

**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH KECAMATAN PENGASIH  
KABUPATEN KULON PROGO  
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

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



**Disusun Oleh :  
FIKI SA'ADAH  
NIM. 13604224013**

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017” yang disusun oleh FIKI SA’ADAH, NIM 13604224013 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 06 Juni 2017

Pembimbing



**Drs. Sudardiyono, M.Pd**

**NIP 19560815 198703 1 001**

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017” ini 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 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, 06 Juni 2017

Yang menyatakan,



**FIKI SA'ADAH**

**NIM. 13604224013**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
Tugas Akhir Skripsi  
**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR**  
**NEGERI 3 PENGASIH KECAMATAN PENGASIH**  
**KABUPATEN KULON PROGO**  
**TAHUN AJARAN 2016/2017**

Disusun oleh:

Fiki Sa'adah

NIM 13604224013


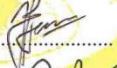

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Fakultas

Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 15 Juni 2017


**TIM PENGUJI**

Nama/ Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Sudardiyono, M.Pd</b> Ketua Penguji		14/07/17
<b>Abdul Mahfudin Alim, M.Pd</b> Sekertaris Penguji		12/07/17
<b>Fathan Nurcahyo, M.Or</b> Penguji 1 (Utama)		12/07/17

Yogyakarta, Juli 2017

Fakultas Ilmu Keolahragaan Unniversitas Negeri Yogyakarta

Dekan

  
**Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed**  
NIP. 19640707 198812 1 001

## MOTTO

**“KEMUSTAHILAN BISA MENJADI KENISCAYAAN”**

Dengan usaha maksimal dan beribadah selalu mendekat  
kepada ALLAH SWT.

Apabila dalam kenyataan yang diinginkan belum terealisasikan, maka  
**yakinlah sungguh rencana ALLAH SWT lebih indah dari apa yang  
direncanakan manusia dan tetap selalu bersyukur dengan berusaha  
tanpa mengeluh.**

## PERSEMBAHAN

Jazzakumullah khairan katsiran wahai orang-orang yang dianugerahkan untukku dari ALLAH, karya ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan Ibu saya tersayang (Sumti dan Ririn Nuryani), yang selalu mencurahkan segalanya dengan penuh kasih sayang menjadikan saya sampai detik ini.
2. Semua keluarga besar bani H.Mukri, bani Marsani, bani Legiman, bani Juremi yang telah mendukung, mendoakan dengan kasih sayang.
3. Sahabat sekaligus saudara Vina Nurun Najah, Wahyu Dwi Prajayanti, mbak Desy Wijayanti, Noviana Yesika, Shoimatun Ni'mah, Rifatul Fitriyah, Miftahul Irodah, Rini Puji Lestari, mbak Rosella Devi Anggraeni, mbak Sanda Amida Dike Rosica, Indrya Suzenty, Fina Nidaurrohman, Mahli Marlin Yensenem, teteh Erfin, teteh Devita Vuri, Fevi Susanti, mbak Kharisa Putri Irawati, mbak Uji Handayani, mbak Sri Wahyuningsih, teteh Feni Febryani Zaman, teteh Rani Kharismaya, Lu'lu'ul Fajroh, Sellya Meizenty, Julialita Muhariani, dan Ayu Fitria yang telah mendukung dan mendoakan terselesainya skripsi ini.
4. Orang-orang yang saya sayangi dan orang-orang yang menyayangi saya yang telah mendoakan saya sampai bisa seperti ini.

**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH KECAMATAN PENGASIH  
KABUPATEN KULON PROGO  
TAHUN AJARAN 2016/2017**

Oleh  
FikiSa'adah  
NIM 13604224013

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya kesenjangan kemampuan penguasaan gerak siswa yang cenderung lambat dalam memberikan respon terhadap instruksi guru pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, kecamatan Pengasih, kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, hanya menggambarkan situasi yang sedang berlangsung, tanpa pengujian hipotesis dan menggunakan metode survei dalam bentuk tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih kecamatan Pengasih kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 yang berjumlah 26 siswa terdiri dari 16 putra dan 10 putri. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah tes kemampuan motorik dari Nurhasan, (2004: 6.6) yang item tesnya terdiri dari: tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 terdapat 2 siswa (7,7%) kategori sangat tinggi, 5 siswa (19,2 %) kategori tinggi, 11 siswa (42,3%) kategori sedang, 6 siswa (23,1%) kategori rendah, dan 2 siswa (7,7%) kategori sangat rendah.

Kata kunci: *Kemampuan Motorik, Siswa Kelas IV, Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih*

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017”.

Terselesaikan skripsi ini, peneliti menyadari tidak lepas bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan fasilitas selama menjadi mahasiswa.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Guntur, M.Pd selaku Kepala Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Dr. Subagyo, M.Pd selaku Ketua Prodi PGSD Penjas yang telah memberikan ijin penelitian.
5. Drs. Sudardiyono, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi yang telah sabar membimbing skripsi, memberikan arahan dalam menyusun skripsi dan telah menyetujui skripsi yang diujikan.
6. Prof. Dr. Hari Amirullah Rachman, M.Pd selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan selama perkuliahan.

7. Bapak/Ibu Dosen dan seluruh civitas akademik Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat.
8. Kepala Sekolah beserta guru, staff dan karyawan Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo yang telah memberikan kesempatan pengambilan data.
9. Siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo yang berpartisipasi sebagai subjek penelitian.
10. Keluarga kelas PGSD Penjas B angkatan 2013 Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah mendukung terselesaikan skripsi ini.
11. Uji Handayani dan Nova Dhwiiana telah membantu pengambilan data.
12. Keluarga Kos Karangmalang B 17 “Nirwana” yang telah mendukung terselesaikan skripsi ini.
13. Semua pihak yang turut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, 06 Juni 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN .....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
 <b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Diskripsi Teori.....	10
1. Hakikat Kemampuan Motorik.....	10
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik .....	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	16
4. Fungsi Kemampuan Motorik .....	19
5. Karakteristik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih...21	
B. Penelitian yang Relevan .....	22
C. Kerangka Berpikir .....	23

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode dan Desain Penelitian.....	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian .....	27
1. Populasi Penelitian .....	27
2. Sampel Penelitian .....	28
D. Lokasi Penelitian.....	28
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Teknik Analisis Data.....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	35
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	37
1. Kemampuan Motorik Siswa.....	37
a. Kemampuan Kelincahan.....	41
b. Kemampuan Koordinasi .....	44
c. Kemampuan Keseimbangan .....	46
d. Kemampuan Kecepatan .....	49
C. Pembahasan.....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	56
B. Implikasi Penelitian.....	56
C. Keterbatasan Penelitian .....	57
D. Saran-saran .....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN.....	61

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik .....	34
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	38
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	42
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dengan Tangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	44
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	47
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	50

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Alur Kerangka Berpikir .....	26
Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.....	40
Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.....	43
Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dengan Tangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 .....	46
Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.....	49
Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keterangan Penelitian .....	61
Lampiran 2. Data Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih .....	62
Lampiran 3. Data Kasar Dua Kali Percobaan Tes Kemampuan Motorik.....	63
Lampiran 4. Data Kasar Kemampuan Motorik.....	64
Lampiran 5. Hasil Tes Kemampuan Motorik Siswa.....	65
Lampiran 6. Hasil Tes Kelincahan Siswa .....	67
Lampiran 7. Hasil Tes Koordinasi Siswa.....	68
Lampiran 8. Hasil Tes Keseimbangan Siswa.....	69
Lampiran 9. Hasil Tes Kecepatan Siswa.....	70
Lampiran 10. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian .....	71

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan adalah usaha terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara (UU No.20 Tahun 2003). Sedangkan pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan yang tentu didalamnya ada proses pembelajaran. Apabila dibandingkan dengan proses pembelajaran mata pelajaran lainnya, proses pembelajaran pendidikan jasmani sangatlah berbeda.

Pada dasarnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan suatu proses pembelajaran yang di desain untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani (Depdiknas, 2003: 2). Pengertian tersebut dapat dimengerti bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu aktivitas jasmani yang dilakukan oleh siswa agar mereka dapat belajar bergerak dan belajar melalui gerak untuk dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Aktivitas jasmani diartikan sebagai kegiatan siswa untuk meningkatkan keterampilan motorik dan keterampilan fungsional lainnya yang mencakup kognitif, efektif, dan sosial. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat

tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya yang tentu mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani.

Siswa yang mempunyai tingkat kemampuan motorik secara baik akan cenderung lebih mudah melakukan keterampilan dalam olahraga, daripada siswa yang kemampuan motorik yang kurang. Keterampilan motorik bukan hanya untuk meningkatkan siswa dalam cabang olahraga saja, tetapi juga akan memudahkan siswa dalam melakukan tugas gerakannya dalam proses pendidikan jasmani. Keadaan alami siswa akan terbiasa melakukan aktivitas gerak yang tidak di sengaja akan memacu kemampuan gerak motoriknya.

Kini zaman telah berubah dengan seiring perkembangan teknologi anak yang dahulu suka bermain permainan tradisional dan bermain di ladang kini dimanjakan dengan perkembangan IPTEK. Teknologi adalah suatu cara adaptasi yang efisien dari suatu sistem yang menentukan hasilnya (Conny R Semiawan, 1998: 20). Adapun tujuan umum teknologi merupakan untuk mengadakan perubahan praktis dalam dunia nyata yang diinginkan oleh manusia. Dengan kemajuan teknologi yang seharusnya dapat dimanfaatkan secara bijak sebagai hasil budaya pikir manusia yang kreatif dan kritis. Namun, kenyataan yang ada mayoritas siswa lebih senang duduk berjam-jam untuk melihat televisi, atau bermain *game* dalam kegiatan sehari-hari. Hal tersebut merupakan dampak langsung yang dapat dirasakan karena pola hidup yang menyebabkan menurunnya kemampuan fisik atau kesegaran jasmani atau kemampuan motorik siswa.

Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan seseorang melakukan gerak dalam menampilkan keterampilan gerak. Fungsi kemampuan motorik ialah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Kemampuan motorik siswa yang menurun akan menyulitkan para guru dalam melakukan proses belajar mengajar. Akibatnya tujuan pendidikan jasmani sulit dicapai dan menimbulkan proses belajar mengajar yang tidak efektif dan efisien.

Kenyataannya pada masa sekarang kemampuan motorik setiap individu cenderung menurun. Hal ini dikarenakan adanya penggunaan teknologi yang mempermudah kinerja namun tidak disikapi dengan baik dalam bentuk ketergantungan. Misalkan seorang anak yang lebih memilih menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* maupun *offline* dan melihat televisi.

Penggunaan teknologi yang berlebihan membuat malas bergerak sehingga kemampuan motorik anak tidak berkembang dengan baik. Semua pihak yang terkait dengan siswa tersebut seperti sekolah, guru, orang tua, masyarakat dan pihak-pihak yang terkait dapat melakukan integrasi untuk meningkatkan dan mengoptimalkan kemampuan motorik siswa. Orang tua dapat memberikan kebiasaan olahraga setiap hari dan masyarakat dapat menyelenggarakan kegiatan rutin yang menunjang untuk meningkatkan kemampuan motorik anak. Sekolah dan guru dapat meningkatkan kemampuan motorik melalui kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani,

pramuka, ekstrakurikuler bidang olahraga, dll. Diharapkan siswa dapat meningkatkan dan mengoptimalkan kemampuan motoriknya yang kurang tersebut melalui pihak-pihak yang terkait berusaha membantunya.

Hasil observasi yang dilakukan pada hari Selasa 01 November 2016 pukul 10.00 WIB, Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih berada di Jalan Pracoyo Nomor 01, Pengasih, Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sekolah ini mempunyai bangunan dengan fasilitas yang cukup baik, mendukung pengembangan dan peningkatan kompetensi siswa dibidang akademik maupun non-akademik. Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih memiliki sarana dan prasarana sebagai pendukung kegiatan belajar mengajar sebagai berikut: ruang kepala sekolah dan wakil kepala sekolah, ruang kantor guru dan karyawan tata usaha, perpustakaan, ruang kesenian, UKS, parkir kendaraan guru dan siswa, mushola, ruang kelas, ruang kantin, lapangan upacara/ olahraga basket, ruang dapur umum, ruang peralatan olahraga, gudang sekolah serta kamar kecil untuk guru, karyawan, siswa, dan ABK. Sekolah ini menyediakan banyak kelas dengan kapasitas masing-masing berkisar 25-31 siswa. Adapun jumlah keseluruhan siswa adalah 170 siswa (85 siswa perempuan dan 85 siswa laki-laki).

Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih termasuk salah satu sekolah yang aktif mengikuti perlombaan di beberapa bidang. Salah satunya di bidang olahraga, sekolah ini telah meraih beberapa kali juara. Sebelum mengikuti perlombaan, pembina mempersiapkan siswa dengan latihan rutin yang

telah dijadwalkan. Adanya prestasi yang baik karena didukung kegiatan proses pembelajaran yang baik pula. Salah satunya kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan di sekolah secara umum berjalan efektif.

Kegiatan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan di Sekolah dasar Negeri 3 Pengasih pada kelas 4, belum berjalan efektif dikarenakan adanya kesenjangan kemampuan penguasaan gerak dari masing-masing siswa. Dilihat dari kesenjangan yang terjadi, ada beberapa siswa mengalami kesulitan mengikuti gerak yang dicontohkan oleh guru. Hal ini menjadi penghambat dalam proses pembelajaran. Siswa cenderung lambat dalam memberikan respon terhadap intruksi yang diberikan oleh guru atau ketidaksesuaian gerak yang dilaksanakan oleh siswa dengan materi yang diajarkan. Faktor yang mempengaruhi terjadi hal tersebut yaitu kebiasaan siswa yang sehari-harinya lebih suka menghabiskan waktu di game, melihat televisi daripada bergerak melalui olahraga untuk mengembangkan kemampuan motoriknya. Selain itu tipe tubuh juga mempengaruhi perkembangan kemampuan motorik karena tipe tubuh yang gemuk cenderung lebih lambat bergerak, misalnya kurang dalam unsur kecepatan dalam kemampuan motorik.

Siswa yang kesulitan melakukan gerak bahkan tidak mampu melakukannya secara keseluruhan. Hal tersebut dapat menghambat jalannya pembelajaran karena fokus guru dan siswa yang lain terganggu dengan ketidaksesuaian gerak yang dilakukan siswa. Siswa yang

mengalami kesenjangan kemampuan motorik juga sulit dalam bekerja sama dalam tim di saat guru memberikan materi permainan kelompok.

Salah satu kasus adalah saat pembelajaran pendidikan jasmani materi lari zig-zag yang cenderung mengandalkan kemampuan motorik kelincahan dan kecepatan, namun beberapa siswa mengalami kesulitan mengubah arah dalam waktu secepat-cepatnya. Begitu halnya ketika diberi materi bentuk pesawat yang mengandalkan kemampuan motorik keseimbangan dan daya tahan. Siswa diharuskan membentuk tubuhnya menyerupai pesawat dengan bertumpu pada satu kaki, beberapa diantaranya mengalami sering goyah yang cenderung mengalami kesulitan melakukan gerak tersebut bahkan tidak bisa melakukannya sama sekali. Siswa lain ada yang memiliki keseimbangan baik ada pula yang tidak bisa melakukannya dalam tempo waktu yang cukup lama. Hal ini juga sering terjadi pada materi yang lain baik secara individu maupun permainan kelompok. Beberapa siswa yang mengalami kesenjangan gerak dalam permainan kelompok jarang sekali dipilih pertama oleh ketua kelompok, bila ketentuan permainan kelompok memilih anggota kelompok. Metode pemilihan kelompok yang dilakukan siswa untuk memilih sebagai timnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani kurang efektif karena siswa yang memiliki kekurangan atau kemampuan motorik kurang dalam pembelajaran tersebut akan dipilih yang terakhir (cadangan) bahkan tidak dipilih, hal tersebut dapat menimbulkan sikap diskriminasi terhadap siswa yang kemampuan motoriknya kurang.

Realita yang terjadi di lapangan tidak sejalan dengan tujuan dari pendidikan jasmani meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Salah satunya adalah mengembangkan kemampuan motorik yang mencakup unsur-unsur gerak yaitu unsur kekuatan, kecepatan, *power* (daya ledak), kelentukan, kelincahan, keseimbangan, reaksi, koordinasi dan daya tahan. Berdasarkan kondisi permasalahan di lapangan, peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang “Kemampuan motorik kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Dampak negatif perkembangan teknologi terhadap motorik anak.
2. Adanya kesenjangan kemampuan penguasaan gerak yang jelas terlihat dari masing-masing siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih.
3. Belum diketahuinya kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, peneliti membatasi permasalahan yang akan dibahas pada penelitian ini yaitu “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat ditarik suatu rumusan masalah “Seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017”.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi para guru maupun masyarakat yang akan mendalami tentang masalah kemampuan motorik siswa sekolah dasar.
  - b. Menambah wawasan di dunia pendidikan pada khususnya kepada anak dan masyarakat pada umumnya tentang kemampuan motorik yang kurang pada siswa sekolah dasar terutama siswa kelas atas untuk meningkatkan dan mengoptimalkan kemampuan motoriknya.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Setelah diketahui kemampuan motorik yang ada pada diri siswa, maka setiap siswa bisa mengembangkan kemampuan gerak sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.
- b. Sebagai pedoman guru dalam menyusun materi pembelajaran penjasorkes berdasarkan kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa dan mengevaluasi keberhasilan dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar.
- c. Sebagai pengetahuan bagi masyarakat tentang kondisi kemampuan motorik siswa dan masyarakat.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Diskripsi Teori**

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

Kemampuan motorik disebut juga dengan kemampuan gerak yang dimiliki setiap manusia. Menurut Rusli Lutan (1988: 96), mengatakan bahwa “kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak”. Namun ada pendapat lain Sukintaka (2001: 47) menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan ketrampilan motorik. Kualitas hasil gerak merupakan kemampuan (ability) gerak seseorang dalam melakukan tugas gerak.

Tidak jauh berbeda dengan pendapat di atas, menurut Sukadiyanto (1997: 70), menyatakan bahwa kemampuan gerak adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan keterampilan gerak yang lebih luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik suatu kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 20), kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa orang lakukan

guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

1. Kemampuan *Locomotor*  
Kemampuan *locomotor* digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh dari atas seperti, lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur, dan lari seperti kuda berlari (*gallop*).
2. Kemampuan Non-lokomotor  
Kemampuan non-lokomotor dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non-lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, dan lain-lain.
3. Kemampuan Manipulatif  
Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulatif obyek jauh lebih unggul daripada koordinasi mata kaki dan tangan mata, yang mana cukup penting untuk item: berjalan (gerakan langkah) dalam ruang. Bentuk-bentuk latihan manipulatif terdiri dari:
  - a. Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang).
  - b. Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat bantalan karet (bola medisn) atau macam: bola yang lain.
  - c. Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan seseorang melakukan gerak dalam menampilkan keterampilan gerak. Kemampuan gerak tersebut dapat ditingkatkan melalui latihan sesuai unsur gerak apa yang akan ditingkatkan. Dan merupakan perubahan gerak dasar dari sejak bayi hingga dewasa yang melibatkan beberapa komponen-komponen gerak dalam melakukan suatu aktivitas gerak olahraga maupun aktivitas sehari-hari.

Kemampuan motorik yang tinggi dimiliki seseorang diduga akan lebih baik dan berhasil dalam melakukan berbagai tugas keterampilan dibandingkan seseorang yang memiliki kemampuan motorik rendah. Seseorang memiliki kemampuan motorik yang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasainya serta tergantung latihan yang berulang-ulang dilakukan seseorang memacu meningkatnya kemampuan gerak tersebut. Prinsip kemampuan motorik adalah suatu perubahan baik fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya.

## 2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Seseorang memiliki kemampuan motorik yang berbeda-beda. Tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasai atau gerakan yang sering diulang-ulang oleh seseorang tersebut. Menurut Harsono yang dikutip oleh Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015: 87-147) terdapat beberapa unsur sebagai berikut:

- a. *Endurance* adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk berlatih untuk waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan latihan tersebut.
- b. *Strength* adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan.
- c. *Speed* adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang cepat.
- d. *Flexibility* adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi.
- e. *Power* adalah hasil dari kekuatan dan kecepatan. Individu yang mempunyai power adalah orang yang memiliki derajat

kekuatan otot yang tinggi, derajat kecepatan yang tinggi, dan derajat yang tinggi dalam keterampilan menggabungkan kecepatan dan kekuatan.

- f. *Agility* adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Adapun menurut Nurhasan (2004: 6.6) kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar diukur menggunakan tes kemampuan motorik, dengan 4 butir tes untuk mengukur unsur-unsur kemampuan motorik. Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitas sebesar 0,87. Urutan keempat butir tes tersebut sebagai berikut:

- a. Kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter.
- b. Koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok.
- c. Keseimbangan tubuh dengan tes *stork stand positional balance*.
- d. Kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter.

Tidak jauh berbeda dari pendapat di atas, Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015: 88) menyatakan unsur-unsur motorik yaitu:

- a. *Endurance* adalah kemampuan kerja otot atau organ tubuh secara kontinyu dalam jangka waktu tertentu tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan.
- b. Kekuatan (*strength*) adalah kemampuan otot untuk mengatasi tahanan dalam jangka waktu tertentu. Oleh karena itu, latihan-latihan yang cocok untuk perkembangan kekuatan adalah latihan-latihan dimana seseorang harus mengangkat, mendorong, atau menarik suatu beban.
- c. Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan tubuh menjawab rangsang dengan waktu sesingkat mungkin.
- d. *Power* adalah kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak.

- e. Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan fleksibel ketika sedang bergerak.

Menurut B Edward Rahantoknam (1988: 123) ada kecakapan motorik sebagai berikut:

- a. Daya ledak dan daya tahan otot merupakan kemampuan motorik yang berasal dari kekuatan otot. Keduanya dibedakan berdasarkan jarak dan waktu penggunaan kekuatan otot.
- b. Fleksibilitas adalah kemampuan motorik yang terkait elastisitas antara persendian dan otot.
- c. Keseimbangan dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam posisi seimbang ketika diam maupun bergerak.
- d. Koordinasi adalah kemampuan seseorang untuk menyinkronkan beberapa bagian tubuh dalam waktu yang bersamaan sekaligus.

Menurut Bompas (1994) yang dikutip oleh Djoko Pekik Irianto (2002: 66), ada lima biomotorik dasar, yakni:

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

Sejalan dengan teori di atas, dalam teori Nurhasan (2004: 5.1)

menyatakan unsur-unsur gerak dalam olahraga mencakup unsur:

1. Kekuatan  
Kekuatan dapat dikembangkan melalui Weight Training. Peningkatan kekuatan itu selalu diikuti oleh ukuran otot menjadi bertambah besar.
2. Kecepatan  
Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan tubuhnya atau bagian-bagian tubuhnya melakukan satu ruang gerak tertentu. Dimana kecepatan mempunyai hubungan yang erat antara waktu dan jarak.
3. Kelentukan/ Fleksibilitas  
Kelentukan adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan tubuh dan bagian-bagian tubuh dalam suatu ruang gerak yang seluas mungkin, tanpa mengalami cedera pada persendian tersebut.
4. Kelincahan  
Kelincahan menggambarkan kemampuan bergerak ke segala arah. Orang yang mempunyai agilitas yang tinggi memungkinkan orang itu dapat bergerak ke segala arah dengan mudah.
5. Keseimbangan  
Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengontrol alat-alat tubuh yang bersifat neuromuscular.
6. Reaksi  
Reaksi dapat diartikan interval waktu antara penerimaan rangsangan dengan jawaban (respon). Waktu reaksi dan kecepatan gerak keduanya merupakan komponen yang sukar untuk dipisahkan secara eksak dalam pengukurannya.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa pada masa pertumbuhan anak, komponen-komponen motorik sangatlah penting dan mendasar bagi kelanjutan perkembangan anak tersebut. Secara ilmiah seiring peningkatan atau bertambahnya umur anak hingga dewasa akan diikuti dengan peningkatan kemampuan motorik anak. Kemampuan motorik anak dapat tumbuh dan berkembang secara baik apabila anak mempunyai pengalaman gerak yang beraneka ragam

yang dilakukan secara berulang-ulang. Adapun untuk mengukur kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar dapat menggunakan 4 butir tes, yaitu: kelincahan, koordinasi, keseimbangan tubuh dan kecepatan. Tentu dengan adanya 4 butir tes tersebut, dapat membantu siswa, guru pendidikan jasmani, dan wali murid untuk meningkatkan motorik siswa tersebut.

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

Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik menurut Sukintaka (2001: 47), berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor, ialah faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan. Dari dua faktor penentu ini masih harus didukung dengan berlatih, yang sesuai dengan kematangan anak dan gizi yang baik. Ada kemungkinan bahwa semakin banyaknya pertumbuhan dan perkembangan akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Sedangkan faktor yang lain adalah perbedaan jenis kelamin, sifat dasar genetik, kondisi pra lahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, kelahiran yang sukar, kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pasca lahir. Adanya rangsangan dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.

Disisi lain faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar motorik menurut Rusli Lutan (1988: 322) mengatakan proses belajar

dan penampilan gerak dipengaruhi oleh kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal mencakup karakteristik yang melekat pada individu, seperti tipe tubuh, motivasi, atau atribut lainnya yang membedakan seseorang dengan yang lainnya. Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat di luar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal itu meliputi kondisi lingkungan pengajaran, dan bahkan lingkungan sosial-budaya yang lebih luas.

Adapun beberapa faktor yang lain menurut Endang Rini Sukanti (2007: 40-41), ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap laju perkembangan motorik seseorang, antara lain:

- a. Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- b. Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- c. Kondisi pra lahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pasca lahir, ketimbang kondisi pra lahir yang tidak menyenangkan.
- d. Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- e. Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pasca lahir akan mempercepat perkembangan motorik.
- f. Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau di bawah normal.
- g. Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.

- h. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- i. Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan anak yang lahir kemudian.
- j. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya.
- k. Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.
- l. Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra mengatakan pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Ketiga faktor inilah yang diyakini telah menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan.

Menurut Corbin (1987: 198) yang di kutip Pamuji Sukoco (2004: 6), faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah faktor yang berhubungan dengan biologis dan faktor lingkungan. Faktor biologis yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan adalah faktor keturunan (genetika), faktor ukuran tubuh pada saat lahir, jenis kelamin, dan dasar kedewasaan. Sedangkan faktor lingkungan yang mempengaruhi adalah faktor budaya, faktor

keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukuan, dan faktor sosial.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi genetik, kecerdasan, motivasi, cacat fisik, jenis kelamin, asupan gizi dan proses kelahiran. Sedangkan faktor eksternal mencakup faktor yang berada di luar individu meliputi faktor lingkungan pengajar, lingkungan sosial budaya, dorongan orang tua, kebiasaan keluarga dan keadaan alam.

#### **4. Fungsi Kemampuan Motorik**

Fungsi motorik tentu sangat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari seseorang. Menurut Cureton dalam Mutohir dan Gusril (2004: 51), fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas 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 motorik semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangannya dalam melakukan aktivitas motorik.

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

Menurut Yanuar Kiram (1992: 2-3), menyatakan bahwa fungsi gerak bagi manusia antara lain sebagai berikut:

- a. Melalui gerak manusia berusaha untuk mendapatkan suatu kepuasan.
- b. Melalui gerak manusia dapat merasakan suatu kegembiraan.
- c. Melalui gerak manusia dapat berkomunikasi.
- d. Melalui gerak manusia dapat berinteraksi.
- e. Melalui gerak manusia dapat mempertahankan hidupnya.
- f. Melalui gerak manusia dapat mengungkapkan perasaannya.
- g. Melalui gerak manusia dapat menemukan identitas dirinya.
- h. Melalui gerak manusia dapat mengukur dirinya.
- i. Melalui gerak manusia dapat memindahkan tubuhnya dan tempat tertentu ke tempat yang lain untuk mencapai tujuan tertentu.
- j. Dari segi kualitas gerakan yang dilakukan oleh manusia dapat dilihat perbedaan-perbedaan. Ini berarti gerakan dapat dilatih dan dipelajari untuk mendapatkan efisiensi dan efektifitas gerakan untuk memperoleh gerak yang optimal.
- k. Melalui gerak manusia dapat memperoleh suatu pengakuan diri dari lingkungannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Kemampuan gerak sangat penting dipelajari karena kemampuan

gerak merupakan bagian ranah psikomotorik dan dalam pengembangannya penguasaan keterampilan gerak.

#### **5. Karakteristik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih**

Pembelajaran bagi siswa Sekolah Dasar merupakan salah satu kegiatan yang utama untuk membantu mengoptimalkan perkembangannya anak dalam dunia pendidikan. Pendidikan jasmani juga merupakan pembelajaran yang lebih mengutamakan proses belajar gerak motorik dan mengajarkan keterampilan gerak motorik sehingga bermanfaat untuk perkembangan siswa. Menurut Tegar Bayu (2014: 9) mengatakan karakteristik anak Sekolah Dasar lebih senang bermain dan dalam menerima pembelajaran harus dalam suasana yang menyenangkan agar pembelajaran dapat berlangsung secara efektif. Pada masa ini, merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga perlu diperhatikan untuk membentuk karakteristik anak yang lebih baik.

Menurut Sunarto dan Agung Hartono (2002: 21) mengatakan, pada akhir tahun pertama kehidupan pasca lahirnya, pertumbuhan seorang bayi memperlihatkan tempo yang sedikit lambat dan kemudian menjadi stabil sampai anak memasuki tahap remaja, atau tahap kematangan kehidupan seksualnya. Hal ini dapat di mulai ketika anak berusia sekitar 8-12 tahun.

Menurut Syamsu Yusuf (2004: 178-184), karakteristik pada anak usia sekolah dasar terbagi menjadi tujuh fase, yaitu: perkembangan intelektual, perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi, perkembangan moral, perkembangan penghayatan keagamaan, dan perkembangan motorik. Dari tujuh fase tersebut dapat disimpulkan bahwa masa anak usia sekolah dasar ini adalah masa-masa yang sangat penting karena pada masa ini daya pikir anak sudah berkembang ke arah pemikiran kongkrit dan rasional (dapat diterima akal), sehingga segala bentuk perkembangan, baik perkembangan dalam bentuk fisik, mental, dan sosial terjadi pada masa usia sekolah dasar ini dan akan menjadi masa persiapan dan penyesuaian diri terhadap kehidupan di masa yang akan datang.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Peneliti menemukan hasil penelitian yang serupa dengan memuat komponen-komponen yang diteliti dalam penelitian ini. Dari beberapa penelitian tersebut khususnya tentang kemampuan motorik peneliti/penulis menemukan penelitian yang mengkaji tentang:

1. Penelitian Windu Agung Prasetyo (2010) yang berjudul: Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Muhammadiyah I Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas SD Muhammadiyah I Wonokromo Pleret, Kabupaten Bantul, Yogyakarta dengan jumlah 37 siswa yang terdiri dari 20 siswa putra dan 17 siswa putri. Dan sampel yang

digunakan adalah seluruh anggota populasi. Pengambilan data menggunakan tes, dengan instrument yang digunakan lari 600 meter, lari 40 meter, lompat jauh tanpa awalan, lari zig-zag, lempar tangkap bola tenis, dan meniti balok titian. Hasil penelitian bahwa kemampuan motorik siswa kelas atas SD Muhammadiyah I Wonokromo Pleret, Kabupaten Bantul, DIY berkategori sedang. Secara rinci terdapat 1 siswa (2,70%) dalam kategori baik sekali, 9 siswa (24,32%) dalam kategori baik, 15 siswa (40,54%) dalam kategori sedang, 10 siswa (27,3%) kategori kurang, 2 siswa (5,41%) kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang yaitu sebesar 40,54%.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Beny Novianta (2012) dengan judul: Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Negeri I Wiro Kecamatan Bayat Kabupaten Klaten. Penelitian ini merupakan deskriptif dengan metode survey dan menggunakan teknik tes dan pengukuran. Dari penelitian tersebut di dapat validitas tes sebagai berikut: lompat jauh tanpa awalan (0,974), lempar tangkap bola kasti (0,877), lari 40 meter (0,983). Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik siswa tersebut kategori sedang.

### **C. Kerangka Berpikir**

Zaman sekarang yang canggih, sangatlah perlu setiap manusia mendapat pendidikan guna sebagai bekal untuk bersaing di dunia kerja. Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia untuk mendapat suatu

pengetahuan dan pengalaman ataupun keterampilan. Pendidikan sangat penting sebagai dasar pondasi utama bagi pembentukan generasi emas, tentunya generasi penerus bangsa yang potensial.

Pendidikan Sekolah Dasar merupakan pendidikan yang terpenting karena pondasi awal memperoleh pengetahuan atau pengalaman untuk melanjutkan ke jenjang berikutnya. Berawal pendidikan sekolah dasar, memunculkan bibit-bibit generasi emas sebagai penerus bangsa yang potensial. Salah satu melalui pendidikan jasmani membentuk generasi potensial yang memiliki kecerdasan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pendidikan jasmani merupakan wadah yang mampu berperan mendidik siswa untuk mendekati kesempurnaan hidup yang secara ilmiah dapat memberikan masukan yang nyata terhadap kehidupan sehari-hari.

Perkembangan kemampuan gerak merupakan salah satu tujuan dari pendidikan jasmani. Perkembangan ini bagi anak usia sekolah dasar dapat diartikan sebagai perkembangan dan penghalusan macam-macam gerak dasar yang berkaitan dengan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Pembiasaan pola hidup sehat dalam sehari-hari yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Respon melalui rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung sangatlah penting untuk menyalurkan dan mempersiapkan kemampuan gerak anak melakukan segala sesuatu secara optimal.

Pemberian kesempatan pada anak untuk bergerak dan bermain, akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik

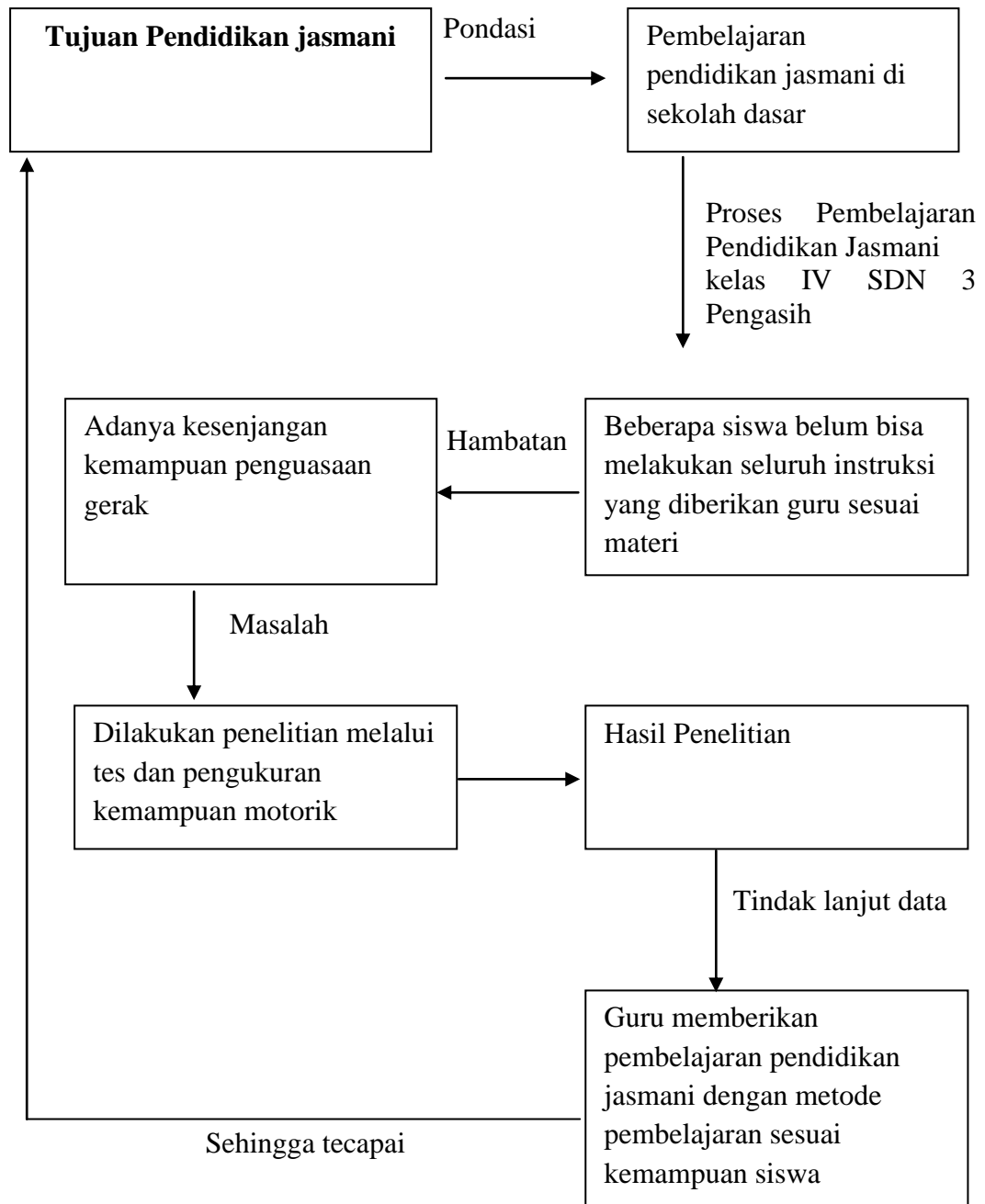
anak. Kemampuan motorik yang dimiliki oleh anak bukan hanya untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam cabang olahraga saja. Tetapi juga bisa membantu untuk memudahkan anak menyelesaikan tugas geraknya dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Kemampuan yang diperoleh pada saat usia pertumbuhan dan perkembangan sangat berguna untuk menguasai teknik gerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh sebab itu, anak yang memiliki kemampuan motorik yang baik diduga akan lebih mudah menyelesaikan tugas gerak sesuai keinginannya atau rangsangan dari luar. Selain itu mampu bertahan lebih lama dalam beraktivitas yang intensif jika dibandingkan dengan anak yang tingkat kemampuan motorik kurang baik.

Dari uraian di atas, kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran terutama pendidikan jasmani. Kemampuan motorik tercapai secara optimal jika aktivitas atau latihan yang dilakukan terus menerus yang mengarah tujuan pembelajaran tersebut. Oleh karena itu, perlu dilakukan proses evaluasi dengan melakukan pengukuran.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Hasil dari penelitian ini diharapkan guru mengajar menggunakan metode yang cocok sesuai dengan kemampuan motorik siswa untuk mencapai tujuan. Guru juga dapat meningkatkan keterampilan siswa yang lebih baik dari sebelumnya.

Gambar 1. Bagan Alur Kerangka Berpikir



## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Metode dan Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung, tanpa pengujian hipotesis (Suharsimi Arikunto, 1998:245). Penelitian ini hanya memfokuskan pada kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Metode dalam penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

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

Variabel tunggal dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan siswa Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih dalam melakukan gerak untuk menampilkan keterampilan gerak di ukur dengan tes milik Nurhasan (2004: 6.6) meliputi: 1) Kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4x10 meter (s), 2) Koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (skor), 3) Keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance* (s), 4) Kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter (s).

### **C. Populasi Penelitian dan Sampel Penelitian**

#### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 119). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 yang berjumlah 26 siswa terdiri dari 16 siswa putra dan 10 siswa putri.

## **2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013: 120). Pada penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan teknik *total sampling* artinya yang digunakan semua dijadikan sampel, mengingat jumlah populasi yang relatif kecil. Sehingga sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 yang berjumlah 26 siswa.

## **D. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo berada di Jalan Pracoyo Nomor 01, Pengasih, Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Diadakan penelitian ini karena adanya permasalahan terjadi di lapangan.

## **E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan

hasilnya lebih baik dalam arti lebih cepat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2005: 177). Tes dilakukan untuk mendapatkan data yang diperlukan yang akan diolah untuk disimpulkan.

Instrumen tes kemampuan motorik yang digunakan adalah dari Nurhasan. Menurut Nurhasan (2004: 6.6), tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar bagi siswa sekolah dasar. Instrumen tes kemampuan motorik dari Nurhasan (2004: 6.6-6.8) yang tidak membedakan jenis kelamin sebagai berikut :

- a. Tes *shuttle-run* 4x10 meter dengan start berdiri. Pada saat aba-aba “bersedia” testee berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dengan garis start. Tes ini bertujuan untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah (s). Lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter antara garis start dan garis finish.
- b. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik tanpa jatuh ke tanah, testee berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan di depan dada. Aba-aba “ya” testee segera melakukan lempar tangkap bola ke tembok selama 30 detik, untuk mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan (point).
- c. Tes *stork stand positional balance* untuk mengukur keseimbangan tubuh. Pelaksanaannya testee berdiri dengan tumpuan kaki kiri,

kedua tangan bertolak pinggang dan kedua mata dipejamkan serta kaki kanan diletakkan pada lutut kiri sebelah dalam. Testee mempertahankan sikap tersebut selama mungkin. Dihitung waktu capai dalam mempertahankan sikap tersebut tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula (s)

- d. Tes lari cepat 30 meter dengan start berdiri yang salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis start. Tes ini untuk mengukur kecepatan lari cepat. Di hitung waktu tempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter (s).

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data tes kemampuan motorik dilaksanakan pada hari Senin 08 Mei 2017 pada pukul 07.30-12.00 WIB. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data sebagai berikut :

- a. Mempersiapkan alat-alat dan tempat yang digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Mengumpulkan, menyiapkan dan memberikan pemanasan serta memberikan penjelasan pelaksanaan tes kemampuan motorik kepada siswa.
- c. Setelah diberikan penjelasan pelaksanaan tes dan pemanasan secukupnya, selanjutnya siswa melakukan tes kemampuan motorik dengan urutan: 1) kelincahan, 2) kecepatan, 3) koordinasi mata tangan, dan 4) keseimbangan.

- d. Masing-masing hasil tes yang didapatkan siswa dicatat dalam lembar pencatatan tes yang telah disediakan.

## **F. Teknik Analisis Data**

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan, teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2003: 21).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data, kemudian dilakukan penyortiran data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran masing-masing item tes kemampuan motorik. Dari hasil setiap tes yang dicapai setiap siswa yang telah mengikuti tes disebut hasil kasar. Kemampuan motorik anak tidak dapat dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes tersebut, karena satuan ukuran masing-masing tidak sama, yaitu :

1. Kelincahan yang diperoleh melalui *shuttle-run* 4x10 meter dengan satuan detik (s).
2. Koordinasi mata dengan tangan yang diperoleh melalui lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik menggunakan satuan jumlah hasil tangkapan (point).

3. Keseimbangan yang diperoleh melalui *stork positional balance* menggunakan banyaknya waktu yang diperoleh mempertahankan sikap dengan satuan detik (s).
4. Kecepatan yang diperoleh melalui lari cepat 30 meter dengan satuan detik (s).

Hasil kasar yang didapatkan dari empat item tes (*shuttle-run* 4x10 meter untuk mengukur kelincahan, lempar tangkap bola ke tembok dengan jarak 1 meter untuk mengukur koordinasi mata dengan tangan, *stork stand positional balance* untuk mengukur keseimbangan dan tes lari cepat 30 meter untuk mengukur kecepatan), perlu disamakan satuannya dengan menggunakan T-Score. Rumus T-Score yang digunakan sebagai berikut:

- a. Rumus T-Score untuk tes *shuttle-run* 4x10 meter, dan tes lari cepat 30 meter. Perhitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan maka semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus T-Score sebagai berikut:

$$T - Score = 50 + \left( \frac{\bar{X} - X}{SD} \right) \times 10$$

- b. Rumus T-Score untuk tes *stork stand positional balance* dan lempar tangkap bola ke tembok dengan jarak 1 meter tanpa jatuh ke tanah yang dilakukan selama 30 detik. Perhitungan dengan satuan waktu, dan satuan jumlah, semakin banyak waktu atau angka yang dibutuhkan

atau diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh. Rumus T-Score sebagai berikut:

$$T - Score = 50 + \left( \frac{X - \bar{X}}{SD} \right) \times 10$$

Keterangan :

X = Skor yang diperoleh

$\bar{X}$  = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Hasil kasar dari tes *shuttle-run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, tes lari cepat 30 meter yang dilakukan oleh siswa telah diubah dalam bentuk T-Score sesuai dengan satuan tes tersebut. Keempat item tes tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada. Hasil dari pembagian tersebut akan dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Adanya hasil pembagian yang telah di hitung selanjutnya dijumlahkan lagi untuk menghasilkan *mean*/rata-rata, standar deviasi, skor maksimal dan skor minimal secara keseluruhan untuk mendapatkan hasil akhir yang menentukan termasuk dalam kategori apa kemampuan motorik siswa tersebut. Kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu : Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah. Pengkategorian kemampuan motorik

tersebut menggunakan rumus dari B. Syarifudin (2009: 113) sebagai berikut :

Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik

Kategori	Interval Skor
Sangat tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

Keterangan :

X = Skor yang diperoleh

M = Mean (Rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Sumber : B. Syarifudin (2009: 113)

Untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, menggunakan rumus persentase dari Anas Sudijono (1992: 40).

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

f = Skor

N = Jumlah siswa

Sumber: Anas Sudijono (1992: 40)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Data kemampuan motorik siswa dapat dari serangkaian tes yang diujikan kepada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 adalah tes *shuttle-run* 4 x 10 meter untuk mengetahui kemampuan kelincahan, tes lempar tangkap bola ke tembok dengan jarak 1 meter untuk mengetahui kemampuan koordinasi mata dengan tangan, tes *stork stand positional balance* untuk mengetahui kemampuan keseimbangan dan tes lari cepat 30 meter untuk mengetahui kemampuan kecepatan. Berdasarkan data hasil pengukuran yang dilakukan dua kali tes setiap komponen tes kemampuan motorik yang diperoleh dari lapangan, dimana hasil data terbaik yang akan di ambil untuk pengolahan data. Deskripsi data penelitian ini disajikan informasi data meliputi skor maksimal, skor minimal, *mean* (rata-rata), dan *standar deviasi* masing-masing data penelitian. Deskripsi masing-masing data penelitian secara rinci sebagai berikut:

##### 1. Kelincahan

Kemampuan kelincahan diukur dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter dengan satuan detik (s). Hasil data kelincahan yang diperoleh skor

maksimal sebesar 68.28, skor minimal sebesar 26.56, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9988 dan *standar deviasi* sebesar 9.79724.

## 2. Koordinasi Mata dengan tangan

Komponen koordinasi mata dengan tangan di ukur dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok. Tes koordinasi ini menghitung jumlah bola yang di tangkap tanpa jatuh ke tanah selama 30 detik. Hasil data koordinasi diperoleh skor maksimal sebesar 67.15, skor minimal sebesar 31.89, *mean* (rata-rata) sebesar 50.0050, dan *standar deviasi* sebesar 9.79909.

## 3. Keseimbangan

Komponen keseimbangan di ukur dengan tes *stork stand positional balance*. Tes ini menghitung waktu yang diperoleh dalam mempertahankan sikap tanpa memindahkan kaki dengan satuan menit dan detik. Hasil data keseimbangan diperoleh skor maksimal sebesar 68.11, skor minimal sebesar 36.37, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9992, dan *standar deviasi* sebesar 9.79785.

## 4. Kecepatan

Komponen kecepatan di ukur dengan tes lari cepat 30 meter. Tes ini menghitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari cepat sejauh 30 meter dengan satuan menit dan detik. Hasil data kecepatan yang diperoleh skor maksimal sebesar 64.03, skor minimal sebesar 32.06, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9912, dan *standar deviasi* sebesar 9.79382.

## **B. Hasil Analisis Data Penelitian**

Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Hasil tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 03 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 yang terdiri dari tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok, tes *strork stand positional balance*, dan tes lari cepat 30 meter. Hasil penelitian ini dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Pengkategorian data didasarkan pada nilai *mean* dan *standar deviasi* hasil penghitungan. Data terlebih dahulu di buat dalam bentuk T-score untuk menyertakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Hasil analisis data dalam penelitian ini meliputi kemampuan motorik dan masing-masing item tes kemampuan motorik. Hasil penghitungan analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Kemampuan Motorik Siswa**

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk T-score dari keempat item tes tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada, hasil dari pembagian tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017. Hasil kemampuan motorik diperoleh skor maksimal sebesar 62.9, skor minimal 32.1, *mean* (rata-rata)

kemampuan motorik siswa sebesar 50.000 dan *standar deviasi* kemampuan motorik siswa sebesar 7.5356.

Kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berdasarkan rumus kategori yang ditentukan, analisis data hasil kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

No.	Interval Skor Kemampuan Motorik	Skor Kemampuan Motorik	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 61$	2	7,7 %	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$54 \leq X < 61$	5	19,2 %	Tinggi
3.	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$46 \leq X < 54$	11	42,3 %	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$39 \leq X < 46$	6	23,1 %	Rendah
5.	$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 39$	2	7,7 %	Sangat Rendah
Jumlah			26	100 %	

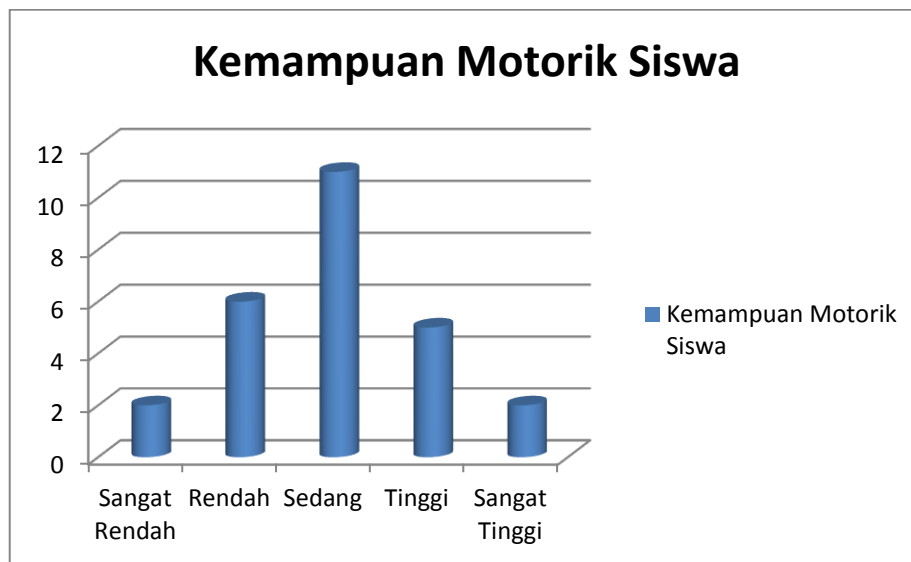
Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017

terdapat 2 siswa (7,7%) kategori sangat tinggi terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri, 5 siswa (19,2 %) kategori tinggi terdiri 4 siswa putra dan 1 siswa putri, 11 siswa (42,3%) kategori sedang terdiri dari 6 siswa putra dan 5 siswa putri, 6 siswa (23,1%) kategori rendah terdiri dari 4 siswa putra dan 2 siswa putri, dan 2 siswa (7,7%) kategori sangat rendah terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat dijelaskan kemampuan motorik siswa kelas IV sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori sedang.

Berdasarkan penelitian 6 siswa berkategori rendah yang perlu diperhatikan dan khususnya 2 siswa (1 siswa putra dan 1 siswa putri) termasuk kategori yang sangat rendah. Terdapat 1 siswa putra berkategori sangat rendah terdapat di unsur kelincahan, koordinasi dan kecepatan yang mempengaruhi hasil keseluruhan kemampuan motorik siswa. Siswa tersebut mengalami kesulitan gerak karena pengalaman gerak yang dikuasainya kurang dalam pertumbuhan perkembangan siswa tersebut, fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk dan melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik. Sedangkan 1 siswa putri kategori sangat rendah terdapat di unsur kecepatan. Selain itu unsur kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan berkategori rendah. Tentunya hasil keseluruhan dipengaruhi setiap hasil unsur kemampuan motorik siswa. Diduga penyebabnya mengalami kesulitan gerak karena kurang pengalaman gerak yang dilakukan secara

berulang-ulang. Disisi lain fisik siswa putri tersebut tidak jauh berbeda dengan siswa putra berkategori sangat rendah yang termasuk berpostur tubuh gemuk. Kemampuan motorik 6 siswa kategori rendah dan khususnya 2 siswa yang kategori sangat rendah, perlu ditingkatkan kemampuan motoriknya melalui latihan sesuai gerak apa yang akan ditingkatkan. Melalui latihan secara berulang-ulang akan mempunyai pengalaman gerak yang beraneka ragam yang di duga bisa meningkatkan kemampuan motorik siswa.

Dari keterangan di atas kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

Selain hasil penelitian kemampuan motorik siswa secara keseluruhan, dapat dijelaskan hasil setiap unsur kemampuan motorik sebagai berikut:

**a. Kemampuan Kelincahan**

Kelincahan siswa diperoleh dari tes *shuttle run* 4 x 10 meter dengan satuan detik untuk mengetahui kelincahan bergerak mengubah arah. Tes ini tercatat waktu tempuh yang terbaik dari 2 (dua) kali percobaan yang dilakukan testee. Analisis data kelincahan yang telah dirubah dalam bentuk T-score sesuai rumus yang digunakan. Hasil yang diperoleh skor maksimal sebesar 68.28, skor minimal sebesar 26.56, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9988 dan *standar deviasi* sebesar 9.79724. Kemudian hasil tersebut dihitung dengan norma skor kemampuan motorik untuk mendapatkan hasil interval skor kemampuan motorik unsur kelincahan. Setelah mendapatkan interval skor kemampuan kelincahan, skor setiap siswa dimasukkan sesuai interval kategori tersebut berserta berapa persentase setiap kategori yang terdapat di interval skor kemampuan motorik tersebut.

Kemampuan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih,

Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 sebagai berikut:

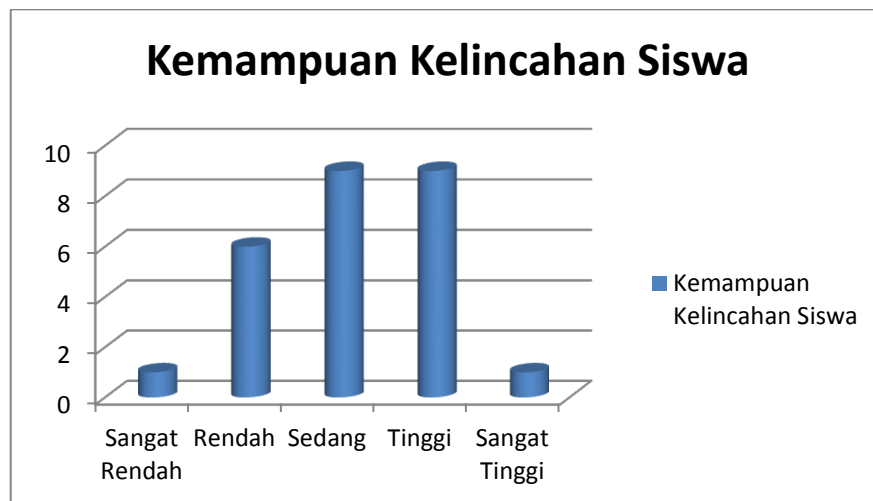
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

No.	Interval Skor Kemampuan Kelincahan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	$X \geq 65$	1	3.8 %	Sangat Tinggi
2.	$55 \leq X < 65$	9	34.6 %	Tinggi
3.	$45 \leq X < 55$	9	34.6 %	Sedang
4.	$35 \leq X < 45$	6	23.1 %	Rendah
5.	$X \leq 35$	1	3.8 %	Sangat Rendah
Jumlah		26	100 %	

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, terdapat 1 siswa (3,8%) dalam kategori sangat tinggi yang diperoleh siswa putri, 9 siswa (34,6%) dalam kategori tinggi terdiri dari 7 siswa putra dan 2 siswa putri, 9 siswa (34,6%) dalam kategori sedang terdiri dari 5 siswa putra dan 4 siswa putri, 6 siswa (23,1%) dalam kategori rendah terdiri dari 3 siswa putra dan 3 siswa putri, 1 siswa (3,8%) dalam kategori sangat rendah yang diperoleh siswa putra. Frekuensi terbanyak siswa pada kategori tinggi dan sedang. Sehingga dapat dijelaskan kemampuan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori tinggi dan sedang.

Berdasarkan hasil data tersebut terdapat 6 siswa kategori rendah khususnya 1 siswa putra dalam kategori sangat rendah yang perlu diperhatikan. Tentunya hasil yang diperoleh ada penyebabnya, siswa mengalami kesulitan gerak, disisi lain diduga karena fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk dan di duga siswa melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik. Terdapat 6 siswa kategori rendah khususnya 1 siswa kategori sangat rendah perlu diberikan latihan unsur kelincahan secara berulang-ulang untuk meningkatkan kemampuan kelincahannya.

Dari keterangan di atas kemampuan kelincahan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

## b. Kemampuan Koordinasi Mata dengan tangan

Kemampuan koordinasi diperoleh dari tes lempar tangkap bola ke tembok dengan jarak 1 meter dan dilakukan selama 30 detik dengan satuan jumlah banyak hasil tangkapan tanpa jatuh ke tanah (*point*). Hasil analisis data koordinasi mata dengan tangan yang telah diperoleh skor maksimal siswa sebesar 67.15, skor minimal siswa sebesar 31.89, *mean* (rata-rata) sebesar 50.0050, dan *standar deviasi* sebesar 9.79909.

Kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dengan tangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

No.	Interval Skor Kemampuan Koordinasi	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	$X \geq 65$	2	7.7 %	Sangat Tinggi
2.	$55 \leq X < 65$	4	15.4 %	Tinggi
3.	$45 \leq X < 55$	13	50.0 %	Sedang
4.	$35 \leq X < 45$	5	19.2 %	Rendah
5.	$X \leq 35$	2	7.7 %	Sangat Rendah
Jumlah		26	100 %	

Dari tabel distribusi frekuensi kemampuan koordinasi dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, terdapat 2 siswa (7,7%) dalam kategori sangat tinggi terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri, 4 siswa (15,4%) kategori tinggi terdiri dari 3 siswa putra dan 1 siswa putri, 13 siswa (50%) kategori sedang terdiri dari 8 siswa putra dan 5 siswa putri, 5 siswa (19,2%) kategori rendah terdiri dari 2 siswa putra dan 3 siswa putri, dan 2 siswa (7,7%) kategori sangat rendah terdiri dari 2 siswa putra. Frekuensi terbanyak siswa pada kategori sedang. Sehingga dapat dijelaskan kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil data tersebut terdapat 5 siswa kategori rendah khususnya 2 siswa putra dalam kategori sangat rendah yang perlu diperhatikan. Tentunya hasil yang diperoleh ada penyebabnya, diduga siswa mengalami kesulitan gerak karena pengalaman gerak yang kurang dikuasainya dalam berlangsungnya pertumbuhan perkembangan siswa tersebut, disisi lain diduga karena fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk dan di duga siswa melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik.

Siswa kategori rendah dan sangat rendah tersebut, perlu diberikan latihan unsur koordinasi secara berulang-ulang untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa.

Dari keterangan di atas kemampuan koordinasi mata dengan tangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dengan Tangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

### c. Kemampuan Keseimbangan

Kemampuan keseimbangan siswa diperoleh dari tes *stork stand positional balance* dengan satuan banyak waktu yang diperoleh dalam mempertahankan sikap (detik). Hasil analisis data keseimbangan yang telah dirubah dalam bentuk T-score diperoleh skor maksimal siswa

sebesar 68.11, skor minimal siswa sebesar 36.37, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9992, dan *standar deviasi* sebesar 9.79785.

Kemampuan keseimbangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan keseimbangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

No.	Interval Skor Kemampuan Keseimbangan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	$X \geq 65$	2	7.7 %	Sangat Tinggi
2.	$55 \leq X < 65$	6	23.1 %	Tinggi
3.	$45 \leq X < 55$	6	23.1 %	Sedang
4.	$35 \leq X < 45$	12	46.2 %	Rendah
5.	$X \leq 35$	0	0 %	Sangat Rendah
Jumlah		26	100 %	

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan keseimbangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, terdapat 2 siswa (7,7%) dalam kategori sangat tinggi terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri, 6 siswa (23,1%) kategori tinggi

terdiri dari 4 siswa putra dan 2 siswa putri, 6 siswa (23,1%) kategori sedang terdiri dari 3 siswa putra dan 3 siswa putri, 12 siswa (46,2%) kategori rendah terdiri dari 8 siswa putra dan 4 siswa putri, 0 siswa (0%) dalam kategori sangat rendah. Frekuensi terbanyak pada kategori rendah, sehingga dapat dijelaskan kemampuan keseimbangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori rendah.

Berdasarkan hasil data tersebut terdapat 12 siswa kategori rendah yang perlu diperhatikan. Tentunya hasil yang diperoleh tersebut terdapat penyebabnya, diduga siswa-siswa mengalami kesulitan gerak karena pengalaman gerak yang kurang dikuasainya dalam berlangsungnya pertumbuhan dan perkembangan kemampuan motorik siswa tersebut, adapun fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk, semangat siswa mengikuti tes yang menurun bahkan kurang berpartisipasi dalam melakukan serangkaian tes. Di sisi lain ada kemungkinan melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik dan bisa dikarenakan kelelahan melakukan tes kemampuan motorik sebelumnya menjadikan antusiasme siswa kurang ataupun menurun. Siswa-siswa dalam kategori rendah tersebut, perlu diberikan latihan unsur keseimbangan secara berulang-ulang akan mempunyai pengalaman gerak yang

beraneka ragam sehingga dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan tubuh.

Dari keterangan di atas kemampuan keseimbangan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

#### d. Kemampuan Kecepatan

Kemampuan kecepatan siswa diperoleh dari tes lari cepat jarak 30 meter dengan satuan detik (s) yang telah dilakukan oleh siswa. Hasil analisis data kecepatan yang telah dirubah dalam bentuk T-score diperoleh skor maksimal siswa sebesar 64.03, skor minimal siswa

sebesar 32.06, *mean* (rata-rata) sebesar 49.9912, dan *standar deviasi* sebesar 9.79382.

Kemampuan kecepatan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan kecepatan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

No.	Interval Skor Kemampuan Keseimbangan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	$X \geq 65$	0	0 %	Sangat Tinggi
2.	$55 \leq X < 65$	10	38.5 %	Tinggi
3.	$45 \leq X < 55$	8	30.8 %	Sedang
4.	$35 \leq X < 45$	5	19.2 %	Rendah
5.	$X \leq 35$	3	11.5 %	Sangat Rendah
Jumlah		26	100 %	

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan kecepatan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017, terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori sangat tinggi, 10 siswa (38,5%) dalam kategori tinggi terdiri dari 6 siswa putra dan 4

siswa putri, 8 siswa (30,8%) kategori sedang terdiri dari 5 siswa putra dan 3 siswa putri, 5 siswa (19,2%) kategori rendah terdiri dari 3 siswa putra dan 2 siswa putri, 3 siswa (11,5%) kategori sangat rendah terdiri dari 2 siswa putra dan 1 siswa putri. Frekuensi terbanyak siswa pada kategori tinggi, sehingga dapat dijelaskan kemampuan kecepatan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil data tersebut yang telah di hitung terdapat 5 siswa kategori rendah khususnya 2 siswa putra dan 1 siswa dalam kategori sangat rendah yang perlu diperhatikan. Tentunya hasil yang diperoleh ada penyebabnya, diduga siswa mengalami kesulitan gerak dalam melakukan tes kemampuan motorik karena pengalaman gerak yang dikuasainya kurang dalam berlangsungnya pertumbuhan perkembangan kemampuan motorik siswa tersebut, adapun fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk dan semangat siswa mengikuti tes yang menurun. Di sisi lain ada kemungkinan siswa melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik, serta bisa dikarenakan kelelahan melakukan tes kemampuan motorik sebelumnya menjadikan antusiasme siswa kurang ataupun menurun. Terdapat 5 siswa kategori rendah khususnya 3 siswa kategori sangat rendah perlu diberikan latihan unsur kecepatan untuk meningkatkan kemampuan kecepatan. Melalui latihan secara berulang-ulang akan mempunyai pengalaman gerak yang beraneka ragam

sehingga akan meningkatkan kemampuan kecepatan siswa yang termasuk kategori rendah tersebut.

Dari keterangan di atas kemampuan kecepatan siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017.

### C. Pembahasan

Berdasarkan data hasil penelitian pengukuran kemampuan motorik yang dilakukan di lapangan secara keseluruhan menunjukkan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 terdapat 2 siswa (7,7%) kategori sangat tinggi terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri, 5 siswa (19,2 %) kategori tinggi

terdiri 4 siswa putra dan 1 siswa putri, 11 siswa (42,3%) kategori sedang terdiri dari 6 siswa putra dan 5 siswa putri, 6 siswa (23,1%) kategori rendah terdiri dari 4 siswa putra dan 2 siswa putri, dan 2 siswa (7,7%) kategori sangat rendah terdiri dari 1 siswa putra dan 1 siswa putri. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat dijelaskan kemampuan motorik siswa kelas IV sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori sedang pada interval  $46 \leq X < 54$  menunjukkan terdapat 11 siswa (42,3 %). Sehingga dapat dijelaskan kemampuan motorik siswa kelas IV sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 dalam kategori sedang.

Berdasarkan penelitian 6 siswa berkategori rendah yang perlu diperhatikan dan khususnya 2 siswa (1 siswa putra dan 1 siswa putri) termasuk kategori yang sangat rendah. Terdapat 1 siswa putra berkategori sangat rendah terdapat di unsur kelincahan, koordinasi dan kecepatan yang mempengaruhi hasil keseluruhan kemampuan motorik siswa. Siswa tersebut mengalami kesulitan gerak karena pengalaman gerak yang dikuasainya kurang dalam pertumbuhan perkembangan siswa tersebut, disisi lain diduga karena fisik siswa termasuk dalam kategori gemuk dan melakukan aktivitas berat sebelum mengikuti serangkaian 4 butir tes kemampuan motorik. Sedangkan 1 siswa putri kategori sangat rendah terdapat di unsur kecepatan. Selain itu unsur kelincahan, koordinasi, dan keseimbangan berkategori rendah. Tentunya hasil keseluruhan dipengaruhi

setiap hasil unsur kemampuan motorik siswa. Diduga penyebabnya mengalami kesulitan gerak karena kurang pengalaman gerak yang dilakukan secara berulang-ulang. Disisi lain fisik siswa putri tersebut tidak jauh berbeda dengan siswa putra berkategori sangat rendah yang termasuk berpostur tubuh gemuk. Kemampuan motorik 6 siswa kategori rendah dan khususnya 2 siswa yang kategori sangat rendah, perlu ditingkatkan kemampuan motoriknya melalui latihan sesuai gerak apa yang akan ditingkatkan. Melalui latihan secara berulang-ulang akan mempunyai pengalaman gerak yang beraneka ragam yang di duga bisa meningkatkan kemampuan motorik siswa. Hal ini pengalaman gerak yang dimiliki sangatlah mempengaruhi aktivitas gerak motoriknya.

Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Selain itu kemampuan motorik juga sebagai landasan keberhasilan masa datang dalam melakukan tugas keterampilan olahraga bahkan aktivitas kesehariannya. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik tinggi di duga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik.

Kemampuan motorik yang dimiliki siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 secara umum untuk siswa putra termasuk dalam kategori sedang, dan siswa putri dalam kategori sedang. Peningkatan kemampuan motorik siswa akan membantu dalam melakukan berbagai

keterampilan yang lebih khusus yang mendukung dalam beraktivitas bidang olahraga maupun sehari-hari. Unsur-unsur kemampuan motorik, seperti: kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan perlu ditingkatkan dengan melalui program latihan yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya.

Kemampuan motorik seseorang memang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasainya. Hal ini dipertegas oleh Yanuar Kiram (1992: 67) bahwa kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain adalah: perbedaan kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, umur, pengalaman gerakan (banyak atau sedikit), jenis kelamin, tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik, kemampuan kognitif dan frekuensi latihan.

Beberapa Perbedaan tersebut pada dasarnya bagian dari faktor bawaan. Perbedaan yang termasuk faktor bawaan adalah jenis kelamin, kelahiran prematur, sifat dasar genetik, cacat fisik sejak dalam kandungan, cacat fisik atau penyakit turunan, kecerdasan atau kondisi psikis. Sikap orang tua dalam menghadapi anak yang mengalami faktor bawaan berupa keterbatasan sangat mempengaruhi. Sikap yang tidak sesuai untuk mendukung perkembangan motorik seperti perlindungan yang berlebihan, hal ini dapat melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data hasil penelitian pengukuran kemampuan motorik yang dilakukan di lapangan secara keseluruhan menunjukkan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 terdapat 2 siswa (7,7%) kategori sangat tinggi, 5 siswa (19,2 %) kategori tinggi, 11 siswa (42,3%) kategori sedang, 6 siswa (23,1%) kategori rendah, dan 2 siswa (7,7%) kategori sangat rendah.

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

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian mempunyai implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait, yaitu bagi siswa untuk bersungguh-sungguh dan mempunyai rasa senang saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Bagi guru pendidikan jasmani sebagai bahan kajian untuk lebih memahami tentang pentingnya kemampuan motorik siswa, sehingga dapat digunakan untuk pedoman meningkatkan kemampuan motorik siswa.
2. Dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi wali murid dan sekolah dalam upaya mendidik siswa dapat lebih memberikan kesempatan siswa untuk berkembang secara optimal.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 terdapat keterbatasan dan kekurangan selama penelitian, ialah:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes (siswa) apakah melakukan aktivitas berat atau tidak sebelum melakukan tes.
2. Keterbatasan tempat yang digunakan dalam pengambilan data terkait tempat pelaksanaan tes di halaman yang berbeda.
3. Urutan tes saat pengambilan data tidak sesuai dengan instrument yang digunakan dikarenakan kondisi lapangan atau area sekolah yang kurang memadai untuk melakukan 4 butir tes tersebut.
4. Instrumen yang digunakan tidak ada perbedaan acuan untuk kategori jenis kelamin dan usia.
5. Alat-alat yang digunakan saat pengambilan data seperti stopwatch dan meteran tidak dikalibrasi dikarenakan ada permasalahan dari pihak yang mengkalibrasi alat tersebut. Awalnya menyatakan sanggup mengkalibrasi alat penelitian dan alat dinyatakan normal siap untuk dijadikan alat ukur dalam penelitian. Namun pada akhirnya pihak tersebut menyatakan tidak sanggup mengeluarkan surat kalibrasi jauh-jauh hari bahkan beberapa minggu setelah selesai dilakukan pengambilan data dengan alasan pihak tersebut baru melakukan pengembangan alat.

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

Dalam ketidaksempurnaan dalam penelitian ini, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2016/2017 agar dapat meningkatkan kemampuan motorik khususnya siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah dan sangat rendah melalui berbagai aktivitas gerak dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi guru pendidikan jasmani/pelatih, dalam menyusun program diharapkan menyesuaikan dengan kemampuan motorik yang dimiliki siswa.
3. Bagi orang tua tidak membatasi anak/siswa bergerak yang positif pada setiap kesempatan waktu luangnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan M. Saputra Yudha. (2000). *Perkembangan gerak dan Belajar Gerak*. Bandung: Depdiknas.
- Anas Sudijono. (1996). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Apta Mylsidayu & Febi Kurniawan. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: CV Alfabeta.
- Beny Novianta. (2012). *Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Negeri 1 Wiro Kecamatan Bayat Tahun Ajaran 2011/2012. (Skripsi)* Yogyakarta: FIK UNY.
- B. Syarifudin. (2009). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Jakarta: Grafindo Litera Media.
- Conny R. Semiawan. (1998). *Pendidikan Tinggi Peningkatan Kemampuan Manusia Sepanjang Hayat Seoptimal Mungkin*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdiknas. (2000). *Pola Umum Pembinaan dan Pengembangan Kesegaran Jasmani dan Rekreasi*. Jakarta: Depdiknas.
- Dini Rosdiani. (2014). *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: CV Alfabeta.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Endang Rini Sukamti. (2007). *Perkembangan Motorik (Diktat)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Mutohir & Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Pamuji Sukoco. (2004). *Perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani (Penelitian)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rahantoknam, B. Edward. (1988). *Belajar Motorik: Teori dan Aplikasinya dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Dekdikbud.
- Rusli Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Sudradjat Prawirasaputra, Rusli Lutan & Ucup Yusup. (2000). *Dasar-dasar Kepeleatihan*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugiyono. (2003). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.

- \_\_\_\_\_. (2013). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV.Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2005). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi VI. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. (1997). *Penentuan Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Dasar (majalah ilmiah)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: Esa Grafika.
- Sunarto & Agung Hartono. (2002). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sutrisno Hadi. (2002). *Metodelogi Research jilid 3*. Yogyakarta: Andi.
- Syamsu Yusuf. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tegar Bayu Kharisma. (2014). Pengembangan Pembelajaran Permainan Bolavoli Mini Siswa Kelas V SDN Babadan 2 Kecamatan Wlingi Kabupaten Blitar. *Jurnal Penelitian*. Jakarta: Kemenpora volume 1 Nomor 1 Mei 2014.
- Windu Agung Prasetyo. (2010). Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar Muhammadiyah I Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.

## Lampiran 1. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO  
DINAS PENDIDIKAN  
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH  
SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PENGASIH  
Jalan Pracoyo Nomor 01, Pengasih, Kulon Progo, DIY

SURAT KETERANGAN  
TELAH MELAKUKAN PENELITIAN  
Nomor : 800/SP/S.D./V/2017.....

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SUWAJI, S.Pd.  
NIP : 19571121 197803 1 007  
Pangkat, Gol.Ruang : Pembina, IV / a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih UPTD Kecamatan Pengasih

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : FIKI SA'ADAH  
NIM : 13604224013  
Program Studi : S1 PGSD Penjas  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian dalam rangka penyelesaian skripsi dengan judul "Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo" pada tanggal 08 Mei 2017 dengan baik.

Demikian surat keterangan ini di buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pengasih, 08 Mei 2017  
Kepala SD Negeri 3 Pengasih



SUWAJI, S.Pd.  
NIP. 19571121 197803 1 007

**Lampiran 2. Data Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih**

NO		NAMA SISWA	L/P	KELAHIRAN	
URUT	INDUK			TEMPAT	TANGGAL
1	2227	Muhammad Nur Azis	L	Kulon Progo	10 Januari 2006
2	2228	Hasbi Tri Nugroho	L	Kulon Progo	02 Maret 2006
3	2229	Azimatun Syahla Fii Diinillah	P	Kulon Progo	14 April 2006
4	2230	Firman Adiyadmaja	L	Kulon Progo	01 Mei 2006
5	2232	Vania Shavira Marizka	P	Kulon Progo	07 Mei 2006
6	2234	Uun Anom Miyarta	L	Kulon Progo	15 Juni 2006
7	2235	Elisabeth Anggita Pangestuti	P	Kulon Progo	26 Juni 2006
8	2236	Muhammad Ilham Syahnanto	L	Kulon Progo	28 Juni 2006
9	2237	Muhammad Sholehudin	L	Kulon Progo	13 Juli 2006
10	2238	Adillah Ahmidatul Izzati	P	Kulon Progo	14 Juli 2006
11	2240	Ikhzan Pradana Putra	L	Klaten	03 September 2006
12	2241	Mentari Seffilda Sani	P	Kulon Progo	04 September 2006
13	2242	Mustafa Azhar Jibrán	L	Magelang	10 September 2006
14	2243	Azis Kurniawan	L	Kulon Progo	01 Oktober 2006
15	2244	Ahnaf Alfian Rachman	L	Kulon Progo	10 Oktober 2006
16	2245	Lailatus Isti`anah	P	Kulon Progo	15 Oktober 2006
17	2246	Miswa Okta Rama Dhewa	L	Klaten	19 Oktober 2006
18	2248	Putri Nasya Alifia	P	Kulon Progo	06 November 2006
19	2249	Farhan Ikhwan Fahlefi	L	Kulon Progo	16 November 2006
20	2250	Alifah Zahra Setyahadi	P	Kulon Progo	22 November 2006
21	2251	Kaisar Juan Sigit	L	Kulon Progo	28 November 2006
22	2252	Destu Rifa Patrandwi	L	Kulon Progo	23 Desember 2006
23	2254	Indina Laksita Dewi	P	Kulon Progo	31 Januari 2007
24	2257	Rahardian Nur Fallah	L	Kulon Progo	23 Maret 2007
25	2287	Nirayndra Sari Faadia Jasmine	P	Purworejo	30 Januari 2007
26	2355	Muhammad Abrisam Ahza	L	Kulon Progo	03 April 2007

### Lampiran 3. Data Kasar Dua Kali Percobaan Tes Kemampuan Motorik

#### DATA KASAR DUA KALI PERCOBAAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV SD N 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017

No.	Jenis Kelamin	Shuttle Run 4 x 10 m (detik)		Lempar Tangkap bola (point)		Stork Stand Positional Balance (detik)		Lari Cepat 30 m (detik)	
		I	II	I	II	I	II	I	II
1.	L	12.35	12.38	28	35	37.36	48.48	06.17	05.93
2.	L	12.13	12.49	21	26	24.90	36.06	06.38	06.26
3.	P	15.26	15.07	20	14	42.24	53.07	07.64	07.94
4.	L	12.10	11.69	27	24	06.83	10.04	06.26	06.15
5.	P	13.87	13.57	28	27	26.05	04.75	07.52	06.84
6.	L	13.02	12.78	26	23	12.86	19.07	06.68	06.53
7.	P	14.34	15.05	16	10	25.42	08.55	08.72	07.34
8.	L	12.76	12.43	28	19	31.74	08.32	05.25	05.55
9.	L	12.88	11.90	36	10	21.35	42.49	05.32	06.08
10.	P	15.10	15.73	23	17	03.90	05.07	06.90	07.59
11.	L	13.19	12.81	23	29	31.56	24.92	05.48	06.18
12.	P	12.28	14.07	24	27	18.37	38.91	07.03	06.83
13.	L	12.23	12.14	33	33	13.22	09.29	05.81	06.16
14.	L	13.54	13.19	19	25	17.64	11.24	05.93	06.92
15.	L	13.43	13.23	18	18	17.06	29.16	06.82	06.52
16.	P	15.80	16.09	15	21	25.47	42.96	08.72	07.93
17.	L	12.19	12.75	31	25	23.49	54.43	06.61	06.45
18.	P	14.90	15.17	20	19	04.17	14.02	08.39	08.81
19.	L	12.19	12.68	16	16	16.82	14.96	05.65	05.91
20.	P	16.65	16.46	14	16	15.16	15.25	08.04	08.34
21.	L	12.15	12.17	25	23	07.74	20.29	05.84	05.65
22.	L	12.48	12.65	19	25	17.41	48.23	06.09	05.44
23.	P	16.67	16.69	18	18	02.49	03.72	09.56	08.92
24.	L	14.59	14.08	7	15	08.07	07.28	06.91	08.43
25.	P	13.63	14.83	21	18	05.39	57.73	06.66	07.15
26.	L	13.48	13.56	19	23	05.03	20.35	06.93	07.56

#### Lampiran 4. Data Kasar Kemampuan Motorik

DATA KASAR KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV  
SEKOLAH DASAR 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017

No.	Nama	Jenis Kelamin	Shuttle-Run 4 x 10 meter (detik)	Lempar Tangkap Bola ke Tembok Jarak 1 meter (point)	Stork Stand Positional Balance (detik)	Lari Cepat 30 meter (detik)
1.	S1	L	12.35	35	48.48	05.93
2.	S2	L	12.13	26	36.06	06.26
3.	S3	L	11.69	27	10.04	06.15
4.	S4	L	12.78	26	19.07	06.53
5.	S5	L	12.43	28	31.74	05.25
6.	S6	L	11.90	36	42.49	05.32
7.	S7	L	12.81	29	31.56	05.48
8.	S8	L	12.14	33	13.22	05.81
9.	S9	L	13.19	25	17.64	05.93
10.	S10	L	13.23	18	29.16	06.52
11.	S11	L	12.19	31	54.43	06.45
12.	S12	L	12.19	16	16.82	05.65
13.	S13	L	12.15	25	20.29	05.66
14.	S14	L	12.48	25	48.23	05.44
15.	S15	L	14.08	15	08.07	06.91
16.	S16	L	13.48	23	20.35	06.93
17.	S17	P	15.07	20	53.07	07.64
18.	S18	P	13.57	28	26.05	06.84
19.	S19	P	14.34	16	25.42	07.34
20.	S20	P	15.10	23	05.07	06.90
21.	S21	P	12.28	27	38.91	06.83
22.	S22	P	15.80	21	42.96	07.93
23.	S23	P	14.90	20	14.02	08.39
24.	S24	P	16.46	16	15.25	08.04
25.	S25	P	16.67	18	03.72	08.92
26.	S26	P	13.63	21	05.73	06.66

**Lampiran 5. Hasil Tes Kemampuan Motorik Siswa**

<b>HASIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV</b>													
<b>SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PENGASIH</b>													
<b>TAHUN AJARAN 2016/2017</b>													
No.	Nama	Jenis Kelamin	Tes Kemampuan Motorik									KM	Total
			Shuttle-Run 4 x 10 meter		Lempar Tangkap Bola ke Tembok Jarak 1 meter		Stork Stand Positional Balance		Lari Cepat 30 meter		Total		
			Detik	T-Score	Point	T-Score	Detik	T-Score	Detik	T-Score	Skor		Kategori
1.	S1	L	12.35	53.53	35	64.46	48.48	64.04	05.93	51.53	233.56	58.4	Tinggi
2.	S2	L	12.13	56.95	26	49.80	36.06	55.53	06.26	45.46	207.74	52.0	Sedang
3.	S3	L	11.69	63.81	27	51.43	10.04	37.71	06.15	47.48	200.43	50.1	Sedang
4.	S4	L	12.78	46.82	26	49.80	19.07	43.90	06.53	40.49	181.01	45.2	Rendah
5.	S5	L	12.43	52.28	28	53.06	31.74	52.58	05.25	64.03	221.95	55.5	Tinggi
6.	S6	L	11.90	60.54	36	66.09	42.49	59.94	05.32	62.75	249.32	62.3	Sangat Tinggi
7.	S7	L	12.81	46.35	29	54.69	31.56	52.45	05.48	59.80	213.29	53.3	Sedang
8.	S8	L	12.14	56.80	33	61.20	13.22	39.89	05.81	53.73	211.62	53.0	Sedang
9.	S9	L	13.19	40.43	25	48.18	17.64	42.92	05.93	51.53	183.06	45.8	Rendah
10.	S10	L	13.23	39.81	18	36.78	29.16	50.81	06.52	40.68	168.08	42.0	Rendah
11.	S11	L	12.19	56.02	31	57.95	54.43	68.11	06.45	41.96	224.04	56.0	Tinggi
12.	S12	L	12.19	56.02	16	33.52	16.82	42.36	05.65	56.68	188.58	47.1	Sedang
13.	S13	L	12.15	56.64	25	48.18	20.29	44.73	05.66	56.49	206.04	51.5	Sedang
14.	S14	L	12.4	51.5	25	48.1	48.23	63.8	05.4	60.5	224.0	56.0	Tinggi

4.	4		8	0		8		7	4	4	9	0	gi
15.	S15	L	14.08	26.56	15	31.89	08.07	36.37	06.91	33.50	128.32	32.1	Sangat Rendah
16.	S16	L	13.48	35.91	23	44.92	20.35	44.78	06.93	33.13	158.74	39.7	Rendah
17.	S17	P	15.07	47.90	20	47.55	53.07	67.34	07.64	48.81	211.60	53.0	Sedang
18.	S18	P	13.57	58.85	28	67.15	26.05	51.75	06.84	59.28	237.03	59.2	Tinggi
19.	S19	P	14.34	53.23	16	37.75	25.42	51.38	07.34	52.73	195.09	48.8	Sedang
20.	S20	P	15.10	47.68	23	54.90	05.07	39.64	06.90	58.50	200.72	50.2	Sedang
21.	S21	P	12.28	68.28	27	64.70	38.91	59.17	06.83	59.41	251.56	62.9	Sangat Tinggi
22.	S22	P	15.80	42.56	21	50	42.96	61.50	07.93	45.01	199.07	49.8	Sedang
23.	S23	P	14.90	49.14	20	47.55	14.02	44.81	08.39	38.99	180.49	45.1	Rendah
24.	S24	P	16.46	37.74	16	37.75	15.25	45.52	08.04	43.57	164.58	41.1	Rendah
25.	S25	P	16.67	36.21	18	42.65	03.72	38.86	08.92	32.06	149.78	37.4	Sangat Rendah
26.	S26	P	13.63	58.41	21	50	05.73	40.02	06.66	61.63	210.06	52.5	Sedang
Jumlah			349.04	1299.97	628	1300.13	677.85	1299.98	171.71	1299.77	5199.85	1300	
Mean/ Rata-rata			13.4246	49.9988	24.15	50.0050	26.0712	49.9992	06.6042	49.9912	199.9942	50.000	
Standar Deviasi			1.45573	9.79724	5.924	9.79909	15.55986	9.79785	0.98362	9.79382	30.12805	7.5356	
Skor Maksimal			16.67	68.28	36	67.15	54.43	68.11	08.92	64.03	251.56	62.9	
Skor Minimal			11.69	26.56	15	31.89	03.72	36.37	05.25	32.06	128.32	32.1	

**Lampiran 6. Hasil Tes Kelincahan Siswa**

**HASIL TES KELINCAHAN SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017**

No.	Nama	Jenis Kelamin	Tes Kemampuan Motorik		Kategori
			Shuttle-Run 4 x 10 meter		
			Detik	T-Score	
1.	S1	L	12.35	53.53	Sedang
2.	S2	L	12.13	56.95	Tinggi
3.	S3	L	11.69	63.81	Tinggi
4.	S4	L	12.78	46.82	Sedang
5.	S5	L	12.43	52.28	Sedang
6.	S6	L	11.90	60.54	Tinggi
7.	S7	L	12.81	46.35	Sedang
8.	S8	L	12.14	56.80	Tinggi
9.	S9	L	13.19	40.43	Rendah
10.	S10	L	13.23	39.81	Rendah
11.	S11	L	12.19	56.02	Tinggi
12.	S12	L	12.19	56.02	Tinggi
13.	S13	L	12.15	56.64	Tinggi
14.	S14	L	12.48	51.50	Sedang
15.	S15	L	14.08	26.56	Sangat Rendah
16.	S16	L	13.48	35.91	Rendah
17.	S17	P	15.07	47.90	Sedang
18.	S18	P	13.57	58.85	Tinggi
19.	S19	P	14.34	53.23	Sedang
20.	S20	P	15.10	47.68	Sedang
21.	S21	P	12.28	68.28	Sangat Tinggi
22.	S22	P	15.80	42.56	Rendah
23.	S23	P	14.90	49.14	Sedang
24.	S24	P	16.46	37.74	Rendah
25.	S25	P	16.67	36.21	Rendah
26.	S26	P	13.63	58.41	Tinggi
Jumlah			349.04	1299.97	
Mean/ Rata-rata			13.4246	49.9988	
Standar Deviasi			1.45573	9.79724	
Skor Maksimal			16.67	68.28	
Skor Minimal			11.69	26.56	
$X \geq 65$			1	3.8 %	Sangat Tinggi
$55 \leq X < 65$			9	34.6 %	Tinggi
$45 \leq X < 55$			9	34.6 %	Sedang
$35 \leq X < 45$			6	23.1 %	Rendah
$X \leq 35$			1	3.8 %	Sangat Rendah

**Lampiran 7. Hasil Tes Koordinasi Siswa**

**HASIL TES KOORDINASI SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017**

No.	Nama	Jenis Kelamin	Tes Kemampuan Motorik		Kategori
			Lempar Tangkap Bola ke Tembok Jarak 1 meter		
			Point	T-Score	
1.	S1	L	35	64.46	Tinggi
2.	S2	L	26	49.80	Sedang
3.	S3	L	27	51.43	Sedang
4.	S4	L	26	49.80	Sedang
5.	S5	L	28	53.06	Sedang
6.	S6	L	36	66.09	Sangat Tinggi
7.	S7	L	29	54.69	Sedang
8.	S8	L	33	61.20	Tinggi
9.	S9	L	25	48.18	Sedang
10.	S10	L	18	36.78	Rendah
11.	S11	L	31	57.95	Tinggi
12.	S12	L	16	33.52	Sangat Rendah
13.	S13	L	25	48.18	Sedang
14.	S14	L	25	48.18	Sedang
15.	S15	L	15	31.89	Sangat Rendah
16.	S16	L	23	44.92	Rendah
17.	S17	P	20	47.55	Sedang
18.	S18	P	28	67.15	Sangat Tinggi
19.	S19	P	16	37.75	Rendah
20.	S20	P	23	54.90	Sedang
21.	S21	P	27	64.70	Tinggi
22.	S22	P	21	50	Sedang
23.	S23	P	20	47.55	Sedang
24.	S24	P	16	37.75	Rendah
25.	S25	P	18	42.65	Rendah
26.	S26	P	21	50	Sedang
Jumlah			628	1300.13	
Mean/ Rata-rata			24.15	50.0050	
Standar Deviasi			5.924	9.79909	
Skor Maksimal			36	67.15	
Skor Minimal			15	31.89	
$X \geq 65$			2	7.7 %	Sangat Tinggi
$55 \leq X < 65$			4	15.4 %	Tinggi
$45 \leq X < 55$			13	50.0 %	Sedang
$35 \leq X < 45$			5	19.2 %	Rendah
$X \leq 35$			2	7.7 %	Sangat Rendah
Jumlah			26	100 %	

**Lampiran 8. Hasil Tes Keseimbangan Siswa**

**HASIL TES KESEIMBANGAN SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017**

No.	Nama	Jenis Kelamin	Tes Kemampuan Motorik		Kategori
			Stork Stand Positional Balance		
			Detik	T-Score	
1.	S1	L	48.48	64.04	Tinggi
2.	S2	L	36.06	55.53	Tinggi
3.	S3	L	10.04	37.71	Rendah
4.	S4	L	19.07	43.90	Rendah
5.	S5	L	31.74	52.58	Sedang
6.	S6	L	42.49	59.94	Tinggi
7.	S7	L	31.56	52.45	Sedang
8.	S8	L	13.22	39.89	Rendah
9.	S9	L	17.64	42.92	Rendah
10.	S10	L	29.16	50.81	Sedang
11.	S11	L	54.43	68.11	Sangat Tinggi
12.	S12	L	16.82	42.36	Rendah
13.	S13	L	20.29	44.73	Rendah
14.	S14	L	48.23	63.87	Tinggi
15.	S15	L	08.07	36.37	Rendah
16.	S16	L	20.35	44.78	Rendah
17.	S17	P	53.07	67.34	Sangat Tinggi
18.	S18	P	26.05	51.75	Sedang
19.	S19	P	25.42	51.38	Sedang
20.	S20	P	05.07	39.64	Rendah
21.	S21	P	38.91	59.17	Tinggi
22.	S22	P	42.96	61.50	Tinggi
23.	S23	P	14.02	44.81	Rendah
24.	S24	P	15.25	45.52	Sedang
25.	S25	P	03.72	38.86	Rendah
26.	S26	P	05.73	40.02	Rendah
Jumlah			677.85	1299.98	
Mean/ Rata-rata			26.0712	49.9992	
Standar Deviasi			15.55986	9.79785	
Skor Maksimal			54.43	68.11	
Skor Minimal			03.72	36.37	
$X \geq 65$			2	7.7 %	Sangat Tinggi
$55 \leq X < 65$			6	23.1 %	Tinggi
$45 \leq X < 55$			6	23.1 %	Sedang
$35 \leq X < 45$			12	46.2 %	Rendah
$X \leq 35$			0	0 %	Sangat Rendah
Jumlah			26	100 %	

**Lampiran 9. Hasil Tes Kecepatan Siswa**

**HASIL TES KECEPATAN SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR  
NEGERI 3 PENGASIH TAHUN AJARAN 2016/2017**

No.	Nama	Jenis Kelamin	Tes Kemampuan Motorik		Kategori
			Lari Cepat 30 meter		
			Detik	T-Score	
1.	S1	L	05.93	51.53	Sedang
2.	S2	L	06.26	45.46	Sedang
3.	S3	L	06.15	47.48	Sedang
4.	S4	L	06.53	40.49	Rendah
5.	S5	L	05.25	64.03	Tinggi
6.	S6	L	05.32	62.75	Tinggi
7.	S7	L	05.48	59.80	Tinggi
8.	S8	L	05.81	53.73	Sedang
9.	S9	L	05.93	51.53	Sedang
10.	S10	L	06.52	40.68	Rendah
11.	S11	L	06.45	41.96	Rendah
12.	S12	L	05.65	56.68	Tinggi
13.	S13	L	05.66	56.49	Tinggi
14.	S14	L	05.44	60.54	Tinggi
15.	S15	L	06.91	33.50	Sangat Rendah
16.	S16	L	06.93	33.13	Sangat Rendah
17.	S17	P	07.64	48.81	Sedang
18.	S18	P	06.84	59.28	Tinggi
19.	S19	P	07.34	52.73	Sedang
20.	S20	P	06.90	58.50	Tinggi
21.	S21	P	06.83	59.41	Tinggi
22.	S22	P	07.93	45.01	Sedang
23.	S23	P	08.39	38.99	Rendah
24.	S24	P	08.04	43.57	Rendah
25.	S25	P	08.92	32.06	Sangat Rendah
26.	S26	P	06.66	61.63	Tinggi
Jumlah			171.71	1299.77	
Mean/ Rata-rata			06.6042	49.9912	
Standar Deviasi			0.98362	9.79382	
Skor Maksimal			08.92	64.03	
Skor Minimal			05.25	32.06	
$X \geq 65$			0	0 %	Sangat Tinggi
$55 \leq X < 65$			10	38.5 %	Tinggi
$45 \leq X < 55$			8	30.8 %	Sedang
$35 \leq X < 45$			5	19.2 %	Rendah
$X \leq 35$			3	11.5 %	Sangat Rendah
Jumlah			26	100 %	

## Lampiran 10. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian



Gambar 1. Profil Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih



Gambar 2. Gerbang Masuk Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih



Gambar 3. Pengarahan Tes



Gambar 4. Siswa melakukan pemanasan



Gambar 5. Start berdiri Tes Shuttle-Run 4 x 10 meter



Gambar 6. Tes Shuttle-Run 4 x 10 meter



Gambar 7. Posisi awal Tes Lempar Tangkap Bola ke Tembok



Gambar 8. Tes Lempar Tangkap Bola ke Tembok



Gambar 9. Tes Stork Stand Positional Balance



Gambar 10. Tes Stork Stand Positional Balance



Gambar 11. Tes Lari Cepat 30 Meter



Gambar 12. Siswa Melakukan Pendinginan Setelah Tes