	Kurang Sekali	1	6,25%
Jumlah			16	100,00%

Berdasarkan tabel di atas diperoleh kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 yaitu sebanyak 1 siswa (6,25%) masuk dalam kategori kurang sekali, 3 siswa (18,75%) masuk dalam kategori kurang, 6 siswa (37,50%) masuk dalam kategori sedang, 5 siswa (31,25%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (6,25%) masuk dalam kategori baik sekali. Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar histogram yang diperoleh:



**Gambar 3.** Histogram Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013

### C. Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013. Kemudian diperoleh kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri secara keseluruhan dan jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik secara keseluruhan siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 sebanyak 2 siswa (5,71%) masuk dalam kategori kurang sekali, 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori kurang, 14 siswa (40,00%) masuk dalam kategori sedang, 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (2,86%) masuk dalam kategori baik sekali. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik secara keseluruhan siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder dalam kategori “sedang”.

Hasil penelitian kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 yaitu sebanyak 2 siswa (10,53%) masuk dalam kategori kurang sekali, 5 siswa (26,32%) masuk dalam kategori kurang, 6 siswa (31,58%) masuk dalam kategori sedang, 5 siswa (26,32%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (5,26%) masuk dalam kategori baik sekali. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder dalam kategori “sedang”.

Sedangkan hasil kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun

Ajaran 2012/2013 yaitu sebanyak 1 siswa (6,25%) masuk dalam kategori kurang sekali, 3 siswa (18,75%) masuk dalam kategori kurang, 6 siswa (37,50%) masuk dalam kategori sedang, 5 siswa (31,25%) masuk dalam kategori baik, dan 1 siswa (6,25%) masuk dalam kategori baik sekali. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder dalam kategori “sedang”.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder dalam kategori “sedang”. Hal ini terjadi dikarenakan berbagai faktor seperti faktor internal dan faktor eksternal.

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari diri sendiri yaitu

a. Perkembangan

Menurut Arthathi (2009 : 87) perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi jaringan tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur, sebagai proses dari hasil diferensiasi sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ dan system organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya.

b. Pertumbuhan

Menurut Arthathi (2009 : 87) pertumbuhan adalah perubahan besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu yang bias dikur dengan ukuran berat (*gram, pound, kilogram*), ukuran panjang (cm, meter) umur tulang dan keseimbangan metabolic (reterensi kalsium dan nitrogen tubuh).

c. Jenis kelamin

Menurut Sugiyanto (2008 : 519) Pada umumnya anak laki- laki lebih baik dalam melakukan aktifitas yang memerlukan kekuatan dan gerakan yang melibatkan otot besar atau gerakan kasar, sedangkan anak perempuan lebih baik dalam melakukan aktifitas fisik yang memerlukan kecermatan.

d. Intelegensi

Menurut Trisniwati (2006 : 134) intelegensi / kecerdasan adalah faktor yang sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerakan. Pada umumnya anak yang cerdas akan lebih memahami konsep untuk melakukan gerakan akan lebih cepat menguasainya, jika dibandingkan dengan orang yang bodoh.

e. Usia

Menurut Sugiyanto (2008 : 521) masa anak – anak merupakan masa yang tepat dalam usaha peningkatan ketrampilan, sebagai langkah awal pembentukan pola gerak yang baik dan pengembangan kesegaran jasmani.

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu yaitu

a. Latihan

Faktor latihan fisik sangat berpengaruh terhadap tingkat kesegaran jasmani. Menurut Sugiyanto (2008 : 521) latihan peningkatan daya tahan *cardiovascular* lebih baik dimulai sejak awal, dan peningkatan pada masa pertumbuhan lebih cepat di bandingkan masa dewasa. Untuk meningkatkan kemampuan motorik dapat dilakukan di

antaranya dengan menambah aktivitas fisik sesuai dengan kematangannya, seperti menggiatkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani.

b. Gizi

Menurut Trisnowati (2006 : 134) pada anak yang mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang agak lama, akan mengalami kelambatan pertumbuhan dan perkembangan. Anak yang memiliki status gizi yang baik tentu perkembangan dan pertumbuhan akan seimbang dan baik. Pemberian gizi kepada anak harus seimbang agar anak tidak mengalami kelambatan pertumbuhan. Kemampuan motorik siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder dalam kategori “sedang”. Maka perlu tugas guru memperhatikan jajanan yang ada di sekolah serta orang tua memberikan makanan yang bergizi agar dapat meningkatkan kualitas gerakanya yang lebih baik.

Hasil tersebut juga dipengaruhi oleh aktifitas pembelajaran penjas di sekolah karena keterbatasan sarana prasarana penjas dan guru dalam melaksanakan pembelajran kurang kreatif dan optimal. Sebaiknya guru menambah variasi permainan pada pembelajaran olahraga dan menggunakan sarana prasarana yang dimodifikasi, sehingga siswa terpacu dan tertarik untuk melaksanakan aktivitas olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013 secara rinci diperoleh sebanyak 1 siswa (2,86%) masuk dalam kategori “ baik sekali ”, sebanyak 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori “ baik ”, 14 siswa (40,00%) masuk dalam kategori “ sedang ”, sebanyak 9 siswa (25,71%) masuk dalam kategori “ kurang ”, dan sebanyak 2 siswa (5,71%) masuk dalam kategori “ kurang sekali ”. Dengan demikian, kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen adalah tergolong sedang.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan di atas penelitian ini berimplikasi pada :

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pihak-pihak yang terikat, yaitu bagi siswa untuk lebih bersungguh-sungguh dan mempunyai rasa senang saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, serta bagi guru pendidikan jasmani untuk lebih meningkatkan profesionalisme dalam mengajar pendidikan jasmani.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi wali murid dan sekolah dalam upaya mendidik anak didik agar lebih banyak memberikan kesempatan gerak secara luas terhadap anak sehingga



pertumbuhan dan perkembangan motorik anak dapat berkembang secara optimal.

### **C. Keterbatasan Hasil Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan lebih fokus. Namun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan, yaitu:

1. Sebelum dilaksanakan pengambilan data peneliti tidak memperhatikan kondisi fisik subjek penelitian. Hal itu dikarenakan peneliti tidak mampu untuk mengontrol aktivitas yang dilakukan subjek sebelum pengambilan data.
2. Dalam penelitian ini tidak mengukur daya tahan siswa, daya tahan sangat berpengaruh terhadap keseimbangan.
3. Peneliti tidak mengontrol kesungguhan para siswa dalam melakukan tes.

### **D. Saran-saran**

Sehubungan dengan hasil dari penelitian mengenai kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri 2 Sidobunder, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada guru dan orang tua agar tidak membatasi anak bergerak pada setiap kesempatan waktu luangnya.
2. Alat dan fasilitas pendukung kemampuan motorik anak perlu disediakan di sekolah agar anak memperoleh kesempatan bergerak dengan baik
3. Bagi peneliti yang akan datang hendaknya mengadakan penelitian lanjut tentang kemampuan motorik, dengan meningkatkan kuantitas dan

kualitasnya. Secara kuantitas adalah dengan menambah responden yang ada. Sedangkan secara kualitas adalah dengan menambah variabel lain sehingga kemampuan motorik siswa dapat terungkap semua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi dan Munawar Sholeh. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Agus S Suryobroto. (1999). *Majalah Ilmiah Olahraga*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Agus Sujanto. (1984). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Aris Munandar. (2012). *Kemampuan Motorik Kiswa Kelas atas SD Negeri 1 Sanguwatang Kecamatan Karangjambu Kabupaten Purbalingga. (Skripsi)* Yogyakarta: FIK UNY.
- Arthati. (2010). *Askeb Neonatus Bayi dan Balita*. Purwokerto: YLPP.
- Barrow, H.M. (1979). *A Particel Aproach to Measurement in Physical Education*. New York: Prentice.
- Depdiknas. (2000). *Standar Kompetensi : Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas <http://depdiknas.go.id>.
- \_\_\_\_\_. (2004). *Kurikulum 2004 : Standar Kompetensi, Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas.
- \_\_\_\_\_. (2007). *Tes Kemampuan Jasmani Indonesia*. Jakarta: Depdiknas.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Elizabeth B Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak Jilid I Edisi 6*. Jakarta: Erlangga.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini, Kajian Para Pakar*. Jakarta: Depdiknas.
- Husdrata, J.S, dan Yudha, M. Saputra. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdiknas.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS press.
- Johnson dan Nelson. (1986). *Principles of Sport, Training Sport, Verlag Berlin*. Diakses dari <http://www.Blog Olahraga 10 Komponen Kondisi Fisik.htm>. Pada tanggal 08 Mei 2013, Jam 12.30 WIB.
- Kirim Yanuar. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.

- M. Satojo. (1990). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Rusli Rutan dan Adang Suherman. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Rusli Rutan. (2001). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Setyo Nugroho. (2005). *Status Kemampuan Motorik Umum Siswa Sekolah Sepakbola di Kabupaten Sleman. Laporan Penelitian Mandiri*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Slameto. (2005). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyanto. (2008). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas terbuka..
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Sukadiyanto. (1997). *Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar. Penelitian*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (2002). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes* Jakarta: Depdikbud.
- Syamsu Yusuf. (2005). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Rosda Karya Remaja.
- Syarifudin. (2010). *Tes Prestasi Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Trisawati Tamat, (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Tri Ani HAstuti.(2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani.Jurnal Pendidikan Jasmanio Indonesia.(nomor 1, April tahun 2008).Hlm 62
- Toha Cholik Mutohir & Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Universitas Negeri Yogyakarta. (2011). *Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta: UNY.
- Zulkifli. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 301/UN.34.16/PP/2013 27 Mei 2013  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian  
Yth. : Ka. UPTD Kec. Puring  
Kebumen. Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Wahyudi  
NIM : 11601247315  
Program Studi : S1 PGSD Penjas  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Juni 2013  
Tempat/obyek : SD Negeri Sidobunder/siswa kelas IV dan V  
Judul Skripsi : Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Dan V Sekolah Dasar Negeri 2 Sidubunder Kec. Puring, Kab. Kebumen Tahun Ajaran 2012/2013.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 0012

Tembusan :  
1. Kepala Sekolah SD SD Negeri Sidobunder  
2. Koordinator S-1 PGSD Penjas  
3. Pembimbing TAS  
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan dari Kepala Sekolah



**PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN**  
**DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAAHRAGA**  
**UPT DINAS DIKPORA UNIT KECAMATAN PURING**  
**SD NEGERI 2 SIDOBUNDER**  
Alamat : Desa Sidobunder, Kec. Puring, Kab. Kebumen ☎ (54383)

**SURAT KETERANGAN**

NO: 800/111 /2013

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri 2 Sidobunder Upt Dinas Dikpora Unit Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen :

Nama : SLAMET HIDAYAT, S.Pd  
NIP : 19670402 198908 1 002  
: Kepala Sekolah Kepala SD Negeri 2 Sidobunder Upt  
Dinas Dikpora Unit Kecamatan Puring Kabupaten  
Kebumen

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa;

Nama : WAHYUDI  
Tempat,Tanggal Lahir : Kebumen, 08 Agustus 1988  
NIM : 11601247315  
Prodi : S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SD Negeri 2 Sidobunder Upt Dinas Dikpora Unit Kecamatan Puring Kabupaten Kebumen mulai bulan Juni guna menyusun skripsi dengan judul "KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV dan V SD NEGERI 2 SIDOBUNDER UPT DINAS DIKPORA UNIT KECAMATAN PURING KABUPATEN KEBUMEN "

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECEK, MENENGAH

## BALAI METROLOGI

Jl. Balaingmangrove No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

### SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE

Number : 2564 / MET / SW - B4 / VII / 2012

No. Order : 003699

Diterima tgl : 10 Agustus 2012

#### ALAT

Equipment

Nama : Stopwatch  
Kapasitas : 9 jam  
Daya Baca : 0,01 detik  
Accuracy

Tipe/Model

Type/Model

Nomor Seri

Serial number

Merak/Duahan

Field Mark/Marketer

Wagi

#### PEMILIK

Owner

Nama

Name

Alamat

Address

Rudi Umar Widaksono

Bojongsari RT 03/04 Alian Kebumen

#### METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode

Method

Standar

Standard

Telusuran

Traceability

ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument

Casio HS-50TW IDF

Terfelukur ke satuan SI Direktorat Metrologi  
Bandung

#### TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibration

#### LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

#### KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

Environment condition of calibration

#### HASIL

Result

10 Agustus 2012

Balai Metrologi Yogyakarta

Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

Lihat selengkapnya

Yogyakarta, 13 Agustus 2012



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENYALIN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DAN SERTIFIKAT INI TANPA SETOR KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA



**LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI**  
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

**I. DATA KALIBRASI**  
Calibration data

1. Referensi

2. Dikalibrasi oleh : Ida Suryani Lestari, SH NIP. 19682505.199102.2.001  
Calibrated by

**II. HASIL KALIBRASI**  
Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00.01'00"00	00.01'00"06
00.05'00"00	00.05'00"04
00.10'00"00	00.10'00"02
00.15'00"00	00.15'00"02
00.30'00"00	00.30'00"04
00.59'00"00	00.59'00"02

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian





Gana SE MM  
NIP. 19810807.198202.1.007

Halaman 2 dari 2 Halaman

FBM.22-82.T

Lampiran 3. Surat Keterangan dari Balai Metrologi

 <p>PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAMA KECIL MENENGAH <b>BALAI METROLOGI</b> Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>		
<b>SERTIFIKAT PENERAAN</b> <small>VERIFICATION CERTIFICATE</small> Nomor : 2659 / MEY / UP - 282 / VII / 2012 <small>Number</small>		
		No. Order : 003699 Diterima tgl : 10 Agustus 2012
<b>ALAT</b> <small>Equipment</small> Nama : Ben Ukur Kapasitas : 50 meter Daya Baca : 2 mm <small>Name Capacity Accuracy</small>		Tipe/Model : Nomor Seri : Merek/Buatan : <small>Type/Model Serial number Trade Mark / Manufacturer</small>
<b>PEMILIK</b> <small>Owner</small> Nama : Budi Umar Wicaksono Alamat : Bojongsari RT 04/04 Alan Kebumen <small>Name Address</small>		
<b>METODE, STANDART, TELUSURAN</b> <small>Method, Standard, Traceability</small> Metode : Standard : Telusuran : <small>Method Standard Traceability</small>		SK Ditjen PON No 32/ PON /KEP/3/2010 Komparator 10 m Terelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung
<b>TANGGAL TERA ULANG</b> <small>Date of Verification</small> <b>LOKASI TERA ULANG</b> <small>Location of Verification</small> <b>KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG</b> <small>Environmental condition of Verification</small> <b>HASIL TERA ULANG</b> <small>Result of verification</small> <b>DITERA ULANG KEMBALI</b> <small>Reverification</small>		: 10 Agustus 2012 : Balai Metrologi Yogyakarta : Suhu : 30°C , Kelembaban : 55% : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2012 : 10 Agustus 2013
		
Halaman 1 dari 2 Halaman		FBM 22-01 T
<small>DILARANG MENGGANCAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUPNYA IS/ DATA SERTIFIKAT INI TANPA SEizin KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA</small>		

**LAMPIRAN SERTIFIKAT PENERAAN**  
**ATTACHMENT OF VERIFICATION CERTIFICATE**

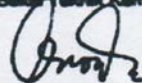
**I. DATA PENERAAN**  
**Verification data**

1. Referensi :-  
2. Ditara ulang oleh : Ida Buryanti Lestari, SH NIP. 19882505.198102.2.001  
Verified by

**II. HASIL**  
**Result**

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 1.000	999,9
0 - 2.000	1.999,6
0 - 3.000	2.999,9
0 - 4.000	3.999,4
0 - 5.000	4.999,2

Kepala Balai Teknik Kemetrologian



Gono SE MM  
NIP. 19610807.198202.1.007

Halaman 2 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T

## Lampiran 4. Data Penelitian

NO. Subjek	Nama siswa	Tempat Tanggal lahir	Kelas	JENIS KELAMIN	KECEPATAN	<i>t</i> <i>score</i>	KELINCAHAN	<i>t</i> <i>score</i>	POWER	<i>t</i> <i>score</i>	KOORDINASI	<i>t</i> <i>score</i>	KESEIMBANGAN	<i>t</i> <i>score</i>	Jumlah <i>t-score</i>	Kategori
1	DF	Kebumen, 3/02/2001	V	L	7,05	60	12,59	69	1,8	64	15	69	11,53	46	308	Baik
2	AS	Kebumen, 7/10/2001	V	L	7,59	54	12,51	70	1,5	50	14	67	22	60	301	Baik
3	FS	Kebumen, 22/12/2000	V	L	6,79	63	12,51	70	1,75	62	7	52	23,85	62	309	Baik
4	DE	Kebumen, 20/02/2001	V	L	7,11	59	13,35	62	1,7	60	10	59	30,3	71	310	Baik
5	SG	Kebumen, 01/06/2000	V	L	6,57	66	13,3	62	2,1	78	15	69	31,85	73	347	Baik sekali
6	ST	Kebumen, 02/09/2001	V	P	8,42	44	14,45	51	1,5	50	3	44	12,56	47	237	Sedang
7	TA	Kebumen, 16/02/2002	V	P	6,94	61	14,28	53	1,6	55	2	42	19,37	56	267	Sedang
8	WA	Kebumen, 11/11/2001	V	L	6,47	67	13,65	59	1,72	60	12	63	22,8	61	309	Baik
9	YG	Kebumen, 11/01/2002	V	L	7,72	52	14,79	48	1,5	50	4	46	27,6	67	264	Sedang
10	AF	Kebumen, 03/05/2001	V	L	8,13	47	14,26	53	1,6	55	11	61	15,25	51	267	Sedang
11	EK	Kebumen, 27/10/2002	V	P	7,42	56	14,91	47	1,7	60	8	55	18,5	55	271	Baik
12	EKP	Kebumen, 25/04/2002	V	L	7,5	55	13,97	56	1,5	50	5	48	4,65	37	246	Sedang
13	AND	Kebumen, 02/10/2002	V	P	8,81	40	16,62	30	1	28	0	38	4,26	36	172	Kurang sekali
14	PR	Kebumen, 07/04/2002	V	L	6,99	61	14,56	50	1,8	64	12	63	8,53	42	280	Baik
15	RZ	Kebumen, 20/06/2002	V	L	7,48	55	14,12	54	1,55	53	8	55	21,2	59	275	Baik
16	RY	Purworejo, 25-12-2001	IV	L	7,88	50	14,3	53	1,5	50	12	63	14,7	50	266	Sedang
17	FF	Kebumen, 06-10-2002	IV	P	8,83	39	16	36	1,12	33	2	42	16,72	53	203	Kurang
18	WM	Kebumen, 07-07-2002	IV	L	7,79	51	14,58	50	1,4	46	4	46	8,42	42	235	Sedang
19	WA	Kebumen, 28-03-2002	IV	P	7,73	52	15,16	44	1,47	49	3	44	15,87	52	241	Sedang
20	GLG	Bandung, 08-04-2002	IV	L	7,33	57	13,16	63	1,5	50	13	65	10,64	45	280	Baik
21	SFT	Kebumen, 05-09-2002	IV	P	8,49	43	15,97	36	1,5	50	5	48	11,16	45	224	Kurang
22	MHR	Kebumen, 17-01-2003	IV	L	8,16	47	14,96	46	1,4	46	7	52	8,96	43	234	Sedang

23	WS	Kebumen, 20-02-2003	IV	L	7,66	53	14,54	50	1,45	48	11	61	7,38	41	253	Sedang
24	DA	Kebumen, 28-04-2003	IV	P	7,66	53	15,05	45	1,45	48	2	42	7,41	41	229	Kurang
25	RS	Kebumen, 08-07-2003	IV	P	8,02	49	15,63	40	1,6	55	3	44	10,61	45	232	Sedang
26	ER	Kebumen, 02-08-2003	IV	P	9,24	35	15,13	45	1,4	46	2	42	13,8	49	216	Kurang
27	PI	Kebumen, 15-08-2003	IV	L	8,55	43	15,31	43	1,38	45	2	42	13,3	48	221	Kurang
28	DIP	Kebumen, 31-11-2003	IV	P	9,04	37	15,73	39	1,45	48	1	40	9,27	43	207	Kurang
29	HMD	Jakarta, 01-11-2003	IV	P	7,53	54	15,5	41	1,4	46	2	42	23,2	61	245	Sedang
30	MMEL	Kebumen, 17-02-2004	IV	P	8,46	44	14,48	51	1,35	44	3	44	27,02	66	248	Sedang
31	HEL	Kebumen, 21-02-2004	IV	P	8,41	44	16,08	35	1,2	37	0	38	6,09	39	193	Kurang
32	RIZ	Kebumen, 01-04-2004	IV	L	8,67	41	14,53	50	1,3	41	3	44	10,25	44	221	Kurang
33	SAD	Purworejo, 02-07-2004	IV	P	9,36	33	13,55	60	1,25	39	0	38	9,13	43	213	Kurang
34	AL	Jakarta, 23-12-2003	IV	P	10,16	24	14,87	47	1,1	32	0	38	8,04	41	182	Kurang sekali
35	AGS	Cilacap, 28-12-2002	IV	L	6,77	63	15,34	43	1,7	60	3	44	5,8	38	248	Sedang

## Lampiran 5. Statistik penelitian

### Frequencies

#### Statistics

keseluruhan

N	Valid	35
	Missing	0
Mean		250.11
Median		246.00
Mode		221 <sup>a</sup>
Std. Deviation		39.957
Variance		1.597E3
Minimum		172
Maximum		347

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

#### keseluruhan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 172	1	2.9	2.9	2.9
182	1	2.9	2.9	5.7
193	1	2.9	2.9	8.6
203	1	2.9	2.9	11.4
207	1	2.9	2.9	14.3
213	1	2.9	2.9	17.1

216	1	2.9	2.9	20.0
221	2	5.7	5.7	25.7
224	1	2.9	2.9	28.6
229	1	2.9	2.9	31.4
232	1	2.9	2.9	34.3
234	1	2.9	2.9	37.1
235	1	2.9	2.9	40.0
237	1	2.9	2.9	42.9
241	1	2.9	2.9	45.7
245	1	2.9	2.9	48.6
246	1	2.9	2.9	51.4
248	2	5.7	5.7	57.1
253	1	2.9	2.9	60.0
264	1	2.9	2.9	62.9
266	1	2.9	2.9	65.7
267	2	5.7	5.7	71.4
271	1	2.9	2.9	74.3
275	1	2.9	2.9	77.1
280	2	5.7	5.7	82.9
301	1	2.9	2.9	85.7
308	1	2.9	2.9	88.6
309	2	5.7	5.7	94.3
310	1	2.9	2.9	97.1
347	1	2.9	2.9	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**Kategori**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid baik sekali	1	2.9	2.9	2.9
baik	9	25.7	25.7	28.6
sedang	14	40.0	40.0	68.6
kurang	9	25.7	25.7	94.3
kurang sekali	2	5.7	5.7	100.0
Total	35	100.0	100.0	



## Lampiran 6. Foto dokumentasi penelitian



Gambar 1. Halaman depan SD Negeri 2 Sidobunder.



Gambar 2. Siswa melakukan pemanasan sebelum tes kemampuan motorik.



Gambar 3. Siswa melakukan tes kekuatan *power* (lompat jauh tanpa awalan).



Gambar 4. Siswa melakukan tes kekuatan *power* (lompat jauh tanpa awalan).





Gambar 5. Siswa melakukan tes keseimbangan (berdiri satu kaki)



Gambar 6. Siswa melakukan tes keseimbangan (berdiri satu kaki)



Gambar 7. Siswa melakukan tes kelincahan(lari zig-zag).



Gambar 8. Siswa melakukan tes kelincahan(lari zig-zag)





Gambar 9. Siswa melakukan tes kecepatan (lari 40 meter).



Gambar 10. Siswa melakukan tes kecepatan ( lari 40 meter).



Gambar 11. Siswa melakukan tes koordinasi ( lempar tangkap bola ke dinding ).



Gambar 12. Siswa melakukan tes koordinasi ( lempar tangkap bola ke dinding ).

### FORMULIR HASIL PENGUKURAN

NAMA : .....

TEMPAT TANGGAL LAHIR : .....

UMUR : .....TAHUN

KELAS : .....

ASAL SEKOLAH : .....

ALAMAT RUMAH : .....

No	Item Tes	Hasil Pengukuran
1	Lari 40 meter	
2	Lompat jauh tanpa awalan	
3	Lari zig-zag	
4	Berdiri satu kaki	
5	Lempar tangkap bola kasti	

Sidobunder, .....2013

Testor

(.....)