

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS I SEKOLAH DASAR  
DI PONDOK PESANTREN SUNAN PANDANARAN**

**SKRIPSI**

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



Oleh:  
**TURVINA ENDANG PURWANINGSIH**  
11601241037

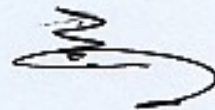
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
APRIL 2015**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi yang berjudul **"Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas I Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran"** yang disusun oleh Turvina Endang Purwaningsih, NIM 11601241037 ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 25 Maret 2015

Dosen Pembimbing,



Dr. Panggung Sutopo, MS

NIP. 19590728 198601 1 001

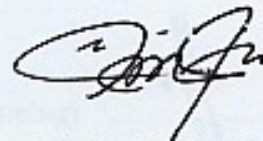
## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas I Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran" benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata tulis 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, 25 Maret 2015

Yang menyatakan,



Turvina Endang P

NIM. 11601241037



## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS I SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN SUNAN PANDANARAN" yang disusun oleh Turvina Endang Purwaningsih, NIM 11601241037 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 9 April 2015 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Panggung Sutapa, M.S	Ketua Penguji		16/4-2015
Hari Yulianto, M.Kes	Sekretaris Penguji		15/4-2015
Amat Komari, M.Si	Penguji-I (Utama)		14/4-2015
Dr. Guntur	Penguji II (Pendamping)		14/4-2015

Yogyakarta, April 2015  
Fakultas Ilmu Keolahragaan



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

## **MOTTO**

- “Kita tidak akan pernah tahu, jika kita tidak pernah mencoba”

(HITAM-PUTIH)

- “Wahai Allah, limpahkanlah rahmat dan salam yang sempurna kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. semoga terurai dengan berkahnya segala macam buhulan dilepaskan dari segala kesusahan, tunaikan segala macam hajat, dan tercapai segala macam keinginan dan husnul khotimah, dicurahkan air hujan (rahmat) dengan berkah pribadinya yang mulia. semoga rahmat dan salam yang sempurna itu juga tetap tercurah kepada para keluarga dan sahabat beliau, setiap kedipan mata dan hembusan nafas, bahkan sebanyak pengetahuan-Mu.”

(Shalawat Nariyah)

## **PERSEMBAHAN**

Kupersembahkan karya sederhana ini untuk :

1. Eyang kakung dan eyang putri, *Alm. Moelyo* dan *Almh. Sri Subandiyah* tanpa nasehat-nasehat mereka, saya tidak akan bisa seperti ini walau Allah SWT lebih menyayangi mereka sebelum bisa melihat cucunya sukses.
2. Ayah *Turmuji* dan Mama *Eko Budiningsih* yang telah mencurahkan segala upaya usaha dan do'a serta dukungan sehingga saya bisa seperti ini.
3. Adik-adik saya, *Dwi Sinta Agustin* dan *Sandi Darma Putra* yang telah rela membagi waktunya untuk saling bercanda tawa disela-sela kesibukan masing-masing.
4. Seluruh keluarga besar *Hadi Warsito* yang telah memberikan do'a dan dukungan.

# **TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS 1 SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN SUNAN PANDANARAN**

Oleh:

Turvina Endang Purwaningsih

11601241037

## **Abstrak**

Anak pondok pesantren cenderung kurang dalam kegiatan olah gerak, dikarenakan pondok pesantren lebih mengutamakan kependidikan di bidang keagamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran, dengan jumlah keseluruhan adalah 34 anak yang terdiri dari 18 laki-laki dan 16 perempuan. Teknik pengambilan data menggunakan tes untuk mengukur kemampuan motorik, yang terdiri dari 5 item tes, yaitu lari bolak-balik, lari jarak pendek 20 meter, tendang bola ke dinding, lempar bola tennis ke dinding, dan lempar bola softball. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian diperoleh kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran secara keseluruhan adalah berbeda. Secara rinci, sebanyak 1 siswi (6.25%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 4 siswi (25%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 6 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswi (12.5%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 8 siswa (44.44%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Kesimpulan yang didapat bahwa kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran berbeda-beda, atau bervariasi, dari yang kurang sekali sampai yang sangat baik.

Kata Kunci : *Kemampuan Motorik, Siswa Kelas 1*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur dihaturkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis bisa menjalankan dan menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS I SEKOLAH DASAR DI PONDOK PESANTREN SUNAN PANDANARAN” dengan lancar.

Selama proses penyusunan tugas akhir skripsi ini pastilah ada kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya akhirnya tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan, dukungan dan do’a berbagai pihak, terutama pembimbing tugas akhir skripsi. Oleh karena itu disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarno, M.S Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Amat Komari, M.Si Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan persetujuan tugas akhir skripsi.
4. Bapak R. Sunardianta, M.Kes. selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan pengarahan dan saran selama penulis menempuh perkuliahan.



5. Bapak Dr. Panggung Sutapa, M.S. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah berkenan dengan ikhlas memberikan waktu serta ilmu yang bermanfaat dan memberikan yang terbaik demi terselesaikannya penulisan tugas akhir skripsi ini.
6. Bapak Turmuji dan Ibu Eko Budiningsih selaku orang tua penulis yang telah memberikan bantuan secara materi dan moral.
7. Kepala Pondok Pesantren Sunan Pandanaran, Kepala Sekolah, Guru, Staff dan peserta didik MI Sunan Pandanaran yang telah banyak membantu selama proses penelitian.
8. Taat Setiawan yang telah memberikan waktu, motivasi, kesabaran, perhatian, dan do'a kepada penulis hingga saat ini.
9. Rizka Restuningjati, Tria Purwanti, Faisal Imam Wicaksana dan seluruh teman PJKR A 2011 atas kebersamaan, persahabatan serta bantuan selama menempuh perkuliahan hingga saat ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu dalam menyelesaikan penulisan laporan penelitian ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang budiman.

Yogyakarta, 25 Maret 2015

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORI.....	7
A. Deskripsi Teori.....	7
1. Pengertian Kemampuan Motorik.....	7
2. Fungsi Kemampuan Motorik.....	9
3. Jenis-jenis Motorik.....	10
4. Unsur-unsur Kemampuan Motorik.....	11
5. Karakteristik Anak Sekolah Dasar.....	17
6. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	20
7. Hakekat Pondok Pesantren.....	23
B. Penelitian yang Relevan.....	25
C. Kerangka Berpikir.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Desain Penelitian.....	28
B. Definisi Operasional.....	28
C. Populasi.....	29
D. Instrumen Penelitian.....	29
E. Teknik dan Analisis Data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Deskripsi Waktu dan Data Hasil Penelitian.....	34

B. Hasil Penelitian.....	34
C. Pembahasan.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. Kesimpulan.....	60
B. Implikasi Penelitian.....	61
C. Keterbatasan Penelitian.....	61
D. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	65

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Instrumen dan Parameter.....	29
Tabel 2. Validitas.....	30
Tabel 3. Reliabelitas.....	31
Tabel 4. Kategori T-Skor.....	33
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari Siswi.....	35
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kelincahan <i>Shuttle Run</i> Siswi.....	37
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki Siswi.....	38
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Siswi.....	40
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Siswi.....	42
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswi.....	43
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kecepatan Lari Siswa.....	45
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kelincahan <i>Shuttle Run</i> Siswa.....	47
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki Siswa.....	48
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Siswa.....	50
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Siswa.....	52
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa.....	53

## DAFTAR HISTOGRAM

	Halaman
Gambar 1. Histogram Kecepatan Lari Siswi.....	35
Gambar 2. Histogram Kelincahan <i>Shuttle Run</i> Siswi.....	37
Gambar 3. Histogram Koordinasi Mata dan Kaki Siswi.....	39
Gambar 4. Histogram Koordinasi Mata dan Tangan Siswi.....	40
Gambar 5. Histogram Daya Ledak Siswi.....	42
Gambar 6. Histogram Kemampuan Motorik Siswi.....	44
Gambar 7. Histogram Kecepatan Lari Siswa.....	46
Gambar 8. Histogram Kelincahan <i>Shuttle Run</i> Siswa.....	47
Gambar 9. Histogram Koordinasi Mata dan Kaki Siswa.....	49
Gambar 10. Histogram Koordinasi Mata dan Tangan Siswa.....	51
Gambar 11. Histogram Daya Ledak Siswa.....	52
Gambar 12. Histogram Kemampuan Motorik Siswa.....	54



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Prosedur Pelaksanaan Tes.....	65
Lampiran 2. Tabulasi Data Penelitian.....	70
Lampiran 3. Deskriptif Statistik.....	72
Lampiran 4. Dekriptif Data Siswi.....	73
Lampiran 5.Deskriptif Data Motorik Siswi.....	79
Lampiran 6. Deskriptif Data Siswa.....	81
Lampiran 7.Deskriptif Data Motorik Siswa.....	87
Lampiran 8. Dokumen Pelaksanaan Tes.....	89
Lampiran 9. Surat Ijin Permohonan Fakultas Ilmu Keolahragaan.....	92
Lampiran 10. Surat Ijin Permohonan Setda Provinsi DIY.....	93
Lampiran 11. Surat Ijin Permohonan Kantor Kesatuan Bangsa.....	94
Lampiran 12. Surat Ijin Permohonan BAPPEDA Sleman.....	95
Lampiran 13. Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian.....	96
Lampiran 14. Surat Kalibrasi.....	97

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Negara Indonesia sudah cukup terkenal dengan olahraganya bagus, mulai dari olahraga yang paling mudah dilakukan sampai keolahraganya yang sukar dilakukan sehingga membutuhkan pengawasan khusus. Begitu pula dengan penduduk di Daerah Istimewa Yogyakarta, yang daerahnya terletak di bagian pesisir sebelah selatan pantai Pulau Jawa. Daerah Istimewa Yogyakarta dikenal juga sebagai kota pelajar, banyak orang yang rela jauh-jauh datang untuk menuntut ilmu di Yogyakarta. Untuk menunjang itu semua sekarang sudah banyak didirikannya sekolah umum dan sekolah dengan keunggulan khusus. Salah satunya adalah pondok pesantren.

Pondok pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan yang mengajarkan lebih mendalam tentang agama Islam. Salah satu pondok pesantren yang berada di Yogyakarta adalah Sunan Pandanaran yang beralamat di desa Candi, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman ini berada di daerah pedesaan. Di pondok pesantren Sunan Pandanaran terdapat berbagai amal usaha yang salah satunya yaitu pondok pesantren. Banyak orang tua yang mendaftarkan anaknya di pondok pesantren Sunan Pandanaran agar kelak anaknya dapat menjadi anak yang sholeh sholehah dan berakhlak baik. Di pondok pesantren Sunan Pandanaran didirikan semata-mata agar anak yang didaftarkan dapat menempuh pendidikan

yang sama dengan anak lainnya dengan agama sebagai patokan utama dalam pembelajaran.

Kegiatan sehari-hari dilingkungan pondok pesantren yang diikuti yaitu seperti, fikih, akidah, bahasa arab, dan masih banyak lagi pelajaran yang harus dipelajari. Untuk penjasorkes di pondok pesantren juga hanya melakukan sebanyak seminggu sekali dikegiatan belajar mengajar di sekolahan. Anak pondok pesantren hanya lebih padat jadwal untuk belajarnya dibandingkan dengan anak sebaya lainnya, sehingga waktu untuk bermainnya berkurang. Anak-anak pondok pesantren dituntut untuk bisa meningkatkan prestasi dalam bidang agama, sedangkan disisi lain dituntut untuk dapat menumbuh kembangkan kemampuan psikomotor dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari yang bisa diselesaikan hanya dengan olahraga.

Olahraga di pondok pesantren sering kali diremehkan terutama untuk anak-anak usia sekolah dasar dengan kisaran umur 6-7 tahun. Gerak motor anak usia 6-7 tahun berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari dan kesalahan gerak akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan serta perkembangan anak. Gerak dasar yang baik akan menimbulkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak. Permulaan masa pertengahan dan akhir anak-anak akan ditandai dengan masuknya anak ke kelas satu sekolah dasar. Bagi sebagian besar anak, hal ini merupakan perubahan besar dalam pola kehidupannya. Sebab, masuk kelas satu merupakan peristiwa penting bagi anak yang dapat mengakibatkan terjadinya

perubahan dalam sikap, nilai, dan perilaku. Inilah sebabnya penting bagi usia anak 6-7 tahun atau siswa kelas 1 sekolah dasar untuk mempelajari sebanyak mungkin gerak dasar dalam kehidupan sebelum dewasa. Lari, lompat, loncat tali, dan jalan adalah pola gerak dasar. Individu yang telah memiliki keterampilan gerak yang banyak pada usia muda dapat melakukan pola-pola gerak yang rumit dalam tahun-tahun berikutnya. Gerak yang dilakukan merupakan aktifitas yang bersifat psikomotor. Aktifitas psikomotor terutama berorientasi pada gerakan yang dilakukan badan dan menekankan pada respon-respon fisik yang dapat dilihat atau dibentuk gerakannya dilakukan oleh badan.

Uraian masalah cukup untuk menggambarkan bahwa ternyata pendidikan olahraga sangat berperan dalam pencapaian tujuan pendidikan. Tidak hanya intelektualnya saja, melainkan gerak tubuh juga berpengaruh, masyarakat juga beranggapan bahwa mata pelajaran olahraga merupakan bidang studi yang dipandang remeh di sekolah tidak terlalu penting. Padahal tanpa ada aktifitas gerak tubuh manusia tidak akan terlatih ototnya dan mengakibatkan daya tahan tubuh menjadi lemah.

Keadaan menunjukan kemampuan motorik berpengaruh kepada peserta didik yang di pondok pesantren terutama untuk anak kelas 1 sekolah dasar sebagai dasar perubahan pola kehidupannya kelak setelah beranjak dewasa, karena dasar dari kemampuan dan keterampilan yaitu gerak atau meningkatnya keterampilan berolahraga dengan banyak gerak (berlatih). Dalam aktifitas tersebut terlihat bahwa anak memiliki berbagai

nuansa gerak dan ini tentu saja sangat berpengaruh terhadap kemampuan motorik anak tersebut.

Murid pondok pesantren pada dasarnya sudah dapat dilihat seberapa jauh kemampuan motoriknya, mengingat sebagian besar sudah mulai belajar gerak sambil bermain. Untuk hasil olah gerak tersebut akan sangat berbeda dengan anak umum pada biasanya karena anak pondok pesantren hanya asal bermain saja atau asal gerak, tidak ada latihan khusus. Mengetahui kemampuan motorik anak didik secara akurat merupakan salah satu kunci sukses usaha pendidikan. Artinya, guru akan mengetahui kemampuan dan kebutuhan anak, sehingga guru dapat menentukan bahan dan metode penyampaian yang sesuai dengan keadaan anak didik. Berdasarkan observasi dan pengamatan, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang tingkatan kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan dari uraian latar belakang tersebut masalah yang dikemukakan, maka dapat disampaikan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Aktivitas gerak di pondok pesantren belum dapat dikembangkan.
2. Belum adanya kegiatan untuk meningkatkan kemampuan motorik anak di lingkungan pondok pesantren.
3. Adanya kekurangan kesempatan aktifitas gerak anak.



4. Belum diketahui kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren.

### **C. Batasan Masalah**

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, maka dalam penelitian ini hanya dibatasi pada kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran.

### **D. Rumusan Masalah**

Dari identifikasi masalah dan batasan masalah tersebut maka peneliti dapat merumuskan suatu masalah : “Seberapa besar tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik anak kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Teoritis**

##### **a. Bagi Peneliti**

- 1) Kegiatan penelitian akan menjadikan pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengalaman yang telah diperoleh dibangku kuliah.
- 2) Dalam penelitian ini, peneliti mendapat jawaban yang konkrit tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.

b. Bagi Peserta Didik

- 1) Peserta didik dapat mengetahui kemampuannya masing-masing.
- 2) Peserta didik akan cenderung untuk melakukan aktivitas yang dapat membawa kehidupan yang lebih baik.

c. Bagi Pondok Pesantren

- 1) Sebagai upaya untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi peserta didik dalam bidang olahraga.
- 2) Sebagai bahan pertimbangan dalam merencanakan program-program tambahan pembelajaran olahraga.

**2. Praktis**

a. Bagi Peserta Didik

Peserta didik terdorong untuk melakukan aktivitas yang dapat membawa kehidupan yang lebih baik.

b. Bagi Pihak Pondok Pesantren

Pihak pondok pesantren akan lebih pandai dalam mengelola pembelajaran olahraga.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

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

##### **1. Pengertian Kemampuan motorik**

Kemampuan motorik adalah kematangan otot dan syaraf dalam menunjang aktivitas gerak anggota tubuh. Makin tinggi kemampuan perkembangan motorik seseorang, maka dimungkinkan daya kerjanya akan menjadi lebih tinggi dan begitu juga sebaliknya. Kemampuan motorik sangat perlu dibicarakan dalam pendidikan jasmani sebab kemampuan motorik merupakan bagian dari ranah psikomotor.

Menurut Elizabeth B. Hurlock (1998:15) perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot terkoordinasi. Sedangkan perkembangan motorik menurut Sukadiyanto (1997:70) merupakan suatu kemampuan perkembangan seseorang dalam menampilkan kemampuan gerak yang lebih kompleks. Sukadiyanto juga menyatakan lebih lanjut bahwa kemampuan perkembangan motorik merupakan suatu kemampuan umum seseorang yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak.

Menurut Purnomo Ananto (2000:4) dalam Sri Winanto dinyatakan bahwa motorik dapat diuraikan dengan kata seperti otomatis, cepat dan akurat atau dengan kata lain titik beratnya adalah pada ketelitian dan ketepatan. Berdasarkan penelitian tersebut, maka

dapat disimpulkan bahwa pola gerak merupakan pengertian umum dan motorik merupakan gerak yang lebih khusus. Sering kali gerak dibedakan antara halus dengan yang kasar. Gerak halus (*fine motor skill*) adalah gerak yang memerlukan ketelitian dan kecerdikan, sedangkan gerak kasar (*gross motor skill*) adalah gerakan seluruh tubuh dan bagian-bagian tubuh yang besar seperti dalam kegiatan berpindah tempat. Misalkan dalam melempar bola diperlukan ketepatan sasaran yang mencukupi. Ketepatan memerlukan ketelitian dan penguasaan jari dan tangan (gerak halus), sedangkan kecepatan gerak lebih memerlukan gerakan tangan dan tubuh yang besar supaya pelemparannya cukup kuat ([www.depdiknas.co.id/artikel](http://www.depdiknas.co.id/artikel)). Menurut Kartini Kartono (1990:83) motorik diartikan sebagai segala faktor yang bisa menimbulkan gerak-gerakan pada seluruh bagian tubuh. Agus Sujanto (1996:22) dalam Sri Winanto mengartikan :

Motorik sebagai dorongan untuk bergerak dimana dorongan tersebut tidak hanya berasal dari dirinya melainkan dibantu oleh hasil perkembangan lain dan memiliki ciri-ciri berikut : 1) gerakan-gerakan yang tidak disadari, tidak sengaja, dan tanpa arah 2) gerakan-gerakan anak itu tidak khas 3) gerakan-gerakan itu dilakukan dengan asal 4) gerakan-gerakan itu disertai gerakan-gerakan yang lain yang sebenarnya tidak diperlukan.

Menurut Endang Rini S (2011:12) perkembangan gerak “motor development” adalah suatu proses sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan bersinambung gerakan individu yang meningkat dari sederhana, tidak terorganisasi, tidak terampil-keterampilan gerak

yang kompleks dan terorganisasi dengan baik. Menurut Zulkifli (2001) yang dikutip Endang Rini S (2011:12) perkembangan motoris adalah gerakan-gerakan tubuh yang dimotori dengan kerjasama antara otot, otak dan syaraf.

Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwa motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang menjadi dasar tingkat penampil yang baik atau tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) akan mencerminkan kemampuan gerak seseorang belajar gerakan baik. Oleh itu sebabnya kemampuan motorik sangat diperlukan dalam pendidikan jasmani.

## **2. Fungsi Kemampuan Motorik**

Fungsi kemampuan motorik menurut Cureton yang dikutip oleh Toho Cholik M dan Guzril (2004:51) adalah :

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 keterampilan 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 motoriknya semakin terlatih dengan banyak pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangannya dalam melakukan aktivitas motorik.

Fungsi kemampuan motorik menurut Endang Rini S (2011:26-27) adalah :

### **a. Keterampilan bantu diri (self-help)**

Untuk mencapai kemandirian, anak harus mempelajari keterampilan motorik yang memungkinkan mereka mampu melakukan segala sesuatu bagi diri mereka sendiri. Keterampilan



tersebut meliputi keterampilan makan, berpakaian, merawat diri dan mandi. Pada waktu anak mencapai usia sekolah, penguasaan keterampilan tersebut harus dapat membuat anak mampu merawat diri sendiri dengan tingkat keterampilan dan kecepatan seperti orang dewasa.

b. Keterampilan bantu sosial

Untuk menjadi anggota sosial yang diterima didalam keluarga, sekolah, dan tetangga, anak harus menjadi anggota yang kooperatif. Untuk mendapatkan penerimaan kelompok tersebut, diperlukan keterampilan tertentu, seperti membantu pekerjaan rumah atau pekerjaan sekolah.

c. Keterampilan bermain

Untuk dapat menikmati kegiatan kelompok sebaya atau untuk dapat menghibur diri di luar kelompok sebaya, anak harus mempelajari keterampilan bermain bola, ski, menggambar, melukis, dan memanipulasi alat bermain.

d. Keterampilan sekolah

Pada tahun permulaan sekolah, sebagian besar pekerjaan melibatkan keterampilan motorik seperti melukis, menulis, menggambar, membuat keramik, menari dan bertukang kayu. Semakin banyak dan semakin baik keterampilan yang dimiliki, semakin baik pula penyesuaian sosial yang dilakukan dan semakin baik prestasi sekolahnya, baik dalam prestasi akademis maupun dalam prestasi yang bukan akademis.

### **3. Jenis-jenis Motorik**

Menurut Zulkifli L (2003:32) ada 3 macam jenis motorik yaitu :

- a. Motorik statis yaitu, gerakan tubuh sebagai upaya untuk memperoleh keseimbangan, misalnya keserasian gerakan tangan dan kaki pada saat kita sedang berjalan.
- b. Motorik ketangkasan yaitu, gerakan untuk melaksanakan tindakan yang berwujud ketangkasan dan keterampilan, misalnya gerak melempar, menangkap dan sebagainya.
- c. Motorik penguasaan yaitu, gerakan untuk mengendalikan otot-otot, roman muka dan sebagainya.

Menurut Kartini Kartono (1990:83) yang membedakan motorik menjadi 3 jenis yaitu :

- a. Motorik statis, seperti pada keseimbangan tubuh, sikap badan yang tegak lurus, dan gerakan-gerakan lengan dan kaki.

- b. Ketangkasan/keterampilan tangan, jari-jari dan pergelangan tangan (manipulasi tangan, jari dan pergelangan)
- c. Penguasaan terhadap otot dan urat-urat wajah.

Menurut Endang Rini S (2011:53) membedakan motorik menjadi 2 jenis yaitu :

- a. Motorik Kasar (*gross motor skill*) memacu kemampuan otot saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, seperti non-lokomotor, lokomotor dan manipulatif. Non-lokomotor ialah aktivitas gerak tanpa harus memindahkan tubuh ke tempat lain, contoh : meregang, melipat, mendorong, menarik dan membungkuk. Locomotor ialah aktivitas gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, contoh : jalan, lari, lompat, loncat, jingkat. Manipulatif ialah aktivitas gerak memanipulasi benda, contoh : melempar, menggiring, menangkap, dan menedang
- b. Motorik Halus (*fine motor skill*) memacu kemampuan otot dengan menggunakan otot-otot halus/kecil seperti, menulis, meremas, menggenggam, menggambar, menyusun balok dan memasukan kelereng ke lubang.

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

Kemampuan seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasai. Kemampuan-kemampuan yang terdapat dalam kemampuan keterampilan fisik yang dapat dirangkum menjadi lima komponen, kekuatan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi, dan kelincahan, yang juga unsur-unsur dalam kemampuan motorik menurut Toho dan Gusril (2004:50) yaitu :

- a. Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi, kekuatan otot harus dipunyai oleh anak sejak usia dini. Apabila anak tidak mempunyai kekuatan otot tentu

dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong.

b. Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Dalam melakukan lari zig-zag 15 meter dalam hitungan detik, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya.

c. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu : keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

d. Kelincahan

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. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas kerja yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan sistem saraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlihat. Anak dikatakan baikkoordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancardalam rangkaian dan irama geraknya terkontrol dengan baik.

Sedangkan menurut Barrow (1979:120) unsur-unsur kemampuan motorik terdiri dari :

a. Kekuatan

Kekuatan adalah prasarat semua aktivitas karena itu bisa membuat tangkas, bertenaga, dan agar bisa berlari cepat. Kekuatan berkaitan dengan ketahanan karena lebih efisien, otot bekerja secara tepat dan lebih berfungsi.

b. Kecepatan

Kecepatan gerakan dipengaruhi olehbeberapa unsur yaitu, badan, kapasitas badan, kekenyalan otot, dan penampilan mekanis dan strukturalis seperti panjang tungkai, dan fleksibilitas tulang sendi.

c. Power

Power adalah suatu prinsip mekanik yang berhubungan dengan dorongan badan atau bagian tubuh dengan kekuatan penuh,

gerakan ini berlangsung dalam waktu yang pendek. Ini adalah kemampuan untuk mengeluarkan kekuatan otot dalam kecepatan yang maksimum.

d. Ketahanan

Ketahanan adalah hasil dari kapasitas psikologi individu untuk menompang gerakan suatu periode waktu. Ketahanan ada dua jenis. Satu diasosiasikan dengan faktor kekuatan, dan yang lain diasosiasikan dengan pernafasan

e. Kelincahan

Kelincahan ini meliputi koordinasi cepat dan tepat otot-otot besar dari badan dalam suatu kegiatan. Kecepatan ini mengubah bentuk gerakan dengan seluruh badan atau beberapa bagian yang diukur dengan item tes seperti lari hindaran, lari rintangan, lari zig-zag, langkah menyamping dan sikap jongkok.

f. Keseimbangan

Keseimbangan adalah aspek dari merespon gerak yang efisien dan merupakan faktor gerak dasar. Keseimbangan jenis pertama ditunjukkan sebagai keseimbangan diam dan yang kedua sebagai keseimbangan dinamis.

g. Fleksibilitas

Fleksibilitas bisa didefinisikan sebagai rangkaian gerakan dalam sebuah sendi. Ini berkaitan dengan pergerakan dan keterbatasan

badan atau sebagai badan yang dapat ditebuk atau diputas dengan alat pleksion dan peregangan otot.

h. Koordinasi

Koordinasi adalah faktor lain yang menjadi dasar pelaksanaan dan khususnya pada gerakan yang lebih kompleks. Yang didefinisikan sebagai kemampuan pelaksana untuk mengintegrasikan jenis gerak kebentuk yang lebih khusus.

Menurut Sardjono (1977:3), ada lima unsur-unsur *Conditioning* yaitu :

- a. Kekuatan (strength), adalah kemampuan otot untuk dapat mempergunakan kekuatan melawan tahanan.
- b. Daya tahan (endurance), adalah kemampuan dari organisme untuk melawan kelelahan yang timbul dalam melakukan kegiatan jasmani dalam waktu yang lama, jika orang yang tahan lama melakukan suatu aktivitas.
- c. Kecepatan (speed), adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan-gerakan yang sejenis dengan waktu yang sesingkat-singkatnya mendapatkan hasil yang sebaik-baiknya. Kecepatan merupakan sejumlah gerakan dalam unit waktu.
- d. Kelincahan (agility), adalah kemampuan seseorang dalam merubah posisi atau arah.
- e. Kelenturan (flexibility), adalah kemampuan seseorang melakukan gerakan-gerakan dengan amplitudo yang luas.

Menurut Bompas yang dikutip oleh Joko Pekik (2002:66), ada lima biomotorik dasar, yaitu :

- a. Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- b. Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu yang lama.
- c. Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu yang singkat.

- d. Kelentukan adalah kemampuan persendian untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- e. Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien secara tepat.

Menurut Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra (2005:5) dalam Sri Winanto kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa orang lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dibagi menjadi tiga kategori yaitu Lokomotor, Non-Lokomotor, Manipulatif dan Kombinasi.

a. Kemampuan Lokomotor

Kemampuan Lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, *skipping*, melompat, meluncur dan lar seperti kuda berlari (*gallop*)

b. Kemampuan Non-Lokomotor

Kemampuan Non-Lokomotor dilakukan ditempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan Non-Lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong, dan menarik, mengangkat, dan menurun, melipat dan memutar, emngocok, melingkar dan melambung.

c. Kemampuan Manipulatif

Kemampuan manipulatif ketika anak telah menguasai macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh juga dapat digunakan. Manipulatif obyek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata yang cukup penting untuk berjalan (gerakan langkah) dalam ruangan. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari : 1) gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang). 2) gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (*ball medicine*) atau bola yang lain. 3) gerakan memantul-mantulkan bola.

Berdasarkan komponen-komponen kemampuan motorik diatas, tidaklah berarti bahwa semua orang harus dapat mengembangkan secara keseluruhan komponen kemampuan motorik. Setiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan dalam mendapatkan komponen-komponen kemampuan motorik. Bagaimana juga, faktor yang berasal dari dalam diri dan luar selalu mempunyai pengaruh. Selain itu, jenis kelamin juga ikut menentukan pula.

## **5. Karakteristik Anak Sekolah Dasar**

Siswa sekolah dasar adalah peserta didik pada jenjang pendidikan dasar yang mengutamakan perluasan pengetahuan dan peningkatan keterampilan jalur pendidikan. Dalam sekolah dasar mulai dikenalkan pendidikan formal yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan anak didik. Menurut Depdikbud (1994:4), siswa sekolah dasar adalah peserta didik pada satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan dasar yang mengutamakan perluasan pengetahuan dan peningkatan keterampilan siswa untuk melanjutkan kejenjang sekolah menengah pertama. Secara normal anak yang berumur 6 tahun akan siap menyesuaikan diri dengan tuntutan sekolah dan berperan serta dalam kegiatan bermain teman sebaya (Endang Rini S, 2011:12).

Anak yang berusia 6-10 tahun atau 12 tahun. Perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding pada masa sebelumnya dan



juga pada masa sesudahnya. Kecenderungan perbedaan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan yang berkaitan dengan proporsi ukuran bagian-bagian tubuh (Endang Rini S, 2011:68)

Periode yang berlangsung dari usia 6 tahun hingga tiba saatnya individu menjadi matang secara seksual. Permulaan masa pertengahan dan akhir anak-anak ini ditandai dengan masuknya anak ke kelas satu sekolah dasar. Bagi sebagian besar anak, hal ini merupakan perubahan besar dalam pola kehidupannya. Sebab, masuk kelas satu merupakan peristiwa penting bagi anak yang dapat mengakibatkan terjadinya perubahan dalam sikap, nilai, dan perilaku (Desmita, 2005:153)

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

Pendidikan jasmani merupakan wahana yang mampu mendidik manusia untuk mendekati kesempurnaan hidup yang secara alamiah dapat memberikan kontribusi nyata terhadap kehidupan sehari-hari. Secara garis besar, pendidikan jasmani di Indonesia bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional.

Penerapan proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar yang telah di programkan dalam GBPP, ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, juga untuk menanamkan gerak-gerak dasar yang baik dan benar.

Sebagian besar anak yang dididik di rumah kurang baik dengan motorik kasarnya, mereka hanya dilatih untuk motorik

halusnya agar kelak di Sekolah Dasar mereka dapat membaca dan menulis, mereka hampir tidak pernah dilatih motorik kasarnya. Sebagian besar ibu-ibu lebih menyukai apabila anaknya belajar daripada bermain, mereka berpendapat bahwa bermain tidak ada gunanya sama sekali. Pendapat tersebut muncul dikarenakan anak yang banyak bermain akan susah diatur, oleh sebab itu anak-anak yang dididik di rumah sebagian besar tidak diperbolehkan untuk bermain. (dalam Temu Hartana : 2007)

#### **b. Tujuan Pendidikan Jasmani**

Menurut Arip Syariffudin dan Muhadi (1991:5) tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah untuk memacu pada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, dan membiasakan hidup sehat. Berdasarkan penjelasan diatas bisa disimpulkan bahwa pendidikan jasmani mempunyai tujuan meningkatkan kemampuan fisik, membantu perkembangan sosial, emosi dan mental, serta merangsang dan memberikan kepuasan secara sosial menyenangkan.

#### **c. Fungsi Pendidikan Jasmani**

Menurut Reuben B Forst yang dikutip oleh Sugiyanto dan Sujarwo (1992:195) fungsi pendidikan jasmani sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan keterampilan gerak, pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara bergerak dapat diorganisasi.
- 2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak keterampilan secara efektif melalui latihan, pertandingan, lari dan renang.
- 3) Memperkaya pengertian tentang konsep ruang dan waktu, gaya, dalam hubungan dengan gerak tubuh.
- 4) Mengekspresikan pola-pola perilaku personal dalam hubungannya dengan gerak tubuh.
- 5) Meningkatkan kondisi jantung, paru, otot, dan sistem organ tubuh lainnya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan dalam keadaan darurat.

## **6. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik**

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu meliputi dua faktor internal dan eksternal. Pengaruh yang diterima oleh individu diawali sejak individu berada dalam kandungan. Oleh karena itu, kondisi fisik ibu yang sedang mengandung akan berpengaruh pada perkembangan bayi yang sedang dikandungnya (Husdata, 2000:21). Setelah dilahirkan faktor internal dan faktor eksternal berpadu dengan lingkungannya yaitu faktor keturunan, gizi, aktifitas fisik, sistem kelenjar, hormon pertumbuhan, musim dan iklim, suku bangsa, kondisi sosial, ekonomi, dan kondisi psiko sosial. Dilihat dari beberapa faktor secara langsung (eksternal) dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak adalah sebagai berikut:

### **a. Lingkungan Sosial Ekonomi**

Menurut Husdata (2000:21), lingkungan merupakan salah satu pendorong perkembangan kemampuan anak. Bercerita dengan

anak-anak mendorong minat anak dalam belajar berbicara dan keinginan untuk membaca. Lingkungan yang merangsang mendorong perkembangan fisik dan mental yang baik, sedangkan lingkungan yang tidak merangsang menyebabkan perkembangan anak dibawah kemampuan.

Lingkungan masyarakat dan budaya dapat dikatakan sebagai salah satu faktor yang turut mempengaruhi perkembangan motorik anak kerana mereka merupakan komunitas yang tidak dapat dipisahkan dengan anak. Anak akan hidup ditengah-tengah masyarakat dan budayanya. Lingkungan masyarakat turut memberikan tekanan dan tuntutan kepada seorang anak tersebut, apalagi anak-anak SD sangat membutuhkan aktifitas yang dapat menunjang perkembangannya.

#### **b. Jenis Kelamin**

Jenis kelamin anak berpengaruh terhadap perkembangan secara langsung dan tidak langsung. Pengaruh langsung terjadi sebelum dan sesudah menghadapi remaja (Hurlock, 1980:167). Pengaruh langsung pada perkembangan berasal dari kondisi hormon, organ kelamin anak laki-laki dan perempuan mengeluarkan sejumlah kecil hormon seks. Hormon seks ini berbeda tetapi jumlahnya sama. Banyaknya hormon seks akan mempengaruhi timbulnya perbedaan dalam perkembangan fisik dan psikologi anak laki-laki dan perempuan.

Pengaruh tidak langsung dari jenis kelamin terhadap perkembangan timbul dari kondisi lingkungan. Sejak anak hidup terdapat tekanan sosial yang kuat atas diri anak untuk membentuk pola budaya bagi jenis kelaminnya. Sepanjang masa anak menjelang remaja, anak laki-laki dan perempuan dibentuk oleh keluarganya, selanjutnya oleh kelompok teman sebaya yang berada dilingkungan sekitar.

### **c. Lingkungan Alam**

Pondok pesantren adalah salah satu bentuk dari pendidikan Islam yang bertujuan untuk menciptakan peserta didiknya menjadi insan-insan muslim sejati yang memiliki pengetahuan dasar keislaman, serta rasa cinta dan tanggung jawab terhadap bangsa dan negara. Pondok pesantren juga dikenal sebagai lembaga pendidikan yang relatif seragam satu sama lain, tetapi pada dasarnya masing-masing pondok pesantren memiliki karakteristik sendiri-sendiri.

Menurut Mujamil Qomar (2000:23) dalam Muhammad Ihsan Pondok Pesantren mempunyai fungsi peran variatif yang meliputi fungsi pendidikan, dakwah, sosial, kemasyarakatan, budaya dan sebagainya, sedangkan Pondok Pesantren itu sendiri adalah bagian dari pengembangan pendidikan agama Islam di Indonesia yang dilaksanakan secara tradisional sebagai cara hidup. Pondok Pesantren mempunyai lima elemen dasar dari tradisional

pondok pesantren yaitu, pondok, masjid, santri, pengajaran kitab-kitab dan kyai sebagai pengasuh.

Berdasarkan penjelasan di atas bahwa pendidikan jasmani sangat penting untuk membantu perkembangan fisik, mental, dan spiritual santri tetapi dalam pengamatan penulis, kenyataannya banyak Pondok Pesantren yang belum secara optimal memberikan mata pelajaran pendidikan jasmani bahkan ada Pondok Pesantren yang tidak memberikan mata pelajaran pendidikan jasmani, Pondok Pesantren itu hanya mengutamakan pelajaran keagamaan.

Menurut Toho Cholik M dan Gusril (2004:51) kemampuan motorik dipengaruhi oleh faktor mekanik dan fisik.

- 1) Faktor mekanik adalah : (a) faktor keseimbangan yang terdiri dari : pusat gaya, gaya garis, dan dasar menyokong badan. (b) faktor pemberi daya yang terdiri dari : gerakan yang lamban, percepatan aktivitas/reaksi. (c) faktor penerima daya yang terdiri dari : daerah permukaan dan jarak. (d) kemampuan lokomotor terdiri dari : fase reflek, fase sempurna, fase dasar, fase spesialis. (e) kemampuan manipulatif. (f) kemampuan yang stabil.
- 2) Faktor fisik adalah : (a) kesegaran yang meliputi : kekuatan, daya tahan, percepatan, kelentukan, komposisi tubuh. (b) faktor kesegaran gerak (*motor fitness*) terdiri dari : kecepatan, koordinasi, keseimbangan dan daya ledak.

## **7. Hakekat Pondok Pesantren**

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam di Indonesia, didirikan karena adanya tuntutan dan kebutuhan zaman. Sesungguhnya pondok pesantren atas kesadaran kewajiban dakwah Islamiyah yakni mengembangkan dan menyebarkan agama Islam sekaligus mencetak kader-kader ulama atau da'i.

Menurut Hasbulloh (1999:41) dalam Muhammad Ihsan, menyatakan bahwa pesantren merupakan tempat belajar para santri, sedangkan pondok berarti tempat tinggal sederhana yang terbuat dari bambu, disamping itu kata pondok berasal dari bahasa arab “fudoq” yang berarti hotel atau asrama. Menurut Mujamil qomar (1985:44), pondok pesantren adalah sebuah asrama pendidikan Islam tradisional, para siswanya tinggal bersama dan belajar dibawah bimbingan seorang (atau lebih) guru yang lebih dikenal dengan sebutan “kyai”.

Menurut Hasbulloh (1999:45), menggolongkan pondok pesantren menjadi tiga bentuk yaitu :

- a. Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan agama Islam yang pada umumnya pendidikan dan pengajaran tersebut diberikan dengan cara nonklasikal (sistem bendungan dan sorongan) dimana seorang kyai mengajarkan santrinya dengan duduk bersilah secara melingkar.
- b. Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan dan pengajaran agama Islam yang pada umumnya sama dengan pondok pesantren di atas, nmaun tinggal tersebar diseluruh penjuru desa sekeliling pesantren tersebut (santri kolong), dengan metode pendidikan sistem weton.
- c. Pondok pesantren dewasa ini merupakan lembaga gabungan antara kedua pondok pesantren. Pondok pesantren ini dinamakan pondok pesantren modern.

Dari ketiga bentuk pondok pesantren di atas, yang mulai berkembang sekarang ini adalah bentuk pondok pesantren modern. Bentuk tersebut memiliki hubungan yang mengakar dengan masyarakat dan lingkungannya, karena masih berpegang teguh pada nilai-nilai keagamaan dan juga mengantisipasi keinginan masyarakat.

## **B. Penelitian yang Relevan**

- a. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Temu Hartana (2007) dengan judul “Kemampuan Gerak Motorik Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Dasar Negeri Panggang 2 Kabupaten Bantul”. Populasi yang dijadikan sasaran penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5, dan 6 SDN Panggang 2 Bantul tahun ajaran 2007/2008 yang berjumlah 47 orang siswa terdiri dari 22 siswa laki-laki dan 25 siswa perempuan. Hasil penelitian yang dilakukan adalah 4 siswa (8,5%) berkategori baik sekali, 12 siswa (25%) berkategori baik, 16 siswa (34%) berkategori sedang, 12 siswa (23,5%) berkategori kurang dan 3 siswa (6,5%) berkategori kurang sekali.
- b. Penelitian oleh Dwi Ratmanto dengan judul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Wirokerten Banguntapan Bantul”. Populasi yang dijadikan sasaran penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5, 6 yang berjumlah 62 siswa yang terdiri dari 21 siswa kelas IV, 21 siswa kelas V dan 20 siswa kelas VI. Hasil penelitian yang dilakukan adalah terdapat 6 siswa (9,7%) dalam kategori baik sekali, 11 siswa (17,7%) dalam kategori baik, 29 siswa (46,8%) dalam kategori sedang, 13 siswa



(21%) dalam kategori kurang dan 3 siswa (4,8%) dalam kategori kurang sekali.

### **C. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan kajian teori, dapat disusun kerangka berpikir bahwa siswa sekolah dasar adalah peserta didik pada jenjang pendidikan dasar yang mengutamakan perluasan pengetahuan dan peningkatan keterampilan yang salah satunya adalah olah gerak. Pendidikan di pondok pesantren mengutamakan pendidikan Intelektual dalam bidang keagamaan. Sebagian besar anak yang tinggal dipondok biasanya kurang baik dengan motoriknya, mereka yang sering dilatih hanya motorik halus saja agar kelak menjadi orang yang pandai di bidang agama. Lain halnya dengan anak yang tinggal di lingkungan umum, mereka banyak waktu untuk bermain dan bebas beraktivitas gerak.

Pembentukan kualitas fisik manusia pada dasarnya adalah proses yang harus diberdayakan sejak usia dini. Untuk menghasilkan kualitas fisik yang diharap tentunya tidak hanya didukung produktivitas yang prima akan tetapi juga harus mampu menghasilkan kinerja yang lebih baik, untuk itu melalui pendidikan terutama pendidikan sekolah dasar perlu diciptakan kondisi yang kondusif dalam proses belajar mengajar dengan memperhatikan usia, penyediaan fasilitas olah gerak yang sesuai dengan usia perkembangan secara anatomis, psikologis, biomekanik, motorik, dan sosialisasi serta tenaga pengajar yang handal yaitu yang mampu mengembangkan kemampuan motorik peserta didik dengan benar.

Dari uraian di atas terlihat bahwa kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan dalam usia dini. Melakukan aktivitas gerak yang terlatih akan menambah kematangan dalam aktivitas gerak terutama kemampuan motorik. Oleh karena itu perlu adanya proses latihan secara terus menerus yang baik melalui evaluasi dengan melakukan pengukuran, dengan demikian dapat dilakukan tes pengukuran kemampuan motorik pada siswa kelas 1 sekolah dasar yang berada di pondok pesantren.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, yang salah satu cirinya yaitu tidak memerlukan hipotesisi. Variabel yang digambarkan adalah tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes dan pengukuran kemampuan motorik. Dengan subjek penelitian adalah siswa-siswi kelas 1 sekolah dasar. Penelitian ini dilakukan di MI pondok pesantren Sunan Pandanaran. Lokasi sekolah di Jl. Kaliurang km 12,5 Candi, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empirik dari subjek, yaitu tentang tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran. Kemampuan motorik sendiri merupakan kematangan otot dan syaraf dalam menunjang aktivitas gerak anggota tubuh, semakin tinggi tingkat kemampuan geraknya maka semakin baik tingkat kemampuan otot dan syaraf. Adapun definisi operasionalnya adalah sebagai berikut: untuk kecepatan diukur menggunakan lari jarak pendek 20 meter, untuk kelincahan diukur menggunakan lari bolak-balik atau *shuttle run*, untuk koordinasi mata-kaki diukur menggunakan tendang bola ke dinding, untuk koordinasi mata-

tangan diukur menggunakan lempar bola *tennis* ke dinding dan untuk daya ledak diukur menggunakan lempar bola *softbal*.

### C. Populasi

Populasi dalam penelitian ini seluruhnya dijadikan sampel yaitu, seluruh siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran. Terdiri dari satu kelas laki-laki dan satu kelas perempuan, jumlah keseluruhan adalah 34 anak. Siswa yang terdiri dari 18 laki-laki dan 16 perempuan.

### D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik pengambilan data menggunakan tes untuk mengukur kemampuan motorik meliputi :

**Tabel 1. Instrumen dan Parameter Tes Kemampuan Motorik**

No.	Komponen	Instrumen	Parameter
1.	Kelincahan	Lari bolak balik	Detik
2.	kecepatan	Lari jarak pendek 20 meter	Detik
3.	Koordinasi mata-kaki	Tendang bola ke dinding	Frekuensi terbaik dalam 4x15 detik percobaan
4.	Koordinasi mata-tangan	Lempar bola tennis ke dinding	Frekuensi terbaik dalam 2x15 detik percobaan
5.	Daya ledak	Lempar bola softball	meter

Alat yang digunakan untuk mengukur parameter instrumen berupa meteran dan stopwatch. Untuk meteran dengan kapasitas 30 meter, daya baca 2 mm. Dan untuk *stopwatch* dengan kapasitas 9 jam, daya baca 0,01 detik.

## 1. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan desain yaitu pengumpulan data dengan metode sekali tembak, maksudnya pada saat itu dan hanya sekali itu saja data yang dibutuhkan diambil. Validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini sudah diuji cobakan oleh Dwi Ratmanto pada 62 siswa di SD Wirokerten pada tanggal 19 dan 21 Oktober 2009.

### a. Validitas Instrumen

Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang validnya berarti memiliki validitas yang rendah. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud.

Sebuah instrumen dinyatakan valid apabila mempunyai dukungan yang besar terhadap skor total. Sebuah instrumen dinilai memiliki validitas yang tinggi jika skor pada item mempunyai korelasi dengan skor total.

**Tabel 2. Validitas Butir Instrumen**

No.	Item Tes	Validitas
1.	Lari jarak pendek 20 meter	0,846
2.	Lari bolak-balik	0,925
3.	Lempar bola softball	0,985
4.	Lempar bola tennis kedinding	0,884
5.	Tendang bola kedinding	0,872

#### b. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas diukur dari koefisien korelasi antara percobaan pertama dengan yang berikutnya. Bila koefisien korelasi positif dan signifikan maka instrumen tersebut sudah dinyatakan reliabel. Berikut hasil reliabilitas masing-masing item tes :

**Tabel 3. Reliabilitas Butir Instrumen**

Instrumen	Reliabilitas	
	Pa	Pi
Lari jarak pendek 20 meter	0,701	
Lari bolak-balik	0,89	0,84
Lempar bola softball	0,928	
Lempar bola <i>tennis</i> kedinding	0,82	0,80
Tendang bola kedinding	0,89	0,84

#### E. Teknik dan Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, data dianalisis dengan analisis statistik deskriptif dengan persentase, sehingga dapat ditarik kesimpulan. Langkah-langkah untuk mengklasifikan sebagai berikut :

##### 1. Hasil Kasar

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

- a. Untuk butir tes kecepatan diukur dengan lari jarak pendek 20 meter menggunakan satuan waktu (detik).
- b. Untuk butir tes kelincahan diukur dengan *shuttle run* atau lari bolak-balik menggunakan satuan waktu (detik).
- c. Untuk butir tes koordinasi mata-kaki diukur dengan tendangan bola ke dinding dihitung frekuensi.
- d. Untuk butir tes koordinasi mata-tangan diukur dengan lempar bola tennis ke dinding dihitung frekuensi.
- e. Untuk butir tes daya ledak diukur dengan lempar bola softbal menggunakan satuan ukuran jauh (centimeter dan meter)

## 2. Nilai Tes

Hasil kasar dengan satuan yang berbeda-beda dari tiap item tes perlu diubah dengan ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah skor T. Selanjutnya skor T dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah item tes kemampuan sehingga didapatkan total skor T. Hasil skor T ini menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik siswa. Untuk menentukan batas nilai skor T untuk setiap kategori digunakan skor baku (T skor). Rumus skor T untuk lari jarak pendek 20 meter dan *shuttle run* yang merupakan data inversi, dengan satuan waktu semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang diperoleh.

$$\text{skor T} = 50 + \left[ \frac{\bar{X} - X}{SD} \right] * 10$$

Sedangkan rumus skor T untuk item tes lempar bola tennis ke dinding, lempar bola softball, dan tendangan bola ke dinding merupakan data reguler, semakin banyak skor yang diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh.

$$\text{skor T} = 50 + \left[ \frac{X - \bar{X}}{SD} \right] * 10$$

Keterangan :

$\bar{X}$  : mean (rerata)

$X$  : angka kasar yang diketahui

$SD$  : standar deviasi

Untuk memudahkan dalam mendiskripsikan data, maka digunakan jumlah T skor dibagi dalam 5 kategori, sebagai berikut :

**Tabel 4. Kategori skor T**

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$\geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
2.	$M + 0,5 SD \text{ s/d } < M + 1,5 SD$	Baik
3.	$M - 0,5 SD \text{ s/d } < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \text{ s/d } < M - 0,5 SD$	Kurang
5.	$\leq M - 1,5 SD$	Kurang sekali



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Waktu Penelitian dan Deskripsi Data Hasil Penelitian**

##### **1. Deskripsi Waktu Penelitian**

Penelitian ini berlangsung pada bulan Februari. Adapun waktu pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 17-18 Februari 2015 pada pukul 08.00 – 11.00 WIB, di halaman MI Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.

##### **2. Deskripsi Analisis Data Hasil Penelitian**

Variabel penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran. Data penelitian diperoleh dari hasil tes dan pengukuran yang telah dilakukan satu persatu oleh *testee*.

#### **B. Hasil Penelitian Kemampuan Motorik**

##### **1. Hasil Penelitian Kemampuan Motorik per Komponen Siswi Kelas 1**

##### **Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

###### **a. Kecepatan**

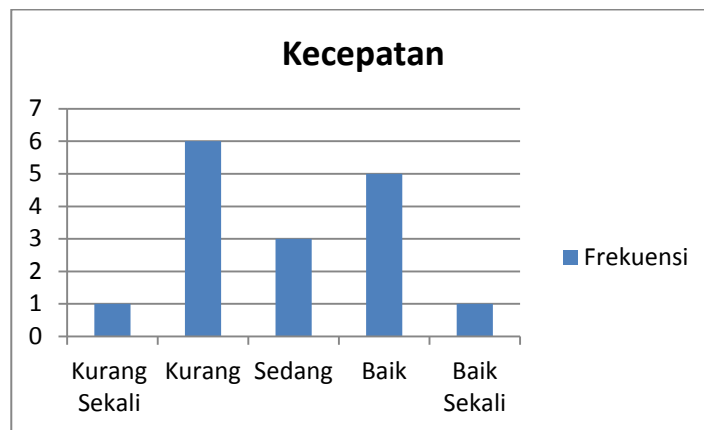
Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 66.60 dan nilai minimum 32.74. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi

kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes lari 20 meter, dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini:

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kecepatan Siswi Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	6.25%
2.	55 – 64	Baik	5	31.25%
3.	45 – 54	Sedang	3	18.75%
4.	35 – 44	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 34$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes lari 20 meter yang diperoleh.



**Gambar 1. Histogram Kecepatan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 1 siswi (6.25%) mempunyai kecepatan lari kurang sekali, 6 siswi (37.5%)

mempunyai kecepatan lari kurang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kecepatan lari sedang, 5 siswi (31.25%) mempunyai kecepatan lari baik dan 1 siswi (6.25%) mempunyai kecepatan lari sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasar tes lari 20 meter adalah berbeda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan lari 20 meter yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori kurang.

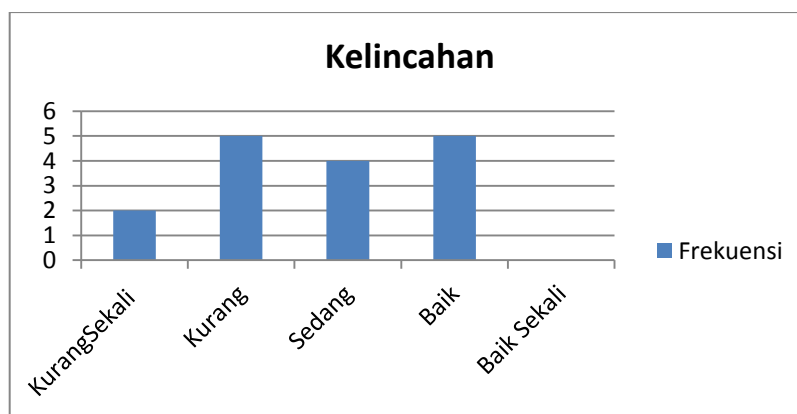
#### **b. Kelincahan**

Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 62.46 dan nilai minimum 31.24. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes *shuttle run*, dapat dilihat pada tabel 6 di bawah ini:

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kelincahan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	0	0%
2.	A 55 - 64	Baik	5	31.25%
3.	45 - 54	Sedang	4	25%
4.	35 - 44	Kurang	5	31.25%
5.	$\leq 34$	Kurang Sekali	2	12.5%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kelincahan yang diperoleh.



**Gambar 2. Histogram Kelincahan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 2 siswi (12.5%) mempunyai kelincahan kurang sekali, 5 siswi (31.25%) mempunyai kelincahan kurang, 4 siswi (25%) mempunyai kelincahan sedang, 5 siswi (31.25%) mempunyai kelincahan baik, dan 0 siswi (0%) mempunyai kelincahan baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan kelincahan dengan menggunakan

tes *suttle run* yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori baik dan kurang.

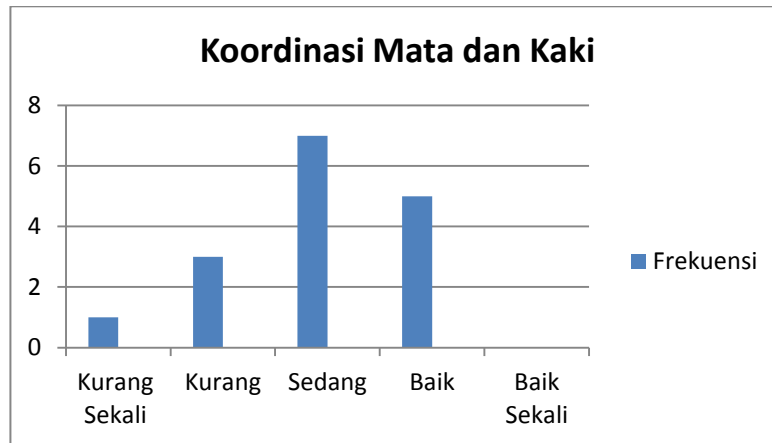
**c. Koordinasi Mata dan Kaki**

Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 60.41 dan nilai minimum 29.57. Rerata diperoleh sebesar 50.00. dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata kaki, dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini:

**Tabel 7. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	0	0%
2.	55 - 64	Baik	5	31.25%
3.	45 - 54	Sedang	7	43.75%
4.	35 - 44	Kurang	3	18.75%
5.	$\leq 34$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata dan kaki yang diperoleh.



Gambar 3. Histogram Kordinasi Mata dan Kaki siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 1 siswi (6.25%) mempunyai kordinasi mata dan kaki kurang sekali, 3 siswi (18.75%) mempunyai kordinasi mata dan kaki kurang, 7 siswi (43.75%) mempunyai kordinasi mata dan kaki sedang, 5 siswi (31.25%) mempunyai kordinasi mata dan kaki baik, dan 0 siswi (0%) mempunyai kordinasi mata dan kaki baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan kordinasi mata dan kaki yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

#### d. Koordinasi Mata dan Tangan

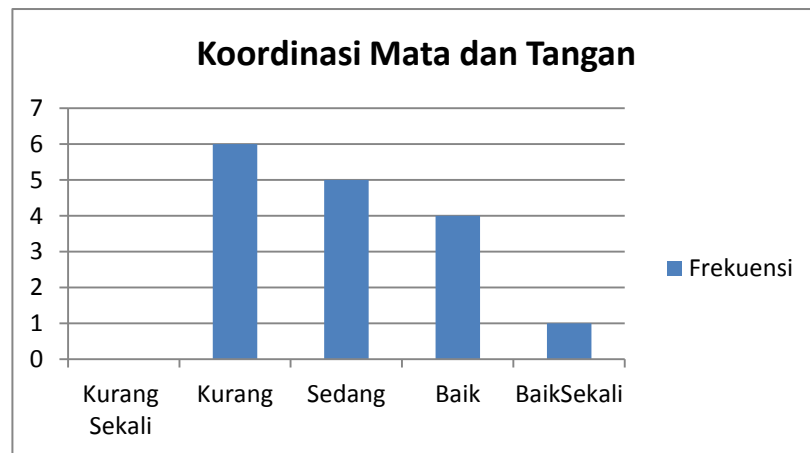
Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 71.16 dan nilai minimum 35.56. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali,

baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes koordinasi mata dan tangan, dapat dilihat pada tabel 8 di bawah ini:

**Tabel 8. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	6.25%
2.	55 - 64	Baik	4	25%
3.	45 - 54	Sedang	5	31.25%
4.	35 - 44	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 34$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata dan tangan yang diperoleh.



**Gambar 4. Histogram Kordinasi Mata dan Tangan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswi (0%) mempunyai kordinasi mata dan tangan kurang sekali, 6 siswi (37.5%) mempunyai kordinasi mata dan tangan kurang, 5 siswi (31.25%) mempunyai kordinasi mata dan tangan sedang, 4 siswi (25%) mempunyai kordinasi mata dan tangan baik, dan 1 siswi (6.25%) mempunyai kordinasi mata dan tangan baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan kordinasi mata dan tangan yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori kurang.

#### **e. Daya Ledak**

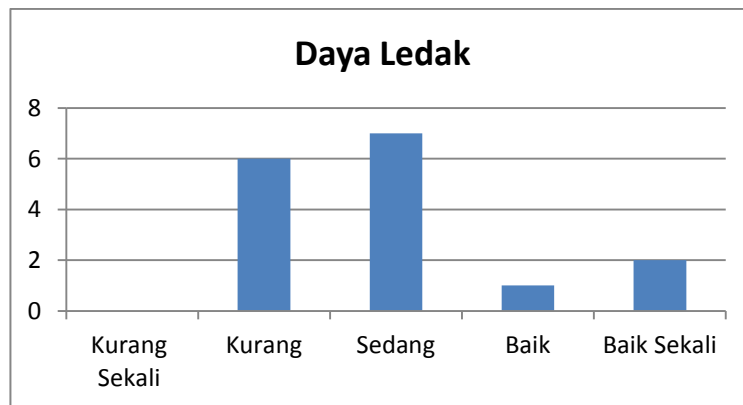
Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 71.96 dan nilai minimum 35.87. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 9.99. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes daya ledak, dapat dilihat pada tabel 9 di bawah ini:



**Tabel 9. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Siswi Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	2	12.5%
2.	55 - 64	Baik	1	6.25%
3.	45 - 54	Sedang	7	43.75%
4.	35 - 44	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan daya ledak yang diperoleh.



**Gambar 5. Histogram Daya Ledak Siswi Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswi (0%) mempunyai daya ledak kurang sekali, 6 siswi (37.5%) mempunyai daya ledak kurang, 7 siswi (43.75%) mempunyai daya ledak sedang, 1 siswi (6.25%) mempunyai daya ledak baik, dan 2 siswi (12.5%) mempunyai daya ledak baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan daya ledak yang

dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

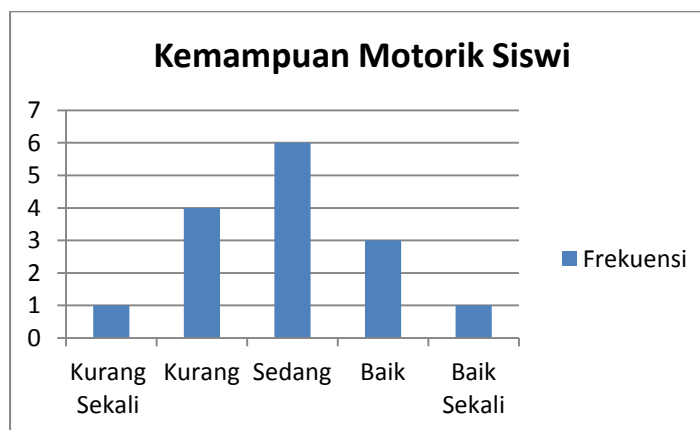
## 2. Hasil Penelitian Kondisi Fisik Siswi Kelas 1 Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Secara keseluruhan, Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 294.45 dan nilai minimum 200.53. Rerata diperoleh sebesar 250 dan standar deviasi sebesar 27.92. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran, dapat dilihat pada tabel 10 di bawah ini:

**Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswi Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 291.89$	Baik Sekali	2	12.5%
2.	263.96 - 291.85	Baik	3	18.75%
3.	236.05 - 263.95	Sedang	6	37.5%
4.	208.13 - 236.04	Kurang	4	25%
5.	$\leq 208.12$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

Apabila digambarkan dalam histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran yang diperoleh.



Gambar 6. Histogram Kemampuan Morotik Siswi Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 1 siswi (6.25%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 4 siswi (25%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 6 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswi (12.5%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran adalah berbeda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

### 3. Hasil Penelitian Kemampuan Motorik per Komponen Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

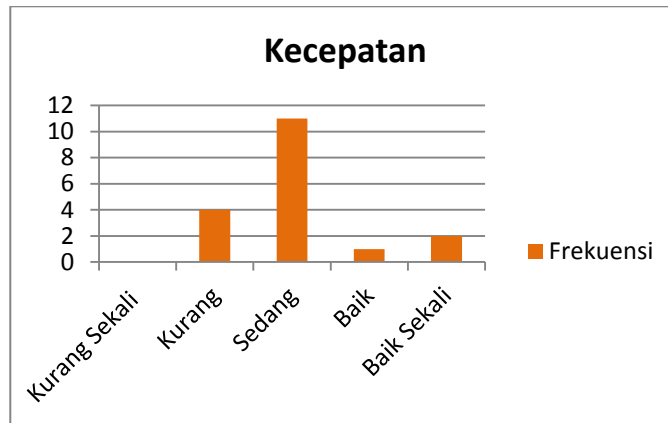
#### a. Kecepatan

Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 65.34 dan nilai minimum 27.54. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kecepatan lari 20 meter, dapat dilihat pada tabel 11 di bawah ini:

**Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kecepatan Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	54.99 – 64.99	Baik	1	5.56%
3.	44.99 – 54.99	Sedang	11	61.11%
4.	34.99 – 44.98	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 34.98$	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kecepatan yang diperoleh.



Gambar 7. Histogram Kecepatan siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswa (0%) mempunyai kecepatan lari kurang sekali, 4 siswa (22.22%) mempunyai kecepatan lari kurang, 11 siswa (61.11%) mempunyai kecepatan lari sedang, 1 siswa (5.56%) mempunyai kecepatan lari baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kecepatan lari sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasar tes kecepatan lari 20 meter adalah berbeda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan lari 20 meter yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

#### b. **Kelincahan**

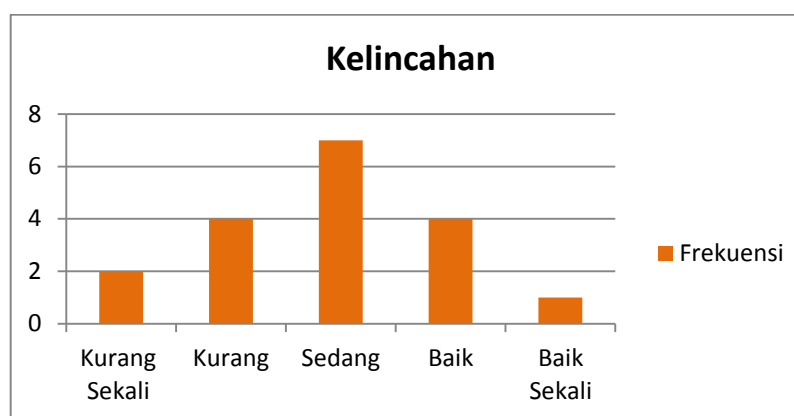
Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 67.55 dan nilai minimum 28.24. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 9.99. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya,

yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kelincahan, dapat dilihat pada tabel 12 di bawah ini:

**Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kelincahan Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 64.99$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	54.99 – 64.99	Baik	4	22.22%
3.	44.99 – 54.98	Sedang	7	38.89%
4.	34.99 – 44.98	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 34.98$	Kurang Sekali	2	11.11%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kelincahan *shuttle run* yang diperoleh.



**Gambar 8. Histogram Kelincahan *shuttle Run* siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 2 siswa (11.11%) mempunyai kelincahan kurang sekali, 4 siswa (22.22%) mempunyai kelincahan kurang, 7 siswa (38.89%) mempunyai kelincahan sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kelincahan baik, dan 1 siswa (5.56%) mempunyai kelincahan baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan *shuttle run* yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

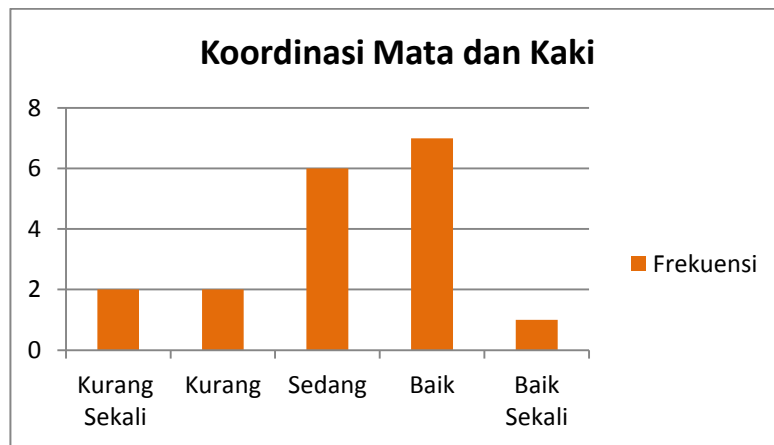
**c. Koordinasi Mata dan Kaki**

Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 77.30 dan nilai minimum 33.30. Rerata diperoleh sebesar 49.99 dan standar deviasi sebesar 9.99. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata kaki, dapat dilihat pada tabel 13 di bawah ini:

**Tabel 13. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Kaki Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 64.99$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	54.99 – 64.98	Baik	7	38.89%
3.	44.99 – 54.98	Sedang	6	33.33%
4.	34.99 – 44.98	Kurang	2	11.11%
5.	$\leq 34.98$	Kurang Sekali	2	11.11%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata dan kaki yang diperoleh.



Gambar 9. Histogram Kordinasi Mata dan Kaki siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 2 siswa (11.11%) mempunyai kordinasi mata dan kaki kurang sekali, 2 siswa (11.11%) mempunyai kordinasi mata dan kaki kurang, 6 siswa (33.33%) mempunyai kordinasi mata dan kaki cukup, 7 siswa (38.89%) mempunyai kordinasi mata dan kaki baik, dan 1 siswa (5.56%) mempunyai kordinasi mata dan kaki baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan kordinasi mata dan kaki yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori baik.



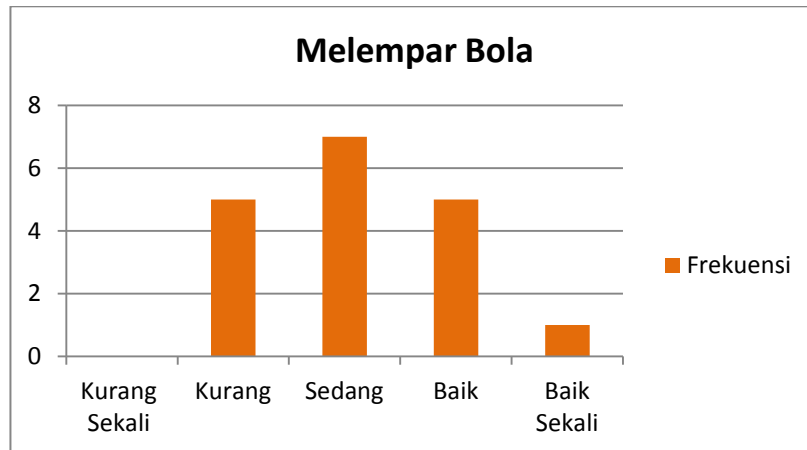
#### d. Koordinasi Mata dan Tangan

Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 71.56 dan nilai minimum 39.22. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata dan tangan, dapat dilihat pada tabel 14 di bawah ini:

**Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kordinasi Mata dan Tangan siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 64.99$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	54.99 – 64.98	Baik	5	27.78%
3.	44.99 – 54.98	Sedang	7	38.89%
4.	34.99 – 44.98	Kurang	5	27.78%
5.	$\leq 34.98$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes kordinasi mata dan tangan yang diperoleh.



Gambar 10. Histogram Kordinasi Mata dan Tangan Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswa (0%) mempunyai kordinasi mata dan tangan kurang sekali, 5 siswa (27.78%) mempunyai kordinasi mata dan tangan kurang, 7 siswa (38.89%) mempunyai kordinasi mata dan tangan sedang, 5 siswa (27.78%) mempunyai kordinasi mata dan tangan baik, dan 1 siswa (5.56%) mempunyai kordinasi mata dan tangan baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan kordinasi mata dan tangan yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

#### e. Daya Ledak

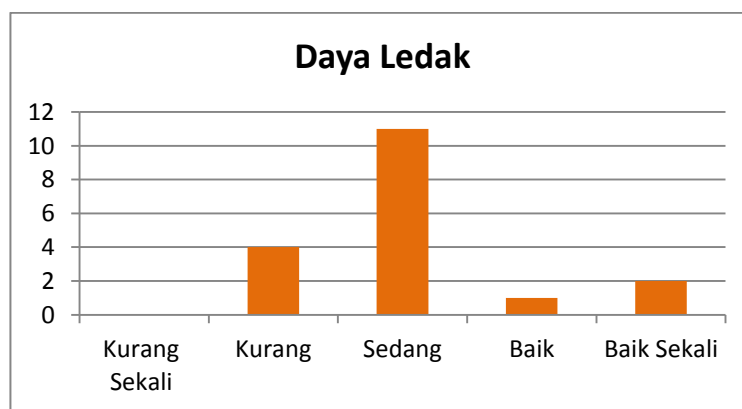
Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 73.75 dan nilai minimum 35.92. Rerata diperoleh sebesar 50.00 dan standar deviasi sebesar 10.00. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang,

kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes daya ledak, dapat dilihat pada tabel 15 di bawah ini:

**Tabel 15. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 64.98$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	54.99 – 64.98	Baik	1	5.56%
3.	44.99 – 54.98	Sedang	11	61.11%
4.	34.99 – 44.98	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 34.98$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran berdasarkan tes daya ledak yang diperoleh.



**Gambar 11. Histogram Daya Ledak siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswa (0%) mempunyai daya ledak kurang sekali, 4 siswa (22.22%) mempunyai daya ledak kurang, 11 siswa (61.11%) mempunyai daya ledak sedang, 1 siswa (5.56%) mempunyai daya ledak baik, dan 2

siswa (11.11%) mempunyai daya ledak baik sekali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan tes daya ledak yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.

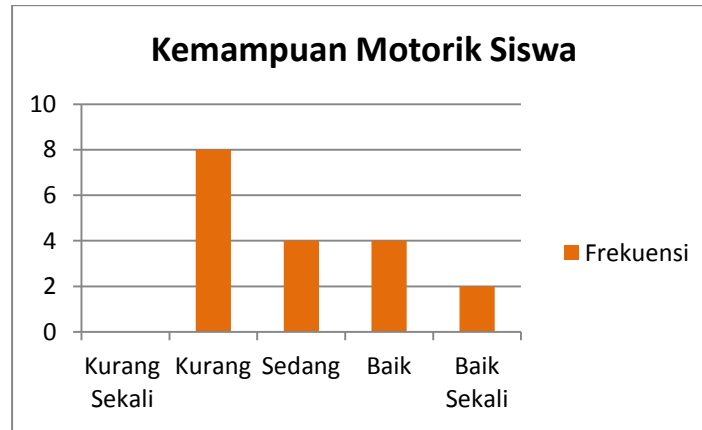
#### **4. Hasil Penelitian Kondisi Fisik Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran**

Secara keseluruhan, Hasil analisis data diperoleh nilai maksimum sebesar 309.08 dan nilai minimum 199.31. Rerata diperoleh sebesar 250 dan standar deviasi sebesar 34.15. Selanjutnya data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus yang ditentukan pada bab sebelumnya, yang terbagi menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berikut tabel distribusi frekuensi kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran, dapat dilihat pada tabel 16 di bawah ini:

**Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.**

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 301.29$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	267.07 - 301.28	Baik	4	22.22%
3.	232.92 - 267.06	Sedang	4	22.22%
4.	198.78 - 232.91	Kurang	8	44.44
5.	$\leq 198.77$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

Apabila digambarkan dalam histogram, berikut gambar frekuensi kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran yang diperoleh.



Gambar 12. Histogram Kemampuan Morotik Siswa Kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diperoleh bahwa 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 8 siswa (44.44%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran adalah berbeda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori kurang.

### **C. Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa tingkat kemampuan motorik siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran 1 siswi (6.25%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 4 siswi (25%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 6 siswi (37.5%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswi (12.5%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang. Untuk data tingkat kemampuan motorik siswa diperoleh data bahwa 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 8 siswa (44.44%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran adalah berbeda. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori kurang.

Hasil tersebut kemudian di kaji berdsasarkan beberapa teori kemampuan motorik faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik siswa antara lain adalah sebagai berikut:

## 1. Rangsangan lingkungan

Pengaruh lingkungan terhadap kemampuan motorik siswa tidak sama karena siswa dan siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran memiliki rangsangan lingkungan dan kebiasaan yang berbeda-beda. Anak yang hidup dilingkungan pondok pesantren kecenderungan anak tersebut memiliki dua kemungkinan yaitu menjai anak yang aktif ataupun hanya pasif. Kemampuan motorik anak yang bagus karena terpengaruh dengan kegiatan yang dilakukan sehari-hari, misalnya, anak pondok pesantren biasanya berangkat dan pulang sekolah dengan berjalan kaki tidak hanya sebatas itu untuk anak yang aktif tentu akan banyak melakukan aktivitas fisik yang lain misalnya main kejar-kejaran, permainan bola, permainan tradisional dan lain sebagainya.

## 2. Status Gizi

Status gizi merupakan kondisi dari setiap individu anak yang dipengaruhi oleh bahan makanan yang dikonsumsi anak setiap hari. Anak yang memiliki status gizi yang baik tentu pertumbuhan dan perkembangannya akan berjalan dengan seimbang dan sehat. Bila anak sudah sehat tentu anak akan dapat melaksanakan tugas sehari-hari dengan baik (belajar dan bermain). Ditambahkan status gizi yang baik merupakan salah satu syarat penting dalam mencapai kesehatan yang optimal, tidak hanya ditandai dengan penampilan yang baik secara fisik, tetapi juga mental dan emosionalnya.

Dampak lain dari status gizi yang tidak seimbang atau berlebihan akan menimbulkan masalah gizi buruk maupun kelebihan berat badan. Akibatnya anak yang memiliki gizi buruk kecenderungannya kesulitan menangkap suatu informasi yang diberikan oleh guru biasanya konsentrasi anak dalam belajar kurang dan memiliki kelemahan dalam melakukan suatu gerakan. Sedangkan anak yang kelebihan berat badan kecenderungan memiliki masalah susah bergerak karena anak mempunyai beban yang berlebihan tentu akan mengganggu kemampuan motoriknya. Di samping itu, dalam melakukan gerak kurang terdapat keseimbangan antara tubuh dengan pusat gravitasinya dan juga memerlukan energi yang banyak sehingga anak tersebut cepat lelah. Sehingga untuk menjamin kesehatan anak dan perkembangan motorik yang baik diperlukan status gizi yang seimbang.

### 3. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin sangat berpengaruh dalam kemampuan motorik anak ini terbukti dari berbagai penelitian yang para ahli lakukan bahwa anak laki-laki memiliki kecenderungan bahwa anak laki-laki lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyelesaikan diri dengan tugas gerak yang selalu dihadapi, tetapi tidak selalu demikian. Dengan perubahan jaman dan lingkungan masyarakat sekarang ini tidak ada perbedaan sama sekali antara anak laki-laki dengan anak perempuan ini terlihat dari status gizi yang sama, pengalaman gerak



yang hampir sama, postur tubuh yang lebih baik dan pola hidup yang seimbang.

Perkembangan jasmani anak akan menentukan baik buruknya kemampuan anak, tetapi perkembangan motorik itu sebenarnya akan sangat berpengaruh oleh perbedaan tempat tinggal, lingkungan masyarakat, kehidupan sehari-hari dan perbedaan jenis kelamin. Maka dalam merencanakan pendidikan jasmani sebaiknya mempertimbangkan hal-hal yang akan mempengaruhi perkembangan fisik dan mentalnya. Sehingga anak dalam menjalani pendidikan di sekolah akan memperoleh perkembangan kompetensi fisik dan kepribadian yang lebih baik dan tepat.

#### 4. Tahap Kematangan

Perkembangan motorik sangat bergantung pada kematangan syaraf dan otot anak, bagaimanapun usaha untuk meningkatkan kemampuan motorik tetapi bila tanpa memperhatikan tahap kematangan ini maka akan terjadi kegagalan bahkan kerusakan atau penyimpangan pribadi anak. Oleh sebab itu dalam usaha mengembangkan usaha kemampuan motorik anak perlu sekali memperhatikan tahap pertumbuhan dan perkembangan anak.

#### 5. Keturunan dan Genetik

Tingkat kemampuan motorik sangat bergantung pada keadaan fisik seseorang. Mungkin karena latar belakang kehidupan yang berbeda-beda. Disamping itu perbedaan antara ras sangat ditentukan oleh

keturunan dan pembawaan. Misalnya, suatu ras memiliki bentuk tinggi, besar sedangkan yang lain pendek dan kecil. Adapula yang memiliki tulang panjang sedangkan yang lain pendek, ada ras yang kokoh atau kekar tetapi ras lain lemah. Dengan demikian perbedaan latar belakang itu juga dapat menentukan perbedaan tingkat kemampuan motorik.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa dan siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran secara keseluruhan adalah berbeda, yaitu :

1. Sebanyak 1 siswi (6.25%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 4 siswi (25%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 6 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswi (12.5%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori sedang.
2. Sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 8 siswa (44.44%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran masuk dalam kategori kurang.

## **B. Implikasi Penelitian**

Dengan diketahuinya tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran, hasil penelitian ini mempunyai implikasi bagi pihak-pihak yang terkait dengan tingkat kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran yaitu pembina pesantren dan guru Penjasorkes.

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam upaya mendapatkan informasi tentang hasil tingkat kemampuan motorik siswa siswi kelas 1 SD di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tingkat kemampuan motorik sehingga dapat digunakan sebagai motivasi agar siswa dan siswi terus belajar gerak, sedangkan bagi Pembina pesantren dan guru Penjasorkes menjadi bahan evaluasi keberhasilan terhadap pembelajaran motorik yang dilakukan.

## **C. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada siswa dan siswi kelas 1 sekolah dasar saja. Hal ini dikarenakan peneliti hanya ingin mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa dan siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran.

2. Peneliti mengalami hambatan ketika pengambilan data, cuaca tidak mendukung, gangguan dari siswa lain dan kurang luasnya lapangan sehingga siswa dan siswi kurang leluasa untuk bergerak.
3. Saat diberi penjelasan terkadang siswa dan siswi kurang begitu tanggap dengan apa yang di instruksikan oleh peneliti.

#### **D. Saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi siswa dan siswi kelas 1 sekolah dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran, agar mengikuti latihan gerak dengan sungguh-sungguh sesuai dengan instruksi pembina pondok pesantren dan guru Penjasorkes, supaya tingkat kemampuan motoriknya akan terus meningkat hingga mencapai prestasi yang memuaskan.
2. Bagi pembina pondok pesantren dan guru Penjasorkes di sekolah, agar menjadikan tolok ukur hasil penelitian ini dari keadaan siswa dan siswi. Sehingga diharapkan pembina pondok pesantren dan guru Penjasorkes di sekolah mampu menyusun program pembelajaran secara terstruktur.
3. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan subyek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas. Secara kuantitas dengan menambah jumlah subyek yang ada, sedangkan secara kualitas dengan melibatkan tingkatan kelas yang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arip Syarifudin dan Muhali. 1991. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Amung Ma'mun dan Yudha M, Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Yogyakarta. Depdikbud.
- Ariesilmiah. 2011/10, diambil dari [www.depdiknas.co.id/artikel](http://www.depdiknas.co.id/artikel). Mercusuar.blogspot, pada tanggal 30 Oktober 2014: 19:16 WIB
- Barrow H. M.1976. *A Practical Approach to Measurement in Physical Education*. London : Henry Kimpton Publishers.
- Depdikbud 1994. *Petunjuk Pembentuk dan Pembinaan Perkumpulan Olahraga di Sekolah*. Jakarta. Depdikbud RI.
- Dwi Ratmanto.2010.Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Wirokerten Banguntapan Bantul. *Skripsi*. Penelitian tidak diterbitkan. Yogyakarta: UNY.
- Elizabeth B. Hurlock. 1978. *Perkembangan Motorik Anak*. Jakarta: Erlangga
- \_\_\_\_\_, 1998. *Perkembangan Motorik Anak*. Jakarta: Erlangga
- Husdarta dan Yudha. M. Saputra. 2000. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdikbud.
- Joko Pekik Irianto. 2002. *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Johnson Barry L. (1987). *Practical Measurement for Evaluation in Physical Education*. Minneapollis. Burgess Publishing Company.
- Kirkendall. (1987). *Measurement and Evaluation for Physical Educators*. Illionis: Human Kinetics Publishers, Inc
- Kartini Kartono. 1990. *Psikologi Anak*.Bandung: CV Mandar Maju
- Rusli Lutan. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta. Debdikbud.
- \_\_\_\_\_, 2001. *Asas-asas Pendidikan Jasmani, Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas
- Sardjono. 1977. *Conditionning*. Yogyakarta. IKIP Yogyakarta.

- Sri Winanto. 2010. Kemampuan Motorik Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 2 Bantul. *Skripsi*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT.Rinika Cipta.
- Sugiyanto dan Sujarwo. 1992. *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta. Depdikbud.
- Sugiyanto.1999. *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta. Universitas Terbuka.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung. Alfabeta.
- Sukadiyanto. 1997. Penentuan Tahap Kemampuan Motorik Kasar Anak SD. *Majora Edisi April*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Temu Hartana. 2007. Kemampuan Gerak Motorik Siswa Sekolah Dasar di SDN Panggang 2 Kab. Bantul.*Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- Toho Cholik Mutahir dan Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta. Depdikbud RI.
- Zulkifli L. 2003. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdsakarya.

## Lampiran 1. Prosedure Pelaksanaan Tes

### TENDANG BOLA KE DINDING

#### Tujuan

Dipergunakan untuk mengukur koordinasi mata-kaki

#### Petunjuk

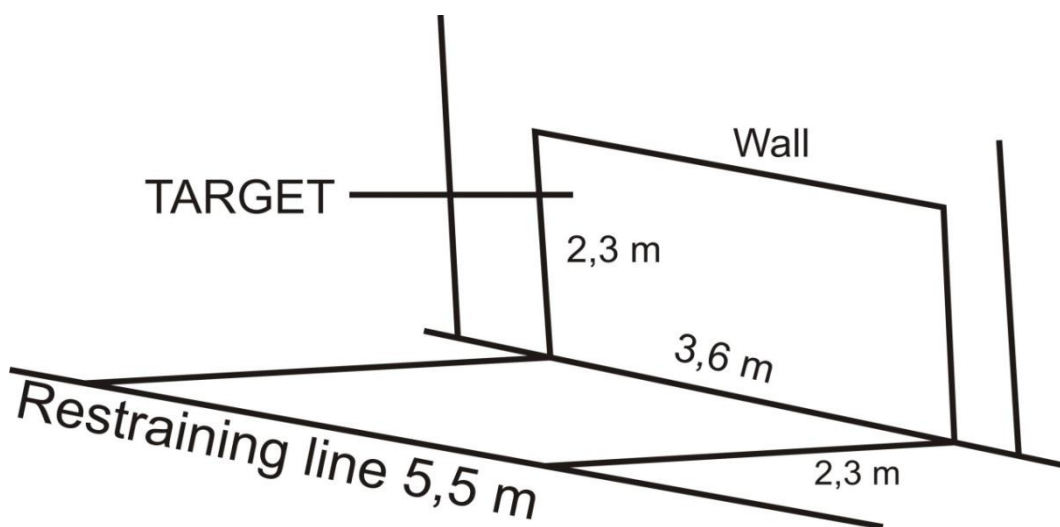
Testi berdiri dibelakang garis tempat tes. Testi bebas menempatkan bola dimana pun dibelakang garis tersebut. Ketika testor memberikan tanda mulai, testi menendang bola ke dalam sasaran tembok. Ketika bola memantul dari tembok testi berusaha menendang bola ketembok sasaran lagi. Jika bola bergulir menjauh, testi harus mengambil kembali dan menempatkannya kebelakang garis untuk menendang lagi. Testi tidak boleh menggunakan tangan didalam area antara garis dengan dinding sasaran, kecuali jika bola lepas keluar dari area testi boleh mengambilnya dengan tangan. Agar mendapatkan nilai bola harus ditendang dari belakang garis dan masuk kesasaran tanpa mengenai garis. Latihan selama 15 detik diperbolehkan kemudian selama 4x15 detik tes diberikan.

#### Penilaian

Jumlah tendangan terbaik dari 4x15 detik tes dicatat. Testi akan mendapat pengurangan nilai jika menyentuh bola didalam area tes.

#### Keselamatan

Seluruh testi harus menggunakan sepatu, dan wilayah tes harus tidak ada halangan.





## Lampiran 1. Prosedure Pelaksanaan Tes

### LEMPAR BOLA TENIS

#### Tujuan

-untuk mengukur koordinasi mata-tangan.

#### Petunjuk

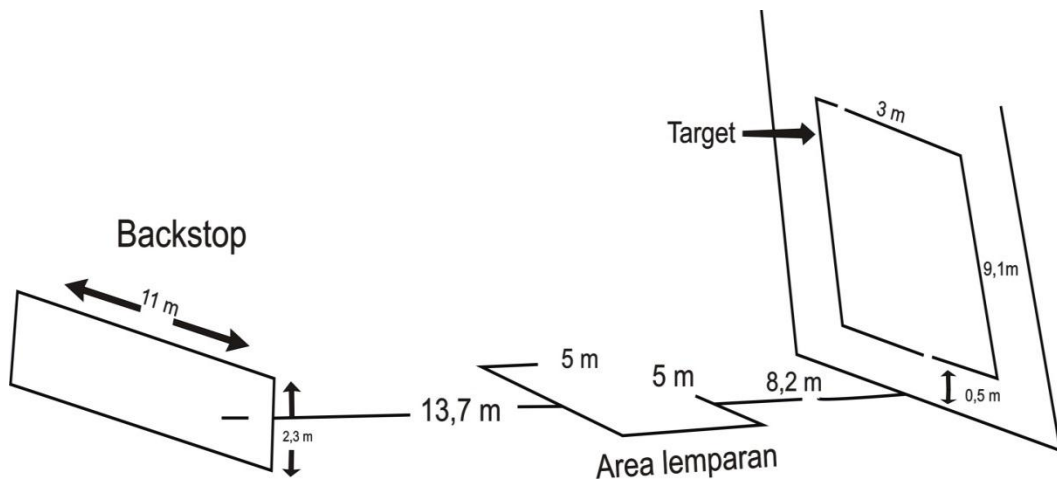
Testi/siswa berdiri diarea lemparan. Setelah diperintahkan memulai, testi melempar bola kesasaran dengan cara overhand throw. Bola ditangkap saat diudara atau setelah bola memantul sehingga ia dapat melempar sebanyak mungkin dalam waktu 15 detik. Lemparan harus dilakukan didalam area lemparan dan mengenai sasaran secara tepat agar mendapat nilai. Bola yang mengenai garis sasaran tidak dihitung. Bola yang terlepas harus segera diambil. Percobaan selama 10 detik kemudian dilanjutkan 2x15 detik tes.

#### Penilaian

Nilai terbaik dari 2x15 detik tes dicatat.

#### Keselamatan

Pastikan tidak ada orang disekitar target area.



## Lampiran 1. Prosedure Pelaksanaan Tes

### LARI BOLAK-BALIK

#### Tujuan

-untuk mengukur kelincahan

#### Petunjuk

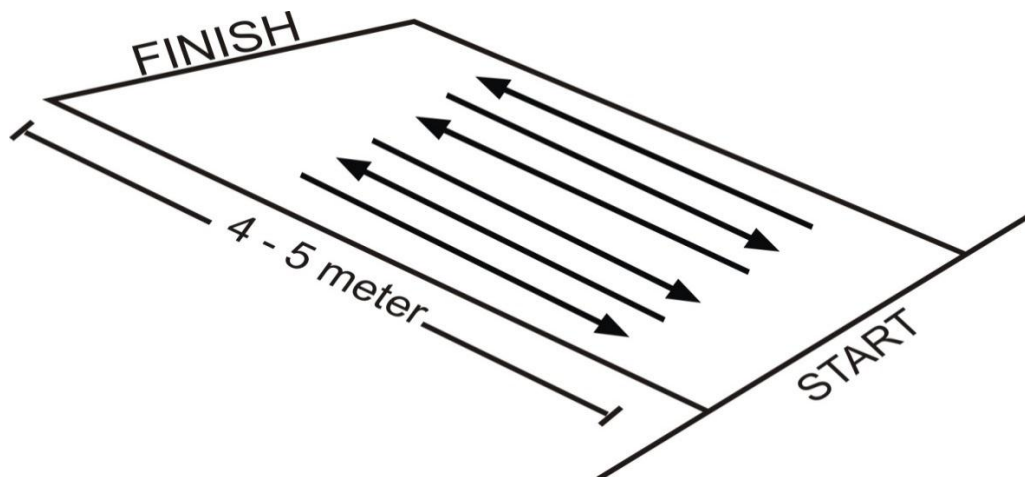
Testi/siswa berdiri dibelakang garis start dengan satu kaki menginjak garis. Setelah diperintahkan mulai, testi berlari kesisi lain garis dan injakan salah satu kaki kegaris tersebut. Tes ini selesai jika testi telah menempuh 3 putaran lari bolak-balik kemudian finish ditempat start. Testi akan diberhentikan jika ia tidak menyentuh kakinya ke garis. Jika testi diberhentikan ia tidak mendapat nilai dan setelah istirahat dites lagi. Jika masih melakukan kesalahan testi diberikan nilai nol. 2 kali tes diberikan kepada testi.

#### Penilaian

Waktu terbaik dari 2x tes dicatat.

#### Keselamatan

Seluruh testi harus menggunakan sepatu untuk menghindari cidera pada kaki. Sebelum melaksanakan tes lebih baik melakukan pemanasan.



## **Lampiran 1. Prosedure Pelaksanaan Tes**

### **LARI 20 METER**

#### **Tujuan**

-mengukur kecepatan

#### **Petunjuk**

- Peserta berdiri dibelakang garis start.
- Pada aba-aba “siap” peserta mengambil start berdiri.
- Pada aba-aba “yak” peserta lari secepat mungkin menuju garis jarak 20m.

#### **Penilaian**

- hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai pelari menempuh jarak 20m dalam satuan detik.
- Waktu dicatat satu angka dibelakang koma.

## **Lampiran 1. Prosedure Pelaksanaan Tes**

### **LEMPAR BOLA SOFTBALL**

#### **Tujuan**

Mengukur kekuatan

#### **Petunjuk**

Testi berusaha melempar bola softball sejauh mungkin. Tes dilakukan 3 kali dan hasil terbaik dicatat.

#### **Penilaian**

Jarak terdekat dari garis lempar hingga tempat jatuhnya bola diukur. Hasil terbaik dari 3 kali tes dicatat.

DATA PENELITIAN

No.	Nama	Komponen dan Instrumen					
		Lari 20 m/detik	Shuttle run/detik	Tendang bola ke dinding	Lempar bola ke dinding	Lempar bola ke dinding	Lempar bola ke dinding
1.	Chelsi cella	4,66	14,22	5	2	2	4,20
2.	Alifia	4,82	12,27	6	3	3	4,10
3.	Citra dianara	6,26	13,07	2	1	1	4,60
4.	Rahma neviaua	4,88	13,05	5	3	3	5,40
5.	Alceya widh	5,33	14,07	6	1	1	3,30
6.	Nadia lekarim	5,12	12,20	4	2	2	5,40
7.	Syifa nuruzizah	5,06	12,28	4	6	6	5,30
8.	Laulita mayang	6,07	11,56	1	1	1	5,90
9.	Linda	4,12	13,54	6	4	4	8,10
10.	Paritbah dena	7,00	13,12	2	0	0	5,90
11.	Arista laura	4,69	11,56	4	2	2	6,30
12.	Malika uzkazahira	6,59	11,93	6	2	2	3,30
13.	Mayzarethbanaz	6,73	11,68	3	1	1	6,20
14.	Zunifa aulia	5,22	13,12	6	4	4	9,00
15.	Nala suci	5,98	12,06	4	2	2	4,60
16.	Putri nur fadilah	5,98	12,22	5	1	1	6,90

## Lampiran 2. Tabulasi Data

No.	Nama	Instrumen				
		Lari 20 m/detik	Shuttle run/detik	Tendang bola ke dinding	Lempar bola ke dinding	Lempar bola softball/meter
1.	M. Fadil	5,22	12,58	7	3	8,30
2.	Iqbal kurnia	5,57	11,58	4	4	8,40
3.	Musyafa fatuohman	5,96	10,12	4	3	6,70
4.	Ahmad	5,16	11,87	6	3	6,40
5.	M. Subair rizki	4,90	10,38	7	4	10,60
6.	M. ruffi	4,68	10,43	6	6	6,90
7.	M. laila	4,59	9,56	6	5	10,00
8.	Alif nur	4,52	10,69	7	6	7,70
9.	Arkanial	4,28	10,91	7	5	11,40
10.	Ali akbar	5,53	11,22	5	4	8,10
11.	Fluda	4,87	10,96	6	3	6,70
12.	Novandika	4,87	11,28	6	7	8,10
13.	Takbir cendekia	4,94	10,25	7	3	7,70
14.	Yusullah	5,37	11,65	5	4	8,50
15.	Raihan	5,11	12,96	6	4	8,00
16.	Rizki ramadani	4,50	10,68	10	6	8,70
17.	Faini rifqi	4,50	11,63	7	4	8,00
18.	Bagus	4,74	10,65	7	4	8,50

### Lampiran 3. Deskriptif Statistik

#### ❖ Deskriptif Data Motorik

**Descriptive Statistics Putra**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Lari 200 m	18	27.54	65.34	50.0000	10.00000
Shuttle Run	18	28.24	67.55	50.0000	9.99999
Tendang	18	33.30	77.30	49.9992	9.99960
Lempar	18	39.22	71.56	50.0000	10.00003
L.Softball	18	35.92	73.75	50.0000	10.00000
Valid N (listwise)	18				

**Descriptive Statistics Putra**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TSkor	18	199.31	309.08	2.5000E2	34.14612
Valid N (listwise)	18				

**Descriptive Statistics Putri**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Lari 200 m	16	32.74	66.60	50.0000	10.00000
Shuttle Run	16	31.24	62.46	50.0062	10.00745
Menendang	16	29.57	60.41	50.0000	10.00001
Lempar	16	35.56	75.16	50.0000	10.00001
L.Softball	16	35.87	71.96	49.9999	9.99999
Valid N (listwise)	16				

**Descriptive Statistics Putri**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TSkor	16	200.53	294.45	2.5001E2	27.92016
Valid N (listwise)	16				

## Lampiran 4. Deskriptif Data

### ❖ Deskriptif Data Per Komponen Motorik Putri

Untuk memudahkan dalam mendiskripsikan data, maka digunakan jumlah T skor dibagi dalam 5 kategori, sebagai berikut :

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$\geq M + 1,5 \text{ SD}$	Baik sekali
2.	$M + 0,5 \text{ SD s/d } < M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
3.	$M - 0,5 \text{ SD s/d } < M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4.	$M - 1,5 \text{ SD s/d } < M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
5.	$\leq M - 1,5 \text{ SD}$	Kurang sekali

#### 1. Data Kemampuan Motorik Lari 20 Meter

No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	6.25%
2.	$55 < 65$	Baik	5	31.25%
3.	$45 < 55$	Sedang	3	18.75%
4.	$35 < 45$	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

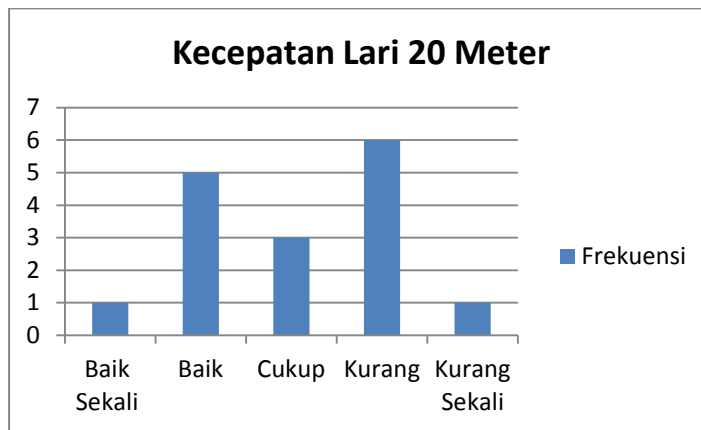
#### • Katagori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Katagori
1	4.66	60.24849	Baik
2	4.82	58.36777	Baik
3	6.26	41.44122	Kurang
4	4.88	57.66249	Baik
5	5.33	52.37295	Sedang
6	5.12	54.8414	Sedang
7	5.06	55.54668	Baik
8	6.07	43.67459	Kurang
9	4.12	66.59595	Baik Sekali
10	7	32.74286	Kurang Sekali
11	4.69	59.89586	Baik
12	6.59	37.56222	Kurang
13	6.73	35.91659	Kurang
14	5.22	53.66595	Sedang
15	5.98	44.73249	Kurang
16	5.98	44.73249	Kurang



## Lampiran 4. Deskriptif Data

- Diagram Lari 20 Meter



## 2. Data Kemampuan Motorik *Shuttle Run*

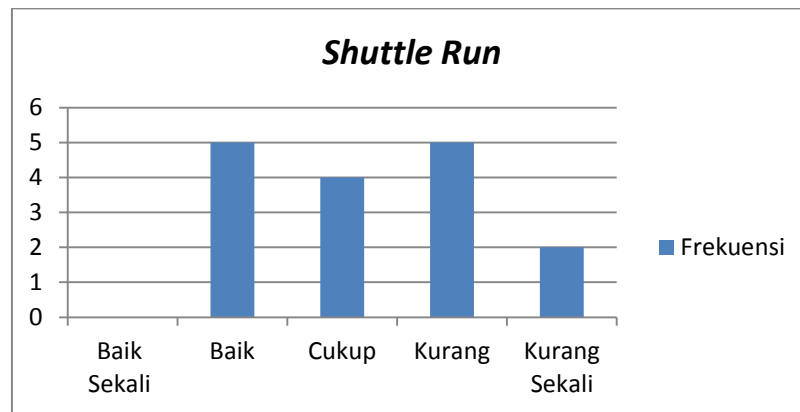
No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	0	0%
2.	$55 < 65$	Baik	5	31.25%
3.	$45 < 55$	Sedang	4	25%
4.	$35 < 45$	Kurang	5	31.25%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	2	12.5%
Jumlah			16	100%

- Katagori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Katagori
1	14.22	31.2449	Kurang Sekali
2	12.27	54.1294	Sedang
3	13.07	44.7409	Kurang
4	13.05	44.9756	Kurang
5	14.07	33.0053	Kurang Sekali
6	12.2	54.9509	Sedang
7	12.28	54.0121	Sedang
8	11.56	62.4617	Baik
9	13.54	39.2252	Kurang
10	13.12	44.1541	Kurang
11	11.56	62.4617	Baik
12	11.93	58.1195	Baik
13	11.68	61.1541	Baik
14	13.12	44.1541	Kurang
15	12.06	56.5939	Baik
16	12.22	54.7162	Sedang

## Lampiran 4. Deskriptif Data

- Diagram *Shuttle Run*



### 3. Data Kemampuan Motorik Menendang Bola

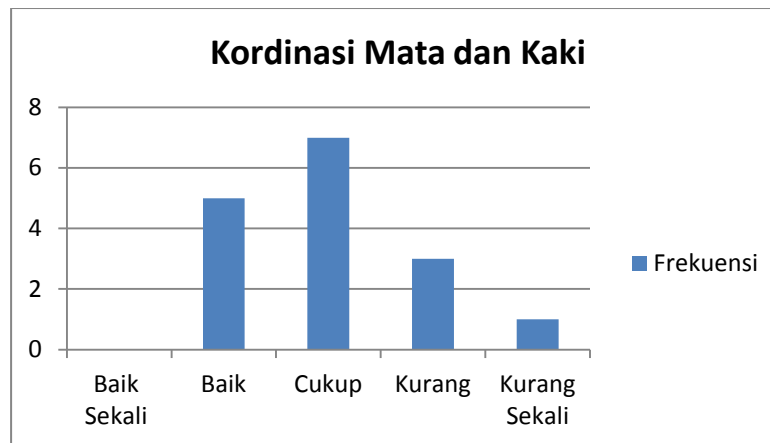
No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	0	0%
2.	$55 < 65$	Baik	5	31.25%
3.	$45 < 55$	Sedang	7	43.75%
4.	$35 < 45$	Kurang	3	18.75%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

- Kategori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Kategori
1	5	54.2399	Sedang
2	6	60.4072	Baik
3	2	35.7382	Kurang
4	5	54.2399	Sedang
5	6	60.4072	Baik
6	4	48.0727	Sedang
7	4	48.0727	Sedang
8	1	29.571	Kurang Sekali
9	6	60.4072	Baik
10	2	35.7382	Kurang
11	4	48.0727	Sedang
12	6	60.4072	Baik
13	3	41.9054	Kurang
14	6	60.4072	Baik
15	4	48.0727	Sedang
16	5	54.2399	Sedang

## Lampiran 4. Deskriptif Data

- Diagram Menendang Bola



### 4. Data Kemampuan Motorik Melempar Bola

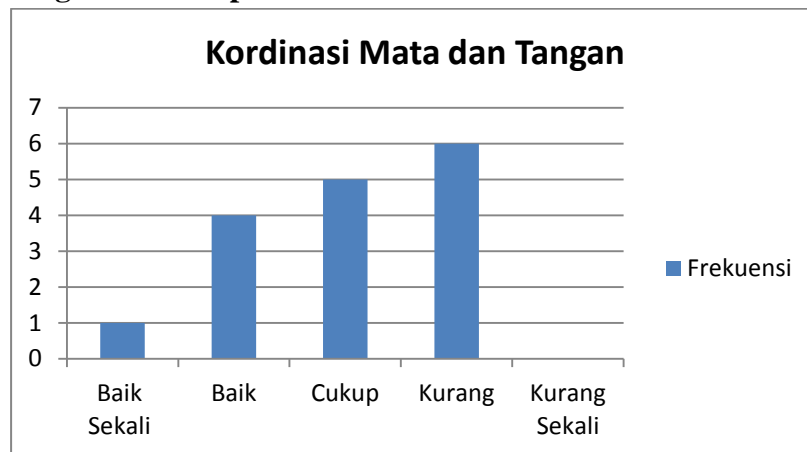
No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	6.25%
2.	$55 < 65$	Baik	4	25%
3.	$45 < 55$	Sedang	5	31.25%
4.	$35 < 45$	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			16	100%

- Katagori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Katagori
1	2	48.7625	Sedang
2	3	55.3623	Baik
3	1	42.1627	Kurang
4	3	55.3623	Baik
5	1	42.1627	Kurang
6	2	48.7625	Sedang
7	6	75.1616	Baik Sekali
8	1	42.1627	Kurang
9	4	61.9621	Baik
10	0	35.5629	Kurang
11	2	48.7625	Sedang
12	2	48.7625	Sedang
13	1	42.1627	Kurang
14	4	61.9621	Baik
15	2	48.7625	Sedang
16	1	42.1627	Kurang

## Lampiran 4. Deskriptif Data

- **Diagram Melempar Bola**



### 5. Data Kemampuan Motorik Melempar Bola *Softball*

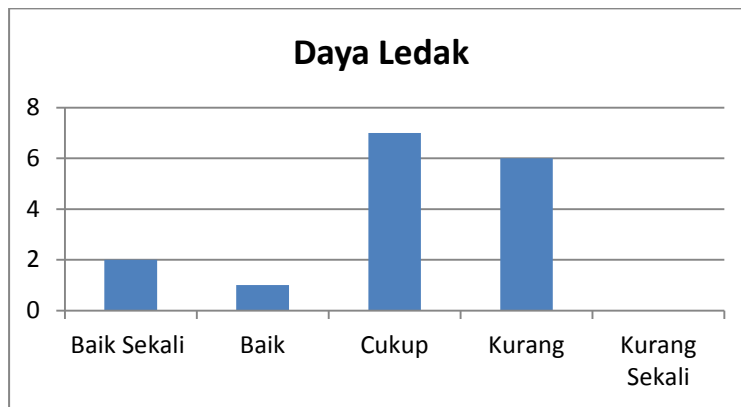
No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	2	12.5%
2.	$55 < 65$	Baik	1	6.25%
3.	$45 < 55$	Sedang	7	43.75%
4.	$35 < 45$	Kurang	6	37.5%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			16	100%

- **Katagori Keseluruhan**

No	Data	T Skor	Katagori
1	4.2	41.5708	Kurang
2	4.1	40.9376	Kurang
3	4.6	44.1035	Kurang
4	5.4	49.1689	Sedang
5	3.3	35.8721	Kurang
6	5.4	49.1689	Sedang
7	5.3	48.5357	Sedang
8	5.9	52.3347	Sedang
9	8.1	66.2647	Baik Sekali
10	5.9	52.3348	Sedang
11	6.3	54.8675	Sedang
12	3.3	35.8721	Kurang
13	6.2	54.2343	Sedang
14	9	71.9633	Baik Sekali
15	4.6	44.1035	Kurang
16	6.9	58.6666	Baik

#### Lampiran 4. Deskriptif Data

- Diagram Melempar Bola



## Lampiran 5. Deskripsi Data Motorik Siswi

### ❖ Deskriptif Data Motorik Putri

Untuk memudahkan dalam mendiskripsikan data, maka digunakan jumlah T skor dibagi dalam 5 kategori, sebagai berikut :

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$\geq M + 1,5 \text{ SD}$	Baik sekali
2.	$M + 0,5 \text{ SD s/d } < M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
3.	$M - 0,5 \text{ SD s/d } < M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4.	$M - 1,5 \text{ SD s/d } < M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
5.	$\leq M - 1,5 \text{ SD}$	Kurang sekali

### 1. Data Kemampuan Motorik Keseluruhan

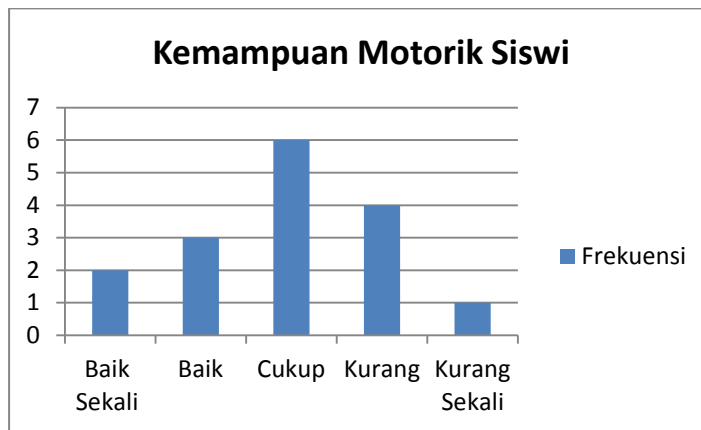
No	Putri	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 291.89$	Baik Sekali	2	12.5%
2.	$263.96 < 291.86$	Baik	3	18.75%
3.	$236.05 < 263.96$	Sedang	6	37.5%
4.	$208.13 < 236.05$	Kurang	4	25%
5.	$\leq 208.13$	Kurang Sekali	1	6.25%
Jumlah			16	100%

#### • Katagori Keseluruhan

No	Lari 20 M	Shuttle Run	Tendang Bola	Lempar Bola	Lempar B.Softball	T Skor	Katagori
1	60.24849	31.2449	54.2399	48.7625	41.5708	236.0666	Sedang
2	58.36777	54.1294	60.4072	55.3623	40.9376	269.2043	Baik
3	41.44122	44.7409	35.7382	42.1627	44.1035	208.1865	Kurang
4	57.66249	44.9756	54.2399	55.3623	49.1689	261.4092	Sedang
5	52.37295	33.0053	60.4072	42.1627	35.8721	223.8203	Kurang
6	54.8414	54.9509	48.0727	48.7625	49.1689	255.7964	Sedang
7	55.54668	54.0121	48.0727	75.1616	48.5357	281.3288	Baik
8	43.67459	62.4617	29.571	42.1627	52.3347	230.2047	Kurang
9	66.59595	39.225	60.4072	61.9621	66.2647	294.455	Baik Sekali
10	32.74286	44.1541	35.7382	35.5629	52.3348	200.5329	Kurang Sekali
11	59.89586	62.4617	48.0727	48.7625	54.8675	274.0603	Baik
12	37.56222	58.1195	60.4072	48.7625	35.8721	240.7235	Sedang
13	35.91659	61.1541	41.9054	42.1627	54.2343	235.3731	Kurang
14	53.66595	44.1541	60.4072	61.9621	71.9633	292.1527	Baik Sekali
15	44.73249	56.5939	48.0727	48.7625	44.1035	242.2651	Sedang
16	44.73249	54.7162	54.2399	42.1627	58.6666	254.5179	Sedang

## Lampiran 5. Deskripsi Data Motorik Siswi

- **Diagram Kemampuan Motorik Putri**



## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

### ❖ Deskriptif Data Per Komponen Motorik Putra

Untuk memudahkan dalam mendiskripsikan data, maka digunakan jumlah T skor dibagi dalam 5 kategori, sebagai berikut :

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$\geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
2.	$M + 0,5 SD \text{ s/d } < M + 1,5 SD$	Baik
3.	$M - 0,5 SD \text{ s/d } < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \text{ s/d } < M - 0,5 SD$	Kurang
5.	$\leq M - 1,5 SD$	Kurang sekali

#### 1. Data Kemampuan Motorik Lari 20 Meter

No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	$55 < 65$	Baik	1	5.56%
3.	$45 < 55$	Sedang	11	61.11%
4.	$35 < 45$	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			18	100%

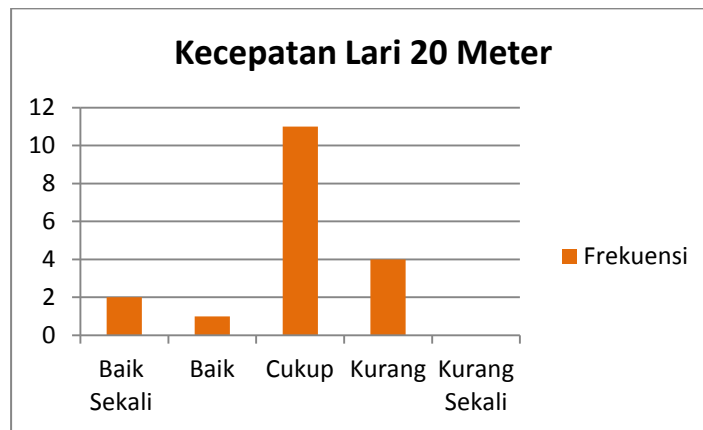
#### • Katagori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Katagori
1	5,22	44.1877	Kurang
2	5,57	36.3129	Kurang
3	5,96	27.5382	Kurang Sekali
4	5,16	45.5376	Sedang
5	4,90	51.3874	Sedang
6	4,68	56.3373	Baik
7	4,59	58.3622	Baik
8	4,52	59.9371	Baik
9	4,28	65.337	Baik Sekali
10	5,53	37.2129	Kurang
11	4,87	52.0624	Sedang
12	4,87	52.0624	Sedang
13	4,94	50.4874	Sedang
14	5,37	40.8128	Kurang
15	5,11	46.6626	Sedang
16	4,50	60.3871	Baik
17	4,50	60.3871	Baik
18	4,74	54.9873	Sedang



## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

- **Diagram Lari 20 Meter**



## 2. Data Kemampuan Motorik *Shuttle Run*

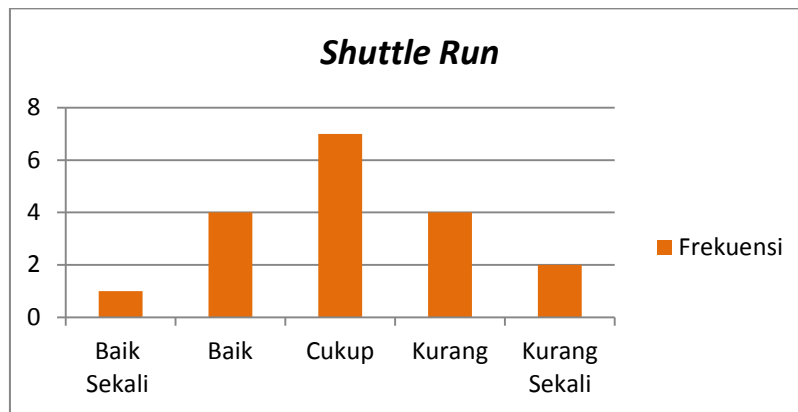
No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	$55 < 65$	Baik	4	22.22%
3.	$45 < 55$	Sedang	7	38.89%
4.	$35 < 45$	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	2	11.11%
Jumlah			18	100%

- **Katagori Keseluruhan**

No	Data	T Skor	Katagori
1	12.58	32.6328	Kurang Sekali
2	11.58	44.1938	Kurang
3	10.12	61.0729	Baik
4	11.87	40.8411	Kurang
5	10.38	58.067	Baik
6	10.43	57.4889	Baik
7	9.56	67.547	Baik Sekali
8	10.69	54.4831	Sedang
9	10.91	51.9397	Sedang
10	11.22	48.3557	Sedang
11	10.96	51.3616	Sedang
12	11.28	47.6621	Sedang
13	10.25	59.5699	Baik
14	11.65	43.3845	Kurang
15	12.96	28.2396	Kurang Sekali
16	10.68	54.5987	Sedang
17	11.63	43.6157	Kurang
18	10.65	54.9455	Sedang

## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

- Diagram *Shuttle Run*



### 3. Data Kemampuan Motorik Menendang Bola

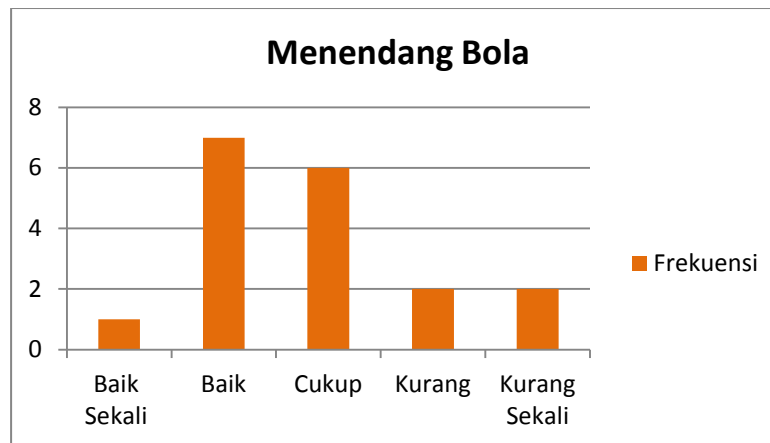
No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	$55 < 65$	Baik	7	38.89%
3.	$45 < 55$	Sedang	6	33.33%
4.	$35 < 45$	Kurang	2	11.11%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	2	11.11%
Jumlah			18	100%

- Katagori Keseluruhan

No	Data	T Skor	Katagori
1	7	55.2963	Baik
2	4	33.2961	Kurang sekali
3	4	33.2961	Kurang sekali
4	6	47.9629	Sedang
5	7	55.2963	Baik
6	6	47.9629	Sedang
7	6	47.9629	Sedang
8	7	55.2936	Baik
9	7	55.2936	Baik
10	5	40.6295	Kurang
11	6	47.9629	Sedang
12	6	47.9629	Sedang
13	7	55.2936	Baik
14	5	40.6295	Kurang
15	6	47.9629	Sedang
16	10	77.2965	Baik sekali
17	7	55.2936	Baik
18	7	55.2936	Baik

## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

- **Diagram Menendang Bola**



### 4. Data Kemampuan Motorik Melempar Bola

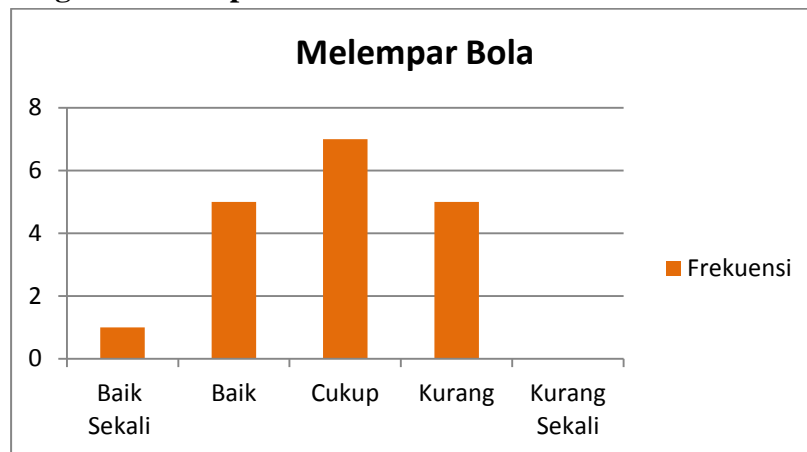
No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	1	5.56%
2.	$55 < 65$	Baik	5	27.78%
3.	$45 < 55$	Sedang	7	38.89%
4.	$35 < 45$	Kurang	5	27.78%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

- **Kategori Keseluruhan**

No	Data	T Skor	Kategori
1	3	39.2185	Kurang
2	4	47.3046	Sedang
3	3	39.2185	Kurang
4	3	39.2185	Kurang
5	4	47.3046	Sedang
6	6	63.4768	Baik
7	5	55.3907	Baik
8	6	63.4768	Baik
9	5	55.3907	Baik
10	4	47.3046	Sedang
11	3	39.2185	Kurang
12	7	71.5629	Baik Sekali
13	3	39.2185	Kurang
14	4	47.3046	Sedang
15	4	47.3046	Sedang
16	6	63.4768	Baik
17	4	47.3046	Sedang
18	4	47.3046	Sedang

## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

- **Diagram Melempar Bola**



### 5. Data Kemampuan Motorik Melempar Bola *Softball*

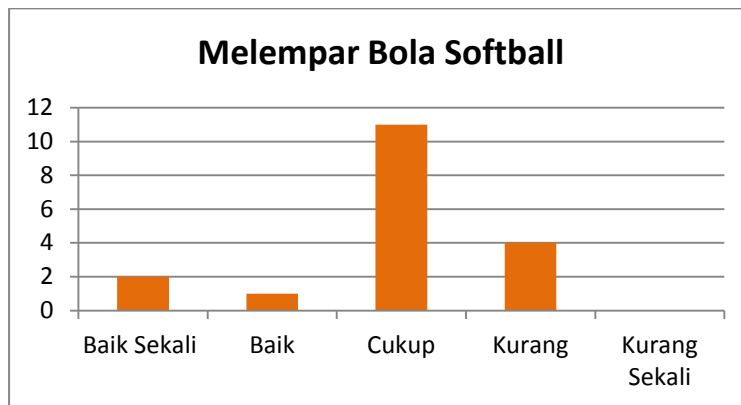
No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 65$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	$55 < 65$	Baik	1	5.56%
3.	$45 < 55$	Sedang	11	61.11%
4.	$35 < 45$	Kurang	4	22.22%
5.	$\leq 35$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

- **Kategori Keseluruhan**

No	Data	T Skor	Kategori
1	8.3	50.2943	Sedang
2	8.4	51.051	Sedang
3	6.7	38.1857	Kuran
4	6.4	35.9154	Kuran
5	10.6	67.7003	Baik Sekali
6	6.9	39.6993	Kuran
7	10	63.1596	Baik
8	7.7	45.7536	Sedang
9	11.4	73.7546	Baik Sekali
10	8.1	48.7807	Sedang
11	6.7	38.1857	Kuran
12	8.1	48.7807	Sedang
13	7.7	45.7536	Sedang
14	8.5	51.8078	Sedang
15	8	48.0239	Sedang
16	8.7	53.3214	Sedang
17	8	48.0239	Sedang
18	8.5	51.8078	Sedang

## Lampiran 6. Deskripsi Data Siswa

- Diagram Melempar Bola



## Lampiran 7. Deskriptif Data Motorik Siswa

### ❖ Deskriptif Data Motorik Putra

Untuk memudahkan dalam mendiskripsikan data, maka digunakan jumlah T skor dibagi dalam 5 kategori, sebagai berikut :

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$\geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
2.	$M + 0,5 SD \text{ s/d } < M + 1,5 SD$	Baik
3.	$M - 0,5 SD \text{ s/d } < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \text{ s/d } < M - 0,5 SD$	Kurang
5.	$\leq M - 1,5 SD$	Kurang sekali

#### 1. Data Kemampuan Motorik Keseluruhan

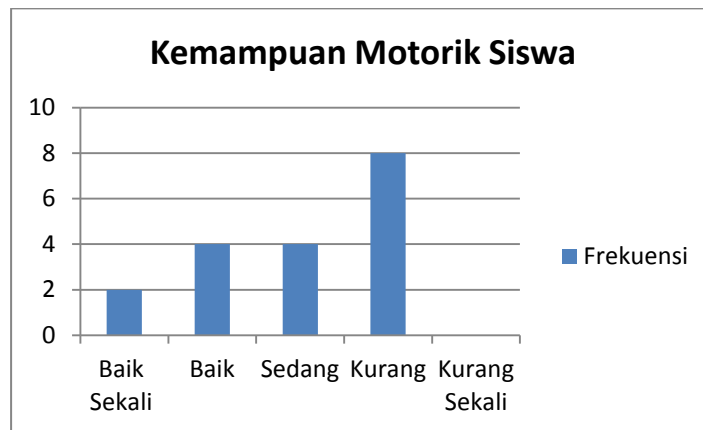
No	Putra	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$\geq 301.29$	Baik Sekali	2	11.11%
2.	$267.07 < 301.29$	Baik	4	22.22%
3.	$232.92 < 267.07$	Sedang	4	22.22%
4.	$198.78 < 232.92$	Kurang	8	44.44%
5.	$\leq 198.78$	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			18	100%

#### • Katagori Keseluruhan

No	Lari 20 M	Shuttle Run	Tendang Bola	Lempar Bola	Lempar B.Softball	Jumlah	Katagori
1	44.1877	32.6328	55.2963	39.2185	50.2943	221.6296	Kurang
2	36.3129	44.1938	33.2961	47.3046	51.051	212.1584	Kurang
3	27.5382	61.0729	33.2961	39.2185	38.1857	199.3114	Kurang
4	45.5376	40.8411	47.9629	39.2185	35.9154	209.4755	Kurang
5	51.3874	58.067	55.2963	47.3046	67.7003	279.7556	Baik
6	56.3373	57.4889	47.9629	63.4768	39.6993	264.9652	Sedang
7	58.3622	67.547	47.9629	55.3907	63.1596	292.4224	Baik
8	59.9371	54.4831	55.2936	63.4768	45.7536	278.9442	Baik
9	65.337	51.9397	55.2936	55.3907	73.7546	301.7156	Baik Sekali
10	37.2129	48.3557	40.6295	47.3046	48.7807	222.2834	Kurang
11	52.0624	51.3616	47.9629	39.2185	38.1857	228.7911	Kurang
12	52.0624	47.6621	47.9629	71.5629	48.7807	268.031	Baik
13	50.4874	59.5699	55.2936	39.2185	45.7536	250.323	Sedang
14	40.8128	43.3845	40.6295	47.3046	51.8078	223.9392	Kurang
15	46.6626	28.2396	47.9629	47.3046	48.0239	218.1936	Kurang
16	60.3871	54.5987	77.2965	63.4768	53.3214	309.0805	Baik Sekali
17	60.3871	43.6157	55.2936	47.3046	48.0239	254.6249	Sedang
18	54.9873	54.9455	55.2936	47.3046	51.8078	264.3388	Sedang

## Lampiran 7. Deskriptif Data Motorik Siswa

- **Diagram Kemampuan Motorik Putra**



## Lampiran 8. Dokumen Pelaksanaan Tes

### Dokumentasi Pelaksanaan Tes

#### 1. Lari 20 meter



#### 2. Shuttle Run





## Lampiran 8. Dokumen Pelaksanaan Tes

### 3. Tendang Bola Ke Dinding



### 4. Lempar Bola Ke Dinding



## Lampiran 8. Dokumen Pelaksanaan Tes

### 5. Lempar Bola Softball

